**Fasteaksjonen 2024**, tekst til **bønnene** i regnbueplakaten:

**BOKMÅL**

1. **RØD UKE – KJÆRLIGHET – F.O.M FASTELAVSSØNDAG/ASKEONSDAG:**   
   Kjære Gud, takk for fastetidens mange muligheter. Den gir rom for både handlig og refleksjon. La oss ikke bli for selvopptatte, men hjelp oss så vi retter blikket utover og ser de mange som trenger din kjærlighet. Og minn oss daglig om at det er vi som er dine hender og føtter.
2. **ORANSJE UKE – FORANDRING – F.O.M. FØRSTE SØNDAG I FASTETIDEN:**   
   Kjære Gud, du som skapte alle mennesker i ditt bilde. La oss se hverandre slik du ser oss, så vi ikke fristes til å sette opp skiller mellom oss og de andre. Hjelp oss så vi kan bidra til at alle mennesker får oppfylt sine grunnleggende rettigheter til vann, mat og trygghet.
3. **GUL UKE RETTFERDIGHET – F.OM. ANDRE SØNDAG I FASTETIDEN:**   
   Kjære Gud, du som skaper og frigjør. Takk for at du har gitt oss jorda. Minn oss alltid på at vi har den til låns. Gi oss mot til å forandre fastlåste tankesett, og bruke våre evner til å ta vare på kloden vår. Hjelp våre ledere å ta bærekraftige valg og beslutninger.
4. **GRØNN UKE – HÅP – F.O.M. TREDJE SØNDAG I FASTETIDEN:**   
   Kjære Gud, takk for at du har gitt oss evnen til å håpe. La oss bruke håpet til å skape forandring i oss og rundt oss. Gi oss mot til å ta vare på ditt skaperverk også når det koster oss. Gi krefter og kreativitet og en hellig utålmodighet.
5. **BLÅ UKE – VANN – F.O.M. FJERDE SØNDAG I FASTETIDEN:**   
   Kjære Gud, takk for dine livgivende dråper. De stiller tørsten og gir oss nye krefter. Hjelp oss å se at vann skaper rettferdighet, og til å forstå hvor verdifullt vannet er så vi ikke forurenser og sløser med dine gode gaver. Takk også for dåpsvannet som gir oss nytt liv.
6. **INDIGO UKE – FELLESSKAP – F.O.M. MARIA BUDSKAPSDAG:**   
   Kjære Gud, du møter alle mennesker med nåde og fred. Takk for alle som bruker de mulighetene de har til å skape en mer rettferdig verden. Hjelp oss å bygge fellesskap og velsign alle som er med på Kirkens Nødhjelps fasteaksjon.
7. **FIOLETT UKE – DEN STILLE UKE – F.O.M. PALMESØNDAG:**   
   Kjære Gud, takk for at du ga oss din sønn Jesus Kristus, som ble prøvd i alt. Vær med alle som opplever sorg og smerte. Vi ber om fred og rettferdighet for alle mennesker. Og minn oss daglig om at det er vi som er dine hender og føtter.

**NYNORSK**

1. Kjære Gud, takk for fastetida. Den gjev rom for både handling og refleksjon. Lat oss ikkje verta for sjølvopptekne, men hjelp oss så vi rettar blikket utover og ser dei mange som treng din kjærleik. Og minn oss daglig om at det er vi som er dine hender og føter.
2. Kjære Gud, du som skaper alle menneske i ditt bilete. Lat oss sjå kvarandre slik du ser oss, så vi ikkje vert freista til å laga skilje mellom oss og dei andre. Hjelp oss så vi kan bidra til at alle menneske får oppfylt dei grunnleggjande rettane sine til vatn, mat og tryggleik.
3. Kjære Gud, du som skaper og frigjer. Takk for at du har gjeve oss jorda. Minn oss alltid på at vi har henne til låns. Gje oss mot til å forandra fastlåste tankesett, og bruka evnene våre til å ta vare på kloden vår. Hjelp leiarane våre til å gjera berekraftige val og vedtak.
4. Kjære Gud, takk for at du har gjeve oss evnen til å håpa. La oss bruka håpet til å skapa forandring i oss og rundt oss. Gje oss mot til å ta vare på skaparverket ditt også når det kostar. Gje krefter og kreativitet og heilagt utålmod.
5. Kjære Gud, takk for dine livgjevande dråpar. Dei stiller tørsten og gjev oss nye krefter. Hjelp oss å sjå at vatn skaper rettferd, og til å forstå kor verdfullt vatnet er så vi ikkje ureinar eller sløser med dine gode gåver. Takk også for dåpsvatnet som gjev oss nytt liv.
6. Kjære Gud, du møter oss menneske med nåde og fred. Takk for alle som brukar dei sjansane dei har til å skapa ei meir rettferdig verd. Hjelp oss å byggja fellesskap, og velsign alle som er med på Kirkens Nødhjelps fasteaksjon.
7. Kjære Gud, takk for at du gav oss Sonen din, Jesus Kristus, som vart prøvd i alt. Ver med alle som opplever sorg og smerte. Vi ber om fred og rettferd for alle menneske. Og minn oss daglig på at det er vi som er dine hender og føter.