

# BØNNEMANUAL

## 40 dagers JesusFaste

### 1. Personlig bønneliv - Fadervår

Fokuser på ditt personlige bønneliv. Bønn er dialog og intimitet med Gud, og en plass der vår relasjon med Han kan vokse seg sterkere og dypere. Jesus gav oss et språk og rytme i bønn gjennom Fadervår.

Vi kan bruke Fadervår som en bønnemanual der vi er innom flere ulike sider ved bønn; takknemlighet, bønn om beskyttelse, tilbedelse, personlige behov etc. Bruk gjerne oversikten på neste side til hjelp.

### 2. Bibellesing

Gjennom disse 40 dagene går vi sammen gjennom Johannes evangeliet. Vi har delt opp evangeliet slik at det er ca et halvt kapittel hver dag.

Bruk gjerne god tid med bibelteksten og la Gud tale til deg gjennom det du leser. Vi ønsker at dette skal være en hjelp for deg til å fylle deg med Guds ord hver dag.

### 3. Bønn for gjennombrudd

Før Jesus begynte sin tjeneste hadde han en 40-dagers faste. På samme måte tror vi at denne fasteperioden vil skape et gjennombrudd for utøselse av Den Hellige Ånd og menneskers frelse.

Derfor vil vi be for ufrelste mennesker i vår omgangskrets hver dag, om at de skal få et møte med Gud i denne perioden.

# VÅR FAR

**"Vår Far i himmelen!"** - Fokuser på at Gud er din pappa og du er hans elskede barn. Han liker deg og er stolt av deg. Du kan komme til Han frimodig. Eks. *"Takk Gud for at du er min pappa", "Takk at du elsker meg"*

**"La navnet ditt helliges"** - Fokuser på Guds storhet og makt. Gi Han ære for den Han er og uttrykk din hengivenhet til Han. Eks. *"Gud du er hellig og verd all tilbedelse", "La dagen min være til ære for deg"*

**"La riket ditt komme. La viljen din skje på jorden slik som i himmelen"** - Guds rike er der Hans vilje alltid skjer og vi får være med og bringe den inn i vår hverdag. Dette viser seg i helbredelse, befrielse, frelse, gjenopprettede relasjoner, overnaturlige løsninger og forløsning av velsignelse over andre. Eks. *"Helbred Knut fra kreft", "La Anne få ny jobb"*

**"Gi oss i dag vårt daglige brød"** - Med daglig brød menes alt vi trenger for å leve. Mat og drikke, klær, bolig, bil, jobb, og nok penger til månedlige utgifter. Eks. *"Takk Gud for at du møter alle mine behov", "Gud hjelp meg med ..."*

**"tilgi oss våre synder"** - Kom til Gud med din svakhet og synd, for Gud er nådig og rik på tilgivelse. Eks. *"Gud tilgi meg for. . .", "Takk for at du har tilgitt alle mine synder"*

**"slik også vi tilgir de som synder mot oss"** - Når vi har tatt imot Guds nåde og tilgivelse må vi også tilgi det andre gjør mot oss. Å tilgi vil ikke si at det som er blitt gjort mot deg var greit, men å gi det til Jesus. Eks. *"Gud, jeg tilgir Ola for at han mobbet meg", "Gud, jeg tilgir naboen å ha bulket bilen min"*

**"Og la oss ikke komme i fristelse"** - Denne bønningen handler om at Gud beskytter meg fra å gi etter for noe ondt innenfra eller utenfra. Eks. *"Gud beskytt meg fra fristelser", "Gud hjelp meg til å ikke bli med på baktaling"*

**"men frels oss fra det onde"** - Gud er en god Gud som vil beskytte og redde meg fra alt ondt. Ordet ondt handler om alt fælt som kan skje i livene våre. Eks. *"Takk Gud for at du beskytter meg og min familie"*

**"For riket er ditt og makten og æren i evighet"** - Avslutt med å løfte blikket tilbake på Gud. Takk og tilbe han for hans godhet og makt. Takk Gud med dine ord eller sett på en lovsang. Eks. *"Gud, jeg ærer deg...", "Takk for din trofasthet og godhet..."*

# BIBELLESEPLAN

DAG 1  
Joh 1:1-28

DAG 2  
Joh 1:29-51

DAG 3  
Joh 2:1-25

DAG 4  
Joh 3:1-21

DAG 5  
Joh 3:22-36

DAG 6  
Joh 4:1-26

DAG 7  
Joh 4:27-54

DAG 8  
Joh 5:1-23

DAG 9  
Joh 5:24-47

DAG 10  
Joh 6:1-21

DAG 11  
Joh 6:22-46

DAG 12  
Joh 6:47-71

DAG 13  
Joh 7:1-24

DAG 14  
Joh 7:25-53

DAG 15  
Joh 8:1-30

DAG 16  
Joh 8:31-59

DAG 17  
Joh 9:1-23

DAG 18  
Joh 9:24-41

DAG 19  
Joh 10:1-21

DAG 20  
Joh 10:22-42

DAG 21  
Joh 11:1-27

DAG 22  
Joh 11:28-57

DAG 23  
Joh 12:1-26

DAG 24  
Joh 12:27-50

DAG 25  
Joh 13:1-17

DAG 26  
Joh 13:18-38

DAG 27  
Joh 14:1-14

DAG 28  
Joh 14:15-31

DAG 29  
Joh 15:1-27

DAG 30  
Joh 16:1-15

DAG 31  
Joh 16:16-33

DAG 32  
Joh 17:1-26

DAG 33  
Joh 18:1-18

DAG 34  
Joh 18:19-40

DAG 35  
Joh 19:1-22

DAG 36  
Joh 19:23-42

DAG 37  
Joh 20:1-18

DAG 38  
Joh 20:19-31

DAG 39  
Joh 21:1-14

DAG 40  
Joh 21:15-25

# FORBØNN

*”Er så vårt evangelium likevel skjult, da er det for dem som går fortapt, det er skjult. For denne verdens gud har forblindet de vantros sinn, så de ikke ser lyset fra evangeliet om Kristi herlighet, han som er Guds bilde” - 2.Kor 4:3-4*

*”Brødre, mitt hjertes ønske og min bønn til Gud for dem er at de må bli frelst”  
- Rom 10:1*

Skriv ned navnene på mennesker du vil be om frelse for i denne perioden. Når vi ber, drar Gud på de vi ber for og åpner deres åndelige øyne!