

GUIDE FÖR FÖREBEDJARE

Tre grunder för förbön

1. Kärlek och omsorg! Oavsett om personen får bönesvar så ska personen känna sig älskad och uppmuntrad efteråt. Gud sköter det mesta, men detta är ditt ansvar!
2. Guds godhet! Gud vill alltid göra gott, vilket gör att vi alltid kan be med förväntan och inge personen hopp.
3. Handpåläggning! Handpåläggning är inte en fin gest eller symbolik, utan handlar om att Gud ofta verkar igenom oss. Våra händer blir en kontaktpunkt (Apg 8:18, Mark 16:18, 2 Tim 1:6, Matt 19:15).

Tre steg under förbönen

1. Intervju
2. Bön
3. Avslutning/feedback

Tips

- Slappna av! Det hänger inte på dig.
- Blunda inte hela tiden! Det är bra att se hur personen reagerar och betar sig.
- Ha ditt "inre öra" vänt mot Gud, han ger gärna profetiska ord och guidar din bön!

Att tänka på

- Tänk på röstvolymen! Be högt om det är hög musik, be tyst om det är tyst. Är ni två som ber, tänk på att be så att även den andre förebedjaren hör.
- Fokusera på behovet! Om personen vill ha förbön för sina mardrömmar, börja inte be långa böner för personens husdjur.
- Balansera tro och verklighet. Lova aldrig någonting, men inge samtidigt hopp och peka på Guds godhet.
- Fråga personen om det är okej att du lägger handen på personen. Tänk på var du lägger handen. Aldrig på lår, i närheten av bröst osv. Lägger du handen på personens huvud, tänk på att inte förstöra personens frisyra, axeln är en väldigt bra plats.
- Var inte aggressiv och fysiskt intensiv! Tryck inte med handen, gunga inte personen, gnugga inte personens rygg osv! Personen ska kunna slappna av och fokusera på Gud.
- Om du ber för en person av motsatta könet, håll extra distans. Lägg inte armen om personens axlar, lägg inte handen på magen, stå/sitt inte för nära etc. Undvik kramar om inte personen väljer att krama dig. Gå inte ensamma till annan plats och be.
- Rör Gud vid personen så att den har svårt att stå kan du fråga om den vill sitta ner.
- Om någon inte blir helad, säg aldrig att personen har för lite tro, att Gud inte vill hela, att Gud vill lära personen en läxa eller att personen har synd i sitt liv. Förklara istället att Gud är god och vill hela, men att hans vilja inte alltid bryter igenom. Uppmuntra personen att fortsätta söka förbön framöver.
- Om du känner dig överväldigad över det personen vill ha förbön för, var ärlig och berätta att du saknar erfarenhet. Fråga om det är okej att du hämtar ytterligare en förebedjare att be tillsammans med.

- Känner du att personen skulle behöva vidare samtal med en pastor så fråga där och då om personen vill ha hjälp att komma i kontakt med en pastor.
- Vid misstanke om att ett barn eller ungdom far illa, **ställ inga ledande frågor**. Det kan senare innebära att uppgifterna får ett lågt bevisvärde vid en rättslig prövning. Lyssna uppmärksamt, lägg barnets egna ord på minnet och skriv ner det du fått veta efter samtalet enligt barnets egna ord.
- Väljer en person att ta emot Jesus i sitt liv och bli frälst, var med och följ upp det med kontakt med dess ansvariga ledare eller en pastor.
- Visa tydligt till förbönskoordinatören när du är ledig, upp med en hand och möt personen som kommer tydligt och visa att det är dig den ska gå till.
- Håll koll på din andedräkt! Använd tuggummi, halstabletter etc. om så krävs.