



JAG TACKAR
DIG ...

HUR BER VI?

Bön är vårt sätt att prata med vår himmelske Fader. Han vill alltid höra från dig, och han lyssnar alltid. Han besvarar dina böner på många sätt. Han kan ge dig en maning, eller känsla, från den Helige Anden. Eller så kan han mana någon annan att hjälpa dig.

Hur man ber

Blunda, böj huvudet och knäpp händerna. Börja med att säga: "Käre himmelske Fader". Tala till vår himmelske Fader med respekt och vördnad.

Avsluta med att säga: "i Jesu Kristi namn, amen."

Du kan be med hörbara ord eller i dina tankar, när som helst.

Här är några saker du kan be om:

Tacka din himmelske Fader för det du är tacksam för.

Berätta för honom om de svåra eller bra sakerna som hände under dagen.

Be honom om hjälp när du är rädd eller inte vet vad du ska göra.

Be honom välsigna någon annan som behöver hjälp.