



# Pingstnovena



## Pingstnovena

Tiden mellan Kristi himmelfärd och pingstdagen har sedan länge varit en tid för bön. Bibeln berättar att lärjungarna återvände till Jerusalem efter Kristi himmelfärd och att de höll ihop under ständig bön. Det var säkert en omvälvande tid för lärjungarna, men bönen blev för dem en samlingspunkt och en kraftkälla. Vi kan få samlas med lärjungarna under den här tiden och be vi också, för oss själva, för världen och för andra. Du kan gärna välja tre ämnen (personer eller situationer) som du ber för särskilt.

Det är nio dagar mellan Kristi himmelfärds dag och pingst, därför kallas tiden en novena, eller Pingstnovenan.

*Teresia Derlén*  
*Stiftsteolog Västerås stift*

## KRISTI HIMMELSFÄRD

Ett par fötter på ett litet moln. Bara det, fötter och moln. Det är en gammal bild för Kristi himmelfärd. Fötter som är det mest basala i vår kropp, som grundar oss på jorden, och ett moln, det som hör himlen till. Jesus är Gud vars fötter vandrat på samma grus, sand och gräs som vi, och som också ger oss himlen som vårt hem. Allt detta oändliga, jorden och himlen ryms i Jesus, och han öppnar dessa oändliga vägar för oss. Det är himmelfärdens budskap till oss: jorden är vår, men det är också himlen. Vi är hemma, och ännu inte.

Bön: Gud, himlen är vårt hem. Det är stora ord, kanske för stora. Men du lovade oss Anden. Anden i detta nu, vardagsnära, själsnära. Anden som är vind, eld och kraft. I mitt inre och i världens vimmel. Jag ber om Andens närvaro, för mig och för andra. Gud hör min bön. Amen.

Dag 1  
LÄNGTAN

En människa längtar ytterst efter det som rotar oss, stillar oss, leder oss. I Guds öppna hand kan vi finna människans mening och mål.

*Som hjorten längtar efter vatten, så längtar jag till dig, o Gud.  
Jag törstar efter Gud, efter den levande Guden.  
(Psaltarpsalm 42: 2-3)*

Bön: Kom heliga Ande, svara på min längtan.  
Jag ber att du kommer... till mötes.

Dag 2  
TACKSAMHET

För vattnet som porlar i bäcken, för doften av granskott och mossor,  
för barnets lilla hand i min och för minnen som får mig att le. Det är  
Guds små mirakler, lycksaligheternas sinnesstund.

*När jag ser din himmel, som dina fingrar format,  
månen och stjärnorna du fäste där, vad är då en människa  
att du tänker på henne... Du gjorde honom nästan till en gud.  
(Ps 8:4-6)*

Bön: Kom heliga Ande och öppna mina ögon för allt gott i din skapelse.  
Gud tack för skaparglädje och livslust.  
Jag ber och tackar för...

Dag 3  
FÖRSONING

Det finns allt för mycket lidande och smärta i världen. Det krävs mod att se ens eget ansvar i de nära konflikterna, kraft att inte bli lamslagen inför världens konflikter, och ett stort hopp att våga tro på försoning. Förlåtelse är en väg av nya möjligheter.

*Ur djupen ropar jag till dig Herre, ...ty hos Herren finns nåd och makten att befria.*

*(Ps 130: 1, 7)*

Bön: Heliga Ande, kom med försoningens kraft,  
hjälp mig att urskilja när jag behöver säga "förlåt",  
och ge mig tron på att jag själv kan bli förlåten.  
Jag ber för... om frid och fred.

Dag 4  
**VILSEN**

Aldrig förr har vi kunnat uppmärksamma kroppens hälsa som nu. Det är bra, men vi är också själ och ande som är knuten till vår existentiella hälsa. Om vår ande inte får ett språk eller en riktning är det lätt att känna sig vilsen i livets alla vägskäl.

*Herren är min herde, ingenting skall fattas mig.  
Han för mig i vall på gröna ängar,  
han låter mig vila vid lugna vatten.  
(Ps 23: 1-2)*

Bön: Kom heliga Ande, kom ursprung och vishet,  
kom mening och mål.  
Kom och led mig i en gränslös värld.  
Jag ber för... om din välsignelse.



Dag 5  
HJÄLP

Ibland vaknar man med ordet "hjälp" redan på tungan. Hjälp, för krig och sjukdom, för världsnyheter eller det som ligger allra närmast. För en främling, en vän, en ovän, en själv. Hjälp!

*Jag ser upp emot bergen: varifrån skall jag få hjälp?  
Hjälpen kommer från Herren, som har gjort himmel och jord.  
(Ps 121:1-2)*

Bön: Kom heliga Ande, kom värmande vind,  
kom med oanade möjligheter mitt i hopplösheten.  
Jag ber för... Förbarma dig, Gud.

Dag 6  
KÄRLEK

Hur beskriver man kärlek? Det är allt som skänker lust och glädje.  
Det är grunden för liv och harmoni. Det är så mycket mer.  
Det är att skönja Gud.

*Mäktiga vatten kan inte släcka kärleken,  
floder kan inte svepa bort den.  
Om en man gav allt han ägde för kärleken,  
vem skulle ringakta honom?  
(Höga visan 8: 7)*

Bön: Kom heliga Ande, kom kärlekens vind.  
Kom och låt mig känna att jag är din,  
ett älskat barn i Guds hand.  
Jag ber för ...

Dag 7  
UPPOFFRING

Frälsarkransen rymmer både kärleks- och offerpärlan. Kärleken är en kraft som kan förändra världen, som kan frigöra hjärtats kraft.

*Vad det är gott och ljuvligt att bröder [och systrar] är tillsammans!... Där skänker Herren välsignelser, liv i alla tider.  
(Ps 133: 1, 3)*

Bön: Kom heliga Ande, och låt kärleken bli en brinnande låga inom mig, för medmänniskor, för rättvisan, för Guds skapelse. Låt mitt hjärtas kraft och mina händers verk bli till en välsignelse för...

Dag 8  
GLÄDJE

I en värld med smärta och sorg, hur kan vi skratta och le? Jo, för att glädjen bygger skapelsen. Kaos övervinns av kosmos, och kosmos skapas genom liv, lust och relationer som väver oss samman. Det började med treenigheten. Må Gud ge oss glädje.

*Floderna skall klappa händer, bergen skall jubla tillsammans inför Herren: se, han kommer för att råda över jorden, råda rättvist över världen, råda med oväld över folken.*

*(Ps 98: 8-9)*

Bön: Kom heliga Ande med smittande glädje,  
med Kristi gemenskap och Skaparens livslust.  
Jag ber för ...om livsglädje.

Dag 9

## STILLHET

Profeten Elia sökte Gud i alla världens storhet, men fann Guds-närvaron i den stilla susningen. Pingstundrets gåva är Anden i våra kroppar. Gud är närmare än våra egna hjärtan. Gud finns i vår egen livsande.

*Innan ordet är på min tunga vet du, Herre, allt jag vill säga.  
Du omger mig på alla sidor, jag är helt i din hand.  
(Ps 139: 4-5)*

Bön: Gud stilla mina hastiga steg, mitt inrutade liv,  
mina mål och planer.  
Låt mig ta en stund med dig, här, nu.  
Låt mig bara få andas med dig.  
Jag ber för... Kom med din frid.

## PINGSTDAGEN

Flammor av eld ovanför lärjungarnas huvuden. Det är bilden av pingst som man kan se på kyrkfönster och målningar. En bild av den brinnande energin som man kan känna när Anden verkar i en. Energin som en gång flammade över de mörka djupen i skapelsens gryning. Energin som välde undan stenen från graven i uppståndelsen morgon. Anden är Guds goda energi som verkar i oss, en eld som vi kan nära, som kan ge mod, mening och mål.

Bön: Kom heliga Ande, kom till din kyrka och till din värld.  
Där livet tynar, kom med en ny skapelses morgon.  
Där hoppet är svagt, kom med uppståndelsen morgon.  
Kom med din heliga eld till mig och till allt och alla som jag tänker på... Amen.



Texter och böner av stiftsteolog Teresia Derlén