

FÖRLÅT HJÄLP TACK

ANDAKT AV ANNASARA GOTTING

Gud vill vara med oss i alla livets skeden. Gud vill dela lyckan och sorgen, festen och vardagen med oss. I den här andakten fokuserar vi på förlåt, hjälp och tack med hjälp av dokumentförstörare och ballong. Självklart kan du välja att använda några andra hjälpmedel.

FÖRLÅT

Förlåt Gud. Du vet vad jag har gjort och varför. Du vet också hur jag mår just nu. Herre du vet allt. Förlåt. Förlåt att jag inte alltid lever som du vill att jag ska leva. Jag sårar mig själv, andra och Dig. Förlåt för att jag om och om igen trampar snett.

1 Johannesbrevet 1:9

Om vi bekänner våra synder, är han trofast och rättfärdig, så att han förlåter oss våra synder och renar oss från all orättfärdighet.

Ps 27:7-14 och Klag 3:55-57

Skriv ner vad du vill be om förlåtelse för på en lapp och strimla den i en dokumentförstörare. Hör hur maskinen tuggar och förstör. Du är förlåten.

HJÄLP

Gud du ser allt som ryms i mig. Det som ligger bakom mig. Det som är just nu. Det som ligger som en oro framåt. Gud du har sagt att vi ska lägga vår oro på dig. Vi ska kasta det på dig. Nu gör jag det. Ta det. Det klubbiga, det gurglande. Bara ta det. Hjälp mig.

Jes 41:10

Var inte rädd, jag är med dig.

Ängslas inte, jag är din Gud.

Jag ger dig styrka och hjälper dig, stöder och räddar dig med min hand.

Joh 14:27 och Jak 5:16-18

Blås in all oro och ångest i ballongen. Det är utanför dig nu. Känn ingen oro.



 Hela människan  equmenia



TACK

Tack Herre. Tack för att du strösslar mig med godhet. Tack för det lilla i vardagen som jag tar för givet. Tack för det stora som jag kan stå på. Tack för mig. Tack för att ingenting kan få dig att älska mig mindre. Tack för att ingenting kan få dig att älska mig mer. Tack för dig.

Ps 34:2-6, Neh 9:6 och Fil 4:4-7

Psalm 9:2-3

Jag vill tacka dig, Herre, av hela mitt hjärta. vittna om alla dina under. Jag vill jubla av glädje över dig och lovsjunga ditt namn, du den Högste.

Använd ballongen till att tacka Gud i härlig lekfullhet. Kanske kan du och en kompis slå den fram och tillbaka och samtidigt nämna det ni är tacksamma för?

HERRENS BÖN

Vår fader, du som är i himlen. liksom vi har förlåtit dem
Låt ditt namn bli helgat. som står i skuld till oss.
Låt ditt rike komma. Och utsätt oss inte för prövning,
Låt din vilja ske, utan rädda oss från det onda.
på jorden så som i himlen. Ditt är riket, din är makten
Ge oss i dag det bröd vi behöver. och äran, i evighet.
Och förlåt oss våra skulder, Amen.

SÅNGER

"Herre till dig får jag komma", Ch. Hultgren, 1973. Psalmer och Sånger nr. 833, Psalmbokstillägg nr. 758.

"Allt till Jesus vill jag lämna", J Wan de Venter och W S Weeden, Ung Psalm nr. 106

"You say", Lauren Daigle, Daigle/Mabury/Ingram 2018, Look up Child (CD/Spotify)



 Hela människan  equmenia

