

Samtale-ark. JESUS - bønnen.

Mark 10,46f og flere andre steder er i kirkens historie blevet samlet op i bønnen:
«Jesus Kristus, Guds Søn - forbarm dig over mig (synder)!

Bøn til Gud: Troen på Jesus er hjerteslaget, bønnen er åndedrættet, hvor vi ånder noget godt ind og ånder noget skidt ud.

JESUS-bønnen bruges meget forskelligt, men for mange bedes den på en vejtrækning: Jesus Kristus, Guds Søn [indånding] - forbarm dig over mig (synder) [udånding]

Jesus: Gud selv blev menneske, inkarnationen!

Kristus: det er navnet på den frelser (Messias) som Gud i GT lovede skulle komme.

Guds Søn: Her nævnes indirekte Faderen, der har Jesus som sin søn. Og hele den treenige Gud er sådan set med, for kun Helligånden kan give et menneske troen på, at Jesus er Kristus!
Ef 2,6 & Ef 3,12: Ved dåb og tro er vi med i Treenighedens kærlighedsfællesskab! De tre personer er dybest set ét: Joh 10,38.

Zak 12,10: Helligånden er nådens og bønnens ånd: han hjælper os til at tro på nåden og hjælper os med at bede. Rom 8,26-27.

Guds navn udtrykker hele Guds væsen, fx «Jeg er» 2 Mos 3,14.

«Jesus» betyder, at hans væsen og gerning er at frelse os fra vore synder Matt 1,21.

Hebr 2,14-18: Jesus blev menneske for at kunne give os et syndfrit menneskeliv og betale vores gæld. Og for at kende alt til menneskelivet, så han altid kan hjælpe os.

JESUS-bønnen er ikke kun en slags "kristen yoga", en form for "transcendental meditation", eller et "kristent mantra", selv om nogen har forsøgt at fortolke den på denne måde. Den er tværtimod en påkaldelse specifikt henvendt til en anden person – til Gud, der blev menneske, Jesus Kristus, vores personlige Frelser og Forsoner.

Bøn er Gud – Det er ikke noget, jeg sætter i værk, men noget, jeg deltager i; det er ikke først og fremmest noget, jeg gør, men noget, Gud gør i mig: "Ikke jeg, men Kristus i mig" (Gal 2,20).

Kallistos Ware, Navnets kraft Boedal2012

Samtaleoplæg:

Alle vores bønner ender samme sted: i den treenige Guds fællesskab. Men hvilken af de tre retter du oftest din bøn til?

Prøv at dele med hinanden:

- de vanskeligheder, du kan opleve med det at bede til Gud.
- de glæder, du har ved at bede til Gud.
- de former for bøn, der hjælper dig til at bede

Bibelen bruger mange navne og billeder om Jesus. Hvilke af dem betyder mest for dig?

Hvad tænker I om det at bede JESUS-bønnen?

Forslag til øvelser:

Prøv at sidde hver især og trække vejret dybt ind og ud, mens I beder indeni jer selv med jeres egne ord.

Prøv at bede Jesus-bønnen højt sammen i kor. Det er praktisk at vælge en leder, der begynder og som bestemmer tempoet og hvornår I slutter med bønnen.

