

Fastemandat for Oslo katolske bispedømme og Trondheim stift 2014

1. Fastetidens 40 dager gir oss som kristne en anledning til å forberede oss til påskefesten gjennom samvittighetsransakelse, bønn, faste og bot. Fastetiden er også en tid for omsorg for dem som er i nød. Ved å følge Jesus på veien til Jerusalem får vi muligheten til å ta nye valg for våre liv.
2. For at vi alle skal bli forenet med Kristus og med hverandre i en felles botspraksis, fastsetter Kirken visse dager for bot. Kirkeloven foreskriver at askeonsdag (i år 5. mars) og langfredag (i år 18. april) skal overholdes som faste- og abstinensdager. Det å faste betyr en merkbar reduksjon av det man spiser til daglig. Abstinens vil si å gi avkall på kjøtt. Abstinensbudet påligger den som har fylt 14 år. Fastebudet binder alle mellom fylte 18 år og fylte 60 år. Sykdom og andre spesielle omstendigheter kan gi unntak.
3. Hver fredag året gjennom er botsdag. Likeledes er tiden fra askeonsdag til påsken en botstid. Søndager og høytidsdager er ikke botsdager. En vanlig form for fredagsbot er å avstå fra å spise kjøtt. Alternativt kan fredagsboten ellers gjennomføres ved annen selvvalgt form for faste, f.eks. ved å gi avkall på alkohol, tobakk eller søtsaker, ved å vie mer oppmerksomhet enn ellers til familien, fattige, syke, gamle eller ensomme, eller ved å delta i felles bønn, den hellige messe, sakramentstilbedelse, korsveisandakt eller lignende. Bidrag til Caritas Norges fasteaksjon anbefaler vi til alle i denne tiden.



+ *Biskop I. Eidevig.*