

# **BØNNEUKA I TRONDHEIM**

Årets tema:

Kom og se! (Joh 1,38ff; Mark 9,2ff)

# Kjære bønnevakt

Forsyn deg gjerne med det som står  
framme 😊

## Bønnevaktansvarlige

Reidun Løvdal

Tlf 998 85 946

Bente Denstad

Tlf 922 96 603

Med bønn om ei velsigna stund i Guds tjeneste

**Takk for at du ber!**

## **Noen forslag til hvordan du kan be:**

### **I overlappingen:**

Be gjerne en kort bønn sammen med de som har bedt før dere.  
Takk Gud for dem og be om beskyttelse for hverandre.

### **Start:**

Gi Gud ære, lovpris og tilbe ham. Han er vår Herre, skaper og frelser!  
Bekjennelse: be hver for dere om at Gud må ta vekk det som måtte stenge mellom deg og Gud. Be om hjelp til konsentrasjon.  
Les og be Efeserne 6.10-18: *Bli sterke i Herren, i hans veldige kraft.*  
*Ta på Guds fulle rustning*  
Takk Gud for at han er til stede og hører våre bønner.

### **Bønnetema:**

Finn det som er tema for deres timer (se liste)  
Del opp, konsentrer dere om en ting om gangen  
Bruk rommet.  
Be sammen, være stille og lytte til Gud.  
Snakk sammen om det er noe spesielt dere tenker på i forhold til det dere ba om.  
Gå videre på tema.

### **Avslutning:**

Om naturlig, avslutt med å tilbe / lovsynge. Be gjerne for de neste vaktene.

Gud velsigne deg!

## Noen av Guds løfter om bønn;

"Be, så skal dere få. Let, så skal dere finne. Bank på, så skal det lukkes opp for dere. For den som ber, han får, og den som leter, han finner, og den som banker på, blir det lukket opp for."  
(Matt 7,7-8)

"Loven og profetene hadde sin tid inntil Johannes. Fra da av forkynnes evangeliet om Guds rike, og alle trenger seg inn i det med makt." (Luk 16,16)

"Og det dere ber om i mitt navn, vil jeg gjøre, så Faderen skal bli æret gjennom Sønnen. Dersom dere ber meg om noe i mitt navn, vil jeg gjøre det". (Joh. 14,14)

Herre, takk at du hører bønn  
Takk for at vi får tjene Deg, - at Du kan bruke oss  
Takk at du omslutter oss på alle sider  
Herre, hjelp oss til stillhet og samvær med Deg  
Åpenbar Deg for oss, Herre  
Rens oss, Herre, så ditt lys kan skinne gjennom oss  
Gi oss Ord fra Deg i møte med andre  
Herre, velsign oss og bevar oss mot Den onde og alt ondt  
Amen

Herren velsigne deg og bevare deg  
Herren la sitt ansikt lyse over deg og være deg nådig  
Herren løfte sitt åsyn på deg og gi deg fred

## Bønnetemaer

### **For hver time i døgnet**

- 00 – 01 Byens tenåringer
- 01 – 02 Menighetens diakonale arbeid
- 02 – 03 Ulike bydeler/strategiske steder
- 03 – 04 Bønnearbeidet i menighetene
- 04 – 05 Våre ikke-troende venner og naboer
- 05 – 06 Menighetenes ungdoms- og tenåringsarbeid
- 06 – 07 Byens ledelse, politi, helsevesen, skole
- 07 – 08 Åndelig liv i menighetene
- 08 – 09 Byens barn
- 09 – 10 Menighetenes lederskap/menighetsråd
- 10 – 11 Byens kriminelle miljøer
- 11 – 12 Menighetenes møter og fellesskap
- 12 – 13 Byens åndelige klima/atmosfære
- 13 – 14 Kristen enhet/den forfulgte kirke
- 14 – 15 Byens studenter og studiesteder
- 15 – 16 Menighetenes evne og vilje til å nå ut til nye
- 16 – 17 Folk i ulike livssituasjoner
- 17 – 18 Verden i dag og Midtøsten
- 18 – 19 Byens ensomme, syke og de som sliter
- 19 – 20 Industri og arbeidsplasser
- 20 – 21 De som har ansvar og tjeneste nattetid
- 21 – 22 Åndskamp
- 22 – 23 Familier – ekteskap, foreldre og barn
- 23 – 24 Våre nye landsmenn

Kl. 00 – 01

## Byens tenåringer

**"Ungdommens Frelser, hør oss når vi beder:  
Let etter dem som ennå selv ei leter!  
Døvet av verdens larm og lyst og pine  
Er de dog dine, er de dog dine." (Nos 387)**

**Herre vi ber deg....**

For Trondheims tenåringer

La de se at Jesus er relevant for deres liv (Åpenbaringen 3:20).

La de få se at Han har en plan med deres liv og at Han elsker dem.

La de få trygge relasjoner/rammer å forholde seg til, som foreldre og venner.  
La de se at de har en Far i himmelen som bryr seg.

Hjelp dem til å se at de har verdi i seg selv.

Gi de styrke til selvstendige valg og trygghet til å "være seg selv" og ikke drukne i krav om mote og vellykkethet.

La de få styrke til å stå imot press fra bruk av rus og avhengighet.

Vi ber for ungdommene og ungdomsarbeidet i alle byens menigheter.  
Gi kristne tenåringer frimodighet til å fortelle om og vise hvem de tror på.

La tenåringene ha sin identitet i noe større enn utdanning, penger og jobb

Vi ber for 22b – et av Salems ungdomsarbeid rettet mot barn og unge med vanskeligheter i Trondheim sentrum.

La tenåringene møte mennesker som kan gi gode råd, veilede og gi støtte.

Takk Gud, du vet om hver eneste tenåring. Skap en lengsel etter Deg hos hver enkelt. Send noen av dine i deres vei, så de kan få lære og komme sammen med ungdommer som kjenner deg.

Takk for din kjærlighet og omsorg for alle dine skapninger.

Kl. 01 – 02

## **Menighetenes diakonale arbeid.**

**"Til frihet har Kristus frigjort oss..... her gjelder bare tro, virksom i kjærlighet. .... Tjen hverandre i kjærlighet. For hele loven blir sammenfattet i dette ene bud: du skal elske din neste som deg selv."  
(Gal 5)**

Herre vi ber deg.....

- for alt diakonalt arbeid i Trondheim.....
- for det arbeide vi er en del av og kjenner til
- for Kirkens Bymisjon og deres arbeid ut i fra Vår Frue Kirke
- for Frelsesarmeen
- for Salems diakonale arbeid: 22b med blant annet bofellesskapene
- for Omsorgskafeen
- for Formiddagssamlinger i de ulike menighetene
- for Besøktjenesten i menighetene

Vi ber om hjelp til å organisere arbeidet på en god måte.

Herre, hjelp oss til å se og gi hjelp til de som trenger det mest.

Herre, gi styrke og visdom til de som leder og driver dette arbeidet.

(Sak 4,6)

Takk himmelske Far, du har gitt oss Jesus. Vi går ikke alene, du Jesus er med oss og leder og gir oss kraft

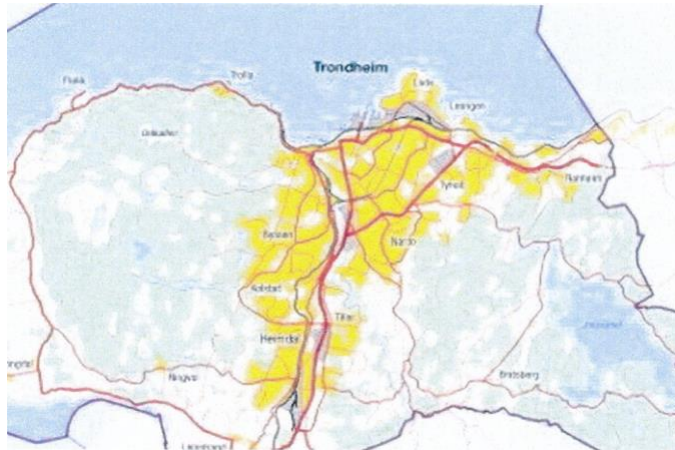
Herre gi oss glede i tjenesten for deg

Kl. 02 – 03

## Ulike bydeler/strategiske steder

”Se til at den byen som jeg har ført dere bort til må ha fred og fremgang, og be til Herren for den! For når det går den vel, går det også dere vel.” Jer.29;7

Be for bydelene våre: Skoler, barnehager, oppvekst og nabomiljø



- for Trondheim sentrum:
  - Tinghuset – lov og rett
  - Trondheim torg – folk og handel
  - Tunga kretsfengsel – innsatte og ansatte
  - Rådhuset – byens ledelse
  - Politiet – ”på gata” og etterforskning
- for sykehus, sykehjem og andre institusjoner.  
Gi de ansatte kjærlighet, styrke og glede i arbeidet
- for høyskolene  
NTNU (Gløshaugen, Dragvoll med mer)  
HIST (Høgskolen i Sør-Trøndelag)  
Dronning Maud med flere
- for handelstanden, og de kristne bruktbutikkene
- for Tyholt (radio/TV) og Adresseavisen og kulturlivet med teateret
- for Sandmoen asylmottak, rettferdig asylpolitikk, god integrering, Kristent interkulturelt arbeid

Herre, du har all makt i himmel og på jord. Du vil at alle blir frelst.  
Herre forbarm deg over oss



Kl. 03 – 04

## Bønnearbeidet i menighetene

**"Hvis dere blir i meg og mine ord blir i dere, da be om hva dere vil, og dere skal få det. Når dere bærer mye frukt blir min Far forherliget, og da er dere mine disipler..." Joh 15, 7-8**

Kjære Jesus, takk for dine løfter  
Takk at du har all makt i himmel og på jord  
Takk at du omgir oss på alle sider og går med oss  
Takk for tilgivelsen og en ny start  
Takk for tjenesten du gir den enkelte  
Takk for at du hører bønn og for løftene som er knyttet til bønn

Skap en lengsel i oss etter stillhet og samvær med deg  
Gi oss nådens og bønnens ånd  
Lær oss å be: I Jesu navn og etter din vilje  
Kall mennesker sammen til bønnefelleskap med Deg  
Hjelp oss til å høre og ta imot Ordet ditt

**"Det skal ikke skje ved makt og ikke med kraft, men ved min Ånd"**  
(Sak4,6)

La bønneuka bli et vendepunkt for oss, så bønn blir prioritert  
Takk for alle som ber og har det som sin spesielle oppgave  
Gi oss styrke og glede  
Gjør oss utholdende  
Reis opp flere mennesker til denne tjenesten

Herre, du har kalt oss til å be for vårt land, myndigheter og for mennesker som har ansvar  
Herre, la Ditt rike vokse i Trondheim  
Bryt Den Ondes grep i vårt samfunn og i Europa  
Hjelp oss til å bruke dine midler, våk, be og faste

**"Når vi arbeider, arbeider mennesker. Når vi ber arbeider Gud."**

Takk at du hører bønn...  
"Skje din vilje, ikke vår"

Kl. 04 – 05

## Våre ikke-troende venner og naboer

**"- Gå derfor ut og gjør alle folkeslag til disipler..." Matt 28,19**

"Før jeg snakker med naboen min om Gud, vil jeg snakke med Gud om naboen min."

Kjære Gud, du er en far som lengter og leter etter bortkomne sønner og døtre. Gi oss en flik av fars-hjertet ditt. Legg så mye av Din nød på våre hjerter som vi orker å bære

Vis oss et menneske - en venn, kollega, nabo eller slektning – som akkurat nå er åpen for deg. Vis oss ansiktet hans eller hennes, mens vi er i bønn

La oss alltid være de som bringer fred og velsignelse der vi ferdes. Lukas 10,5.: "Men når dere kommer inn i et hus, skal dere si: Fred være med dette hjem!"

Hjelp oss å bruke to minutter ekstra når vimøter mennesker midt i en hektisk hverdag. Gi oss ro til å spørre: "Har du det bra?" – og ro til å lytte til svaret

Vis oss hvordan vi kan møte menneskers konkrete behov i hverdagen. Gjør oss oppfinnsom og praktisk. La oss se og møte våre medmennesker slik Du ser og møter mennesker

La hjemmet vårt være åpent for nye mennesker, og la oss selv takke ja når vi blir invitert hjem til noen

Hjelp oss å "mikse" våre kristne og ikke kristne venner, slik at det kan oppstå vennskapsbånd på tvers av våre forskjellige relasjoner

Gi oss frimodighet, når det føles naturlig å fortelle med enkle ord hva du, betyr for oss

Gi oss frimodighet, når tiden er moden, til å invitere vennene våre inn i et kristent fellesskap med menneskene vi omgås ellers i uka

Til slutt, Jesus – når vi har fått oppleve den ubeskrivelige gleden det er å føre et annet menneske frem til deg: la oss få oppleve det én gang til

Kl. 05 – 06

## **Menighetenes ungdoms- og tenåringsarbeid**

**"Jeg er døren. Den som går inn gjennom meg skal bli frelst, og han skal gå inn og ut og finne beite." Joh 10,9**

**Herre, vi ber deg....**

for ungdommene i menighetene våre

Vi ber for det kristne ungdomsmiljøet

La det være steder der ungdommene kjenner seg hjemmel og ønsker å identifisere seg med

La disse samlingsstedene være et sted der de blir kjent med deg, Jesus

Hjelp lederne til å skape trygge og trivelige rammer  
og gi de visdom til å lede ungdommene til tro

Gi lederne glede og inspirasjon i denne tjenesten

Gi kristne ungdommer glede, trygghet og stolthet over å være kristne  
Vis oss hvordan vi kan nå nye ungdommer

Herre, velsign alle kristne ungdomssteder og alle ungdommer og voksne som står i denne tjenesten. La UT engasjementet være sterkt

La ungdommene som besøker disse plassene få oppleve at du Gud er personlig og dagsaktuell for ungdommer i dag

Må Du Herre bli den faste grunn de kan stå på i en tid med raske skiftninger og stort forventningspress på ungdommene

Herre, vi ber deg

"Min sønn, ta imot mine ord, og ta vare på mine bud,

så du lytter til visdommen og prøver å forstå med hele ditt sinn

Ja, bare kall på forstanden, og rop med høy røst etter innsikt

Let etter den som om det var sølv, grundig som når en graver etter skatter

Da skal du skjønne hva gudsfrykt er, og vinne kjennskap til Gud"

(Ordsp 2,1-5)

Kl. 06 – 07

## Kommune, politi, skole, helsevesen

**Enhver skal være lydige mot de myndigheter han har over seg. Det finnes ingen myndigheter som ikke er fra Gud....." Rom 13, 1-7**

### **Herre, vi ber deg..**

for våre myndigheter og våre styresmakter, for alle som har ansvar i byen vår

### **NAV**

Gi visdom til de ansatte, slik at byens befolkning blir møtt på en vennlig og god måte og får hjelp. Gi gode samarbeidsvilkår innenfor bydelshusene

De "offentlige "servicekontorene"

Godt samarbeid mellom: NAV, kommunale tjenester: (sosialkontoret, voksne, barn, helsetjenester)

### **Trondheim kommune**

Vi ber for politikere og administrasjon, om hjelp til gode beslutninger til folks beste.

For ordfører og varaordfører

La alle barn ha venner og oppleve egenverdi

La voksne gripe inn og stoppe mobbing og alle tilløp til mobbing

Hjelp voksne i kontakt med barn til å oppmuntre og verdsette det barna mestrer

Gi ungdom som har problemer mot og frimodighet til å "bruke" voksne

### **Politi**

Herre, vi ber: bryt mørkets makt, la ditt lys komme inn i de kriminelle miljøene

Gi visdom, styrke og innsikt til de ansatte i møte med menneskene, så møtene kan være preget av gjensidig respekt

For barn og deres oppvekstvilkår, om nærhet, omsorg og kjærlighet

La barn og familier som opplever vold i nære relasjoner få hjelp og forståelse. La oss tørre å bry oss – for barnas skyld

Hjelp barn og unge så de kan utvikle respekt for hverandre

### **Skole**

Herre, kall mennesker som kjemper for å bevare de kristne grunnverdiene

Skap gode miljø, der barn og voksne trives

Vi ber for lærerne - gi de kjærlighet, innsikt og visdom i arbeidet

Hjelp de voksne til å se de som ikke har det godt og ta vare på dem

Hjelp lærerne til å skape gode rammer og sette gode og tydelige mål for barna

Herre, støtt de kristne elevene så de får kraft og mot til å stå for sin tro

### **Helsevesenet**

Vi ber om mer ressurser for hjemmetjenesten, mer tid for den enkelte bruker

For de forskjellige helseinstitusjonene: sykehjem, psykiatri, og St. Olav og fastlegene.

Herre, gi styrke, glede, trivsel og helse for både ansatte og brukere

Kl. 07 – 08

## Åndelig liv i menighetene

**"Jeg vil gi dere et nytt hjerte og la dere få en ny ånd inne i dere. Jeg vil ta steinhjertet ut av kroppen deres og gi dere et kjøtt hjerte isteden. Jeg lar dere få min Ånd inne i dere, og gjør det slik at dere følger mine forskrifter og tar vare på mine lover, så dere lever etter dem."  
(Esek 36, 25-28)**

**Herre, vi ber deg.....**

Vis oss ditt ansikt og din hellighet (2. Kor 3,17-18)

Gi oss mer lengsel etter hellighet i våre liv, la oss få møte deg, Gud (1. Tes 4, 1-12)

La oss smake og kjenne at Herren er god (Salme 34,9)

Gi oss en dypere forståelse av deg, Gud, og hva du har gjort for oss. (Ef 1,17-23; Jes 6,3)

Gi oss bønnens ånd (Sak 12,10; Lk 2,37)

Gi oss en dypere kjærlighet til alle mennesker (Jes 61,1-3)

Kom Hellig Ånd, fyll våre menigheter med kraft og visdom (Apgj 2,1-4; Ef 3,20-21)

Gi oss større kjærlighet til våre søsken i troen.

La våre menigheter bli et sted hvor omsorg og barmhjertighet utøves (2. Tess 3,5; Apgj 2,42-47; Joh 13,35)

Vi takker deg, vår Gud, du har all makt i himmel og på jord.

Takk for at vi kan hvile i din nåde og få leve i Din Hellige Ånds kraft.

Gi oss et varmt og mykt hjerte

Hør vår bønn

## Kl. 08 – 09

# Byens barn

**"La de små barna være, og hindre dem ikke fra å komme til meg. For himmelriket tilhører slike som dem." (Matt 19,13)**

**Herre, vi ber**

Gi alle barn trygge og kjærlige oppvekstvilkår

Jesus, må du få være naturlig til stede i barnehagene og i skolene

Vi ber for offentlige instanser for barn, ungdom og familier:

- BUP (barne- og ungdomspsykiatrien),
- Fosterhjem
- Barnehjem (Heggli og Catarinasenteret)
- Kommunale og private tiltak for enslig mindreårige flyktninger (Rabita institusjon, Opal, Emilie Kroghs vei bofelleskap og Kirkens Bymisjons botiltak)
- Andre deler av barne- og familietjenesten,
- Kirkens Bymisjons omsorgsstasjon for barn og unge,
- Ungdomsbasen.
- Vi ber for Den norske kirkes trosopplæring

La alle barn ha voksne som bryr seg om dem

Vi ber for alle hjem – gi foreldre styrke og vilje til å stå saman.

Vi ber for alle barn som opplever oppløste hjem, som preges av voksnes prioriteringer. Vi ber for barna som er ensomme, som blir mobbet

De som er utsatt for overgrep, barn av rusmisbrukere, barn som har opplevd krig, barn fra voldelige hjem. Gi voksne kjærlighet og mot til å bry seg

Herre, vi ber om at barna får oppleve det livet du har gledet deg til å gi dem  
Velsign alle gode barneaktiviteter. La det være steder der barna har det godt  
Må alle barn få lære om deg og bli kjent med deg.

Gi visdom til alle som driver arbeid blant barn. Led arbeidet, la det bli steder der kjærlighet og glede former samværet  
Kall flere til denne tjenesten

Takk, himmelske Far, du har sagt du vil frelse våre barn (Jes 49,25b)

Kl. 09 – 10

## **Menighetenes lederskap / menighetsråd**

**"Vi ber dere, brødre, å vise dem anerkjennelse som arbeider blant dere, de som er deres forstandere i Herren og formaner dere. Dere skal elske dem og sette dem overmåte høyt på grunn av den gjerning de har. Og holde fred med hverandre!" (1. Tess 5,13)**

### **Herre, vi ber**

for alle styrer, eldsteråd, lederskap, menighetsråd, alle som har ansvar for din kirke i vår by

for alle ledere og deres familier. Hjelp de til å leve et rett liv for deg, til å være gode ektefeller, foreldre, venner naboer og Guds barn (1. Tim 3,1-15)

Hjelp de til å være gode ledere og hyrder (Salme 23; 1. Tim 4, 11-16)

Skap en lengsel i dem etter samvær med Deg, Herre (2. Tess 3,17)

Herre, hjelp alle ledere og de som skal forkynne ditt Ord til stillhet og samvær med deg, så de kan lytte til Dine hjerteslag

Må deres tjeneste bli ledet av deg

La dem være en kanal for din kraft

(Joh 16,13-15; Salme 51, 8+12+19)

Herre, beskytt alle lederne og deres familier fra den ondes angrep. Vi ber om beskyttelse fra utbrenthet og andre helseproblemer, fra motløshet, og stolthet (Mark 6,31)

Skap en felles Ånd i våre menigheter, så vi kan bære over med hverandre i kjærlighet. Vi ber om åpenhet, og vilje til lydighet og fred mellom ledere og menighetene. (Ef 4, 1-7+13)

Herre, gjør menighetene til et fruktbart sted

Der din kjærlighet råder (Joh15,5+15+17)

Kl. 10 – 11

## **Byens kriminelle miljøer**

**"For menneskesønnen er kommet for å lete etter de bortkomne og berge dem" (Luk 19,10)**

**Herre, vi ber deg.....**

Bekjemp all kriminalitet:  
menneskehandel / sex-slaver  
narkotikahandel  
vinningsforbrytelser  
økonomisk kriminalitet

La de gjenkjenne respekten for seg selv og andre

For politi og rettsapparat slik at oppklaringsprosenten øker

For de som er offer for kriminelle handlinger

For de som begår kriminelle handlinger at de får erkjennelse for det gale de gjør, soner sin straff og lar de få en ny start i selvrespekt og verdighet, uten kriminalitet. La Guds Ånd påvirke de til erkjennelse, oppgjør og omvendelse

For de innsatte på Tunga, at de får lyst og evne til å forandre sin livsførsel

Hjelp de med rusavhengighet og prostitusjon å bli løst ut av negative bindinger og miljø og inn i positive miljø som bygger de opp.

Helbred sår i sjelen fra fortiden. Kom med nåde, tilgivelse og helbred.

Vi ber for ansatte i politi og behandlingsapparat, fængselsvesen og kriminalomsorg.

Herre, beskytt de unge mot den onde. La de erfare at de er dine sønner og døtre og hindre de å bli involvert i kriminelle miljø.

Takk Jesus, at du ikke kom for å dømme verden, men for at verden skulle bli frelst (Joh 3,17)



Kl. 11 – 12

## Menighetenes møter og fellesskap

**"Jeg er vintreet, dere er grenene. Den som blir i meg og jeg i ham, han bære mye frukt, men uten meg kan dere intet gjøre." (Joh 15,5)**

**Herre, vi ber deg....**

La alle samlinger i ditt navn, gudstjenester og møter, være livsnære og aktuelle, så mennesker kan få hjelp og trøst til sine liv

La alle som har ansvar for å planlegge møter og samlinger, se at de må starte arbeidet sammen med Deg Herre

La alle samlinger være "badet" i bønn

Herre, led dem, gi de de rette Ord

Hjelp dem til å formidle slik at det "treffer" den enkelte målgruppe

For alle som underviser og forkynner

Kom Hellig Ånd, gjør budskapet levende og livsnært

Gi frimodighet til at Guds ord blir forkynt klart og rent og helt

Vis oss hvordan vi kan arrangere møter/gudstjenester o.a. for å nå nye mennesker med budskapet

For fellesskapet i menighetene

Må din kjærlighet være tilstede der, så vi møter hverandre som søsken

Hjelp oss til å "se" hverandre, og ta imot hverandre

Spesielt ber vi om at de som er "nye" blir inkludert i fellesskapet

Skap varme og trygge rammer som gir frihet til at vi kan være oss selv og dele liv med hverandre

Hjelp oss til gjestfrihet, til åpne heimer (Hb 13,2)

Herre, vis oss hvor og hvordan vi kan skape gode møteplasser der flere blir med – og blir en del av fellesskapet - til glede og oppbyggelse for alle

**"....Hver dag holdt de trofast sammen på tempelplassen, og i hjemmene brøt de brødet og spiste sammen med oppriktig og hjertelig glede. De sang og lovpriste Gud og var godt likt i hele folket. Og hver dag la Herren til nye som lot seg frelse." (Apg. 2;42-47)**

**Herre lær meg dine veier og lær meg dine stier! (Salme 25; Apgj 2,44ff)**

Kl. 12 – 13

## Byens åndelige klima/atmosfære

"Min sjel, lov Herren! Han tilgir all din skyld og leger all din sykdom. Han frir ditt liv fra graven og kroner deg med godhet og miskunn" (Salme 103).

**Herre, vi ber deg....**

Tilgi oss all synd og urett som er begått og begås i vår by (Nehemja 1,3-7)

La oss få mer av Din Hellige Ånd

"Vend blikket hit, vi er jo alle ditt folk!" (Jesaja 64,1-11 og 65,1)

Send "Ditt regn" din atmosfære over oss

La våre sinn bli formet av Deg (Sakarja 10,1; Jesaja 41, 17-20)

Takk for alle Dine løftesord. Hjelp oss til å ta imot og leve i løftene (Salme 103)

Herre, beskytt oss! Bryt Den ondes planer om "å stjele, drepe og ødelegge" (Joh 10,10-11)

Vis oss den ondes nærvær og gi oss styrke til å kjempe mot Ham i bønn, faste og utholdenhet (Lukas 10, 18-20; 1. Peter 5, 8-9)

"Åndens frukt er kjærlighet, glede, fred, overbærenhet, vennlighet, godhet, trofasthet, ydmykhet og selvbeherskelse" (Gal. 5, 22-23) Gud la det bli frukter som modnes fram i våre og menighetens liv

Takk Gud for din storhet og barmhjertighet

"Skjul ditt åsyn for mine synder, og utslett all min skyld! Skap et rent hjerte i meg, Gud, gi meg en ny og stø ånd!" (Salme 51)

La oss leve i nåden og tilgivelsen til oss selv og til vår neste

Kl. 13 – 14

## **Kristen enhet – den forfulgte kirke**

**"Så formaner jeg dere,.... Vær ydmyke, ta dere ikke til rette, strekk dere langt så dere bære over med hverandre i kjærlighet. Legg vinn på å bevare Åndens enhet, i den fred som binder sammen...." (Ef 4,1-6)**

Tilgi oss alt som er sagt og gjort av negative ting mellom Dine barn i de forskjellige menigheter

Må Din kjærlighet få prege oss og fellesskapet vårt  
**"La kjærligheten til brødrene holdes levende!" (Hb 13,1)**

Skap respekt, åpenhet og kjærlighet mellom prester, pastorer og menighetsledere fra forskjellige menigheter

Takk for at vi i vår by ber for hverandres menigheter.  
Velsign det felleskirkelige arbeidet. Hjelp oss å se at vi har en felles tjeneste for Deg

Herre, vær nær hos de som er forfulgt for sin tro

**Fyll deres hjerte og tanke med Din glede, Ditt håp og Din fred (Hb 13,3; Matt 25,26)**

Må deres vitnesbyrd føre andre til Deg

Vi ber for "Åpne dører" og "Ropet fra Øst" og deres arbeid for mennesker som er utsatt for overgrep og forfølgelse for sin tros skyld

For land der krig og uro råder: Syria, Nord-Korea, Kina, Burma, Laos, Vietnam, Indonesia, Irak, Iran, Afrika, Kongo, Sudan, Sør-Sudan, Kenya, Midtøsten

Vi ber for steder underlagt streng muslimsk eller kommunistisk styre, der brudd på menneskerettighetene ovenfor kristne og andre minoriteter begås.

**"Vi skal være tro mot sannheten i kjærlighet og i ett og alt vokse opp til ham som er hodet, Kristus. Fra ham kommer hele legemets vekst... (Ef 4, 14-16)**

Kl. 14 – 15

## **Byens studenter og studiesteder**

**"Lær gutten den veien han skal gå, så forlater han den ikke når han blir gammel" (Ordspr 22,6)**

**Herre, vi ber deg.....**

Om ditt nærvær ved alle studiestedene (NTNU, HIST, Bl.a.)  
Beskytt og velsign alle studentene i byen

For menighetenes ulike studenttilbud

For "NY generasjon" og "Studentlaget" og andre som driver arbeid ved de forskjellige studiestedene. Vi ber om din ledelse og beskyttelse for de som driver dette arbeidet og din velsignelse over virksomheten

For Skepsisuka som er ei uke i mars med ulike arrangementer for å nå nye studenter med evangeliet.

For studentprestene. La dem få se hva som er viktig å prioritere slik at studentene lærer å kjenne deg

Vi ber om et godt miljø for studentene både ved studiestedene og i fritiden  
Om gode forelesere og vel forberedte forelesninger  
Om gode venner og trivsel  
Om rett disponering av tiden

Vi ber om Ditt nærvær over Studentersamfundet

Hjelp menighetene til å legge til rette for studentene så de føler seg velkommen og trives blant oss

Vi ber om at flere professorer og ledere på studiestedene skal se Din Sannhet

**"Det er Herren som gir visdom, kunnskap og innsikt går ut fra hans munn.**

**Min sønn, ta imot mine ord, og ta vare på mine bud, så du lytter til visdommen og prøver å forstå med hele ditt sinn  
(Ordspr 2,6+1)**

Kl. 15 – 16

## **Menighetenes evne og vilje til å nå ut til nye**

**"Men dere skal få kraft når Den Hellige Ånd kommer over dere, og dere skal være mine vitner i Jerusalem og hele Judea, i Samaria og like til jordens ender" (Apgj 1,8)**

**Herre, vi ber deg...**

Gi oss kjærlighet og nød til alle som ikke kjenner deg  
La menighetene bli tent og fylt med Din kraft (Luk 24,49)

- til aktivt å møte andre med Din kjærlighet,
- til å se, lytte og tjene

Sett fellesskapene våre i stand til å ta imot de som trenger hjelp og støtte.  
La de "andre" erfare at vi elsker hverandre  
(Joh 13,34-35)

Gi alle som forkynner Ditt ord frimodighet til å tale sant om livet  
Om livets skjørhet og sårbarhet  
Om at vi alle trenger nåden  
Om Guds store kjærlighet til ALLE mennesker  
Hjelp oss å se deg, Jesus, i enhver vi møter  
Hjelp oss til å skape gode møteplasser hvor vi kan be med oss de som ennå ikke har tatt imot deg

Vi ber for alle som har kommet bort fra menighetsfellesskapene. At de må kalles tilbake til dåpens nåde

For de som vil kalle seg kristne, men ikke har et levende fellesskap med Deg  
For de som søker etter åndelig kraft, virkelighet og sannhet  
Gi oss visdom i møte med troen på nyreligiøsitet og troen på mennesket som Guds erstatter

Takk, Jesus, at du går med oss!

**"Men mange av dem som hadde hørt budskapet, kom til tro, og tallet på menn steg til rundt fem tusen" (Apgj 4,4)**

Kl. 16 – 17

## Folk i ulike livssituasjoner

**"Derfor bøyer jeg mine knær for Faderen, han som har gitt navn til alt som heter far og barn i himmel og på jord. Jeg ber om at han som er så rik på herlighet, må styrke dere i det indre menneske med sin kraft og med sin Ånd, så Kristus ved troen kan bo i deres hjerter, og dere kan stå rotfestet og grunnfestet i kjærlighet. Da kan dere sammen med alle de hellige bli i stand til å fatte bredden og lengden, høyden og dybden, ja, kjenne hele Kristi kjærlighet, som er mer enn noen kan fatte, og bli fylt av hele Guds fylde"**  
**(Ef 3,14-19)**

Herre, vi ber deg....

- For familiene
- For barn og unge (Matt 18,5-6)
- For de ufødte barn og deres familier (Salme 139,11-16) Gi Guds visdom i utarbeiding av bioteknologilovgivningen
- For de som er syke eller har prøvelser pga problem med økonomi eller relasjonelle forhold
- For de eldre (Salme 92,15) og de som er ensomme
- For de som er kommet bort fra fellesskapet med Deg (Luk 15,3-32)
- For alle som tørster og lengter (Jes 41,17-20)
- For alle de som ikke kjenner Herren (Jes 55,1-3 og 6-7)

Takk, Gud, for din kjærlighet til alle. Skap en lengsel etter Deg i hvert menneske

Vår far i himmelen

La navnet ditt helliges

La riket ditt komme

La viljen din skje på jorden slik som i himmelen

Gi oss i dag vårt daglige brød og tilgi oss vår skyld,  
slik også vi tilgir våre skyldnere

Og la oss ikke komme i fristelse, men frels oss fra det onde

For riket er ditt og makten og æren i evighet. Amen

Kl. 17 – 18

## Verden i dag og Midtøsten

**"For jeg var sulten, men dere gav meg ikke mat; jeg var tørst, men dere gav meg ikke drikke; jeg var fremmed, men dere tok ikke imot meg; jeg var uten klær, men dere kledde meg ikke; jeg var syk og i fengsel, men dere så ikke til meg.**

**Sannelig, jeg sier dere: Det dere ikke gjorde mot en av disse minste, har dere heller ikke gjort mot meg."**

**(Matt 25, 42-43, 45)**

Herre, vi ber deg.....

Hjelp oss til å se med Dine øyne – på vårt liv og jorden vi lever på.

Tenn vårt hjerte for andres nød

Gi oss visdom til å forvalte vår jord på en bærekraftig måte

Om at nasjoner, styresmakter og det enkelte menneske i vesten må kjempe for en mer rettferdig fordeling av jordens ressurser

For de verdensomfattende organisasjoner: verdensbanken, WTO (verdens handelsorganisasjon), WHO (verdens helseorganisasjon) andre sentrale aktører som USA og EU

Vi ber om Ditt lys og Din ledelse i arbeidet om rettferd i verden

Om vilje til gjeldsslette og rettferdighet

For alle som lider pga. krig, ulykker og naturkatastrofer

Vi ber om barmhjertighet og hjelp fra den rike del av verden

Skap fred i Syria og Irak. Beskyttelse og frigivelse for de som er kidnappet.

Vi ber for det som er aktuelt fra nyhetsbildet i dag

Midtøsten, de arabiske land (etter den arabiske våren), Sudan, Nigeria, Nord Korea

Herre, send noen som kan formidle din fred og din forsonende kjærlighet

Gi lys og styrke til de som kjemper for fredelige løsninger.

Takk, Gud du har all makt i himmel og på jord

Kl. 18 – 19

## **Byens ensomme, de som sørger, de syke og de som sliter**

**"Sannelig, våre sykdommer tok han på seg, og våre smerter bar han. Vi trodde han var blitt rammet, slått av Gud og plaget. Men han ble såret for våre overtredelser og knust for våre misgjerninger. Straffen lå på ham for at vi skulle ha fred, ved hans sår har vi fått legedom (Jes 53, 4-5)**

Herre, vi ber deg.....

Vær nær alle disse med Din Ånd, ditt håp, din trøst, din kraft og din Fred.  
Kall mennesker til å se og handle, - besøke de som er i deres nærhet  
Kall mennesker til å gå inn i besøkstjeneste

Gjør menighetene våre til gode møtesteder for de som er ensomme

For de kronisk syke og de som kjemper med smerter hver dag  
Gi de livsmot og kraft for hver dag

For de som bor på institusjon. Skap gode boforhold og en god tone mellom beboerne og mellom beboerne og de ansatte

For de som sitter hjemme og er avhengige av hjemmebasert tjeneste  
Herre, vær nær hos de, gi de livsmot og Din fred  
Kall slekt og bekjente til besøk og samvær med de ensomme

Gi oss frimodighet til å be om helbredelse for enhver lidelse. For vi er kalt til å gjøre større under enn Mesteren selv (Jakob 5,14)

For de som sliter med livet og bærer tunge byrder  
- med krav og forventninger, - med rusmidler, - med angst eller depresjon  
- med tilpasningsproblemer til samfunnet for øvrig  
Hjelp de til å ta imot ditt Ord og dine løfter (Matt 11,28-29)

For de som har sorg. Herre, takk at du er nær midt i sorg og mørke  
Takk for Ditt lys og Din trøst (Salme 23,4, Jes 66,13, Jes 49,13)  
Takk for alle som viser omsorg og støtte

Gi oss alle din kraft, så vi bærer hverandres byrder og gir hverandre trøst så langt vi evner, Ved Jesus Kristus, vår Herre



## Industri og arbeidsplasser

**"Falsk vekt er en styggedom for Herren, han gleder seg over fullvektige lodd. Med overmot følger skam, men de ydmyke har visdom. De oppriktige ledes av sitt rettsinn, men falskheter gjør ende på svikerne. Gods gagner ikke på vredens dag, men rettferd berger fra døden."  
(Ords 11,1-4)**

Herre, vi ber deg.....

For all virksomhet i næringslivet

Må ledere og ansvarlige drive sin bedrift på en ærlig og sunn måte

Må raushet få prege næringslivet. "...et godt mål, sammenristet, stappet og breddfullt skal dere få i fanget. For i det målet dere selv måler med, skal det også måles opp for dere. (Luk. 6, 37-38)

For alle arbeidsplassene. Om godt arbeidsmiljø og gode kollegiale forhold

Skap nye, sunne og gode arbeidsplasser

Vi ber om en sunn økonomi for hele regionen

Hjelp alle som har penger og arbeidsplasser til å forvalte de på en god måte

Vær hos alle som rammes av finanskrisen, gi mot og håp

Herre, vær nærværende på alle arbeidsplasser. Gi styrke og frimodighet til alle kristne arbeidstakere og mot til å vitne om Deg for sine kolleger

La alle plasser være steder der mennesker blir kjent med deg, Jesus, vår Frelser og Forsoner

Lær oss velsignelsens hemmelighet i å gi tiende (Malaki 3,10)

*"Lær meg å kjenne dine veier  
og gå dem trøstige skritt for skritt!  
Jeg vet at hva jeg fikk i eie,  
er borget gods, og alt er ditt.  
Men vil din sterke hånd meg lede,  
jeg aldri feil på målet ser,  
Og for hvert håp som dør her nede,  
får jeg et håp i himlen mer"*

Kl. 20 – 21

## **De som har ansvar og tjeneste nattestid**

**"Herren er din vokter.**

**Herren er din skygge, han er ved din høyre hånd.**

**Herren skal bevare deg fra alt ondt og verne om ditt liv."**

**(Salme 121, 5.7.)**

Herre, vi ber deg....

For alle som skal ha ansvar og tjeneste/arbeide i natt

I helsevesenet i hjemmetjeneste, syke- og aldershjem, sykehus

I transportbransjen, sjåførere, piloter og togførere

Produksjonsarbeidere

Folk i serviceyrker, utesteder og hoteller

I politiet – inne og utetjeneste

Telefonvakter i kirkens SOS

Alle som har ansvar for å opprettholde virksomhet og sikkerhet i samfunnet

De som ikke har hus og hjem å tilbringe natten i, men må finne

De som ikke får sove. La de finne trøst og hvile i Din nærhet, og bruke tid i bønn til deg.

**La oss som ikke sover være med å vokte byen vår med bønn og tilbudelse (Nehemja 4,8-9)**

**"Hun merker at hennes arbeid lykkes, hennes lampe slokner ikke om natten." Orsp. 31;18.**

Gode Gud, la Ditt nærvær erfares mellom menneskene

La alle møter mellom menneskene bli slik at vi berører hverandre

Du er den som gir styrke og mot

Gi trygghet og glede i tjenesten

Takk at du omgir oss på alle sider

Skap lengsel etter Ditt ord

"I stillhet og tillit skal vår styrke være"

Kl. 21 – 22

## Åndskamp

### Guds fulle rustning

"Bli sterke i Herren, i hans veldige kraft! Ta på Guds fulle rustning, så dere kan holde stand mot djevelens lumske angrep. For vi har ikke en kamp mot kjøtt og blod, men mot makter og myndigheter, mot verdens herskere i dette mørke, mot ondskapens åndehær i himmelrommet. Ta derfor Guds fulle rustning på, så dere kan gjøre motstand på den onde dag og bli stående etter å ha overvunnet alt. Stå da klar med sannheten som belte om livet og med rettferd som brynje, og ha som sko på føttene den beredskap som fredens evangelium gir. Grip framfor alt troens skjold; med det kan dere slokke alle den ondes brennende piler. Ta frelsens hjelp og Åndens sverd, som er Guds ord. Gjør dette i bønn, og legg alt fram for Gud! Be til enhver tid, i Ånden! Våk og hold ut i bønn for alle de hellige, også for meg. Be om at de rette ord må bli gitt meg når jeg skal tale, så jeg frimodig kan forkynne evangeliets hemmelighet, som jeg er sendebud for også her i fengselet. Be om at jeg ved evangeliet må få frimodighet til å tale slik jeg skal." (Ef. 6,10-20)

Herre, vi ber deg.....

Gi oss visdom til å skille mellom åndene  
Gi oss styrke til å motstå den onde og skulle vi falle, gi oss mot og kraft til å reise oss igjen

Herre, vi ber for vårt samfunn  
La alle beslutninger bygge på kristne verdier  
Reis opp mennesker som kjenner Deg og sett de i viktige og avgjørende posisjoner

Herre, du har all makt i himmel og på jord  
Alt er mulig for Deg  
Lær oss å be: «I Jesu navn, alt som ikke er av deg, Herre, gå! –  
i Faderens og Sønnens og Den Hellige Ånds navn  
Vi takker og lover Ditt hellige navn!

Kl. 22 – 23

## **Familier – ekteskap, foreldre og barn**

**"Og Gud skapte mennesket i Sitt bilde ,i Guds bilde skapte Han det, til mann og kvinne skapte Han dem. Gud velsignet dem og sa til dem: Vær fruktbare og bli mange, fyll jorden og legg den under dere!" 1. Mos 1,27-28a)**

**Herre, vi ber deg....**

Velsign alle par som søker å leve i en forpliktende familierelasjon

Du sa: "Dere skal være ett!"

Gi vilje og styrke til å kjempe for og bruke tid på fellesskapet

Led de parene som strever i tide til gode samtalepartnere, og la de finne måter å finne tilbake til det gode samlivet.

For alle foreldre

Gi de visdom og innsikt til å oppdra sine barn, spesielt de som har barn med spesielle behov

Flinke til å gi positive tilbakemeldinger og oppmuntringer når barna er i en fase der de frustrerer og irriterer

Gi foreldrene mot og vilje til å formidle Bibelens verdier og historien om Jesus til barna sine. Og at foreldrene ikke hindrer barna i å høre om Jesus eller la seg engasjere i en menighet

Vi ber for barna, at de må oppleve seg elsket og med egenverdi

Gi de sunne og gode verdier

Gi de mot til å stå for egen tro, egne valg og egne meninger

Om beskyttelse for alle barn mot overgrep og omsorgssvikt

Herre, gi at både foreldre og barn får oppleve at Gudsrelasjonen blir livsnær og en virkelighet og gir gudommelig dimensjon i livet

Vi ber om gode barne- og ungdomsprogram i media

Bryt den ondes grep og virksomhet i Jesu navn

Kall mennesker som kjenner Deg til arbeid blant barn og unge

**"Min Ånd vil jeg utøse over din ætt, min velsignelse over din etterslekt. De skal vokse opp som siv mellom vann, som popler ved bekkefar.**

**En skal si: "Jeg tilhører Herren", en annen skal kalle seg med Jakobs navn. En skal skrive i sin hand: "For Herren". (Jes 44,3b-5a)**

Kl. 23 – 24

## Våre nye landsmenn

**"Jeg kommer til dere og holder dom. Jeg vil være rask til å vitne mot dem som driver med trolldom, mot dem som bryter ekteskapet, mot dem som sverger falskt, og mot dem som holder tilbake dagarbeiderens lønn og undertrykker enker og farløse og fordreier innflytterens rett, men ikke frykter meg, sier Herren, Allhærs Gud." (Mal 3,5)**

Herre, vi ber deg.....

For våre nye landsmenn. Hjelp de til å finne seg til rette og bli integrert blant oss. For asylsøkerne, la deres sak få en rask behandling. Må de møte mennesker som har et varmt hjerte, som behandler deres saker på en god og rettferdig måte. Må de få den hjelp de trenger for å behandle sine sykdommer og traumer

Skap åpenhet og trygghet mellom innvandrerne og oss. La oss se på våre nye landsmenn som ressurser. Gi oss iver og lyst til å bli kjent med hverandres egenart og kultur  
Hjelp oss til å skape gode møteplasser for folk og kultur

Velsign INN og alle de som er på introduksjonsprogrammet.

La de kristne innvandrerne finne seg godt til rette i menighetene våre og la menighetene være varme og inkluderende i møte med innvandrere og med alle. La innvandrerne og asylsøkerne som ikke kjenner Deg, få høre om, og å følge Deg For innflytterne i landet vårt.

**"Derfor skal også dere elske innflytterne, for dere var selv innflyttere i Egypt"**  
(5. Mos, 19)

Vi ber for KIA. (Kristent Interkulturelt Arbeid). For deres arrangementer og kurs Alle immigrantmenighetene i byen, og de internasjonale grupperingene i alle menigheter.

Vi takker for de ansatte og frivillige. Gi de glede og styrke i tjenesten.

**Jes 58,5-9 "Er dette den faste jeg finner behag i, en dag når et menneske plager sin sjel? At en bøyer sitt hode som et siv og rer sin seng i sekk og aske — kaller du det en faste og en dag som behager Herren? Er ikke dette den faste jeg finner behag i, at dere løser ugudelighets lenker, sprenger åkets bånd, slipper undertrykte fri og bryter hvert et åk? Er det ikke dette at du bryter ditt brød til den som sulter, og lar hjemløse stakkarer komme i hus — når du ser en naken, at du da kler ham, og at du ikke drar deg bort fra dem som er av ditt eget kjøtt og blod? Da skal ditt lys bryte fram som morgenrøden, og din legedom snart spire fram. Din rettferdighet skal gå fram for ditt åsyn, og Herrens herlighet skal danne din baktrøpp. Da skal du påkalle Herren, og han skal svare. Da skal du rope, og han skal si: Se, her er jeg!"**