

## 24. Desember: Julaften - Kjærlighet - Del 2



Julaften morgen våknet Timian med hjertet bankende. I dag. Det måtte skje i dag. Den siste verdien måtte finnes i dag.

Men krystallet – selv om det lyste så sterkt – manglet fortsatt den tolvte gløden.

Timian tok på seg klærne og løp ut, ikke engang tid til å spise frokost. Pappa fulgte etter.

I skogen ventet alle dyrene. Alle sammen. De hadde kommet tidlig.

"Timian!" ropte de. "Det er julaften!"

"Jeg vet," sa Timian, og stemmen var bekymret. "Men krystallet skinner ikke helt ennå. Jeg har ikke funnet den siste verdien!"

"Vi vil hjelpe!" sa alle.

Men hva skulle de gjøre? De hadde funnet glede, generøsitet, vennskap, takknemlighet, medfølelse, mot, kreativitet, tålmodighet, tilgivelse, håp og fellesskap. Hva manglet?

"I går," sa musa stille, "sa vi at alt du gjorde, gjorde du av kjærlighet. Men kanskje..."

"Kanskje hva?" spurte Timian.

"Kanskje," sa ekornet, "er ikke kjærlighet bare det du gir. Kanskje er kjærlighet også det du får?"

Timian så forvirret ut.

Alle dyrene kom nærmere. De dannet en stor ring rundt Timian.

"Timian," sa gråspurven. "Du ga oss alle kjærlighet. Du brydde deg. Du hjalp. Men har du følt kjærligheten tilbake?"

"Jeg..." Timian stoppet.

"Vi elsker deg, Timian," sa den lille musa. "Du reddet meg. Du ga meg håp."

"Du lærte meg å synge igjen," sa gråspurven. "Du ga meg glede."

"Du lærte meg å dele," sa ekornet.

Ett etter ett sa hvert dyr det. De fortalte hva Timian hadde betydd. Ikke bare hva Timian hadde gjort, men hva Timian hadde gitt dem – kjærlighet.

Og alle sa: "Vi elsker deg."

Timian sto der, omringet av alle disse dyrene. Alle disse vennene. Og plutselig forsto han.

Kjærlighet var ikke bare det han ga. Kjærlighet var også det han mottok. Å la seg elske. Å være en del av noe større. Å være elsket tilbake.

"Jeg... jeg elsker dere også," hvisket Timian. "Alle sammen."

Dyrene omfavnet Timian. Alle sammen sammen. En stor, varm klem der alle var med.

Og DA skjedde det.

Snøkrystallet i Timians lomme eksploderte av lys! Et lys så sterkt, så vakkert, så varmt at hele skogen lyste opp! Den tolvte og siste gløden – den største av alle – skinte som en sol inne i krystallet!

Krystallet hoppet nesten ut av Timians lomme og svedde opp i luften. Det lyste så sterkt at det spredte lys over hele skogen, over alle trærne, over hele verden!



"DET SKINNER!" ropte alle.

"Kjærlighet," sa Timian med tårer strømmende nedover kinnene. "Den siste verdien. Den viktigste verdien. Kjærlighet er det som binder alle verdiene sammen!"

Krystallet svedde der, skinnende som en stjerne.

"Men," sa Timian og så på alle dyrene, "det var ikke bare min kjærlighet som tent det. Det var vår kjærlighet. For hverandre. For verden. Sammen."

I det øyeblikket spredte lyset fra krystallet seg over hele skogen. Overalt begynte ting å skje: Trær som hadde vært syke ble friske. Dyr som hadde vært ensomme fant sammen. Kjærlighet fylte luften som et varmt, mykt teppe.

Uglen – den samme gamle uglen som hadde møtt Timian den første dagen – kom fløyende.

"Du gjorde det," sa uglen med en stemme full av stolthet. "Du fant alle tolv verdiene. Og nå vil snøkrystallets lys skinne over verden igjen. Ikke bare til jul, men alltid – så lenge noen husker disse verdiene."

"Men," sa Timian, "det var ikke bare jeg. Det var alle. Sammen."

"Nettopp," smilte uglen. "Kjærlighet er aldri alene. Kjærlighet er alltid sammen."

Krystallet senket seg ned i Timians hender igjen. Det lyste nå så fullkomment, så vakkert, med alle tolv gløder skinnende som små stjerner.

"Julen er reddet," sa alle dyrene.

"Nei," sa Timian og smilte gjennom tårene. "Julen var aldri borte. Den var her hele tiden. I alle verdiene. I alle oss. I kjærligheten vi deler."

De feiret julaften sammen. Alle sammen. Med mat og sang og lek og kjærlighet. Snøkrystallet lyste over dem, varmt og trygt.

Og da Timian og pappa gikk hjem den kvelden, bar Timian krystallet som nå lyste med alle tolv verdiene:

Glede. Generøsitet. Vennskap. Takknemlighet. Medfølelse. Mot. Kreativitet. Tålmodighet. Tilgivelse. Håp. Fellesskap.

Og den største av dem alle: **Kjærlighet**.

"Og så hadde Timian og pappa nok et eventyr i hjertene sine," hvisket Timian.

"Det største av alle eventyr," smilte pappa.

God jul.

---

## Refleksjonsspørsmål:

1. **Hvorfor tror du krystallet først lyste helt når Timian både ga og mottok kjærlighet?**
2. **Hvilken av de tolv verdiene betyr mest for deg?**
3. **Hvordan kan du vise kjærlighet til andre i hverdagen?**
4. **Hva har du lært av Timians reise?**
5. **Hvilken verdi vil du ta med deg inn i det nye året?**

---

## SLUTT

*Snøkrystallets magi var aldri virkelig borte. Det ventet bare på noen som ville vise verdiene frem igjen. Og nå, når du kjenner alle tolv verdiene, kan du også være med å spre lyset videre. God jul!*

# Aktivitetsforslag (Slik de ser ut i portalen)

## Hjertest i snøen – kjærlighet som binder alt sammen

Gjennom hele adventstiden har Timian og pappa møtt mot, håp, fellesskap, tilgivelse – og til slutt kjærlighet i handling. Snøkrystallet har glødet litt sterkere for hver gang noen gjorde noe godt, tålmodig eller modig.

På den siste dagen får barna lage en **hjertest i ute** – en rolig, høytidelig og varm avslutning der kjærlighet får et fysisk spor i snøen. Hver gang de lager eller passerer et hjerte, kan de tenke på noen de er glad i, eller noe de er takknemlige for.



## Beskrivelse

Barna lager en sti ute fylt med hjerter:

- tråkket i snøen
- tegnet med pinner i snø/sand/jord
- evt. pyntet med små hjerter av papir eller tre

Langs stien kan de:

- hviske navnet på noen de er glad i
- tenke på en god opplevelse
- si stille for seg selv noe de er takknemlige for

På slutten av stien lager dere en **hjertesirkel** – et sted der dere står sammen, holder hverandre i hendene (eller bare står tett), tar et rolig pust og avslutter julekalenderen med stillhet og fellesskap.



## Du trenger

- **Snø** – helst, slik at dere kan:
  - trække hjerter
  - tegne hjerter i snøen med pinner
- Hvis lite snø:
  - tegn hjerter i sand/jord med pinner
  - legg steiner, kongler eller pinner i hjerteform

- En sti/rute ute dere kan bruke
- Eventuelt:
  - små papirhjerter eller trehjerter som kan legges langs stien eller i midten av hjertesirkelen
  - en liten lykt (LED) til midten av ringen, som symbol på snøkrystallet

## **Slik gjør dere det**

### **1. Innledning – snøkrystallet lyser fullt**

- Samle barna før dere går ut.
- Fortell kort:
  - Snøkrystallet har glødet litt hver gang noen har vist mot, håp, tilgivelse, fellesskap og kjærighet.
  - I dag, på den siste dagen, lyser det fullt – fordi det har samlet alle de små kjærighetshandlingene.
- Si:
 

“I dag skal vi lage en hjertestei ute. Hvert hjerte er et lite spor av kjærighet – til noen eller noe du er glad i.”

### **2. Velg rute for hjertestien**

- Gå ut sammen og bestem hvor stien skal gå:
  - rundt i barnehageområdet
  - mellom noen trær
  - rundt festplassen dere har laget tidligere
- Marker gjerne startpunktet med et ekstra stort hjerte i snøen.

### **3. Vis hvordan dere lager hjerter**

- Vis barna én eller to måter:
  - **Trække hjerter:**
    - tegne opp et hjerte i snøen med fotspor
    - eller trække det “fylt” ved å stampe innenfor hjerteformen

- **Tegne hjerter:**

- bruke en pinne til å tegne kontur i snø, sand eller jord

- **Legge hjerter:**

- legge steiner, kongler eller pinner i hjerteform
- La barna prøve litt på et “øvingssted” før dere lager selve stien.

#### 4. **Lag hjertestien – ett og ett hjerte**

- Start ved begynnelsen av stien.
- Del barna inn i små grupper eller par:
  - hver gruppe lager ett hjerte langs stien
- Når et barn lager et hjerte, kan du si:  
“Når du lager dette hjertet, kan du tenke på noen du er glad i, eller noe du er takknemlig for.”
- De som vil, kan hviske:
  - navn (mamma, pappa, en venn, et kjæledyr, “barnehagen”)
  - eller noe: “leke ute”, “snø”, “familien min”.

#### 5. **Gå hjertestien sammen**

- Når stien er klar, samles alle ved start.
- Dere går rolig langs stien, i én eller to rekker.
- Ved hvert hjerte kan dere:
  - stoppe et øyeblikk
  - gi barna et lite valg:
    - hviske navnet på noen de er glad i
    - eller tenke det inni seg
- Hold stemningen rolig, nesten som en liten høytidsstund.

#### 6. **Lag en hjertesirkel på slutten**

- På enden av stien lager dere en stor **hjertesirkel**:
  - tråkk eller tegn et stort hjerte i snøen

- barna stiller seg rundt hjertekanten
- Hvis dere har en liten lykt, kan den stå i midten som symbol på snøkrystallet.
- La barna:
  - holde hverandre i hendene (hvis det kjennes greit)
  - eller legge en hånd på skulderen til den ved siden av.

## 7. Ro og pust sammen

- Be barna lukke øynene et lite øyeblikk (hvis de vil) eller se ned på hjertet.
- Si noe sånt som:  
 “Nå kan du tenke på alt det fine vi har gjort sammen. På vennene dine. På de du er glad i. På alle små kjærlighetshandlinger. Ta et rolig pust inn... og ut.”
- Ta 2–3 rolige pust sammen.

## 8. Avslutning – binde hele kalenderen sammen

- Fortell kort:
  - at dere har trent på mot, håp, tilgivelse, fellesskap og kjærlighet
  - at hjertestien er som et spor etter alt dere har opplevd
- Si:  
 “Når snøen en dag smelter, forsvinner hjertene, men det vi har gjort for hverandre, blir igjen inni oss.”

## Varianter og utfordringer

| Variant / utfordring                                                                                   | Slik kan dere gjøre det                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Rundløype          | Lag stien som en sirkel så dere kan gå flere runder, kanskje i ulikt tempo (rolig, veldig sakte).      |
|  Takke-hjerter      | Ved noen hjerter kan dere si høyt ting dere er takknemlige for: “takkt for venner”, “takkt for snøen”. |
|  Spor av kjærlighet | La barna lage små hjerter her og der i uteområdet ellers – som “hemmelige kjærlighetsspor”.            |
|  Dokumenter stien   | Ta bilder av noen av hjertene (uten å gjøre det for “stort”) – fint å dele med foreldre.               |

|                                                                                                     |                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Siste hertesang   | I hertesirkelen kan dere synge en rolig sang sammen før dere går inn.                    |
|  Ingen snø-variant | Tegn hjerter i sand/jord, legg kongler/steiner i hjerteform, eller bruk kritt på asfalt. |

## Hva trener barna?

- **Tilknytning:**
  - Å kjenne på hvem de er glade i, og at de hører til i en gruppe.
- **Emosjonelt språk:**
  - Å sette ord på kjærlighet, savn, takknemlighet – eller i hvert fall kjenne etter.
- **Ro og nærvær:**
  - Å gå rolig, puste sammen, være stille i korte øyeblikk.
- **Fellesskap:**
  - Å oppleve at hele gruppa gjør en symbolsk handling sammen.
- **Verdiforankring:**
  - Å kjenne at kjærlighet binder sammen mange av de andre verdiene dere har jobbet med.

## Refleksjon etterpå

I etterkant – inne eller ute – kan dere stille spørsmål som:

- *“Hvordan kjentes det å gå hertestien?”*
- *“Hvem tenkte du på da du sto ved hjertene?”*
- *“Var det noen du savnet, eller ble ekstra glad av å tenke på?”*
- *“Hvordan kjentes det i kroppen – rolig, varm, litt rar?”*
- *“Tror dere at de vi tenkte på, kunne blitt glade hvis de visste det?”*

Dere kan også spørre:

- *“Hva har vært viktigst for dere i kalenderen – mot, håp, fellesskap, tilgivelse eller kjærlighet?”*
- *“Hvordan kan vi ta med oss hertestien – selv når snøen smelter?”*



## Tips til voksne

- **Gi rom for stillhet:**
  - Ikke vær redd for noen sekunders stillhet i hjertesirkelen. Det kan være veldig sterkt for barna.
- **Normaliser ulike følelser:**
  - Noen blir varme og glade, andre kanskje litt triste (savner noen, tenker på noe vondt). Si at *alle* følelser får være med.
- **Ikke press deling:**
  - La barna selv velge om de vil si høyt hvem de tenkte på. Det er helt ok å holde det inni seg.
- **Vær til stede som trygg base:**
  - Vær nær de som blir ekstra rørt – et blikk, en hånd eller en klem kan være nok.
- **Knytt til resten av året:**
  - Minn om at hjertestien ikke bare er en “juleting”. Vi kan lage små “usynlige hjertestier” gjennom handlingene våre hver dag.