



Bøn

Del	Uddybning
Icebreaker	Fortæl hinanden farjokes.
Sange og bøn	Forslag sange: <i>Kære Gud – Er du der?</i> (SM 177) og <i>Thank you Lord</i> (SM 184) <i>Jeg kan hvile ud hos Jesus</i> (FS 102) og <i>Kære Fader</i> (FS 119)
Forkyndelse	Tekst: Matt 6,9-13 Pointer du gerne skal have med: <ul style="list-style-type: none"> - <i>Jesus lærer, hvordan vi skal bede</i> - <i>Bøn er samvær med Gud</i> - <i>Bed og arbejd (kun ♥♥ og ♥♥♥)</i>
Inputs	Brug Kristuskransen (køb krans og køb bog om kransen) Fadervor som drama Fadervor med fagter NB: Læs evt. selv gennemgangen af Fadervor i Luthers lille katekismus .
Aktivitet	Hviskeleg Fadervorløb
Afsluttende bøn	Husk at få bedeemner fra deltagerne og snak om, hvorfor det er vi beder.

Icebreaker

Formålet er lige at komme lidt ind på hinanden og få startet med et grin og en lille hyggelig leg.

Sange og bøn

Du ved som leder, hvilke sange dine deltagere kender. Vi har i skemaet herover foreslået to sange fra henholdsvis Syng Med (SM) og Fællessang (FS).

Det er en god ide at bede for aftenen, inden I går videre.

Inputs

Tanken med inputs er, at de skal være en lille pause/break i forkyndelsen. De hjælper derved med at fastholde tilhørernes opmærksomhed, så forkyndelsen ikke bare bliver én lang enetale fra din side af.

Aktiviteter

Aktiviteten er til for at få deltagerne i gang, særligt til dem som har svært ved at sidde stille eller har brug for noget konkret at hænge forkyndelsen op på.

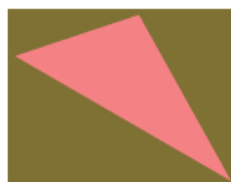
NB: Nogle gange kan man med fordel lægge aktiviteten som en del af forkyndelsen og bruge den aktivt i selve forkyndelsen.

Afsluttende bøn

Bøn er omtalt som det stærkeste våben i den kristne værktøjskasse, og det skal bruges. Det er vigtigt at få deltagerne på banen her, måske i forhold til at bede højt eller lignende. Find evt. inspiration til forskellige bønformer i IMUs folder [15 livliner](#). Del bedeemner, så det kan blive en vane at lægge ting i ens liv og gerne hele livet over i Guds uendeligt stærke hænder.

Sværhedsgrader – forskellige målgrupper

På de følgende sider er der forslag til forkyndelse, som er markeret med ♥, ♥♥ og ♥♥♥. Det er op til dig som leder at vurdere, hvilken forkyndelse, der passer bedst til dine tilhørere.





Sværhedsgrad: ♥

Begynd med at genfortælle/visualisere teksten.

Visualisering af teksten

Brug evt. [drama](#) til at visualisere teksten.

Fokus 1: Jesus lærer, hvordan vi skal bede

Fadervor er en bøn, som næsten alle mennesker i hele verden kender.

Man kan ikke bede forkert. Man kan ikke sige noget forkert i en bøn. Gud hører alle bønner uanset, hvor gode eller dårlige vi er til at sige det "rigtige".

Spørg om der er nogen der ved hvorfor man folder hænderne når man beder?

Fadervor er en bøn, hvor man er sikker på at huske de vigtigste ting, eller hvis man ikke lige selv kan formulere en bøn.

Brug tid på at snakke om, hvad de enkelte bønner betyder.

Vi må bede om alting! Der er intet, der er for småt eller for stort til Gud, han kan klare det hele. Gud vil rigtig gerne høre både om de små og store ting.

Fokus 2: Bøn er samvær med Gud

Bøn er lidt ligesom at snakke med en god ven. Man kan grine, græde, slappe af, hænge ud, være sure på hinanden, man kan være stille, man kan faktisk det hele.

Vi skal huske at lytte til Gud. Hvis vi hele tiden snakker til Gud, kan han jo ikke få et ord indført. Vi skal huske at lade Gud tale til os.

Gud ønsker at tale med os, men hvordan gør han det?

- Biblen
- Forkyndelse
- Samvittighed
- Snak med andre

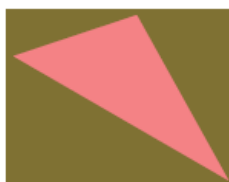
Sommetider siger Gud ja, nej og måske.

Fortæl gerne om et tidspunkt Gud har svaret på din bøn og hør om nogen af deltagerne har oplevet at Gud har svaret

Hvordan kan det være, at Gud siger nej? Det gør han, fordi han elsker os, og fordi han ved bedst. Ligesom at jeres forældre kan finde på at sige: "Nu har drukket 7 liter sodavand på 30 minutter, nu skal du vist stoppe." Det er ikke altid nemt at forstå, hvorfor mor og far siger nej. Men de gør det kun for jeres bedste, og sådan er det også med Gud.

Fortæl hver især hvor I plejer at bede. Om morgenen, aftenen, mens I cykler, når I sidder på toilet, osv.

Gud ønsker, at vi skal bede til ham og mere desto bedre. Vi må bede til Gud altid. Han er faktisk ligeglad med, hvor vi er, han vil bare mega gerne være sammen med os.





Sværhedsgrad: ♥♥

Begynd med at læse eller genfortælle teksten.

Fokus 1: Jesus lærer, hvordan vi skal bede

Fadervor er grundbønnen. I den formulerer Jesus alt det vigtigste, som vi skal huske, når vi beder.

Den består af syv bønner, som er rammet ind af en indledning ("Vor Fader, du som er i himlene!") og en afslutning (For dit er Riget og magten og æren i evighed! Amen.).

Nogle gange kan Fadervor måske godt gå hen og blive en remse, så derfor er det godt nogle gange at stoppe op og tænke over, hvad det egentlig er vi beder.

Brug tid på at snakke om hver enkelt bøn. Hvad betyder det, vi beder om?

Fokus 2: Bøn er samvær med Gud

Man kan nemt få den tanke, at bøn blot er en slags ønskeliste, som skal afleveres til Gud. Sådan kan det let gå hen og blive, men så bliver Gud reduceret til en slags julemand. Og det er han ikke.

Gud ved, hvad vi trænger til, inden vi beder om det (Matt 6,8), og derfor handler bøn ikke først og fremmest om at bede om ting og sager af Gud.

Nej, bøn er først og fremmest at være sammen med Gud.

Det kan vi være på mange forskellige måder. Måske kan du godt lide at gå en tur i naturen og snakke med Gud der? Eller måske tænder du et lys og samler tankerne ved at se ind i det, mens du taler med Gud?

Der er mange forskellige måder at bede på og ved at dele vores oplevelser med hinanden, kan vores bønsliv blive endnu rigere.

Hvordan beder du? Del bedeformer med hinanden og lad jer evt. inspirere af IMU's [15 livliner](#).

Fokus 3: Bed og arbejd

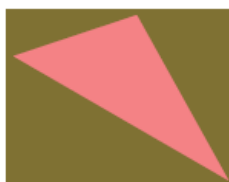
I Fadervor beder vi om mange ting, og denne bøn omslutter alt det nødvendige i store træk. Hvor er det fantastisk, at vi har mulighed for at bede og være sammen med Gud.

Men i bønner bliver vi også stillet over for forventninger. Når vi fx beder "ske din vilje", så må vi være villige til at Guds vilje får plads ind i vort liv, og når vi beder "forlad os vores skyld", så efterfølges det af "som også vi forlader vore skyldnere".

Vil vi opleve bønshørelse, må vi også være villige til at lade os forme af Gud.

Hvilke ting i dit liv skal Gud lave om på?

Brug ekstra god tid på at dele bedemner og at bede sammen.





Sværhedsgrad: ♥♥♥

Begynd med at læse teksten.

Fokus 1: Jesus lærer, hvordan vi skal bede

Jesus tager det som en selvfølge, at hans disciple beder. I afsnittet forinden (v. 5-8) siger han tre gange "Når I beder..." og ikke *hvis*. Som kristne skal vi altså bede, men *hvordan* skal vi da bede?

En discipel spørger Jesus således et andet sted: "Herre, lær os at bede, ligesom Johannes lærte sine disciple det." (Luk 11,1), og derefter lærte Jesus dem Fadervor.

Bønnen består af syv bønner, som er rammet ind af en indledning ("Vor Fader, du som er i himlene!") og en afslutning (For dit er Riget og magten og æren i evighed! Amen.).

Brug tid på at snakke om hver enkelt bøn. Hvad betyder det, vi beder om?

Fokus 2: Bøn er samvær med Gud

Men hvad er det egentlig vi gør, når vi beder? Lad os engang se på Jesus:

Læs Mark 1,29-39.

Her læser vi om, hvordan Jesus virkelig har gang i mange ting og sager. Han helbreder og uddriver dæmoner i et væk, men så står der således: "Ganske tidligt, mens det endnu var helt mørkt, stod Jesus op, og han gik bort og ud til et øde sted og bad dér." (v. 35).

Jesus gør selv, som han har sagt forinden Fadervor. Han søger Gud "i det skjulte" (v. 6).

Men hvad gør han så der?

Man kan nemt få den tanke, at bøn blot er en slags ønskeliste, som skal afleveres til Gud. Sådan kan det let gå hen og blive, men så bliver Gud reduceret til en slags julemand. Og det er han ikke.

Gud ved, hvad vi trænger til, inden vi beder om det (Matt 6,8).

Bøn var for Jesus først og fremmest det sted, hvor han kunne være alene sammen med sin himmelske far, og det må bønnen også være for os.

Hvordan beder du? Del bedeformer med hinanden og lad jer evt. inspirere af IMU's [15 livliner](#).

Fokus 3: Bed og arbejd

I Fadervor beder vi om mange ting, og denne bøn omslutter alt det nødvendige i store træk. Hvor er det fantastisk, at vi har mulighed for at bede og være sammen med Gud.

Men i bønnen bliver vi også stillet over for forventninger. Når vi fx beder "ske din vilje", så må vi være villige til at Guds vilje får plads ind i vort liv, og når vi beder "forlad os vores skyld", så efterfølges det af "som også vi forlader vore skyldnere".

Vil vi opleve bønårelse, må vi også være villige til at lade os forme af Gud.

Hvilke ting i dit liv skal Gud lave om på?

Brug ekstra god tid på at dele bedemner og at bede sammen.

