

Regnbogebøner til bruk i fastetida – 2025

- *KN har revidert bønetekstane for 2025. Desse er brukt her.*
- *Vert bruk som samlingsbøn i fastetida.*
- *Ljosa frå tidlegare søndagar vert tente på førehand.*
- *Denne teksten vert lesen som innleiing til bønna for dagen:*

«Tekstane i fastetida handlar om freistingar og farar, om kampen mellom det gode og det vonde. I forteljinga om Noah i 1. Mosebok derimot, les me at Gud sette regnbogen på himmelen som eit teikn på håp og ei påminning om vern mot øydelegging.

Difor tenner me regnbogelysa no i fastetida, eitt nytt lys for kvar søndag. Det er sju fargar i regnbogen, og sju veker i fastetida. For kvar ny farge er det eit nytt tema og ei bøn.»

«I dag tenner me lyset for

- Kjærleik (fastelavnssøndag)
- Endring (1. s i faste)
- Rettferd (2. s i faste)
- Håp (Maria bodskapsdag)
- Vatn (3. s i faste)
- Fellesskap (4. s i faste)
- Den stille veka (Palmesøndag)»

Ljoset vert tent, deretter les ein bønna for dagen: (sjå neste side)

Fastelavnssøndag

Kjære Gud, takk for dei mange
moglegheitene fastetida gir, med rom
for handling og refleksjon. Hjelp oss til å
ikkje vere for opptekne av oss sjølve,
men til å rette blikket utover og sjå
nesten vår som treng kjærleik frå deg.
Minn oss om at vi er hendene og føtene
dine.

Gud, vi bed. Amen.

1.søndag i fastetida

Kjære Gud, du som skaper og gjer fri.
Takk for jorda, hjelp oss til å forvalte ho
rett. Gi oss mot og styrke til å endre
fastlåste tankesett, slik at vi kan ta vare
på kloden vår. Hjelp leiarane våre til å ta
berekraftige val og avgjerder.

Gud, vi bed. Amen.

2.søndag i fastetida

Kjære Gud, du møter alle menneske
med nåde og fred. Takk for alle som
brukar moglegheitene dei har til å skape
ei meir rettferdig verd. La alle menneske
få oppfylt grunnleggjande rettar til vatn,
mat og til å vere trygge.

Gud, vi bed. Amen.

Maria bodskapsdag

Kjære Gud, takk for at du gir oss håp.
Hjelp oss å bruke den krafta håpet er til
å skape endring i oss og rundt oss. Gi
oss mot til å ta vare på alt du har skapt,
også når det kostar. Gi oss krefter,
kreativitet og heilag iver.

Gud, vi bed. Amen.

3.søndag i fastetida

Kjære Gud, takk for at du har skapt
vatnet som sløkkjer tørsten og gir oss
nye krefter. Takk for at du gir oss nytt
liv gjennom dåpsvatnet. Hjelp oss til å
sjå at vatn skaper rettferd, og til å forstå
kor verdifullt vatnet er, slik at vi ikkje
forureinar det og sløser med det. La alle
menneske i verda få drikke reint vatn.

Gud, vi bed. Amen.

4.søndag i fastetida

Kjære Gud, du som skaper alle
menneske i ditt bilete. La oss sjå
kvarandre slik du ser oss. Riv ned skilja
mellom oss og dei andre. Hjelp oss å
byggje inkluderande fellesskap. Velsign
alle som deltek i og gir til fasteaksjonen.

Gud, vi bed. Amen.

Palmesundag

Kjære Gud, takk for at du gav oss sonen din, Jesus Kristus, han som vart prøvd i
alt. Ver nær oss når vi opplever sorg og smerte. Vi ber om fred og rettferd for alle
menneske. Minn oss om at vi er hendene og føtene dine.

Gud, vi bed. Amen.