

21 DAGER

Bønn + Faste

sammen med familien

Bibelleseplan for Dag 15-21



SALT



Dette er den siste uken i 21 dager med bønn og faste. Vi håper dere har fått en god rytme med bønn, bibellesning og eventuelt faste. Vi håper også at disse gode vanene kan fortsette i familien deres videre.

På Kirkens nettside finner dere ressurser dere kan bruke hjemme sammen med barna. Her er lenke til [Tro i Hjemme](#)





Dag 15

Les: Matteus 6,9

Vår Far i himmelen: Vår bønn er rettet til vår Far i himmelen. Det betyr at Gud er nær oss, som en Kjærlig far, og samtidig større enn alt vi kan se og tenke.

La navnet ditt helliges: Vi sier at Gud er hellig, ren og helt spesiell og vi ber om at hans navn skal bli æret.

Refleksjon:

- 1.Hva lærer teksten oss om Gud?
- 2.Hvordan er Gud som Far?

Bønn:

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.



SALT





Dag 16

Les: Matteus 6,10

La riket ditt Komme: Dette er en bønn om at Guds rike skal Komme til jorden. Guds rike er veldig viktig i det Jesus lærte. Det handler om håpet om en framtid der Gud skal styre fullt og helt.

La viljen din skje: Det handler om å stole på Guds plan og si ja til det Gud vil.

På jorden slik som i himmelen: Dette uttrykker ønske om at Guds perfekte vilje, som allerede skjer i himmelen, også skal skje på jorden.

Refleksjon:

- 1.Hvordan tror du Guds rike ser ut?
- 2.Hva tror du Guds vil for livet ditt?

Bønn:

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.



SALT





Dag 17

Les: Matteus 6,11

«Gi oss i dag vårt daglige brød» betyr at vi ber Gud om å sørge for det vi trenger og stoler på ham. Denne bønnen viser at vi er avhengige av Gud hver dag. Vårt daglige brød handler om alt vi trenger for å leve - mat, drikke og andre viktige ting. Det minner oss også om at vi trenger Jesus, for han er det levende brød som kan mette hjertet vårt og gi oss det som virkelig betyr noe.

Refleksjon:

- 1.Hva er ditt dagens daglige brød?
- 2.Hva betyr det at Jesus er det levende brød for deg?

Bønn:

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.



SALT





Dag 18

Les: Matteus 6,12

Skyld betyr at vi gjør noe galt som skiller oss fra Gud. Jesus tok bort skyldene våre da han døde på Korset og gjorde det mulig for oss å bli forsonet med Gud. Han har betalt for skyldene våre. Gud ønsker at vi også tilgir dem som har gjort oss vondt. Når vi ber om tilgivelse, skal det vises i hvordan vi er mot andre.

Refleksjon:

- 1.Hvordan føler du deg når du gjør noe galt mot Gud eller sårer noen andre?
- 2.Har du tilgitt de som har gjort deg vondt?

Bønn:

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.



SALT





Dag 19

Les: Matteus 6,13a

Når vi ber denne bønnen, innrømmer vi at vi som mennesker lett kan gjøre noe galt mot Gud og såre andre. Derfor trenger vi Guds styrke og veiledning. Vi ber Gud hjelpe oss å holde oss unna situasjoner der vi kan gjøre feil. Vi ber også om at Gud frelser oss fra det onde, fordi det onde kan lede oss bort fra ham.

Refleksjon:

1. Har du opplevd at Gud har hjulpet deg å gjøre det rette?
2. Hvorfor er det viktig å be om at Gud beskytter oss fra det onde?

Bønn:

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.



SALT





Dag 20

Les: Matteus 6, 13b

I avslutningen av Vår Far-bønnen gir Jesus lovprisning til Gud igjen. Vi ser at bønnen starter med fokus på Gud og avsluttes med fokus på Gud. Slik minner Jesus oss på hvem Gud er. Vi anerkjenner Gud som han som styrer både himmel og jord. Makten er hans, og æren er hans for alltid. Gud er større enn alt, og vi kan stole på ham i alle ting.

Refleksjon:

1. Hva kan du stole på at Gud kan gjøre, selv når det føles veldig stort?
2. Hvordan kan vi lovprise Gud i dag?

Bønn:

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.



SALT





Dag 21

Les: Matteus 6,7

Bønn handler ikke bare om ord, men om en relasjon med Gud. Vår Far-bønnen er ikke et mantra vi gjentar mange ganger uten mening. Den er en modell som viser oss hvordan vi kan be. I denne bønnen starter vi med å lovprise Gud. Deretter takker vi ham, ber om tilgivelse, uttrykker det vi ønsker og trenger, og til slutt avslutter vi med å lovprise Gud igjen.

Refleksjon:

- 1.Hvordan kan vi lovprise Gud?
- 2.Hva kan vi takke Gud for i dag?
- 3.Har vi gjort noe galt mot Gud eller såret noen i dag?
- 4.Hva trenger vi hjelp til, og hvem kan vi be for?

Bønn:

Be sammen ved å bruke denne modellen:

- Lovpris Gud
- TaKK Gud
- Be om tilgivelse
- Be for det dere trenger og for andre
- Avslutt med lovprisning



SALT

