

På vägen till Jerusalem *mötte Jesus också dig*

Tolv böner under fastan



*Nu säger Herren,
skall ni vända er till mig
med uppriktigt hjärta under
fasta, gråt och klagan.*

(Joel 2:12)

*När Jesus gick längs sjön och kallade sina första lärjungar,
kallade han också dig.*

(Markusevangeliet 1:16–18)

Kanske är detta din bön: Gud låt mig våga stanna upp och lyssna.
Amen



*När Jesus på bröllopfesten i Kana förvandlade vatten till vin,
förvandlade han också dig.*

(Johannesevangeliet 2:1-10)

Kanske är du en människa som vill och kan mycket. Som är skicklig på många saker. Kanske upplever du dig ändå vara fast i något. Nej, det går nog inte. Men jag måste. Bara detta år.

Kanske är detta din bön: Gud, låt mig få bli flödande och kraftfull, självklar på något sätt. Förvandla mig och mina dagar till fest!

Amen

*När Jesus mötte den lame mannen i Kafernaum,
mötte han också dig.*

(Markusevangeliet 2:1-12)

Kanske är du också fångad i en kropp som är stum och främmande.
Kanske är du omgiven av vänner som vara vill att allt skall vara normalt. Kanske lever du i en familj som hindrar dig att vara den du är.

Kanske är detta din bön: Gud hjälp mig att våga kräva min rätt.
Hjälp mig att våga ropa till de vänner som ser mig och som vill mig väl, de som vågar bryta sönder taket. Låt ljus få flöda in och din läkande röst få mig på fötter igen.

Amen

När Jesus överraskades av kvinnan som hade plågats av blödningar i tolv år, överraskades han också av dig.

(Markusevangeliet 5: 25–34)

Kanske har du också gått till många läkare, sjukgymnaster, terapeuter, coacher, handläggare. Kanske har du sökt på nätet, prövat allt. Men ingenting har hjälpt, snarare har det blivit värre. När Jesus möter dig säger han: Jag ser hur du har lidit, vilken kamp som du har levt i, och jag vet att din tro kommer att rädda dig.

Kanske är detta din bön: Jag sträcker mig emot dig, Gud, genom skammen och hopplösheten, genom hopen av människor. Jag vet inte så mycket bara att detta måste få ett slut. Viska till mig, som du viskade till henne: Du är befriad från ditt onda!

Amen

*När Jesus öppnade dörren för Nikodemos, mitt i natten,
öppnade han den också för dig.*

(Johannesevangeliet 3: 1-12)

Kanske känns det svårt om dagen. Ljuset, alla människor som ser och har synpunkter. Alla som tycks veta allt. Om natten är det tyst, bara de ensamma som du är vakna och de som måste arbeta. Det är då du söker dig till Gud.

Kanske är detta din bön: Jag söker dig i natten, i mitt tvivel och min ensamhet, och i min vaka. Öppna dörren för mig, och låt andens vind få blåsa. Hjälp mig att söka mig tillbaka hem igen, till det som är mitt liv, min vila, när det ljusnar.

Amen

*När Jesus konfronterades med kvinnan som
anklagades för att vara äktenskapsbryterska,
konfronterades han också med dig.*

(Johannesevangeliet 8:1-11)

Kanske har du levt i våld och förnedring, ansträngt dig hårt,
kämpat varje dag. Kanske har du städat, laga mat och tagit hand
om barnen, slitit år efter år för att få allt att gå ihop. Så en dag,
tar det stopp. En dag är det nog. Kärleken uthärdar allt, står det
i Bibeln. Men du uthärdade inte mer.

Kanske är detta din bön: Gud hjälp alla dessa människor som
dömer och föraktar andra, när det egentligen är sig själva som de
dömer. Hjälp dem att söka sanningen och rättvisan, så att deras
ögon öppnas.

Amen

När Jesus samtalade med den samariska kvinnan vid brunnen i Sykar, samtalade han också med dig.

Jjohannesevangeliet 4:1-26)

Kanske är du en människa som många drar sig undan ifrån, därför att du har erfarenheter som är svåra att tala om. Kanske känner du dig annorlunda, eller så gör du bara allting på ditt eget sätt. Kanske bryr du dig inte om sådant, som många andra verkar vara väldigt upptagna av.

Kanske är din bön: Gud låt mig få vara den jag är. Gud låt mig se sanningen om mig själv och mitt liv, med din kärleksfulla blick. Ge mig mod att se andra människor i ögonen utan att känna skam och utan att förminska mig själv, och låt mig få smaka av det vatten som släcker all törst.

Amen

*När Jesus sa låt barnen komma till mig,
sa han det också till dig.*

(Lukasevangeliet 18:15–17)

Kanske är du barn eller ung, kanske är du ett syskon eller ett bonussyskon. Kanske är du en förälder, en mor- eller farförälder, en vuxen anhörig eller en bonusförälder.

Kanske är detta din bön: Jag ber för barn som är känsliga och för barn som är modiga. Jag ber för barn med särskilda behov och för alla barn som någon längtar efter. Jag ber också för det tysta och det vilda barnet inom mig. Lägga dina händer på barnen, och välsigna dem.

Amen

*När Jesus tilltalade mannen som låg orörlig vid Betesdas damm,
tilltalade han också dig.*

(Johannesevangeliet 5:2–9)

Kanske tror du dig inte om att räcka till, kanske tror du att du är bunden vid de villkor som varit dig givna. Kanske är du rädd, eller bara fast i vanor. Varför ber du inte om hjälp? Du ser alla andra röra sig, springa, utföra saker och ställa krav – men du känner dig främmande i tillvaron.

Kanske är din bön: Gud tala till mig. Väck mig ur min ängslan. Begär någonting av mig som du begärde av mannen vid Betesda. Utmana mig, ställ mig en fråga: vill du bli frisk? Jag lovar att jag skall försöka.

Amen

*När Jesus såg Sackaios, tullindrivaren,
som klättrat upp i trädet för att se,
såg han också dig.*

(Lukasevangeliet 10:1–10)

Kanske har också du gjort sådant som många anser vara fel. Tjänat staten, eller kapitalet, eller kanske bara det som ansågs vara rätt och gott just då. Kanske anade du någonstans att det inte var så bra, men du gjorde det ändå.

Kanske är detta din bön: Gud se mig, möt mig där jag är och just som den jag är. Med fel och brister och med en historia av att ha levt för sådant som jag nu i efterhand tar avstånd från. Gud se mig nu som den jag är, så att jag kan klättra ner från trädet.

Amen

*När Jesus blev mött av Marta och talade med henne på vägen,
talade han också med dig.*

(Johannesevangeliet 11: 20–28)

Kanske för du hela tiden ett samtal med alltings skapare, med universums djupaste grund, med naturen eller med någon som vandrar synlig eller osynlig vid din sida. Kanske är det ett samtal som bär dig, gör dig levande, får dig att ompröva, djupna och komma till insikt.

Kanske är detta din bön: Gud låt mig få fortsätta samtalet med dig. Låt mig få känna den närhet och tillgivenhet som samtalet ger, och låt mig vara öppen för nya tankar och impulser. Låt mig lyssna, tänka efter, lyssna igen – på vägen mot Jerusalem.

Amen

*När Jesus bad Simon från Kyrene om hjälp med att bära sitt kors,
bad han också dig.*

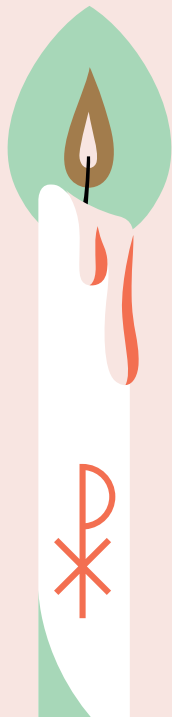
(Matteusevangeliet 27:32)

Kanske känner du dig överflödig. Onyttig och obehövd. Eller bär du på en känsla av meningslöshet. Du vet att depression, sorg och återhämtning efter sjukdom och överbelastning tar lång, lång tid. Men ändå.

Kanske är detta din bön: Gud låt mig få bli behövd, även om jag bjuder motstånd. Jag vill känna det slitna träet som bar dig mot mina egna ibland motvilliga händer. Låt mig få gå vid din sida, utan att säga så mycket, men låt mig få vara där.

Amen

*Det tänds ett hopp
för den fattige
och ondskan
tvingas till tystnad.*
(Job 5:16)



Om fasta

Nu säger Herren, skall ni vända er till mig med uppriktigt hjärta under fasta, gråt och klagan. (Joel 2:12)

Detta är den fasta jag vill se. Att du lossar orättfärdiga bojor, sliter sönder okens rep, befriar de förtryckta, krossar alla ok. (Jesaja 58:5-6)

Om nätter

Det var natt. (Johannesevangeliet 13:13)

Dag talar till dag därom och natt undervisar natt. (Psaltaren 19:3)

De omvärvs av mörker på ljusan dag, famlar mitt på dagen som om det vore natt. (Job 5:14)

Om hopp

Gud kallade ljuset dag och mörkret kallade han natt.

Det blev kväll och det blev morgon.

Det var den första dagen. (Första Moseboken 1:5)

Efter en dags väntan fick vi sydlig vind

och nådde efter två dagar Putelio. (Apostlagärningarna 28:13)

Det tänds ett hopp för den fattige

och ondskan tvingas till tystnad. (Job 5:16)

Då de steg iland fick de se en glödhög och fisk som låg på den, och bröd. Jesus sade till dem: Hämta några av fiskarna som ni just fick. Simon Petrus gick upp på stranden och drog iland nätet, som var fullt av fiskar, 153 stycken. Och fast det var så många gick nätet inte sönder. (Johannesevangeliet 21:9-11)

Fastan inför påsk varar i de flesta kristna traditioner i 40 dagar, från askonsdagen till palmsöndagen. Palmsöndagen inleder Stilla veckan, som avslutas med Påskdagen, då vi firar att Jesus uppstod. Påskdagen infaller den första söndagen efter första fullmåne efter vårdagsjämningen.

Under fastan uppmanas kristna att avstå från något och att dela med sig till behövande. I vår församling deltar vi under hela fastan i Fasteaktionen, då kollekter och insamlade medel går till ACT – Svenska Kyrkans internationella arbete.

Om du eller någon du känner behöver hjälp

Polisen: 114 14 Akut: 112

BRIS, barnens rätt i samhället: 116 111

Botkyrka kvinnojour: 020- 33 33 88

Terrafem kvinnojour för kvinnor och flickor med utländsk bakgrund:
020-521010 (9.00-18.00)

Somaya kvinnojour & tjej-jour på arabiska och flera andra språk:
020-81 82 83 (9.00-16.00)

Familje- och föräldrastöd, Botkyrka kommun:
08-530 623 60 (9.00-12.00)

Socialjouren Botkyrka kommun 020-70 80 03

Botkyrka församling: 08- 530 222 00 (9.00-17.00)



**Svenska
kyrkan**

Botkyrka
församling

90
KONTO

SVENSK
INSAMLINGS
KONTROLL

tryggt
givande
givesverige

**Från dina händer
till där det händer**

**Swisha
din gåva!**



act
Svenska kyrkan