

# Advent



## INTRODUKSJON

Det er ikke lenge til jul nå! Har du mye du skal gjøre? Gaver som skal kjøpes og pakkes inn, skrive julekort, pynte opp hjemme? Begynner du å kjenne på julefølelsen og ser fram til julens arrangementer?

I den kristne kalenderen er de fire siste ukene før jul kjent som advent. Ordet advent kommer fra latin og betyr ventetid. Advent markerer begynnelsen av juletiden og perioden hvor vi venter på at julaften skal komme. Da feirer vi at Jesus kom til jorden, at han ble født som et lite barn i Betlehem. Det er en tid for åndelig refleksjon samtidig som vi gleder oss og er spente. Det er tiden hvor vi venter på Jesu bursdag og minner oss selv og hverandre på hvorfor vi egentlig feirer jul.

I løpet av advent har mange kirker tradisjoner rundt markering av advent i gudstjenesten og bruker ofte adventskrans eller adventslys. En adventskrans symboliserer evig liv og Guds evige kjærlighet til oss mennesker. Det er fire lys i kransen som tennes ett for ett hver søndag, og hvert lys representerer ulike aspekter ved Jesu fødsel. I dette materiale representerer lysene

**HÅP, FRED, GLEDE OG KJÆRLIGHET.**

Oversatt med tillatelse fra ALOVE, The Salvation Army UK.

# TIL LEDERE



Desember er en travel måned så vi oppmuntrer til at disse samlingene legges opp som en rolig oase midt i alt det travle. Her kan vi sammen dvele ved det som julen virkelig handler om, nemlig å feire Jesu fødsel.

Materiellet er fokusert rundt bibelvers som tar for seg begrepene som lysene representerer. Deltagerne oppmuntres til å være interaktive i gruppa, og man kan gjerne bytte på å lese høyt.

Oppmuntre gjerne medlemmene i gruppa til å dele det dere gjør sammen i gruppa med familien sin hjemme. Du kan derfor skrive ut både introduksjonsarket og samlingsarkene til deltagerne og gi dem med hjem.

Dette materiellet kan brukes både som en adventssamling på en gudstjeneste eller som samtalemateriell for tweens/ungdommer.

Uansett i hvilken sammenheng materiellet brukes er det fint å ha en adventskrans som er med på alle samlinger i løpet av adventstiden.

Hvis dere har mulighet til det, kan alle lage hver sin adventskrans og ta med hjem.

## DETTE TRENGER DU

Blyanter, ark, bibler, adventskrans med lys og kopier av samlingsarket til alle.

# KOMMENTARER TIL DE FIRE SAMLINGENE

## Første samling

Kopier introduksjonsarket til alle.

Fasit til Hvem er jeg?

1: Simeon

2: Sakarja

3: Anna

4: De vise menn

Til neste uke:

Be alle i gruppa ta med seg en ting som minner dem om juleevangeliet og/eller noe som inspirerer dem i troen rundt juletider.

Tenk over: Hvordan minner akkurat dette deg om jul og hvorfor? Hva betyr dette for troen din?

## Andre samling

Tips til velkommen: Dette kan også gjøres selv om dere bruker dette som en del av gudstjenesten. Be noen på forhånd dele sine tanker ved f.eks. å intervju dem.

Til neste uke:

Be alle finne noe musikk som gjør dem glade. Del med gruppa neste gang vi ses.

dette kan også gjøres på gudstjenesten, enten ved bruk av musikere til stede eller spilles fra nettet.

## Tredje samling

Tips til Rop av glede.

Klapp gjerne i hendene og rop av glede underveis. Dere kan også bruke ulike rytmeinstrumenter.

Hvis opplegget brukes i gudstjenesten kan evt. band eller hornorkester være med å lage musikk og stemning under bibellesningen.

Til neste uke:

Be gruppa forberede seg på dette: Hvilken figur fra juleevangeliet er din favoritt? Hvorfor oppmuntrer denne figuren deg eller inspirerer deg i din tro?

Gjør tilsvarende på gudstjenesten i form av vitnesbyrd.

## Fjerde samling

Tips til adventvirus: I en liten gruppe kan du gjerne kopiere opp teksten om adventviruset, evt. lime det inn i et julekort og skrive en hilsen til hver enkelt.

Ved i gudstjeneste kan også teksten kopieres opp og legges på stolene, evt deles ut i døra når folk kommer.

En fin ting å ta med seg hjem til jul.

Tips til lystenning: Ha klart et lite bord i nærheten med små papirlapper, penner og klyper.

# Første samling i advent

## HÅP

### VELKOMMEN

Les introduksjonsarket sammen om advent og betydningen av adventskransen. Lag evt. deres egen adventskrans.

### BIBELLESNING

Les følgende bibelvers høyt: Jes 7,14 – Jes 53,1-6 – Luk 1,26-28 – Mark 13,26-31

### HVEM ER JEG?

Noen fra gruppa leser høyt tekstene om de fire personene under. Hver tekst må leses ferdig før man gjetter på hvem personen er. Slå opp i bibelen ved behov.

Person 1: Jeg er en gammel mann som har ventet og håpet i mange år. For lenge siden sa Gud til meg at jeg ikke skulle dø før jeg hadde sett Guds løfte om å hjelpe Israels folk ut av deres lidelser åpenbart. Jeg har hele tiden visst at det var Messias jeg ventet på, men hvordan han så ut, visste jeg ikke. Så jeg ventet, håpet og ba. En dag følte jeg så sterkt for å dra til templet, og der så jeg ham. En baby i armene på en ung kvinne med hennes mann ved siden av seg. Det var ham! Jeg tok ham med én gang i armene mine – ham som var oppfyllelsen av Guds løfte til meg og til hele nasjonen Israel. Fra dette øyeblikk visste jeg at nå kunne jeg dø i fred. (Les om meg i Luk 2).

Hvem er jeg? \_\_\_\_\_

Person 2: Jeg er også en gammel mann som venter på at Guds løfte skal bli oppfylt. Jeg skammer meg over å si at jeg virkelig har tvilt på om Gud kom til å holde det han hadde lovet. Da en engel kom til meg med budskap om at jeg skulle få en sønn, tvilte jeg på ham i stedet for å takke og tilbe Gud for det. Engelen fortalte at min sønn skulle bli som Elias og føre mennesker tilbake til Gud, og han skulle forberede dem på et veldig spesielt budskap fra Gud. Budskapet var at alt de hadde ventet og håpet på, skulle bli oppfylt når Messias ble født, at Gud skulle utfri oss og at han ikke var sen til å holde sine løfter hvis vi bare er tålmodige. Fordi jeg tvilte gjorde Gud meg stum - jeg kunne virkelig ikke få fram et eneste ord før min mirakelbaby, som min kone og jeg hadde lengtet så lenge etter, var blitt født. Jeg fikk stemmen tilbake akkurat i tide til å gi navn til min sønn. Da trodde jeg! Mitt håp til Gud og til Messias var blitt oppfylt. (Les om meg i Luk 1).

Hvem er jeg? \_\_\_\_\_

Person 3: Jeg er en gammel dame som har vært alene i mange år, og jeg har ventet tålmodig på at Guds løfter skulle bli oppfylt. Min ektemann døde kort tid etter vi hadde giftet oss og i rundt 60 år har jeg vært i templet nesten hver dag og har bedt, fastet og ventet på Gud. Da jeg så dette unge paret komme inn i templet den dagen med deres nyfødte baby, visste jeg med én gang at Gud er trofast. Alt mitt håp er blitt oppfylt. Gud har satt i gang sin lenge ventede plan. Frelseren er her! (Les om meg i Luk 2).

Hvem er jeg? \_\_\_\_\_

Person 4: Jeg er en av flere som har studert de gamle profetiene. Da vi så tegnet, visste vi med en gang hva det betød men kunne nesten ikke tro det. Vi visste ikke hva vi ville finne når vi kom fram og ikke engang helt hvor vi skulle heller, men vi kunne bare håpe på at den lange reisen ville være verdt det. Vi forventet å finne en ny konge så vi tok med oss gaver som passet seg for en regent. Vi fulgte tegnet og endte opp i den lille byen Betlehem og fant en ung familie med et nyfødt barn. Da vi gikk inn, visste vi det. Vi knelte foran barnet som om han var en konge og ga ham gavene våre. Han var oppfyllelsen av alle de gamle profetiene. (Les om oss i Matt 2).

Hvem er vi? \_\_\_\_\_

## LYSTENNING

Gruppeleder: *Adventslýsene symboliserer Guds lys som kommer inn i verden gjennom Hans sønn, Jesus sin fødsel.*

Det første adventslyset tennes mens disse ordene leses høyt: *Det første adventslyset er håpets lys. Vi tenner dette lyset for å minne hverandre på at vårt håp er i Jesus. Vi venter på at han en dag skal komme tilbake.*

Gruppeleder: *Vi bruker ordet «håp» hele tiden. Vanligvis betyr det å ønske seg noe eller at man ønsker at noe kommer eller ikke kommer til å skje. Men verdens HÅP, de kristnes HÅP er helt annerledes.*

Stemme 1: *Håpet vi har i Jesus er på grunn av korset og Guds løfter. Vi vet at han aldri vil svikte oss.*

Stemme 2: *Bibelen beskriver håpet som et anker som er fast og sikkert (Hebr 6, 19). Når det er storm på sjøen, og vi føler oss kastet hit og dit er det håpet om Guds løfter som holder oss fast.*

Stemme 3: *Mitt håp er å vite at Jesus har tilgitt meg og at jeg blir tatt imot som jeg er.*

Stemme 4: *Mitt håp er å vite at hva Gud har lovet, det vil han også holde.*

Stemme 5: *Mitt håp gjør meg modig og sterk, og jeg vet at Gud er med meg uansett hva som skjer.*

Stemme 6: *Mitt håp gir meg ro for fremtiden. Gud har en perfekt plan, og det er det beste for meg.*

Finn gjerne flere setninger som begynner med «Mitt håp...» om dere ønsker.

## BØNN OG VELSIGNELSE

Gruppeleder: *Den første julen ga Jesus håp for så mange mennesker, til og med en hel nasjon. La oss denne julen huske på å feire håpet vi har i Jesus i dag. La oss takke Gud sammen for forventningen og håpet vi har til Jesu komme.*

Bruk litt tid i stillhet på å formulere følgende bønn, enten i egne tanker eller skriv det på linjene under (eller på en bønnelapp i gudstjenesten). De som ønsker det, kan be bønnen deres høyt.

Avslutt med å stå i ring med en hånd på skulderen til personen ved siden av deg. Les høyt velsignelsen over hverandre, høyt og tydelig.

Gruppeleder: *Må håpets Gud fylle dere med all glede og fred i troen, så dere kan bli rike på håp ved Den hellige ånds kraft (Rom 15,13).*



# Andre samling i advent

## FRED

### VELKOMMEN

Be alle i gruppen om å vise fram tingen de har tatt med som minner dem om juleevangeliet og/eller noe som inspirerer dem i troen rundt juletider.

Hvordan minner akkurat dette deg om jul og hvorfor? Hva betyr dette for troen din?

### LYSTENNING

Gruppeleder: *Adventslysene symboliserer Guds lys som kommer inn i verden gjennom Hans sønn, Jesus sin fødsel.*

Tenn det første adventslyset med disse ord: *Det første adventslyset er håpets lys, det andre lyset er fredens lys.*

Stemme 1: *For et barn er oss født, en sønn er oss gitt. Herreveldet er lagt på hans skulder. Han har fått navnet Underfull rådgiver, Veldig Gud, Evig far, Fredsfyrste (Jes 9,6).*

Stemme 2: *Men hvorfor kalles Jesus Fredens fyrste? Det er jo ikke akkurat fred i verden i dag? Hver dag kan vi lese i media om krig og konflikter og mennesker som lider.*

Stemme 3: *Selv Jesus ble født i en kaotisk verden. Herodes beordret at alle guttebarn under to år skulle drepes, fordi han følte seg truet av et nyfødt barn som folk sa skulle bli den neste konge. Israels folk var da i stor nød.*

Stemme 4: *Men vi vet og tror at når Jesus kommer vil han skape gjenopprettelse og nytt håp til alle som lider. Vi vet og tror at Gud vil veilede oss i hva vi kan gjøre for vår verden som er fylt av nød og kaos.*

Stemme 5: *La oss tenne et lys og be at Gud skal gi fred i våre liv, i våre familier, i vår by og i vår verden (tenner det andre lyset i adventskransen).*

(Alle i gruppa tenner hvert sitt telys og setter dem foran adventskransen).

Stemme 6: *Vi tenner lys for hvert barn som har mistet familien deres, hjemmet deres og barndommens deres på grunn av krig. Vi tenner disse lysene fordi vi lengter etter Jesus og etter Guds fred for oss selv, våre familier, vår by og for hele verden. Kjære Jesus, vis oss hvordan vi kan skape fred i våre egne relasjoner, i våre egne familier, på skolen og arbeidsplassen og i verden. Hjelp oss til å skape fred i ditt navn.*

## TID FOR FRED

I denne samlingen er målet å skape et øyeblikk med fred i denne ellers for mange hektiske julemåneden. Be hver enkelt finne en behagelig sitte- eller liggestilling hvor de slapper av. Sett på rolig musikk og oppmuntre til å kjenne på Guds fred og alt dette innebærer for oss, spesielt rundt juletider. Be dem om stille å be om at Guds fred skal trenge inn i hjerte og sinn. De kan også tenke på situasjoner hvor de selv, familien deres eller samfunnet trenger Guds fred.

Begynn denne delen med å lese dette høyt:

*Fred etterlater jeg dere. Min fred gir jeg dere (Joh 14,27). Vi tenner adventslyset i dag for å minne hverandre på at Jesus er Fredsfyrste. Vi takker ham for freden han gir, den indre fred som minner oss på at vi er ett i ham og med hverandre. Vi ber om at han må forberede oss til at han kommer tilbake.*

Etter dette kan gruppeleder fortsette å lese høyt bibelvers om fred.

*Matt 5,9: Salige er de som skaper fred, for de skal kalles Guds barn.*

*Matt 11,28-30: Kom til meg, alle dere som strever og bærer tunge byrder, og jeg vil gi dere hvile. Ta mitt åk på dere og lær av meg, for jeg er mild og ydmyk av hjertet, så skal dere finne hvile for deres sjel. For mitt åk er godt og min byrde lett.*

*Joh 14,27: Fred etterlater jeg dere. Min fred gir jeg dere, ikke den fred som verden gir. La ikke hjertet bli grepet av angst og motløshet.*

*Joh 16,33: Dette har jeg sagt dere for at dere skal ha fred i meg. I verden har dere trengsler. Men vær frimodige, jeg har seiret over verden!*

*Joh 20,19: Det var om kvelden samme dag, den første dagen i uken. Av frykt for jødene hadde disiplene stengt dørene der de var samlet. Da kom Jesus; han sto midt iblant dem og sa: «Fred være med dere!*

*Fil 4,6-7: Vær ikke bekymret for noe! Men legg alt dere har på hjertet, fram for Gud. Be og kall på ham med takk. Og Guds fred, som overgår all forstand, skal bevare deres hjerter og tanker i Kristus Jesus.*

## BØNN OG VELSIGNELSE

Oppmuntre hver enkelt i gruppen til å tenne deres eget adventslys hjemme og fortelle om innholdet eller til og med dele denne samlingen med familien hjemme.

Utfordre gruppa til å bruke fem minutter hver morgen til å sitte i fred og ro og la Jesu fred fylle dem. Og ta da med denne freden ut i hverdagen og prøv å dele den med andre også.

Les denne bønningen høyt sammen:

*Kjære Gud. Takk for freden du gir gjennom Jesus. Vis oss hvordan vi kan skape fred i våre egne relasjoner, i våre familier, på skolen og arbeidsplassen og i verden. Hjelp oss til å holde flammen fra dette lyset tent når vi går ut i hverdagen. Forbered våre hjerter til å ta imot din fred.*

*Vi ber i Jesu navn. Amen.*



# Tredje samling i advent

# GLEDE

## VELKOMMEN

La alle i gruppen dele musikken som gjør dem glad og la dem forklare hvorfor.

## LYSTENNING

Gruppeleder: Adventslysene symboliserer Guds lys som kommer inn i verden gjennom Hans sønn, Jesus sin fødsel.

Tenn adventslysene med disse ord: Det første adventslyset er håpets lys, det andre lyset er fredens lys og det tredje er gledens lys. Vi tenner dette lyset for å minne hverandre på at gjennom Jesus Kristus får vi ekte og evig glede.

Stemme 1: La oss se på hvordan Gud selv er vår veileder til julens glede. Vi leser i Lukas at Sakarja fikk besøk av Gabriel, en av Guds engler, som forklarte at Sakarja og hans kone skulle få en sønn som ikke kun skulle bli til glede for dem men også skulle vende mange menneskers hjerter tilbake til Gud og forberede for Jesu komme.

Stemme 2: Litt senere i Lukas leser vi hvordan Gud igjen sender Gabriel, denne gangen for å fylle Maria med en stor glede når han forteller henne at «Du skal bli med barn og føde en sønn og du skal gi ham navnet Jesus» (Luk 1,31).

Stemme 3: For å være sikker på at alle i byen og etter hvert hele verden skulle få høre de gode nyhetene om Jesu fødsel, sendte Gud en engel på himmelen over Betlehems marker. Engelen sa: «Ære være Gud i det høyeste, og fred på jorden blant mennesker Gud har glede i!» (Luk 2,14).

Stemme 4: Og de gode nyhetene spredte seg raskt rundt hele verden. De vise menn kom fra Østen og fant barnet, og Gud selv viste vei for dem med stjernen på himmelen. Da de så stjernen, ble de fylt av jublende glede (Matt 2,10). De vise menn la ut på en gledesreise, for de visste at de skulle få møte Jødenes konge. De visste at dette var begynnelsen på en ny epoke.

Stemme 5: Med glede overrakte de vise menn sine gaver; gull, røkelse og myrra. Hvis også vi er fylt av glede over Jesus denne julen, la oss gi ham våre gaver som tid, talenter, egenskaper og energi for å tjene ham.

Stemme 6: Herre, vi ber om glede til hver enkelt av oss. Vi lengter etter din glede gjennom Jesus i våre hjerter. Hjelp oss til å skyve bort alt som vil distrahere oss denne juletiden og heller fokusere på deg, kilden til alt håp, all fred og all glede.

## ROP AV GLEDE FOR HERREN, ALL JORDEN

Overskriften er hentet fra salme 98. Forfatteren oppmuntrer oss til å bryte ut i jubel og rope av glede for Herren!

Les salmen høyt sammen med innlevelse.

Syng en ny sang for Herren,  
for han har gjort under

Hans høyre hånd og hellige arm  
har gitt ham seier.

Herren har gjort sin frelse kjent,  
åpenbart sin rettferd for folkenes øyne.

Han husker sin miskunn,  
sin trofasthet mot Israels hus.  
Hele jorden har sett  
frelsen fra vår Gud.

Rop av glede for Herren, all jorden!  
Bryt ut i jubel, syng og spill!

Syng for Herren og spill på lyre,  
spill på lyre, la sangen tone,  
spill på trompeter, la hornet klinge,  
rop av glede for kongens ansikt,  
for Herren!

Havet og alt som fyller det, skal bruse,  
jorden og de som bor der.  
Elvene skal klappe i hender  
og fjellene juble i kor for Herrens ansikt.

## BØNN

Les bønningen høyt sammen:

*Kjærlige Gud, vi takker deg for gleden du har sendt til jorden. Vi ber om denne gleden for hver enkelt av oss, for vi lengter etter den i våre liv. Hjelp oss å ikke bli avledet av alle ting som kan trekke fokus bort fra deg denne julen, men la oss fokusere på deg som er håp, fred, kjærlighet og glede. Hjelp oss å forberede hjertene våre for denne gaven.*

*Vi ber i Jesu navn. Amen*

# Fjerde samling i advent

# KJÆRLIGHET

## VELKOMMEN

Hvilken figur fra juleevangeliet er din favoritt? Hvorfor oppmuntrer denne figuren deg eller inspirer deg i din tro?

## ADVENTVIRUS

Les farevarslet om adventviruset sammen:

## ADVARSEL!

Pass på symptomer på indre håp, fred, glede og kjærlighet. mange hjerter er allerede blitt smittet av dette viruset, og det er stor fare for at det utvikler seg til en epidemi. Dette kan utgjøre en seriøs trussel mot alle verdens konflikter.

Noen tegn og symptomer på adventvirus:

- Tendens til å tenke og agere spontant uten frykt for at dårlige oppleverer kan gjenta seg.
- Evne til å nyte hvert øyeblikk.
- Manglende interesse for å dømme andre mennesker.
- Manglende interesse for å tolke andre menneskers handlinger negativt.
- Manglende interesse for konflikter.
- Manglende evne til å bekymre seg (dette er et svært vanlig symptom).
- Hyppige, overveldende tilfeller av verdsettelse.
- Fare for å kjenne tilhørighet til andre og til naturen.
- Manglende evne til ikke å smile.
- Økt tendens til å bare la ting skje, heller enn å få ting til å skje.
- Økt mottakelighet for kjærlighet til andre så vel som en ukontrollert trang til å gi det.

Send denne advarselen til alle dine venner. Dette viruset kan og har allerede infisert mange systemer og flere er allerede blitt utslettet på grunn av det.

Snakk sammen om:

Hadde mennesker i ditt liv oppdaget om du hadde blitt smittet av dette viruset?

Hvorfor/hvorfor ikke?

## LYSTENNING

Be gruppa/forsamlingen stå/sitte i ring. Send et garnnøste eller en snor rundt i ringen så alle til slutt holder i snoren.

Gruppeleder: *Adventsllysene symboliserer Guds lys som kommer inn i verden gjennom Hans sønn, Jesus sin fødsel.*

Tenn adventsllysene med disse ordene: *Det første adventslyset er håpets lys, det andre lyset er fredens lys, det tredje er gledens lys og det fjerde lyset er kjærlighetens lys. Vi tenner dette lyset for å minne hverandre på at Jesus, verdens lys, kom for å vise oss Guds kjærlighet.*

Stemme 1: *Julen handler om kjærlighet. Den handler om glede, om å gi og om å dele. Den handler om latter, om å gjenforenes med familie og venner, om glitter og fint innpakkete gaver. Men først og fremst handler julen om kjærlighet. Ventetiden er nesten over i dag hvor vi feirer den fjerde uken i advent, og at kjærligheten kom inn i verden.*

Stemme 2: *Gud er kjærlighet og denne høytiden ferier vi at kjærligheten kom til jorden gjennom den lovende Messias, Jesus. Bibelen forteller at grunnen til at Jesus kom, var fordi Gud elsket verden så høyt. Engelen fortalte Josef at barnet som skal bli født skal kalles Emmanuel, Gud være med oss.*

Stemme 3: *For så høyt har Gud elsket verden at han ga sin Sønn, den enbårne, for at hver den som tror på ham, ikke skal gå fortapt, men ha evig liv (Joh 3,16). Så høyt elsker Gud verden og hver eneste en av oss.*

Stemme 4: *Formen på adventskransen symboliserer Guds uendelige kjærlighet, at hans kjærlighet til menneskene er og blir den samme til evig tid. Ved at vi alle holder i denne snoren minner vi hverandre på at vi alle er en del av Guds kjærlighet og en del av fellesskapet med hverandre.*

Stemme 5: *Denne julehøytiden minner vi hverandre på at sånn som Kristus viste sin kjærlighet ved å gi sitt liv for oss, viser vi vår kjærlighet ved å gi av oss selv til andre og ved å dele våre troshistorier om Jesu lys i våre liv.*

Stemme 6: *Fordi Gud elsker oss og kom til jorden for å være sammen med oss, må vi elske og ta vare på hverandre. Jesus kom for å vise oss hvordan vi skal leve ut kjærligheten. Vi er Jesu disipler på jorden i dag. Jesus vil at vi skal elske andre som han har elsket oss. Det fjerde adventslyset minner oss om at Gud elsker oss og at vi må elske hverandre.*

## BØNN

Bruk noen minutter på at de som ønsker kan skrive navn på en papirlapp på en eller flere de ønsker å vise Guds kjærlighet til denne julen. Lappene festes med klype på snoren.

Gruppelederen begynner med å lese bønnen under, og når bønnen er ferdig kan alle i sirkelen etter tur lese navnene høyt fra sine papirlapper.

Gruppeleder:

*Kjære Gud. Takk for at du elsker oss og for at du sendte Jesus for å lære oss om din kjærlighet. Hjelp oss å huske på at din kjærlighet aldri tar slutt. Gi oss styrke til å elske andre som du elsker oss.*

*I dag ber vi for våre venner og vår familie hvis navn står på papirlappene. Vi ber for... (Les opp navnene på papirlappene) at de alle må merke din kjærlighet, din glede, din fred og ditt håp denne julen.*

*Vi takker deg også for den store kjærligheten du har til den enkelte av oss, og vi takker for alle gaver vi får fra deg.*

Alle sier dette som en felles avslutning på bønnen:

*Kjære Gud. Vi takker deg for kjærlighetens gave vist oss gjennom Jesus Kristus vår Herre. Forbered våre hjerter på å ta imot hans kjærlighet.*

*Vi ber i Jesu navn. Amen.*





# I dag vil jeg

vise kjærlighet til min familie og mine venner

invitere Herrens glede inn i hjertet mitt

gå i fred og ikke stresse

være tålmodig med andre og lytte mye

vise vennlighet mot andre

gjøre gode ting for andre uansett omstendighetene

være mild og ikke brå

la kjærlighet og nåde kontrollere min oppførsel

*Men Åndens frukt er kjærlighet, glede, fred, overbærenhet, vennlighet, godhet, trofasthet, ydmykhet og selvbeherskelse (Gal 5,22)*