

Omställningskalendern

Fastan 2024

Varför behövs en omställningskalender?

Vi lever i en tid av klimatnöd och artkris. Vetenskap, teknik, politik och individers val är avgörande för att hejda utvecklingen. Det är också andliga och existentiella kriser som går in på djupet. Vilka kan och vill vi vara som lever i en del av världen där befolkningen lever långt utanför planetens gränser och bidrar till lidande? Vågar vi tro på en framtid? Hur skapar vi hopp som ger handlingskraft?

Gud är skapande, kärleksfull och vill att hela Skapelsen, inklusive människan, ska befrias från lidande och död. Gud kallar oss till att vårda Skapelsen. Gud kallar oss att älska vår nästa. Gud kallar oss att synliggöra sitt rike här på jorden. Det innebär att vi har ett ansvar för att arbeta tillsammans med Gud för att få världen att bli så som tänkt.

Det behövs en inre och en yttre omställning för att leva hållbart. Gud kallar oss och i vårt inre kan vi hitta en källa till kraft och kärlek som gör att vi vill ta vårt uppdrag på allvar, att verka för en hållbar värld. Med tron på Gud som skapare, befriare och livgivare får vi agera tillsammans för att läka världen.

Den här fastekalendern är en hjälp på vägen.

Hur fungerar kalendern?

Kalenderns tema är **Byt en (o)vana mot en hållbar vana**. Den inkluderar fastans 40 dagar och är indelad i veckor med teman. Till varje tema finns bakgrund, reflektion, en andlig övning och ett antal utmaningar.

Under veckan kan du försöka göra så många utmaningar du kan. Låt gärna utmaningar som inte är tidsbestämda sträcka sig över minst hela veckan, eller varför inte resten av fastan eller ännu längre? Kan utmaningarna göra att du byter en (o)vana helt till något nytt du vill fortsätta med? Se det som att varje vecka läggs på den föregående, inte att de byts ut. Utmaningarna kan göras till en tävling. Rangordna från det som för dig är lättast till svårast. Det lättaste är värt 1 poäng och sedan ökar poängen för varje utmaning. Hur många poäng kan du få ihop under fastan? Utmana dina vänner eller kollegor!

Ta tid åt att reflektera över temat och gör de andliga övningarna, gärna med andra.

Veckornas teman

Första veckan: Älska din nästa

Andra veckan: Tallriken

Tredje veckan: Garderoben

Fjärde veckan: Prylarna

Femte veckan: Klimatet på tapeten

Sjätte veckan: Transporten

Sjunde veckan: Elkonsumtionen

Skanna koden för att
läsa mer om
fastekalendern

