

Opplev at bønn er spennende!



Her kan du få noen tips om hvordan oppleve et mer spennende bønneliv

EN UNDERVISNING OM BØNN SKREVET AV TORE JOHANNESSEN

Innledning

Jeg vil begynne med to spørsmål.

Hva er egentlig bønn?

Er det noe vi gjør for å få noe av Gud? Er det noe vi gjør for at Gud skal bli fornøyd med oss?

Hva tenker du på når du hører ordet bønn?

Noe som er kjedelig kanskje? For mange er bønn bare blitt en rutine eller en liturgi, noe som er kjedelig og noe vi må gjøre fordi vi er kristne. Men må vi be? Jeg tror faktisk ikke Gud sier at vi må. Han tvinger oss ikke, men han har et stort ønske om at vi skal be. For det er da kristenlivet blir spennende å leve, og vi får utvikle et vennsforhold til den levende Gud som har skapt oss.

Bønn er så absolutt ikke kjedelig! Gud hadde aldri tenkt at det skulle være kjedelig. Vi kan lage det kjedelig, men Gud er ikke kjedelig.

Det mest fantastiske og spennende et menneske kan oppleve er å ha samfunn med den levende Gud, derfor er ikke bønn kjedelig.

Bønn er en toveiskommunikasjon. Du har kanskje ikke oppdaget, sett dette før eller tenkt over det? Hvis dette er tilfelle kan det være en av årsakene til at bønn er blir kjedelig for deg. For det som det hele handler om er å snakke med en person som ikke er passiv. En person som er glad i deg, og som er sugen på kontakt og fellesskap med deg.

● **Bønn er å ha fellesskap med Gud!**

Før jeg fikk et møte med Den Hellige Ånd sommeren 1989 opplevde jeg at bønn var nærmest noe påtvunget siden jeg var en kristen. Jeg opplevde svært liten glede ved bønn. En av grunnene til det var sannsynligvis mine rimelig negativt fokuserte bønner, og jeg følte også hele tiden at det var noe mer jeg måtte gjøre.

Jeg husker at en periode ba jeg alltid en liten bønn før jeg la meg. Det skjedde jo av og til at jeg glemte å be og da kunne jeg våkne midt på natta, komme på at jeg ikke hadde bedt og måtte skynde meg å be en liten bønn før jeg kunne klare å sove videre. Jeg følte alltid at bønn var noe jeg måtte gjøre for at Gud skulle være tilfreds med meg.

Gud ønsker ikke at våre bønneliv skal være slikt, og det er noe jeg har oppdaget.

Hvor ofte og hvor mye må jeg be?

Hvis du har dette spørsmålet vil jeg faktisk påstå at du ikke har forstått hva bønn egentlig går ut på. For bønn handler ikke om hva vi skal gjøre for Gud, men det handler om å ha fellesskap med Gud. Hvis du er gift, tenker du da: Hvor ofte må jeg prate med eller være sammen med min kone, og hvor mye må jeg prate med henne? Jeg håper du ikke tenker slik, for i et godt ekteskap så prater dere med hverandre hver dag, det er en naturlig del av ekteskapet ditt. Du tenker ikke, i dag må jeg si noe til min kone og ha fellesskap med henne, nei det er å prate å være sammen kommer helt naturlig, for dere bor sammen. Dere prater om behov, om problemer om gleder og om sorger, alt dette kommer naturlig, og det er slik Gud hadde tenkt at bønn skulle være også.

Bruke en time i bønn hver dag?

Hvis du spør meg om hvor mye tid jeg bruker i bønn hver dag, vil mitt svar være: Jeg vet ikke. For bønn har blitt så naturlig for meg at jeg teller ikke minutter eller timer lenger. Men en ting vet jeg; jeg har ofte samtaler med min himmelske far. Det kan være når jeg er på vei til et sted og jeg sitter i bilen, eller når jeg tar en kaffe kopp om morgenen eller på en kafé. Selv når jeg jobber med mennesker eller når jeg jobber på macen har jeg en pågående samtale med Gud.

Gud er ikke bare en del av mitt liv, han er mitt liv.

Det hender selvfølgelig ofte at jeg også setter meg ned og har en konsentrert tid med Gud, der jeg kanskje ber for spesiell behov og bruker tid til lovsang og tilbedelse, og tider som det er viktige, men dette er ikke en kristen plikt som vi må gjøre fordi vi er kristne.

Jeg husker på begynnelsen av 90 tallet at det var noen bøker som handlet om at vi bør be en time hver dag. De tok utgangspunkt i det Jesus sa til noen av disiplene i Getsemanehagen: Kunne dere ikke våke med meg en time, og fokus var på hvor viktig det er å bruke minst en time i bønn hver dag.

Forfatteren forklarte hvordan han hadde begynt å bruke en time tidlig om morgenen, og hvordan det hadde forvandlet hans liv. Nå betviler jeg ikke at dette var viktig for han, det å bruke tid med Gud er alltid livsforvandlende, men jeg husket hvordan jeg prøvde å gjøre det samme, for selvfølgelig ønsket jeg også en forandring i mitt kristenliv, men jeg er ingen morgenfugl så dette fungerte ikke så bra for meg.

Jeg prøvde virkelig hardt å bruke mer "tid med Gud", og noen ganger fikk jeg det til, mens andre ganger gikk det dårlig, og når jeg følte jeg ikke "fikk det til" ble det mindre og mindre "tid med Gud" også. Inntil jeg kanskje kom på et møte, men fokus på å innvie seg på nytt for Gud, der jeg fornyet mitt løfte om å bruke mer "tid med Gud"

La meg spørre deg et spørsmål: Har du gjort noe lignende? Har du lovet Gud at fra nå av skal du bruke mer tid på Gud, og kanskje til og med stå opp tidlig på morgenen for å bruke mer tid?

Hvordan fungerer dette for deg? Hva skjer når du ikke når opp til ditt løfte? Jo du føler fordømmelse, frustrasjon og til og med litt håpløshet og oppgitthet.

Nå kan det hende at du er i den andre grøften, der du føler at du får det sånn noenlunde ganske bra til og du er en ganske bra disiplinert person. Men det som da ofte skjer er at du er den som lett fordømmer andre fordi de ikke helt klarer å leve opp til den standarden som du har klart å leve opp til (som for eksempel at du klarer å sette av en time hver dag til bønn). Men la meg også spørre deg dette spørsmålet: Når bruker du nok tid med Gud? Er en time nok? Og forresten, sier Jesus at vi må bruke minst en time hver dag på ham?

Ikke misforstå meg her, for jeg er ikke imot at du bruker tid med Gud, og hvis du har spesielle tider der du ber, så fortsett med det, men hele dette konseptet med at vi må ha en viss tid med Gud, eller ha minst en time med Gud om dagen, har sitt utgangspunkt i en feil måte å se bønn på. Hvis du tenker at bønn handler om bare visse avsatte tider, ser du på bønn som en slags kristen lov vi må gjøre fordi vi er kristne, og du har falt inn i den loviske fellen. For igjen: bønn handler ikke om noe vi må gjøre, det handler om å ha fellesskap med Gud.

Og som sagt kan du ha fellesskap med Gud hele dagen, ikke bare en avsatt time på morgenen eller kvelden.

Hvorfor får jeg ikke bøttesvar?



Da jeg var rundt 17 år kom det en predikant til et ungdomsmøte i menigheten min. Etter talen åpnet han opp for at vi kunne stille ham noen spørsmål. Jeg husker godt at jeg hadde forskjellige bønneemner på hjerte som jeg følte Gud ikke hadde gitt meg et svart på, og jeg lurte veldig på hvorfor. En av de andre ungdommene kom med det forløsende spørsmålet: ”Hvorfor får vi ikke alltid bøttesvar, og hvorfor blir ikke alle de som blir bedt for helbredet?” Predikanten svarte veldig kort på dette: ”Det vet jeg ikke.” Jeg husker at dette frustrerte meg ganske mye. Går det virkelig ikke an å vite hvorfor Gud ikke svarer på bønn? Er virkelig Guds tanker så mye høyere enn mine slik at det ikke går an å forstå ham og hans vilje i det hele tatt? (Jes 55:7-11)

I ettertid har jeg tenkt mye over dette, og jeg har kommet fram til at det er mulig å finne noen svar på hvorfor vi ikke får bøttesvar.

En ting vi først trenger å se er at Gud har gjort det mulig for oss til å forstå hans vilje, men av og til ser vi ikke hans vilje fordi vi ikke har kunnskap om den eller har den rette kunnskapen om Gud.

Ef 5:17

Vær derfor ikke uforstandige, men forstå hva som er Herrens vilje!

Nå er det ikke alltid vi vil vite hvorfor vi ikke får bøttesvar, fordi vi ikke er Gud og vi ser ikke alltid det hele og fulle bilde, for det kan være flere faktorer inn i bildet, men jeg ønsker i denne undervisningen og gi deg litt kunnskap som kan hjelpe deg til å forstå hans vilje, og som igjen vil gi deg bøttesvar.

Ditt Gudsbilde

Hva slags bilde har du av Gud?

Jeg tror dette første punktet her er det aller viktigste! For hvis du har et bilde av en Gud som bare vil gi deg noe når du fortjener det, at han er sint på deg eller til og med hater deg når du har gjort noe galt, vil dette gjøre noe med dine bønner.

Hvis du har en følelse av at Gud ikke helt er fornøyd med deg, at du ikke helt har klart å nå opp til hans krav for hellighet, og at han er litt sint på deg, vil du heller ikke ha frimodig komme til Gud å be om noe.

Hvis du føler at det er en person som ikke liker deg, ville du da stole på denne personen?

Hvis det var en person som bare var ute etter at vi måtte følge et sett bud og regler, og når vi bommet ville han bli sint og avvise oss, ville vi ha stolt på at denne personen ville gi oss noe når vi ba om noe.

Hvis vi var usikker på om en person ville oss det beste ville vi da stole fult og fast på denne personen.

La meg fortelle deg en god nyhet: Gud er ikke en slik person som jeg har beskrevet her.

Gud er en god far som vil gi sine barn gode gaver. Han stiller heller ikke noen krav, og han blir heller ikke sint på deg når du roter det til for deg selv, og faller inn i synd. Selv i din synd kan du stole på Gud, han vil aldri straffe deg eller gjøre med deg etter din synd.

Jeg tror det er så mange kristne som er redd for Gud, de er redd for at de ikke helt strekker til og når opp til ham og hans standard, og de har derfor også mistet sin frimodighet i bønn.

Vi glemmer at Jesus kom nettopp fordi vi ikke klarer å nå opp til Guds standard, det eneste Gud ber om er: Stol/tro på min sønn og hva han allerede har gjort for deg.

Se disse skriftstedene, og tenk igjennom dem:

Heb 4:15-16

15 For vi har ikke en Yppersteprest som ikke kan ha medlidenhet med våre skrøpeligheter, men en som i alle ting er blitt prøvd slik som vi, men uten synd.

16 La oss derfor komme fram til nådens trone med frimodighet for at vi kan få miskunn og finne nåde til hjelp i den tid vi trenger det.

1 Joh 3:20-21

20 For dersom vårt hjerte fordømmer oss, er Gud større enn vårt hjerte og kjenner alt.

21 Elskede! Hvis vårt hjerte ikke fordømmer oss, har vi frimodighet for Gud.

1 John 5:14-15

14 Og dette er den frimodigheten vi har overfor Ham, at om vi ber om noe etter Hans vilje, så hører Han på oss.

15 Og hvis vi vet at Han hører på oss, uansett hva vi ber om, så vet vi også at vi har fått oppfylt de bønnene vi har bedt til Ham.

En sannhet du skal vite er at Gud er like fornøyd med deg om du ber en time eller ett minutt. Han elsker deg uansett! Hans høyeste ønske er å være mest mulig sammen med deg, og han stiller ikke krav til deg og sier: "Du skal!" Det er opp til deg

- **Der ingen ting du noen sinne kan gjøre som vil får Gud til å slutte å elske deg! Men husk også at du kan velge å snu Gud ryggen, og det er ditt valg.**

Her er et skriftsted som viser hvordan Gud ser på deg:

Sef 3:

17 Herren din Gud er hos deg, en helt som har makt til å frelse. Han gleder og fryder seg over deg og gir deg på ny sin kjærighet. Han jubler over deg med fryd som på en høytidsdag.

- Husk denne sannheten! Gud han har alltid tid for deg, og han hører alltid din bønn.

Be konkret

Jak 1:5

5 Men om noen av dere mangler visdom, da må han be til Gud – for Gud gir alle, villig og uten bebreidelse – og så skal han få den.

Husk at Gud ønsker konkret å gi deg ting du ber om, og han ønsker å gi det til deg uten anklage eller bebreidelser. Det vil si Gud sier ikke: Du har gjort slik og slik, så du fortjener ikke noe fra meg. Gud er ikke slik, han gir deg bønnesvar uten bebreidelser.

Det eneste han ønsker er at du skal stole på ham, som egentlig er det samme som å tro ham.

Hvis vi vet at Gud elsker oss, er det også lettere for oss å be konkrete bønner, og jeg vet at det er veldig viktig å be konkret å vite hva man ønsker. Hvis du ikke vet om du ønsker bønnesvar eller ikke, er det vanskelig for Gud å gi deg et konkret svar på din bønn også. Gud vil gjerne spørre deg: *hva vil du eller hva ønsker du jeg skal gjøre for deg?*

Luk 18:40-43

40 Da stanset Jesus og bød at de skulle føre den blinde til ham. Og da han var kommet nær, spurte han ham:

41 Hva vil du jeg skal gjøre for deg? Han sa: Herre, at jeg må få synet igjen!

42 Og Jesus sa til ham: Bli seende! Din tro har frelst deg.

43 Og straks fikk han synet igjen. Han fulgte ham og lovet Gud. Og hele folkemengden som så dette, priste Gud.

Jesus visste at denne mannen var blind, han kunne ha helbredet ham uten å spørre. Men han spør: Hva vil du jeg skal gjøre for deg? Hadde den blinde mannen ikke sagt at han ønsket å få synet igjen tror jeg heller ikke at Jesus ville ha helbredet ham. Jeg tror Jesus viser et viktig prinsipp: Vi trenger å si hva vi ønsker før han kan gi det til oss. Be så skal vi få.

Matt 7:7f

7 Be, så skal dere få. Let, så skal dere finne. Bank på, så skal det bli lukket opp for dere.

8 For hver den som ber, han får, den som leter, han finner, og den som banker på, skal det bli lukket opp for.

Jeg har oppdaget denne sannheten: De gangene jeg ikke har vært bestemt på om jeg ønsker bønnesvar, eller jeg har vært veldig lite konkret på hva jeg vil ha fordi jeg også var redd for at jeg ikke hadde gjort min åndelige hjemmelektur, som: Klart å bekjenne alle mine små og store synder, så trodde jeg at det ikke ville skje noe når jeg ba. Men når jeg har bedt konkret, og være klar over at Gud vil gi meg svar på bønn på tross av mine svakheter og ufullkommenhet, og visst hva jeg ville ha, har jeg ofte fått eksakt det jeg har bedt om også.

Jeg kan gi deg to eksempler fra mitt eget liv:

Da jeg skulle kjøpe meg en ny bil for noen år siden (bildet over) her jeg jobber i Thailand, ba jeg konkret om at jeg ønsket en svart Mitsubishi Triton (eller L200 tror jeg den heter i Norge), den måtte være brukt, ca 2 år gammel og jeg ønsket den for rundt 100 000 NOK (husk dette er i Thailand), men den var vanskelig å finne. Da jeg hadde lett i over en måned, gav jeg nesten opp. Men en dag ba jeg konkret om at jeg skulle finne den nå i dag, og jeg dro til en bilhandler jeg visste om og spurte dem om de hadde eller visste om en svart Mitsubishi Triton, brukt, ca 2 år gammel for rundt 100 000 NOK. Det viste seg at de kjente til en annen bilforretning i en annen by som hadde akkurat den bilen jeg ønsket og hadde bedt om. Så den dagen dro jeg til denne byen og kjøpte bilen for nøyaktig 100 000 NOK. Dette ble et veldig konkret bønnesvar for meg!

Et annet eksempel på en konkret bønn var engang jeg trengte flere faste givere til å støtte meg i misjonstjenesten min i Thailand. En dag gikk jeg og snakket med Gud om dette, og han sa til meg: ”Hvilket konkret beløp ønsker du mer i måneden?” Jeg tenkte først 500, men så bestemte jeg meg for; nei jeg trenger minst 1000 til i måneden. Så jeg sa til Gud: ”Jeg ønsker å få inn 1000 kroner mer i måneden.” Den samme kvelden var det en som sa til meg at han ønsket å støtte meg meg 1000 kroner i måneden.

Be etter egoistiske motiver.

Jak 4:3

3 Dere ber og får ikke, fordi dere ber ille, for å sløse det bort i deres lyster.

Ordene her taler vel ganske tydelig. Det går jo veldig klart an å be galt. Hvis vi ber etter egoistiske motiver vil vi ganske sikker ikke få det vi ber om. Dette går igjen ut på at vi trenger å være forstandige eller kloke på hva som er Guds vilje.

Vi trenger å være vise på hva som er Guds vilje når vi ber (Rom 12:2, Ef 5:17).

Mangel på frimodighet

Dette går litt ut på det jeg har nevnt over. For hvis vi har et rett bilde av vår himmelske far, vil vi også ha frimodighet til å be om hva vi vil som er etter hans vilje.

En ting jeg også vil nevne, er at en effekt av synd vil ofte føre til at vårt hjerte fordømmer oss, og det igjen vil gå ut over vår frimodighet ovenfor Gud. Hva skal vi da gjøre når vi vet vi har syndet, jo igjen løpe inn i Guds tilgivelse armer, og vi kan motta hans tilgivelse på nytt.

1 Joh 2:1-2

*1 Mine barn, dette skriver jeg til dere for at dere ikke skal synde. Og hvis noen synder, har vi en Talsmann *hos Faderen, Jesus Kristus, Den rettferdige.*

2 Og Han er Selv soningen for våre synder, og det ikke bare for våre, men også for hele verdens.

Husk også at det er vårt hjerte (og djevelen) som vil fordømme oss når vi synder, ikke Gud.

Selvmedlidenhet

Hvis du ikke var klar over det så er selvmedlidenhet en synd, og denne synden kan hindre ditt bønnesvar, ikke fordi Gud ikke vil gi det til deg, men det vil sette en stopper for din frimodighet og du mister fokus på Gud og blir selvsentrerte. Du vil heller ikke stole på Gud når du er selvmedlidende.

Hvis du tenker indirekte at Gud må jo gi meg det jeg ber om for jeg har jo gått igjennom så mye trist, og han må jo synes synd på meg. Gud har medlidenhet med deg, men hvis du tror hele tiden du har det mye verre enn alle andre, og at det er derfor Gud må gi deg bønnesvar, er du på feil spor.

Selvmedlidenhet er nok den synden de fleste av oss kan slite med, mer eller mindre, og ofte er vi heller ikke klar over selvmedlidenheten en gang.

Jeg vet personlig at den kan være en stor felle, og den kan være roten til mye ondt.

Selvmedlidenheten kan ofte føre til at du manipulerer andre, eller til og med prøve å gjøre det med Gud: ”Du må gjøre dette for meg, for det er så synd på meg.” Det kan til og med gå så langt at noen sier: ”Hvis du ikke hjelper meg, vil jeg ikke leve lenger.”

Begynn å se og fyll deg med hva sannheten sier istedenfor de løgntankene som fienden ønsker at du skal tenke om deg selv og din situasjon.

Negativt fokuserende bønner

Når du ber har du fellesskap med Gud eller dine problemer? Mange er veldig problem sentrert i sine bønner, og man kan ofte være mer vantro og deprimert etter et bønnemøte. Dette er det noe helt fundamentalt feil med.

Jeg har selv bedt og vært på bønnemøter, der bønner bare blir sagt i sutring og klaging. Bønner som fokuserer på hvor ille alle ting er: «Å Gud det er så ille med landet vårt, å Gud det er så mang problemer i menigheten,

å Gud hvorfor har jeg så store problemer, å Gud hvorfor skjer det ikke noe.»

Vet ikke om du har opplevd å be eller vært på bønnemøter som dette? Hva føler du etterpå? Føler du at troen har blitt bygd, føler du deg glad og ønsker å gå ut å gjøre noe med problemet? Sutrende bønner er en tros dreper, og vil ikke gi deg det du ber om.

Hva gjorde de første disiplene når de møtte på store problemer, sutret de?

La oss se på et avsnitt der disiplene ble truet på livet hvis de fortsatte med å fortelle om Jesus.

Apg 4:23-31

23 Da de nå var løslatt, kom de til sine egne og fortalte dem alt det yppersteprestene og de eldste hadde sagt til dem.

24 Da de hørte dette, løftet de samstemmig sin røst til Gud og sa:

Å Gud hvordan kunne du la dette skje, vi har store problemer nå. Hvordan kan vi fortelle om deg nå, de ønsker jo å drepe oss? Dette er et stort problem.

Var det dette de sa? Nei det var ikke! La oss lese videre og se på deres respons på problemet:

Herre, du som har gjort himmelen og jorden og havet og alt som er i dem!

25 Du har talt ved Den Hellige Ånd ved din tjener Davids munn og sagt: Hvorfor fnyste hedningene, og hvorfor grunnet folkene på det som fåfengt er?

26 Jordens konger steg fram, høvdingene slo seg sammen mot Herren og mot hans Salvede.

27 Ja, i sannhet! I denne by samlet de seg mot din hellige tjener Jesus, som du salvet, både Herodes og Pontius Pilatus, sammen med hedningene og Israels folk,

28 for å gjøre det som din hånd og ditt råd forut hadde besluttet skulle skje.

29 Og nå, Herre! Hold øye med deres trusler, og gi dine tjenere å tale ditt ord med all frimodighet,

30 idet du rekker din hånd ut så helbredelse og tegn og under skjer ved din hellige tjener Jesu navn.

31 Og da de hadde bedt, skalv stedet der de var samlet. Og de ble alle fylt med Den Hellige Ånd, og de talte Guds ord med frimodighet.

De hadde ikke fokuset på det store problemet, men på en stor Gud. Og det gjorde at de ikke fulgte frykten, og vant seier over situasjonen.

Jeg sier ikke at du ikke kan være ærlig med Gud og fortelle ham problemet ditt. Men hvis alt fokuseres på det, vil problemet ditt bli stort og ikke din tro.

Bruk mye tid på å takke.

Hvis du har et problem eller et bønnebehov, si det til Gud, men du trenger ikke å gjenta det igjen og igjen, for da blir du problem orientert. Når du har bedt om en ting en gang, ikke be om det igjen og igjen, men takk Gud for at han har hørt deg. Bruk mye tid på å takke og minne deg selv om hans løfter til deg.

Vi har fått mange løfter i bibelen som er et ja, hvis vi har spurt en gang trenger vi egentlig ikke å spørre igjen og igjen. Ikke det at Gud blir sint på oss hvis vi gjør det, men det gjør noe med vår tro. Det vi sier med vår munn vil ofte ha en effekt på oss, og hvis alt dreier seg om problemer vil også vår tro bære preg av det, men hvis vi fokuserer på løsningen og at Gud er for og med oss, vil vår tro bli styrket.

Jesus sier: Tro at vi har fått det og vi skal få det.

Mark 11:24

24 Derfor sier jeg dere: Alt det dere ber om i bønnene deres – tro at dere har fått det, og dere skal få det.

9

Du er rettferdig!

La oss gå tilbake til Jakobs brev.

Jak 5:16

16 Bekjenn derfor deres synder for hverandre og be for hverandre, for at dere kan bli helbredet. Et rettferdig menneskes bønn har stor kraft og virkning.

I disse versene kan vi også se en sterk oppmuntring: Et rettferdig menneske har stor kraft og virkning. ”Er jeg rettferdig da?” Sier du kanskje? ”Jeg trodde jeg bare var en arme synder?” Djevelen ønsker at du skal tenke slik. Han vil ha deg til å tror på at dine bønner ikke har en stor kraft og virkning. I det øyeblikket du tar imot Jesus blir du en ny skapning og du mottar du også hans rettferdighet. Så du er rettferdig! Og dine bønner har stor kraft og virkning!

Se din nye identitet

Mange kristne glemmer hva som egentlig skjedde da du ble en ny skapning, de glemmer at vi er Guds barn, de glemmer at de er hellige, rene og rettferdige. De tror fremdeles de er skitne og vredens barn. Eller at de er både en ny skapning og en syndfullt skapning og har en synde natur på innsiden. De føler ofte at den syndige naturen er mest virksom, og det er bare når vi har klart å korsfeste syndenaturen, som å ikke falle inn i noe store synder på en stund, at vi er rettferdige og kan ha frimodighet for Gud.

Men sannheten er at da du ble født på ny ble du en ny skapning på innsiden, og den gamle syndenaturen er borte og alt er blitt nytt! (2Kor 5:17)

Du var en gang verdens barn, men nå er du Guds barn. Du var en gang i mørkets rike og synd var din herre, men nå er du kommet inn i lysets rike, der rettferdighet er din herre.

Utholdenhet

Jak 5:7

7 Vær tålmodige, brødre, til Herren kommer! Se, bonden venter på jordens dyrebare grøde. Han venter tålmodig på den, til den har fått tidligregn og senregn.

Utholdenhet er kanskje en av de viktigste tingene for å kunne se bønnesvar. For oss vestlige kan dette med utholdenhet være vanskelig, for vi lever i en verden der alt skal skje fort. Vi har instant/posemat, mikrobølgeovn for at vi kan lage oss mat raskt. Vi har raske biler og fly slik at vi kan forflytte oss fort. Vi er opplært i at alt skal skje snart, men slik er det ofte ikke når vi ber.

Bønnesvaret kan la vente på seg. Da er det viktig og ikke gi opp, men stå fast på det du ber om. Det er faktisk dette som er tro; å ikke se resultatet ennå, men allikevel ikke gi seg før man har sett det.

Abraham er et eksempel på en person i Bibelen som hadde utholdenhet. Han trodde Gud selv om det gikk mange år før han så løftet oppfylt. (Rom 4:13-23, Heb 11:8-13)

Det finnes også en motstand i ånde verden som gjør at bønnesvaret lar vente på seg. Se f. eks. Daniel 10

Ikke gi deg

Dette punktet går kanskje litt ut på det samme som utholdenhet, men dette er kanskje en enda mer aktiv utholdenhet og det understreker også viktigheten av utholdenhet. Utholdenhet er å bestemme seg for og ikke gi seg, selv om omstendigheter og situasjoner du er oppe i virker håpløse, sett med menneskelige øyne. Vi må velge å være utholdende i bønn og ikke bli gi opp, selv om det tar lang tid.

Ikke dikter Gud

Jeg har hørt noen si at hvis ikke Gud gjør det på denne måten (som jeg ønsker det skal skje) så regner jeg det ikke som et bønnesvar. Jeg tror bønnesvaret mange ganger er nærmere en det vi tror, men fordi vi ønsker det

skal skje på vår måte ser vi det ikke. Jeg tror jeg sjeldent har fått et bønnesvar på den måten jeg hadde tenkt og planlagt. Gud har ofte en lettere og bedre måte å svare på, har jeg oppdaget, enn det jeg kan tenke ut. Vi tror ofte at bønnesvaret skal være noe voldsomt, men ofte skjer det på en enkel måte.

Et eksempel fra mitt liv var en gang jeg ønsket å ha en bil for noen måneder. Jeg sa til Gud at jeg ønsker å ha en bil de neste månedene. Gud svarte meg ganske raskt, men på en litt annen måte en jeg hadde tenkt. Jeg tenkte ut at bønnesvaret måtte komme i form av at noen skulle kom til meg og si at de ville låne bilen deres til meg, men Gud minnet meg om et ektepar som skulle være borte i tre måneder. Han ba meg gå å spørre dem om jeg kunne leie bilen deres den tiden de var i utlandet. Da kunne jeg også velsigne dem med noe ekstra penger ved å leie bilen deres, og slik ble det. Gud er en praktisk Gud.

Finn ut om det er Guds vilje

Har nevnt dette over, men jeg tror det viktig å ta dette med som et eget punkt. For din tro starter der du vet Guds vilje. Hvis du ikke vet helt sikkert bør du kanskje se etter i Bibelen om du har et løfte på det. Det kan selvfølgelig være situasjoner der du ikke finner et løfte, og du fremdeles ikke vet. Men jeg tror at veldig mange ting som vi ber om kan du finne et løfte på i Bibelen, og da er det Guds vilje å gi deg det.

Se hva vi allerede har!

Jeg har ofte hørt dette, til og med i lovsanger: Gud gi meg mer kraft! Jeg trenger mer av deg i mitt liv! Gud gi meg mer kjærlighet! Ta ikke den Hellige Ånd fra meg, skap i meg et rent hjerte.

Jeg finner faktisk ingen av disse bønnene i NT. Det stemmer at dette var aktuelt i GT, for i GT kunne ikke folk bli født på nytt og Den Hellige Ånd kunne ikke bo permanent i dem, men vi har kommet inn i en mye bedre tid (eller pakt) under NT, for da Jesus døde på korset gjøre han det mulig for oss å bli født på nytt noe som igjen gjør at den Hellige Ånd kan ta bolig i oss og i Ham har vi nå alle ting.

Faktum er at vi har hans kraft, vi har hans kjærlighet, vi har et rent hjerte, alt av Gud bor på innsiden av oss, og Gud vil ikke ta vekk sin Hellige Ånd så lenge vi ikke velger å fornekte ham. Vi mister ikke den Hellige Ånd når vi synder slik David gjorde.

I mange sammenheng i dag har vi ofte adoptert bønner fra Det Gamle Testamentet, og jeg sier ikke at vi ikke kan be noen av dem, men mange av dem er bedt under det vi kaller for lovens tid (tidsalder), der ofte bønn ble svart hvis man hadde klart å holde seg til loven. Men vi er kommet inn i en ny tid (tidsalder), som er kalt nåden.

Paulus ba aldri: Gud gi meg eller andre mer kraft, men han ba følgende:

Ef 1:17-19

Jeg ber om at vår Herre Jesu Kristi Gud, herlighetens Far, må gi dere visdoms og åpenbarings Ånd i erkjennelse av Ham,

18 og at deres forstands øyne blir opplyst, slik at dere kan forstå hvilket håp dere fikk ved Hans kall og hvor rik på herlighet Hans arv er blant de hellige,

19 og forstå hvor overveldende stor Hans kraft er for oss som tror, etter virkningen av Hans mektige kraft.

Legg merke til vers 19: *og forstå hvor overveldende stor kraft det er for oss som tror!*

Du tror derfor bor Guds kraft allerede på innsiden av deg, men du trenger ikke mer kraft, du trenger bare at dine øyne må bli åpne for den kraft som allerede bor der!

Ef 3:20

Han som er i stand til å gjøre langt mye mer enn alt det vi ber om eller forstår, etter den kraft som virker i oss,

Dette er et skriftsted mange siterer, men de glemmer siste delen av denne setningen: Etter den kraft som virker i oss! Guds kraft som virker i oss, kan gjøre mer en alt, ja langt utover det vi ber om og forstår!

Guds vilje og helbredelse

Et vanskelig tema er dette med helbredelse. Mange sier at hvis jeg ikke blir helbredet er det Guds vilje at jeg skal være syk. Gud vil bruke sykdommen slik at jeg kan bli brukt av ham til å vitne for andre som er syke. En ting er jo om det ikke hadde vært mer effektivt å bli helt frisk, for da kan man jo være enda mer effektiv.

Jeg tror fult og fast på at Gud ønsker at alle skal bli helbredet. Det er i Guds natur, og Jesus døde jo for våre sykdommer også, ikke bare vår synd. I fadervår ber vi: ”La din vilje skje som i himmelen så og på jorden.” I himmelen er det ikke sykdom så da må det være Guds vilje at hans rike, som inneholder helbredelse, skal komme midt i blant oss.

Det at noen opplever helbredelse og andre ikke har jeg ikke alle svarene på, for jeg er ikke Gud og jeg klarer ikke alltid å se hele bildet..

Det vi ikke skal gjøre er å legge en enda større byrde på hverandre ved å si at du har ikke tro nok. Hvis dette skulle være tilfellet er vår oppgave i så fall å oppmuntre troen, og ikke å gi dem mer fordømmelse. Jesus gjorde aldri dette. Han kunne påpeke disiplenes mangel av tro, men han hjalp dem også til å få en sterkere tro (se min undervisning om tro).

En motsatt ting en del sier er at det er Guds vilje at du skal være syk, som nevnt over, men det å tro dette blir for meg enda vanskeligere enn å få tro til å bli helbredet. Det å få tro til å bli helbredet gir i hvert fall håp om en forbedring, men hvis jeg tenker på at dette er Guds vilje betyr jo det at jeg ikke kan be om å bli frisk. Da ber jeg jo imot Guds vilje. Dette vil også gjøre at jeg vil få et galt gudsbilde, en Gud som ikke vil gi sine barn gode gaver og som ikke ønsker oss det beste.

Vi lever i en vestlig verden

Det faktumet at vi lever i en vestlig verden er også med på å gjøre oss mer vantro slik at vi ikke får bønnesvar. Vi er oppvokst med et verdensynd der det overnaturlige har blitt oversett og fornekta, og der mennesket er i sentrum. Dette påvirker helt klart vår tro. Vi er heller ikke så desperate etter bønnesvar som for eksempel en fattig person som bor i et u-land. De har ingen penger til å komme seg til lege eller skaffe mat, og de ser enda mer at de trenger overnaturlig hjelp.

Vi i vesten har også blitt lært opp til å klare oss selv, ikke gjøre oss avhengig av noen. Dette fører til at vi ikke blir like avhengig av Gud. Vi ønsker å klare oss selv uten Hans eller andres hjelp. Ofte gjør vi dette uten å tenke over det. Jeg tror ikke vi bevisst ønsker bare å stole på oss selv, men det ligger i vår vestlige programmering og verdensbilde.

Men jo mer avhengig vi er av Gud, jo større ting vil vi se skje.

Guds timing

Når er Guds timing? Må vi vente på Gud?

Jeg tror Guds timing handler mer om at Gud venter på oss enn at vi venter på Ham. Gud har faktisk lagt alt ferdig for oss slik at vi kan vandre i det (Ef 2:8), men Gud venter på oss. Både i det at vi skal oppdage hva han har forberedt for oss og at vi skal ta valg om å vandre i dem.

Når det kommer til Guds løfter om fred, glede, utholdenhet, helbredelse, frihet, seier også videre så trenger vi ikke vente på at Gud vil gi oss dette, for dette er ting som vi allerede har fått, men Gud venter på at vi skal oppdage det.

Det er også slik at Gud av og til venter med bønnesvaret fordi vi ikke er klare til å bære det ennå, men dette går mer ut på kall og tjeneste, og igjen handler det om at Gud venter på oss.

Bønn for å finne ektefelle

Jeg ønsker å ta opp dette som et eget punkt, for her står det ikke bare på meg og Gud, men det er også involvert en annen persons vilje. Gud kan aldri tvinge noen til å bli sammen med deg, for vi har alle fått det frie valget. Derfor er det ikke alltid riktig å be om at vedkommende, som du er forelsket i, må bli det i deg. Du kan selvfølgelig be om at vedkommende må få øynene opp for deg, og om hva kan jeg gjøre får å få vedkommende interessert i meg. Men husk at Gud vil aldri tvinge denne personen å bli forelsket i deg.

Ikke la følelsene styre deg slik at du faller inn i det med å manipulere!

Det var en jente en gang som var veldig interessert i en gutt. En dag gikk hun opp til ham og sa: *"Gud har sagt at vi skal gifte oss"*. Gutten tenkte seg litt om før han svarte: *"Det har ikke jeg hørt noe om."*

Det viktig at vi ikke lar oss manipulere eller at vi manipulerer, men at vi til en hver tid vet at vi handler etter Guds ord og på hans måte. Spesielt hvis vi manipulerer på dette området kan det få store negative konsekvenser. Jeg tror Gud kan fortelle oss hvem vi skal gifte oss med, men Gud vi da også gi denne overbevisningen til den andre. Det er heller ikke sikkert at det vil skje på samme tid, og da bør du holde det for deg selv til du er helt sikker på at den andre føler og tror det samme. Be gjerne om at Gud skal lede den som han har tenkt for deg til deg, og at Gud skal forberede vedkommende for deg. Ha gjerne en bønneliste over hva slags type ektefelle du ønsker også. Nå er det kanskje en del som spør seg; finnes det kun en "den rette" for meg? Jeg tror faktisk ikke det. Jeg tror det er flere som kan være den rette for deg. Den du velger er den rette for deg. Nå vet selvfølgelig Gud hvem det er, men husk at han har gitt oss den frie vilje, og det vi som velger ektefelle og ikke ham (selv om han ønsker å være sterkt involvert). Hvis det bare hadde vært en "den rette" kunne vi jo for det første ikke velge selv, og for det andre kunne vi lett gått glipp av "den rette"

Tre viktige råd når det kommer til bønn.

Det er nok mange råd jeg kunne ha gitt når det kommer til bønn, men her er tre viktige som kan forandre ditt bønneliv.

1. Søk etter å bli døpt i den Hellige Ånd

(Se også undervisningen om Den Hellige Ånd.)

Når du blir døpt i den Hellige Ånd, vil du oppleve å få et nytt bønnespråk. Det kalles tungetale (til egen oppbyggelse).

Da du ble kristen ble du en ny skapning og du fikk en ny ånd på innsiden av deg. Det å bli døpt i den Hellige Ånd er å frigjøre dette livet. I Joh 7 står det:

38 Den som tror på meg, som Skriften har sagt, fra hans indre skal det flyte strømmer av levende vann.

39 Dette sa han om den Ånd som de skulle få som trodde på ham. For Ånden var ennå ikke gitt, fordi Jesus ennå ikke var herliggjort.

Det er i hvert fall to ting tungetale hjelper deg med når du skal be, og det er:

Når du går tom for ord kan du begynne å be i tunger, for din ånd, som kommuniserer med Den Hellige Ånd, går aldri tom for ord! Og han hjelper oss når vi ber slik at vi kan be etter Guds hjert. Rom 8:

26 Og her kommer også Ånden oss til hjelp i vår skrøpelighet. For vi vet ikke hva vi skal be om slik vi burde det. Men Ånden selv går i forbønn for oss med sukk som ikke rommes i ord.

27 Men han som gransker hjertene, vet hva Ånden trakter etter, for det er etter Guds vilje han går i forbønn for de hellige.

Du blir oppbygd av å tale i tunger. 1 Kor 14:

4 Den som taler med tunger, oppbygger seg selv.

Det beste du kan gjøre på en tung og vanskelig dag er å begynner å tale i tunger, for du vil bli oppbygd av det. Jeg har erfart dette mange ganger.

Tale i tunger er også å tale hemmeligheter med Gud. 1 Kor 14:

2 For den som taler med tunger, taler ikke for mennesker, men for Gud. Ingen kan forstå ham, men han taler hemmeligheter i Ånden.

Det vil blant annet si at djevelen ikke kan forstå hva du ber om.

2. Gjør motstand på den onde dag!

Ef 6:

13 Ta derfor Guds fulle rustning på, så dere kan gjøre motstand på den onde dag og bli stående etter å ha overvunnet alt.

1 Pet 5:

*8 Vær edrue, våk! Deres motstander, djevelen, går omkring som en brølende løve og søker noen han kan oppsluke.
9 Stå ham imot, faste i troen!*

Lært deg opp til å gjøre motstand på den onde dag. Vi har en motstander som ikke ønsker at vi skal be og han ønsker å gjøre alt han kan slik at vi ikke ber og har fellesskap med Gud. Han kan til og med fortelle deg at det var Gud som lot ting skje når det ikke er det. Han er en ekspert på å gjøre oss bitre, gi oss motløshet og selvmedlidenhet slik at vi ikke ber.

En av fellene han har klart å få mange i er å si at alt som skjer er Guds vilje. Dette er rett og slett *kristenskjebnetro*.

Kristenskjebnetro tar fra deg lysten til å be, for hvorfor be når alt skjer etter Guds vilje allikevel? Og hvorfor gjøre motstand på den onde dag? Vi vil jo i så fall gjøre motstand mot Gud.

Djevelen kan også gjerne komme med disse tankene: "*Å be det er kjedelig det, hva er hensikten? Det skjer jo ingen ting når du ber. Du husker når du ba om helbredelse, og at Per på jobben din skulle bli frelst? Da ble du bare mer syk, og Per ble bare enda mer fiendtlig innstilt til det du tror på. Gud hører ikke dine bønner, så bare glem å be.*"

Eller når du for eksempel har vært på en festival, blitt "tent i brann" for Jesus, kommer hjem igjen, møter hverdagen og opplever et nederlag. Da kommer djevelen gjerne med disse tankene: "*Nå er du blitt en sløv kristen igjen, ingenting har blitt forandret og Gud er langt borte.* Du kjenner etter, og dine følelser bekrefter at det stemmer. Dette er ikke sannheten! Jeg kunne sikkert ha tatt opp mange flere eksempler her, men poenget er: Gjør motstand på den onde dag.

På hvilken måte skal vi gjøre motstand? Det første du må vite er hva som er sannheten. Hvis du for eksempel er preget av en kristenskjebnetro, må du først og fremst se at det er djevelen som kommer med det onde, ikke Gud. Djevelen vil ikke at Guds vilje skal skje med ditt liv, han ønsker å "stikke kjepper i hjulene" for deg. Derfor er det viktig å vite hva som er sannheten, for sannheten vil sette deg fri.

Joh 8:31-32

*31 Jesus sa da til de jøder som var kommet til tro på ham: Dersom dere blir i mitt ord, da er dere i sannhet mine disipler.
32 Og dere skal kjenne sannheten, og sannheten skal frigjøre dere.*

Joh 17:

17 Hellige dem i sannheten! Ditt ord er sannhet.

Sannheten finner du i Bibelen! Mange løgner oppstår fordi vi eller noen lager egne teorier ut i fra erfaring. Hvis du for eksempel har hørt (eller opplevd selv) at noen har bedt om helbredelse, men så har de ikke sett det gå i oppfyllelse. Dermed kan de ha laget sin egen teori om at Gud vil nok at jeg skal være syk. Men dette er ikke sannheten! I Apg 10:38 står det:

Og taler om at Gud salvet Jesus fra Nasaret med Den Hellige Ånd og kraft, han som gikk omkring og gjorde vel og helbredet alle dem som var underkuet av djevelen, fordi Gud var med ham.

Sverdet på den åndelige rustningen (Ef 6:17) er det våpenet med vi skal angripe med. Det er et offensivt våpen som blir aktivt brukt i en krig. Hvis du ikke lærer deg å bruke sverdet vil du fort bli

offer for fiendens listige angrep. Du bruker sverdet når du bekjenner, stoler på og holder fast ved Guds ord.

3. Bekjenn sannheten

Alle sannheter du finner i Bibelen vil ikke bli deg til nytte hvis du ikke holder fast ved sannheten, og bekjenner den.

Heb 4:2

For det glade budskap er blitt forkynt for oss, likesom for dem. Men ordet som de hørte, ble til ingen nytte for dem, fordi det ikke ved troen var smeltet sammen med dem som hørte det.

Når du har hatt et fall, bedt Gud om tilgivelse og djevelen allikevel kommer med sine løgntanker som får deg til å føle deg fordømt. Begynn da og bekjenn sannheten! Bekjenn: *Jeg takker deg Gud for at jeg er ren og rettferdig for deg, takk at du ikke lenger husker mine synder (bekjenn gjerne salme 103).*

Når du møter på motstand og problemer er det viktig å bekjenne hvem som er Herre over vanskelighetene. Vi kan se litt nærmere på noen vers til i fra det kapittelet vi leste i fra i sted. Rom 10:

8 Ordet er deg nær, i din munn og i ditt hjerte. Det er troens ord, det som vi forkynner.

9 For dersom du med din munn bekjenner at Jesus er Herre, og i ditt hjerte tror at Gud oppreiste ham fra de døde, da skal du bli frelst.

Dette skriftstedet er ikke bare for den som ikke er kristen. Ordet frelse har en mye videre betydning enn bare å få et evig liv. Verbet å frelse heter på gresk; sozo, og det betyr blant annet: *Hel, frisk, uskadd, bevare (hel, intakt), reddet (fra fare, ødeleggelse, sykdom og død), føre ut i vidt rom, ut av trengsel.*

Hvis du for eksempel blir angrepet av frykt, kan du bekjenne dette verset på følgende måte: *Når jeg bekjenner deg Jesus som Herre over min frykt, da skal jeg bli ført ut av denne frykten. Takk Jesus at du er Herre over min frykt.*

- Sannheten er at Jesus er Herre over alle dine problemer.
- Bekjenn flittig skriftsteder når du ber, det vil hjelpe deg til å få tro til og overvinne problemene.

Noen sier: "Vi må ikke bekjenne alt for positivt, for hvis vi har for store forventninger og det ikke skjer det vi ønsker, mister vi så lett motet." Jeg tror det alltid er viktig å ha en bekjennelse av Guds vilje i enhver situasjon, selv om du ikke opplever Guds vilje der og da. Utholdenhet er et åndelig våpen, og utholdenhet er det samme som å ha tro.

Når vi holder fast ved Guds ord vil din tro og tillit til Gud øke. Å bekjenne sannheten vil gjøre din tro sterkere, hvis du ikke gir deg.

Be så skal du få.

Matt 7:7-12

7 Be, så skal dere få. Let, så skal dere finne. Bank på, så skal det bli lukket opp for dere.

8 For hver den som ber, han får, den som leter, han finner, og den som banker på, skal det bli lukket opp for.

Gud vil ikke bare at vi skal be, men også handle på bønnen. Hvis vi leter vil vi finne og når vi banker på, gjør noe i retning av bønnesvaret. For eksempel kan du ikke be om en kone/mann og sitte hjemme å vente på at han/henne, som du ikke har truffet før, skal ringe på døra og si: ”Vi du gifte deg med meg”

Du må av og til ta en handling i lydighet for å se at bønnesvaret kan bli oppfylt.

9 Eller er det vel et menneske iblant dere som vil gi sin sønn en stein når han ber om brød,

10 eller gi ham en orm når han ber om en fisk?

11 Når da dere, som er onde, vet å gi deres barn gode gaver, hvor meget mer skal da deres Far i himmelen gi gode gaver til dem som ber ham!

Disse versene bryter ned et galt bilde av Gud, for Gud gir oss ikke en stein når vi ber om et brød. Han er en god far for oss. Han gjør oss ikke mer syk hvis vi ber om helbredelse. Vi, som i forhold til Gud, er onde vet å gi våres barn gode gaver, hvor mye mer skulle ikke da en allmektig og kjærlig Gud gi oss alt det vi trenger?

Jeg har lært meg disse versene utenat, og bruker dem flittig når jeg ber om ting. For dette er virkelig kraftige løfter som Jesus sa med sin egen munn.

Som sagt er det kraftfullt å be ut skriftsteder. Du finner flere skriftsteder der Jesus underviser og oppmuntrer til bønn. Pluss mange løfter og ord du kan be og bekjenne ut. Jeg har samlet noen skriftsteder du kan bruke under. Det finnes selvfølgelig flere, og jeg vil oppmuntre deg til å finne dem.

Løfter når du frykter for noe.

Sal 23:4

*Om jeg enn skulle vandre i dødsskyggens dal, frykter jeg ikke for ondt.
For du er med meg, din kjepp og din stav, de trøster meg.*

Sal 91:5

Du skal ikke frykte for nattens redsler, for pil som flyr om dagen,

Ord 3:24

Når du legger deg, skal du ikke frykte. Og når du har lagt deg, skal din søvn være søt.

Jes 54:14

Ved rettferdighet skal du bli grunnfestet. Vær langt fra angst, for du skal ikke ha noe å frykte, og fra redsel, for den skal ikke komme nær til deg!

Heb 13:6

Derfor kan vi tillitsfullt si: Herren er min hjelper, jeg skal ikke frykte. Hva kan et menneske gjøre meg?

Løfter for når du er bekymret:

Luk 12:22

Og han sa til disiplene: Derfor sier jeg dere: Vær ikke bekymret for livet, hva dere skal ete, heller ikke for kroppen - hva dere skal kle dere med!

Fil 4:6

Vær ikke bekymret for noe, men la i alle ting deres bønneemner komme fram for Gud i påkallelse og bønn med takk.

Løfter for din tjenestes framtid:

Sal 1:1 - 3

Salig er den mann som ikke vandrer i ugudelige folks råd og ikke står på synderes vei og ikke sitter i spotteres sete, men har sin lyst i Herrens lov og grunner på hans lov dag og natt. Han skal være lik et tre, plantet ved rennende bekker. Det gir sin frukt i sin tid, og dets blad visner ikke. Alt det han gjør, skal han ha lykke til.

Fil 1:6

Og jeg er fullt viss på dette at han som begynte en god gjerning i dere, vil fullføre den inntil Jesu Kristi dag.

Jer 29:11

For jeg vet de tanker de tenker om dere, sier Herren. Det er fredstanker og ikke tanker til ulykke. Jeg vil gi dere framtid og håp.

Løfter mot motløshet

5 Mos 31:8

Herren, han som drar foran deg, han skal være med deg - han skal ikke slippe deg og ikke forlate deg. Du skal ikke frykte og ikke være motløs.

2 Tim 1:7

For Gud gav oss ikke motløshets ånd, men krafts og kjærlighets og sindighets Ånd.

Løfter for helbredelse

Sal 103:2 - 3

Min sjel, lov Herren, og glem ikke alle hans velgjerninger! Han som forlater all din misgjerning, som leger alle dine sykdommer.

Jes 53:4

Sannelig, våre sykdommer har han tatt på seg, og våre piner har han båret. Men vi aktet ham for plaget, slått av Gud og gjort elendig.

Løfter for at han vil forsørge for oss

Sal 23:1

Herren er min hyrde, det mangler meg ingen ting.

Sal 37:4 - 5

*Gled deg i Herren! Så skal han gi deg det ditt hjerte trakter etter.
Sett din vei i Herrens hånd og stol på ham! Han skal gjøre det.*

Sal 145:19

Herren vil oppfylle de gudfryktiges lengsel, han hører deres rop og frelser dem.

5M 28:11

Herren skal gi deg overflod av alt som godt er, både av ditt livs frukt og av frukten av ditt kveg og av frukten av din jord i det land som Herren med ed lovte dine fedre å gi deg.

Matt 6:28-34

28 Og hvorfor er dere bekymret for klærne? Legg merke til liljene på marken, hvordan de vokser! De strever ikke og spinner ikke!

29 Men jeg sier dere: Selv ikke Salomo i all sin prakt var kledd som en av dem.

30 Men kler Gud slik gresset på marken, det som står i dag og i morgen kastes i ovnen, skal han da ikke meget mer kle dere – dere lite troende?

31 Vær derfor ikke bekymret og si: Hva skal vi ete? eller: Hva skal vi drikke? eller: Hva skal vi kle oss med?

32 For alt slikt søker hedningene etter. Men deres himmelske Far vet at dere trenger alt dette.*

33 Søk da først Guds rike og hans rettferdighet, så skal dere få alt dette i tillegg!

34 Vær da ikke bekymret for morgendagen. For morgendagen skal bekymre seg for seg selv. Hver dag har nok med sin egen plage.

Noen ord til slutt

Til slutt husk at bønn handler om et forhold med Gud, det er ikke en plikt du må gjøre fordi du er en kristen, men en ting vi gjør fordi Gud ønsker fellesskap med oss og fordi vi er hans barn.