

STUDIUM 2: BEFRIAD FÖR ATT LEVA

FRÅGOR ATT DISKUTERA:

- Hur känns det att be om förlåtelse?
- Hur känns det att förlåta?
- Hur känns det att bli förlåten?
- Finns det sånt vi inte kan förlåta?
- Finns det sånt som Gud inte kan förlåta?

Berätta gärna om situationer som ni varit med om. Men bara det som känns ok att berätta!

Är det svårt att förlåta sig själv? Hur mår vi om vi inte kan förlåta oss själva?

Fundera på om det finns något som du skulle vilja be någon om förlåtelse för.

BIBELORD:

Johannes 8:2-11
Lukas 19:1-10
Matteus 18:21-22

ÖVNING!

Om ni vill kan ni ta på er en ryggsäck full med tunga stenar och hoppa runt en stund och/eller prova glasögon med fläckar som skymmer det centrala synfältet och försök rita eller skriva något med glasögonen på.

Så kan det kännas när saker blivit fel, när man gjort fel eller inte gjort det man skulle. Det tynger eller stör så att det övriga livet inte blir bra. Den känslan är det vi kallar skuld.

ÖVNING!

HUR ÄR DET ATT LEVA MED SKULD?

Hur tror vi Sackaios och kvinnan som skulle blivit stenad kände sig när de mötte Jesus?

Välj berättelsen från Johannes- eller Lukasevangeliet och gör om den till en situation i modern tid. Gärna i grupper om två eller tre. Berätta dem för varandra.

SINNESROBÖNEN:

Gud, ge mig sinnesro att acceptera det jag inte kan förändra, mot att förändra det jag kan och förstånd att inse skillnaden.