

21 DAGER

Bønn + Faste

sammen med familien





Uke 1

Her er en ressurs som kan hjelpe dere som familie til å ha en daglig andakts- og bønnestund. Samlingsstundene har tre elementer;

- 1.en tekst dere leser sammen,
- 2.noen refleksjon spørsmål til teksten, og
- 3.en bønn dere kan be sammen.

Håper dere får gode stunder og gode samtaler!

JEG HAR EN SAMTALE MED GUD

I barnekirken lærer vi barna at bønn er en samtale med Gud, slik at vi kan bli kjent med ham og ha et nært forhold til ham. Gud svarer når vi ber – ikke alltid med en stemme vi kan høre med ørene våre, men han snakker til oss gjennom Bibelen og ved å gi fred og ro i hjertet vårt. Denne uken skal vi fokusere på hvordan Gud presenterer seg selv og hvem han er. Vi skal lære barna at vi kan bruke dette når vi ber til Gud.





Dag 1

Les 2. Mosebok 3,13–14

Når Gud sier: «JEG ER DEN JEG ER», betyr det at Gud alltid har vært der, alltid er der og aldri forandrer seg. Gud trenger ingen andre for å være Gud, og han er større enn alt mennesker kan forstå fullt ut. Gud er sterk, trofast og passer på folket sitt. Dette gjorde Moses og israelittene trygge på at Gud var med dem og kunne hjelpe dem. Det betyr også at Gud er evig og alltid vil være den samme. Gud er alltid der for oss også. Derfor kan vi snakke med ham når som helst og hvor som helst.

Refleksjon

- Hva tror du det betyr at Gud alltid har vært der og alltid vil være der?
- Hvordan kan det se ut i hverdagen vår?

Bønn (bønne-aktivitet)

Bruk tommelen når dere ber. Når dere er ferdige med bønnen, kan dere “legge tommelen” i lommen. Det minner barna på at de kan be denne bønnen når som helst og hvor som helst.

Bønn

Takk, Herre, for at du viser oss at du er «Jeg er den jeg er».
Du har alltid vært der, du er her nå, og du forandrer deg aldri.

Vi tror at du er med oss i dag, på skolen og der vi er.

I Jesu navn ber vi. Amen.



SALT





Dag 2

Les 2. Mosebok 34,6

Gud presenterer seg selv som en barmhjertig og nådig Gud. Barmhjertig betyr at Gud bryr seg veldig om oss, slik en forelder elsker og tar vare på barnet sitt. Nådig betyr at Gud er god mot oss, selv når vi ikke alltid fortjener det. Nåde er en gave fra Gud som vi får helt gratis. Vi trenger ikke å gjøre noe spesielt – vi kan bare komme til ham og ta imot den. Fordi Gud er barmhjertig og nådig, kan vi alltid komme til ham, også når vi har gjort feil.

Refleksjon

1. Kan du tenke på en gang du gjorde noe feil? Hvordan føles det å vite at du likevel kan komme til Gud?
2. Hvordan kan Guds barmhjertighet og nåde hjelpe deg når du angrer på noe du har sagt eller gjort?

Bønn (med fingre)

(Tommelfinger) Kjære Gud, vi takker deg for at du er den du er.
(Pekefinger) Takk for at vi alltid kan komme til deg, selv når vi gjør feil, og at du tilgir oss. Takk for din kjærlighet, som du viste gjennom Jesus, som døde på korset for oss. Hjelp oss å ta imot kjærligheten din hver dag og leve slik du vil. I Jesu navn, amen.

PS Når dere er ferdige med bønnen, kan dere legge fingrene i lommen. Det skal minne barna på at de kan be denne bønnen når som helst og hvor som helst.



SALT





Dag 3

Les 2. Mosebok 34,6



Gud viser oss at han ikke blir sint så lett. Han er rik på godhet og sannhet.

På hebraisk kalles dette «erek apayim», som betyr «lang i neseborene».

På norsk kan vi si at Gud har «lang lunte». Det betyr at Gud er veldig tålmodig. Vi ser dette i historien om Israel, som Gud passet på selv om de oftegjorde dumme ting og fulgte andre guder. Gud vil helst at vi sier unnskyld og blir venner med ham igjen, i stedet for å straffe oss. Selv når vi gjør mange feil, fortsetter Gud å vise oss sin kjærlighet.

Refleksjon

1. Hvordan føles det å vite at Gud er tålmodig og tilgir oss, selv når vi gjør feil?
2. Hva kan vi lære av at Gud heller vil at vi blir venner med ham igjen enn at han straffer oss?

Bønn (med fingre)

(Tommelfinger) Kjære Gud, vi takker deg for at du er den du er.

(Pekefinger) Takk for at du er barmhjertig og nådig.

(Langfinger) Takk for at du ikke blir sint så lett. Selv om vi gjør mange feil, er du tålmodig, du tilgir oss og viser oss alltid kjærlighet. Hjelp oss å bli bedre. Amen.

PS Når dere er ferdige med bønnen, kan dere legge fingrene i lommen. Det skal minne barna på at de kan be denne bønnen når som helst og hvor som helst.



SALT





Dag 4

Les 2. Mosebok 34,6

Gud er rik på kjærlighet og sannhet. Han elsker oss alltid, viser oss godhet og holder fast ved oss, selv når vi gjør feil. Gud sier alltid sannheten, og vi kan stole på ham. Alt dette viser at Gud holder løftene sine. Dette ser vi tydelig i Jesus, som viser Guds kjærlighet og trofasthet til alle mennesker.

Refleksjon:

1. Finnes det situasjoner i livet ditt der du har opplevd Guds godhet?
2. Hvordan kan vi være mer kjærlige og trofaste mot andre, slik Gud er mot oss?

Bønn (med fingre)

(Tommelfinger) Kjære Gud, vi takker deg for at du er den du er.

(Pekefinger) Takk for at du er barmhjertig og nådig.

(Langfinger) Takk for at du ikke blir sint så lett.

(Ringfinger) Takk for at du er rik på kjærlighet og sannhet. Du elsker oss alltid, også når vi gjør feil. Hjelp oss å gi videre din kjærlighet og godhet til andre.

I Jesu navn, amen.

PS Når dere er ferdige med bønnen, kan dere legge fingrene i lommen. Det skal minne barna på at de kan be denne bønnen når som helst og hvor som helst.



SALT





Dag 5

Les Filipperne 4,6–7

Gud er barmhjertig, nådig og tålmodig. Han er full av kjærlighet og sannhet. Derfor kan vi alltid komme til ham og snakke med ham i bønn. Når vi er bekymret for noe, kan vi be til Gud. Når vi er glade, lei oss eller redde, kan vi også snakke med ham. Vi kan fortelle Gud alt som er i hjertet vårt, for Gud lytter. Bibelen sier at Guds fred, som er større enn alt vi kan forstå, skal passe på hjertene og tankene våre i Jesus Kristus.

Refleksjon

1. Hva har du lyst til å fortelle Gud om i dag?
2. Hvordan føles det i kroppen og hjertet etter at du har bedt til Gud?

Bønn (med fingre)

(Tommelfinger) Kjære Gud, vi takker deg for at du er den du er.
(Pekefinger) Takk for at du er barmhjertig og nådig. (Langfinger) Takk for at du ikke blir sint så lett. (Ringfinger) Takk for at du er rik på kjærlighet og sannhet. (Lillefinger) Takk for at vi alltid kan komme til deg og snakke med deg om alt. Vi legger alt vi er bekymret for i dine hender, og vi takker deg for at du gir oss fred og ro i hjertet.

I Jesu navn ber vi. Amen.

PS Når dere er ferdige med bønnen, kan dere legge fingrene i lommen. Det skal minne barna på at de kan be denne bønnen når som helst og hvor som helst.



SALT





Dag 6

Les Jeremia 29,12–13

Gud er en Gud som lytter til sitt folk. I Bibelen finnes det mange eksempler på dette. Ett av dem er kong Hiskia, som var veldig syk og trodde han skulle dø. Da vendte Hiskia ansiktet mot veggen og ba til Herren. Han gråtog ropte til Gud. Ikke lenge etterpå svarte Gud Hiskia gjennom profeten Jesaja. Herren sa at han hadde hørt bønnen til Hiskia og sett tårene hans. Gud helbredet ham og ga ham 15 år ekstra å leve. Dette viser oss at Gud ser tårene våre og hører bønnene våre.

Refleksjon

1. Hvordan kan Gud svare på bønnene våre?
2. Har du opplevd at Gud lytter til deg når du ber?

Bønn

Herre, du er Gud som lytter til og svarer bønnene til ditt folk. I dag ber vi om at vi kan kjenne igjen når du svarer bønnene våre, enten du snakker direkte til oss eller gjennom andre mennesker.

Hjelp oss å lytte til deg og stole på deg.

Amen.



SALT





Dag 7

Les Lukas 5,16

Jesus ba for å ha en nær relasjon med Gud, sin Far.

Han elsket å snakke med Gud Far, fordi han er Guds Sønn.

Jesus ba sammen med disiplene sine, og han ba også når han var

ueldig redd, for eksempel før han skulle bli korsfestet.

Gjennom livet sitt lærte Jesus oss hvor viktig bønn er.

Han likte å trekke seg tilbake og be alene, tidlig om morgenen.

Refleksjon

1. Når liker du best å snakke med Gud?

2. Hvor kan vi be til Gud?

Bønn

Kjære Gud, du er full av kjærlighet og nåde.

Lær oss å be slik Jesus ba. Hjelp oss å sette av tid til å snakke med

deg i bønn og bruke tid på å bli bedre kjent med deg.

I Jesu navn ber vi. Amen.



SALT