



Hvordan kan jeg bede og hvad er bøn ?

Der findes 3 områder i bibelen som udtrykker bøn i forskellig form; Det er bøn med forstanden / ord, bøn i ånden / tungetale, tilbedelse / lovprisning, f.eks. lovsang.

(1 kor, kap.14:1+2 og 1 kor 14 vers 13 til 15)

Bøn er en slags personlig samtale og fællesskab med Gud. Bønnen er den tilstand hvor jeg åbner mit hjerte overfor Gud og lukker ham ind i mine tanker, mine bekymringer, drømme, glæder og sorger. Og hvor jeg samtidig åbner for Guds kraft, trøst og inspiration ind i mit liv.

Bøn er at svare ja til Gud

I Johannes Åbenbaring 3,20 siger Jesus: +

"Se, jeg står ved døren og banker på; hører nogen mig og åbner døren, vil jeg gå ind til ham"

Bøn er at åbne den dør som Jesus banker på. Når vi beder er det altså først og fremmest fordi Jesus vil i dialog med os. Al bøn til Jesus er i princippet et svar på hans ønske om at komme ind hos mig. Bønnen er altså ikke min idé, men Guds!

Gud har givet os bønnen som en gave hvor igennem han vil give os det som vi har behov for. Han ønsker at hjælpe og opmuntre os som svar på vore egne bønner. Bøn er med andre ord at sige ja til Guds gaver.

Derfor er der stor kraft, tryghed og glæde i at leve i bøn. Bønnen giver hvile og fred i troen på Jesus.

Forskellige former for bøn

Bøn kan have mange forskellige former og ingen er bedre eller mere rigtige end andre. Bønnen er ikke afhængig af bestemte ord, stillinger, sindstilstand, steder eller tider og derfor kan enhver finde sine egne måder at bede på. Det vigtige er at vi holder "døren åben".

Bibelen nævner selv mange former for bøn:

- " Ønskebøn: bøn om hjælp (Filipperbrevet 4,6)
- " Stillebøn: meditation, evt. uden ord (Salmernes Bog 38,10)
- " Fællesbøn: bøn i en gruppe (Matthæusevangeliet 18,19-20)
- " Takkebøn/lovprisning: (Apostlenes Gerninger 16,25)
- " Klagebøn: ved sorg og fortvivlelse (Salmernes Bog 42,10-12)
- " Fadervor: Jesus "mønsterbøn" (Matthæusevangeliet 6,9-13)



ZVC-undervisning

- " Forbøn: bøn for andre (Apostlenes Gerninger 12,5)
- " Menighedsbøn: Fx præstens bøn på menighedens vejne.
- " Tungetale: Det himmelske sprog til gud. Tungetalen er for alle dem som tror. (Markusevangeliet, kap. 16, vers 17-18 samt 1.Korintherbrev 14,1-2)
- " Helbredelsesbøn: Helbredelse af de syge. (Matthæusevangeliet 10:8, APG, kap 5:12-16)

Altid og under alle forhold

Filliperbrevet 4,6:

Vær ikke bekymrede for noget, men bring i alle forhold jeres ønsker frem for Gud i bøn og påkaldelse med tak

Vi kan, må og bør bede uanset hvilken situation vi er i. Ingen situation gør bøn umulig eller overflødig. Derfor hører bøn heller ikke kun til ved særlige lejligheder eller på bestemte tider, men er snarere en tilstand eller et rum som den kristne har lov at leve i.

Når Paulus i 1. Thessalonikerbrev 5,18 siger: "Bed uophørligt", så er det udtryk for at bønnerne ikke er begrænset til bestemte tider, men mere er udtryk for en indstilling til Gud. Derfor kan jeg bede dagen igennem samtidig med at jeg laver så meget andet.

Bøn i Jesu navn

Som nævnt ovenfor er bøn at sige ja til Guds gaver. Bibelen giver nemlig meget store løfter om at Gud svarer og opfylder vore bønner. Men disse løfter er kun givet til disciplene, dvs. til dem som tror og følger Jesus, og de gælder kun bønner bedt i Jesu navn.

Johannesevangeliet 14,13-14:

Hvad I end beder om i mit navn, det vil jeg gøre, for at Faderen må blive herliggjort i Sønnen. Beder I mig om noget i mit navn, vil jeg gøre det.

Bøn i Jesu navn er

"for det første den bøn der bedes i tro på at kun Jesus giver mig adgang til Gud. Det er bønner bedt af syndere der ved at de er afhængige af Jesu frelse og ikke har anden ret overfor Gud end den Jesus giver.

"for det andet den bøn der er drevet af Jesus selv og er i overensstemmelse med Guds egen vilje. Det er den bøn der altid hviler i ordene: "Ske ikke min, men din vilje, Gud"

At bede er at tro



ZVC-undervisning

Bøn i Jesu navn er altså bøn som er bedt i tro på Jesus og som ærer Gud og tjener hans vilje. Den bøn hører og svarer Gud altid. Måske ikke på den måde og til den tid vi regner med, men bønnen i Jesu navn hviler i at Gud altid ved bedst. At bede er i bund og grund at tro.

Hvordan kan jeg bede?

Der er ingen regler for hvordan bøn skal lyde, når blot den bedes i tro på Jesus. Jeg kan tale med Gud om alt. Intet er for småt eller for stort til Gud. Jeg kan bede faste skrevne bønner eller jeg kan bede frie bønner med mine helt egne ord. Gud lytter til den bedendes hjerte og ikke til ordene vi formulerer.

Mange kristne har faste bedetider om morgenen eller om aftenen inden sengetid. Evt. kombineret med læsning i Bibelen eller fx. en andagtsbog. Nogle bruger også at notere bedeemner ned på en liste, fx sådan at hver dag har sit eget tema. Uanset hvordan og hvor meget tid der sættes af til dette er det godt at have et dagligt tidspunkt til bøn og stilhed med Gud, så dagligdagen / omstændigheder ikke løber af med tiden.

Fadervor

Da Jesu disciple spurgte Jesus om hvordan de skulle bede lærte han dem den bøn vi i dag kender som Fadervor:

Vor Fader, du som er i himlene!

Helliget blive dit navn,

komme dit rige,

ske din vilje

som i himlen således også på jorden;

giv os i dag vort daglige brød,

og forlad os vor skyld, som også vi forlader vore skyldnere,

og led os ikke ind i fristelse,

men fri os fra det onde.

For dit er Riget og magten og æren i evighed! Amen.

(Matthæus-evangeliet 6,9-13)

Hvis du har svært ved at formulere en bøn kan du bruge fadervor, som indeholder eksempler på hvad du kunne have med i din bøn.

Først og fremmest er bøn at åbne dit hjerte for gud og udøse dine tanker og ønsker.