

24/5 Bön 10-14 januari 2022

Temat för varje dag (med inspiration från Alphas Bönkurs)

Månd 10 jan

Tacka & tillbe

Apg 4:24-31

Tips: **Be med Psaltaren:** Ett beprövat sätt att lära oss tillbe Gud är att be med Psaltaren – Jesu egen Bönbok. Den hjälper oss träna i att förändra vårt språk så att vi talar med Gud istället för att tala om honom. Vanligtvis ber du utifrån dina personliga omständigheter, känslor och tankar. Genom Psaltartexterna lotsas du in i en verklighet som upplevts av oräkneliga troende under tusentals år. Psalmisterna tog alla mänskliga känslor och erfarenheter och lade ner dem inför Gud i bön.

Tisd 11 jan

Bön för egna behov

Matt 7:11, Matt 18:19

Guds svar på våra begärböner med: Grönt = Ja Gult = Vänta och var uthållig Rött = Nej

Tips: **Be stegvis:** Be för nästa steg, inte för ett stort språng fram till slutmålet
Be ut Guds löften: Finns det ett specifikt löfte som är relevant för situationen?

Onsd 12 jan

Förbön – andras behov

2 Mos 17:8–13, 1 Mos 18:22–33

Tips: Fyra steg för att växa i förbönen:

- Bli informerad (få fram fakta)
- Bli inspirerad (finn Guds löften)
- Bli indignerad (förlös framtiden)
- Bli fler (förenas med andra i bön)

Torsd 13 jan

Lyssna in Gud

1 Sam 3:1–10

Tips: Två sätt för oss att bli bättre på att höra Guds röst:

- "Sakta ner" - Vilka konkreta steg kan du ta för att avsätta tid för att lyssna till Gud?
- "Mjukna" - Hur kan vi uppmuntra varandra att "bevara våra hjärtan mjuka" mitt i vår hektiska vardag?

Fred 14 jan

Be fast det tar emot

Ef 6:11-18

När vi ber att Guds rike ska komma (se bönen Vår Fader) gör vi det därför att det inte kommer automatiskt. Vi måste be fram det."

Hur påverkar denna sanning vårt sätt att gå in i andlig krigföring? Vilka fästen – girighet, arrogans eller annat – kan du urskilja i ditt hem, på ditt arbete eller i ditt närområde? Vilka steg skulle du kunna ta för att aktivt välja att leva i "motsatt ande" den här veckan?