



JEG TAKKER
DEG ...

HVORDAN BER VI?

Det er gjennom bønn vi snakker med vår himmelske Fader. Han ønsker alltid å høre fra deg, og han lytter alltid. Han besvarer dine bønner på mange måter. Han kan gi deg en tilskyndelse, eller følelse fra Den hellige ånd. Eller han kan tilskynde en annen til å hjelpe deg.

Hvordan du kan be

Lukk øynene, bøy hodet og fold armene.

Begynn med å si: "Kjære himmelske Fader."

Snakk med vår himmelske Fader med respekt og ærbødighet.

Vi avslutter alltid med: "I Jesu Kristi navn. Amen".

Du kan be høyt eller i dine tanker når som helst.

Her er noen av tingene du kan be om:

Takk vår himmelske Fader for det du er takknemlig for.

Fortell ham om de vanskelige eller gode tingene som skjedde i løpet av dagen din.

Be ham om hjelp når du er redd eller ikke vet hva du skal gjøre.

Be ham velsigne noen andre som trenger hjelp.