

Her er min ene hånd

Gjenbrukssang

INTRO

1.VERS

1. Det - te er en gjen-bruks- sang — som vi syng-er gang på gang. —

Den kan bru-kes om i- gjen. — Om, om, om og om i- gjen. —

2.-4.VERS

2. Buk - sa di er alt-for kort. — Gi den bort, ja gi den bort. — Frak-ken din er alt-for lang.

3. Smi - let som du har på lur. — Gi det til en som er sur. — Er din dag så trist og lei. —

4. Alt jeg har er fra et sted. — Alt jeg har å le-ve med. — Alt jeg har jeg gir til deg.

— Lang, lang - e lang, lang, lang. — Gi den bort og syng vår sang!

— Lei, lei, le, lei, lei, lei. — Kom-mer det et smil fra meg!

— Deg, deg, de', deg, deg, deg. — Kom og syng en sang med meg!

REFR.

Her er_ min e - ne hånd her er_ min and-re hånd hen - de - ne mi-ne kan gi og få

Hend - e - ne mi - ne kan klap - pe nå (klapp klapp klapp klapp klapp) Og

har du en gam-mel venn så blir han god som ny i - gjen.

STIKK etter 2.ref, og som avslutning

La - la- la... (Hei! Hei!)

Til 4. vers
Refr
Stikk

Her er min ene hånd (Gjenbrukssang)

Tema (til de voksne)

Dette er en gjenbrukssang. Så temaet er ganske klart: Vi, både voksne og barn, lever i en tid med enormt forbruk og overflod. Det går ut over naturen. Det går ut over mennesker i andre deler av verden. Og det går ut over oss selv. For det er fint å dele!

Alt vi eier tilhører Gud. Vi har fått livet i gave av Gud. Og vi er satt til å bruke denne gaven til beste for oss selv og hverandre. Det handler ikke bare om rettferdig fordeling av verdens goder. Det handler også om å ta ansvar for hverandre og dele vennskap, glede, sorger – være med i et fellesskap. Dypest sett er det det fellesskap med Gud også handler om – å gi seg hen til andre mennesker og til Gud. Franz av Assisi sa det slik:

For det er gjennom at man gir at man får.

Det er ved å glemme seg selv at man finner seg selv.

Det er ved å tilgi andre at man selv får tilgivelse!

Det er ved å dø at man oppstår til det evige liv!

Aktuell bibeltekst

1 Kong. 17, 7-16

Fortellingen om enken i Sarepta handler om hva som kan skje når en deler. Enken i Sarepta var en svært fattig enke. Hun var så fattig at hun ikke lenger så noe håp. Så planen hennes var å bake seg et siste brød til seg og sønnen sin, så skulle de legge seg ned for å dø.

Da kom det en fremmed mann til henne. Det var profeten Elia. Han ba henne om vann og drikke. Det fikk han. Så ba han henne gå og bake et brød til ham. Da hun fortalte hvor ille det var fatt med henne, og at hun hadde tenkt å bruke det siste melet hun hadde til å bake seg et brød hun og sønnen skulle spise før de la seg ned for å dø, sa mannen bare: «Bak først til meg, så kan du bake til deg selv og sønnen din.»

Og selv om enken var aldri så fattig, så gjorde hun som den fremmede mannen sa. Hun delte. Og da hun delte ble hun velsignet! Ikke slik at hun aldri var fattig mer, men sånn at det aldri ble tomt i melkrukken. Hver dag kunne hun bake seg et nytt brød til seg og sønnen sin. Hver dag kunne hun og sønnen leve!

Bønn

Kjære Gud, jeg har det godt. Takk for alt som jeg har fått! Takk for livet. Takk for mat og klær som du gir meg. Takk for menneskene rundt meg. Hjelp meg å dele med andre det jeg har. La meg kjenne at det er godt å dele. Amen.

Spørsmål til samtale

- Hvordan kan vi dele det vi har med barn som bor på andre siden av verden og som ikke har det så bra som oss?
- Hva kan vi dele med mennesker rundt oss som gjør at de får det bedre?
- Har du opplevd at når du delte noe med noen så fikk du det bedre selv etterpå?
- Bibelen forteller at alt vi eier er gaver fra Gud. Hva får det å si for måten vi tenker om tingene våre på? Hva for det å si for måten vi tenker om livet vårt på?
- Enken i Sarepta ble velsignet da hun delte, slik at hun alltid hadde nok mel i krukken sin. Hvordan kan vi oppleve å bli velsignet?
- Det heter «Delt glede gir dobbel glede». Hva menes med det?