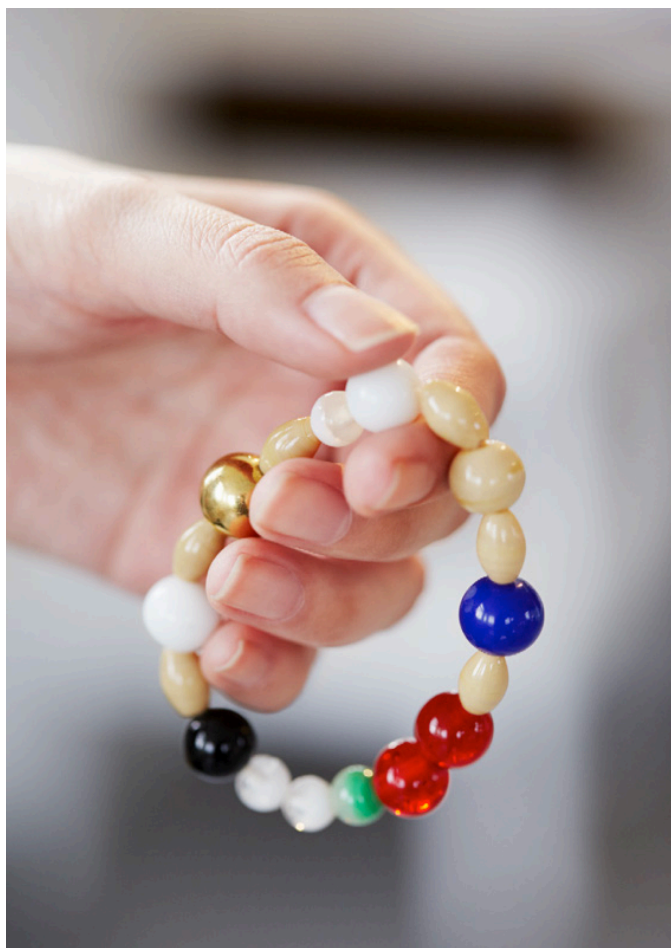




Andakter med frälsarkransen

Sommarkyrka



Introduktion till samtliga andakter

Ge dig själv en stund, kom till ro. Livet är svårt att greppa. Frälsarkransen kan bli din handfasta hjälp. Genom att pärla för pärla vandra kransen fram får du hjälp att stanna upp ett ögonblick inför livets frågor – se dem och se helheten. Pärlorna påminner oss om det som är viktigt – ord och känslor som finns i dig, i mig, men som vi kanske glömmer bort att fundera och be över.

ANDAKT 1

Gudspärlan

Det finns något som håller allting i sin hand, någon som vill mig väl
och vakar över mig, Gud, alltings sammanfattning och mål.

Grip om Gudspärlan och bed:

Du är gränslös,

Du är nära,

Du är ljus och jag är din.

Första tystnadspärlan

När vi närmar oss Gud och livet behöver vi inte genast prata – inför Gud får vi tiga,
öppna oss och vila. Grip om tystnadspärlan i en stunds tyst meditation.

Jag andas ut oro,

Jag andas in frid.

Jag andas ut buller,

Jag andas in stillhet.

Jag andas ut mörker,

Jag andas in ljus.

Möjlighet till ljuständning

Bön

Vår Fader

Vår Fader, du som är i himlen.

Låt ditt namn bli helgat.

Låt ditt rike komma.

Låt din vilja ske på jorden så som i himlen.

Ge oss i dag det bröd vi behöver.

Och förlåt oss våra skulder,

liksom vi har förlåtit dem som står i skuld till oss.

Och utsätt oss inte för prövning,

utan rädda oss från det onda.

Ditt är riket,

din är makten och äran,

i evighet.

Amen.

Välsignelsen

Herren välsigne oss och bevare oss.

Herren låte sitt ansikte lysa över oss

och vare oss nådig.

Herren vände sitt ansikte till oss

och give oss frid.

I Faderns + och Sonens och den helige

Andens namn.

Amen.



ANDAKT 2

Gudspärlan

Det finns något som håller allting i sin hand, någon som vill mig väl och vakar över mig,
Gud, alltings sammanfattning och mål.

Grip om Gudspärlan och bed:

Du är gränslös,

Du är nära,

Du är ljus och jag är din.

Jagpärlan

Det mänskliga livet rymmer många roller – vi är barn, vänner, arbetskamrater, släkt, partner,
förälder – ja ni kan fylla på eller dra ifrån roller som stämmer på just dig. Men vem är jag,
bara jag, bortom alla förväntningar, föreställningar och roller?

Grip om jagpärlan. Gud känner ditt hemliga inre. Försök att se med guds goda blick på dig själv.

Vi ber:

Ge mig ögon som ser det som är värt att älska hos mig, hos alla människor och i allt skapat.

Ge mig ömhet och vishet.

Möjlighet till ljuständning

Bön

Vår Fader

Vår Fader, du som är i himlen.

Låt ditt namn bli helgat.

Låt ditt rike komma.

Låt din vilja ske på jorden så som i himlen.

Ge oss i dag det bröd vi behöver.

Och förlåt oss våra skulder,

liksom vi har förlåtit dem som står i skuld till oss.

Och utsätt oss inte för prövning,

utan rädda oss från det onda.

Ditt är riket,

din är makten och äran,

i evighet.

Amen.

Välsignelsen

Herren välsigne oss och bevar oss.

Herren låte sitt ansikte lysa över oss

och vare oss nådig.

Herren vände sitt ansikte till oss

och give oss frid.

I Faderns + och Sonens och den helige

Andens namn.

Amen.



ANDAKT 3

Gudspärlan

Det finns något som håller allting i sin hand, någon som vill mig väl och vakar över mig,
Gud, alltings sammanfattning och mål.

Grip om Gudspärlan och bed:

Du är gränslös,

Du är nära,

Du är ljus och jag är din.

Doppärlan

Vi söker alla på olika sätt efter uppskattning – bekräftelse på att vi duger, att vi gör rätt. Dopet vänder på det perspektivet. Dopet talar till mig att jag duger för den jag är. Älskad för den jag redan är. Du får lägga av din vuxna strävan att duga. Du får vandra mot ett hav av nåd – Guds hav.

Grip om doppärlan och bed för barnet inom dig.

Gud,

Du känner och omsluter mig med ömhet,

Det svaga likaväl som det starka,

Det sjuka likaväl som det friska.

Därför överlämnar jag mig åt dig

Utan fruktan och förbehåll.

Möjlighet till ljuständning

Bön

Vår Fader

Vår Fader, du som är i himlen.

Låt ditt namn bli helgat.

Låt ditt rike komma.

Låt din vilja ske på jorden så som i himlen.

Ge oss i dag det bröd vi behöver.

Och förlåt oss våra skulder,

liksom vi har förlåtit dem som står i skuld till oss.

Och utsätt oss inte för prövning,

utan rädda oss från det onda.

Ditt är riket,

din är makten och äran,

i evighet.

Amen.

Välsignelsen

Herren välsigne oss och bevare oss.

Herren låte sitt ansikte lysa över oss

och vare oss nådig.

Herren vände sitt ansikte till oss

och give oss frid.

I Faderns + och Sonens och den helige

Andens namn.

Amen.



ANDAKT 4

Gudspärlan

Det finns något som håller allting i sin hand, någon som vill mig väl och vakar över mig,
Gud, alltings sammanfattning och mål.

Grip om Gudspärlan och bed:

Du är gränslös,

Du är nära,

Du är ljus och jag är din.

Andra tystnadspärlan

Andra tystnadspärlan kommer efter doppärlan. Du har kommit till en rastplats vid
stranden av Nådens hav. Du skådar en gränslös horisont.

Grip vid vilans tystnadspärila:

Jag andas ut trötthet,

jag andas in kraft.

Jag andas ut ensamheten,

jag andas in närhet.

Jag andas ut rädsla,

jag andas in tröst.

Jag andas ut tvekan,

jag andas in livsmod.

Möjlighet till ljuständning

Kristus säger: ”Kom och följ mig.” Mark 1:17

Bön

Vår Fader

Vår Fader, du som är i himlen.

Låt ditt namn bli helgat.

Låt ditt rike komma.

Låt din vilja ske på jorden så som i himlen.

Ge oss i dag det bröd vi behöver.

Och förlåt oss våra skulder,

liksom vi har förlåtit dem som står i skuld till oss.

Och utsätt oss inte för prövning,

utan rädda oss från det onda.

Ditt är riket,

din är makten och äran,

i evighet.

Amen.

Välsignelsen

Herren välsigne oss och bevare oss.

Herren låte sitt ansikte lysa över oss

och vare oss nådig.

Herren vände sitt ansikte till oss

och give oss frid.

I Faderns + och Sonens och den helige

Andens namn.

Amen.



ANDAKT 5

Gudspärlan

Det finns något som håller allting i sin hand, någon som vill mig väl och vakar över mig,
Gud, alltings sammanfattning och mål.

Grip om Gudspärlan och bed:

Du är gränslös,

Du är nära,

Du är ljus och jag är din.

Ökenpärlan

Livet ställer mig inför motgångar och svårigheter. Situationer, relationer och sammanhang som gör att det känns som om jag vandrade i en öken.

I Psaltarens 22: a psalm står det:

Min Gud, min Gud,

varför har du övergivit mig?

Men även över solsvedd mark faller nytt regn. På något sätt kommer jag igenom svårigheterna. Min tro, min familj, mina vänner, upplevelser på vägen kan vara källor till nytt liv. På egen hand eller med stöd av andra inser jag en dag att jag lämnat öknerna bakom mig. Erfarenheten av vad jag varit med om bär jag med mig, och kanske har det jag varit med om fått mig att mogna, lärt mig något, gett mig perspektiv.

Grip den sandfärgade ökenpärlan och tänk på öknerna i ditt liv, vad de har gett dig och vad du tar med dig.

Möjlighet till ljuständning

Bön

Vår Fader

Vår Fader, du som är i himlen.

Låt ditt namn bli helgat.

Låt ditt rike komma.

Låt din vilja ske på jorden så som i himlen.

Ge oss i dag det bröd vi behöver.

Och förlåt oss våra skulder,

liksom vi har förlåtit dem som står i skuld till oss.

Och utsätt oss inte för prövning,

utan rädda oss från det onda.

Ditt är riket,

din är makten och äran,

i evighet.

Amen.

Välsignelsen

Herren välsigne oss och bevare oss.

Herren låte sitt ansikte lysa över oss

och vare oss nådig.

Herren vände sitt ansikte till oss

och give oss frid.

I Faderns + och Sonens och den helige

Andens namn.

Amen.



ANDAKT 6

Gudspärlan

Det finns något som håller allting i sin hand, någon som vill mig väl och vakar över mig, Gud, alltings sammanfattning och mål.

Grip om Gudspärlan och bed:

Du är gränslös,

Du är nära,

Du är ljus och jag är din.

Tredje tystnadspärlan

Vi har precis lämnat ökenpärlan och kommit fram till vilan efter kampen. Vid denna rastplats ska du bara vila efter din ökenvandring.

Grip om kampens tystnadspärla:

Jag andas ut nederlag,

jag andas in seger.

Jag andas ut högmod,

jag andas in ödmjukhet.

Jag andas ut girighet,

jag andas in kärlek.

Jag andas ut tyngd,

jag andas in lätthet.

Möjlighet till ljuständning

Bön

Vår Fader

Vår Fader, du som är i himlen.

Låt ditt namn bli helgat.

Låt ditt rike komma.

Låt din vilja ske på jorden så som i himlen.

Ge oss i dag det bröd vi behöver.

Och förlåt oss våra skulder,

liksom vi har förlåtit dem som står i skuld till oss.

Och utsätt oss inte för prövning,

utan rädda oss från det onda.

Ditt är riket,

din är makten och äran,

i evighet.

Amen.

Välsignelsen

Herren välsigne oss och bevare oss.

Herren låte sitt ansikte lysa över oss

och vare oss nådig.

Herren vände sitt ansikte till oss

och give oss frid.

I Faderns + och Sonens och den helige

Andens namn.

Amen.



ANDAKT 7

Gudspärlan

Det finns något som håller allting i sin hand, någon som vill mig väl och vakar över mig,
Gud, alltings sammanfattning och mål.

Grip om Gudspärlan och bed:

Du är gränslös,

Du är nära,

Du är ljus och jag är din.

Bekymmerslöshetenspärlan

Stanna upp ett ögonblick inför livets rastplatser. Ögonblick av kravlös vila: kanske på
sommarstranden, i svampskogen, i skymningen, i vinterlandskapet, på jaktpasset, kring
köksbordet,
i fredagssoffan, på konsert, i kyrkan.

Grip om Bekymmerslöshetenspärlan och minns dessa livets rastplatser – ögonblick där
du bara ÄR.

Från Matteusevangeliet 6:34

Gör er inga bekymmer för morgondagen. Den får bära sina bekymmer.

Möjlighet till ljuständning

Bön

Vår Fader

Vår Fader, du som är i himlen.

Låt ditt namn bli helgat.

Låt ditt rike komma.

Låt din vilja ske på jorden så som i himlen.

Ge oss i dag det bröd vi behöver.

Och förlåt oss våra skulder,

liksom vi har förlåtit dem som står i skuld till oss.

Och utsätt oss inte för prövning,

utan rädda oss från det onda.

Ditt är riket,

din är makten och äran,

i evighet.

Amen.

Välsignelsen

Herren välsigne oss och bevare oss.

Herren låte sitt ansikte lysa över oss

och vare oss nådig.

Herren vände sitt ansikte till oss

och give oss frid.

I Faderns + och Sonens och den helige

Andens namn.

Amen.



ANDAKT 8

Gudspärlan

Det finns något som håller allting i sin hand, någon som vill mig väl och vakar över mig,
Gud, alltings sammanfattning och mål.

Grip om Gudspärlan och bed:

Du är gränslös,

Du är nära,

Du är ljus och jag är din.

Fjärde tystnadspärlan

Grip den fjärde tystnadspärlan och vila i tystnaden. Lyssna till stillhetens tysta musik. Älska tystnaden för stillhetens skull. En mild vind rör vid min kind och viskar: Ingenting kan skilja oss från varandra. Jag är din, du är min.

Jag andas ut tack,

jag andas in frid.

Jag andas ut glädje,

jag andas in skönhet.

Jag andas ut hopp,

jag andas in kärlek.

Jag andas ut ljus,

jag andas in fullhet.

Möjlighet till ljuständning

Bön

Vår Fader

Vår Fader, du som är i himlen.

Låt ditt namn bli helgat.

Låt ditt rike komma.

Låt din vilja ske på jorden så som i himlen.

Ge oss i dag det bröd vi behöver.

Och förlåt oss våra skulder,

liksom vi har förlåtit dem som står i skuld till oss.

Och utsätt oss inte för prövning,

utan rädda oss från det onda.

Ditt är riket,

din är makten och äran,

i evighet.

Amen.

Välsignelsen

Herren välsigne oss och bevara oss.

Herren låte sitt ansikte lysa över oss

och vare oss nådig.

Herren vände sitt ansikte till oss

och give oss frid.

I Faderns + och Sonens och den helige

Andens namn.

Amen.



ANDAKT 9

Gudspärlan

Det finns något som håller allting i sin hand, någon som vill mig väl och vakar över mig,
Gud, alltings sammanfattning och mål.

Grip om Gudspärlan och bed:

Du är gränslös,

Du är nära,

Du är ljus och jag är din.

Kärlekspärlorna

Vi har kommit fram till Kärlekspärlorna på vår Frälsarkrans. Kärlekspärlorna är två och påminner om att kärlek och vänskap både är en gåva och ansvar; att själv få ge, men att också kunna ta emot.

Kärlek är en gemenskap som präglas av ömsesidighet, förståelse, välvilja och tillit. Ett möte, själ och själ emellan. En erfarenhet som ord knappast förmår fånga men som framstår som så självklar när vi omsluts av den – vare sig det sker här och nu eller i minnenas landskap.

Grip den första röda Kärlekspärlan och tänk på kärleken i ditt liv.

(tystnad)

Här är också trons mittpunkt, korset. Korset bär berättelsen om den gudomliga kärleken.
Den kärlek som ger utan att kräva något tillbaka.

I Johannesevangeliet 3:16 läser vi ”Så älskade Gud världen att han gav den sin ende son”.

(tystnad)

Kärlek är att ge och att få – att ge kärlek och att ta emot kärlek. Att älska den som älskar mig är lätt men att, oegennyttigt och utgivande, älska en annan människa på hans eller hennes egna villkor är betydligt svårare. Grip den andra Kärlekspärlan som påminner oss om att kärlek och utgivande hör ihop. Ett radikalt uttryck för den sortens kärlek möter vi i berättelser om människor som offrat sina liv för tron och kärlekens skull.

Vi ber:

Jag tackar för allt som är liv, ljus, skönhet och kärlek.

Ge mig redskap och insikt att ge källans vatten vidare till de törstande.

Låt mig få vara ett kärll med livsmod för någon.

Möjlighet till ljuständning

Bön

Vår Fader

Vår Fader, du som är i himlen.

Låt ditt namn bli helgat.

Låt ditt rike komma.

Låt din vilja ske på jorden så som i himlen.

Ge oss i dag det bröd vi behöver.

Och förlåt oss våra skulder,

liksom vi har förlåtit dem som står i skuld till oss.

Och utsätt oss inte för prövning,

utan rädda oss från det onda.

Ditt är riket,

din är makten och äran,

i evighet.

Amen.

Välsignelsen

Herren välsigne oss och bevare oss.

Herren låte sitt ansikte lysa över oss

och vare oss nådig.

Herren vände sitt ansikte till oss

och give oss frid.

I Faderns + och Sonens och den helige

Andens namn.

Amen.



ANDAKT 10

Gudspärlan

Det finns något som håller allting i sin hand, någon som vill mig väl och vakar över mig,
Gud, alltings sammanfattning och mål.

Grip om Gudspärlan och bed:

Du är gränslös,

Du är nära,

Du är ljus och jag är din.

Hemlighetspärlorna

Vägen till de tre Hemlighetspärlorna är inte lång. Den leder till ditt hjärta. Djupt inom oss alla finns en hemlig trädgård med tankar och förhoppningar som jag inte delar med någon, kanske inte ens med den jag älskar allra mest – mina ordlösa drömmar men också det svåra som jag vill lyfta fram inför Gud.

Hemlighetspärlorna rymmer din stora längtan. Ingen annan är Gud och du känner dessa pärlors hemligheter. Här är plats för din bön och dina drömmar, din väntan och ditt hopp.

Den gröna hemlighetspärlan, ljusgrön som de första bladen på våren. Vi tänker på jorden och livets framtid, på djuren och växterna. På våra medmänniskor. På hela skapelsen. Jorden är fylld av uppgifter för oss alla.

I den andra hemlighetspärlan nämner du kanske några vid namn. Din vardag, världen, sjuka och det som inte känns bra. Men också det som du gläder dig över.

I den tredje hemlighetspärlan förvarar du kanske dina mest innersta och personliga önskningar och drömmar.

Vi ber:

Gud,

Tack för att Du delar mina innersta tankar.

Möjlighet till ljuständning

Bön

Vår Fader

Vår Fader, du som är i himlen.

Låt ditt namn bli helgat.

Låt ditt rike komma.

Låt din vilja ske på jorden så som i himlen.

Ge oss i dag det bröd vi behöver.

Och förlåt oss våra skulder,

liksom vi har förlåtit dem som står i skuld till oss.

Och utsätt oss inte för prövning,

utan rädda oss från det onda.

Ditt är riket,

din är makten och äran,

i evighet.

Amen.

Välsignelsen

Herren välsigne oss och bevare oss.

Herren låte sitt ansikte lysa över oss

och vare oss nådig.

Herren vände sitt ansikte till oss

och give oss frid.

I Faderns + och Sonens och den helige

Andens namn.

Amen.



ANDAKT 11

Gudspärlan

Det finns något som håller allting i sin hand, någon som vill mig väl och vakar över mig,
Gud, alltings sammanfattning och mål.

Grip om Gudspärlan och bed:

Du är gränslös,

Du är nära,

Du är ljus och jag är din

Nattens pärla

Nattens pärla står för det svarta och tunga i mitt liv. Den svarta pärlan är inte alls som Ökenpärlan, den som påminner mig om de svårigheter jag, trots allt, kan komma igenom – de svårigheter som gör mig starkare. Nattens pärla ställer mig inför det som dränerar mig på kraft och livsmod eller som har gjort det tidigare i mitt liv. Tillfällen av ensamhet, tomhet, meningslöshet, uppgivenhet – av kompakt mörker.

Kanske har pärlan ett ansikte, ett namn. Kanske förkroppsligas den i en person, av en grupp.

Kanske påminner pärlans svärta mig om en plats, en situation, en period i livet, ett tillfälle. Kanske finns mörkret bara där – oformligt och diffust men ändå konkret och svart. Som en slagskugga över vardagen, en iskall vind genom själens innersta. Mörkret finns hos alla. Någonstans, någon gång, omger det också mig och mitt liv. Ja, till och med i Bibeln, som så starkt förknippas med budskapet om en framtid och ett hopp, möter vi om och om igen människor som lever sitt liv i dödsskuggans mörka dal.

Till dem, till dig och till mig kommer budskapet om att Gud aldrig överger en människa. Att Gud aldrig sviker oss, aldrig viker från vår sida. Också i livsnattens mörkaste timme är han med oss – ja, det är detta händelserna i Jerusalem den där dramatiska påsken för två tusen år sedan handlar om. Resan från död till liv, från förtvivlan till hopp, från mörker till ljus.

Grip Nattens pärla och tänk på det.

Möjlighet till ljuständning

Bön

Vår Fader

Vår Fader, du som är i himlen.

Låt ditt namn bli helgat.

Låt ditt rike komma.

Låt din vilja ske på jorden så som i himlen.

Ge oss i dag det bröd vi behöver.

Och förlåt oss våra skulder,

liksom vi har förlåtit dem som står i skuld till oss.

Och utsätt oss inte för prövning,

utan rädda oss från det onda.

Ditt är riket,

din är makten och äran,

i evighet.

Amen.

Välsignelsen

Herren välsigne oss och bevare oss.

Herren låte sitt ansikte lysa över oss

och vare oss nådig.

Herren vände sitt ansikte till oss

och give oss frid.

I Faderns + och Sonens och den helige

Andens namn.

Amen.



ANDAKT 12

Femte tystnadspärlan

Efter Nattens pärla finns den femte tystnadspärlan. Denna rastplats är en väntan. Natten väntar på dagen. Mörkret ger vika för ljuset. Tiden rymmer evigheten. Där är Gud, där är ljuset.

Grip den femte tystnadspärlan, den första gryningens Tystnadspärla.

I mitt hjärta känner jag att den resa som återstår inte sker i rum och inte i tid, den är inte möda. Jag förblir i stilla väntan.

(tystnad)

Uppståndelsepärlan

Grip den vita Uppståndelsepärlan – trots-allt-pärlan. Tänk på att det finns ett hopp, bortom all oro och rädsla. Kristi tomma grav strålar i ljus. Han, som själv är sanningen och ljuset, upplyser våra förtvivlade ansikten. Den tomma graven berättar om uppståndelsen där mörker vänds till ljus, död till liv.

Guds heliga ande blåser över oss.

Här är inte längre avsked utan möte.

Här är inte död utan liv.

Här finns ingen tid.

Gud är allt, överallt.

Sjätte tystnadspärlan

Grip om hoppets tystnadspärla.

Vi läser ur 1 Korinthierbrevet 13:12 *”Ännu ser vi en gåtfull spegelbild; då skall vi se ansikte mot ansikte. Ännu är min kunskap begränsad; då skall den bli fullständig som Guds kunskap om mig.”*

Möjlighet till ljuständning

Så har vi kommit till slutet på vår bönevandring kransen runt. När vi åter rör vid den gyllene pärlan är vi tillbaka vid kransens början.

Grip om Gudspärlan och bed:

Du är gränslös,

Du är nära,

Du är ljus och jag är din

Bön

Vår Fader

Vår Fader, du som är i himlen.

Låt ditt namn bli helgat.

Låt ditt rike komma.

Låt din vilja ske på jorden så som i himlen.

Ge oss i dag det bröd vi behöver.

Och förlåt oss våra skulder,

liksom vi har förlåtit dem som står i skuld till oss.

Och utsätt oss inte för prövning,

utan rädda oss från det onda.

Ditt är riket,

din är makten och äran,

i evighet.

Amen.

Välsignelsen

Herren välsigne oss och bevare oss.

Herren låte sitt ansikte lysa över oss

och vare oss nådig.

Herren vände sitt ansikte till oss

och ge oss frid.

I Faderns + och Sonens och den helige

Andens namn.

Amen.

