

Mörker och ljus



2.

Hur ser ditt mörker ut?

Vad är svårt i livet?

Stenen du bär på får symbolisera det mörker du har inom dig.

Är det tungt att bära, eller lätt?

Kanske det är olika, dag för dag?

Fortsätt bära din sten.

Gå vidare, känn på stenen, fundera på vad den står för.

Mörker och ljus



7.

Du är så mycket. Du är yta, du är också djup. En del av vem du är vet alla om, det syns och hörs. En del vet bara du. En del vet du kanske inte ens själv. Gud känner hela dig, det som skaver och gör ont. Det du misslyckas med och det du skäms över. Det du lyckas med och det du är stolt över. När du gjort någon glad och när du älskar någon. Gud känner hela dig. Och Gud älskar dig.

Sätt ljuset i sanden, där kommer alla ljus att lysa. Lämna den vita lappen och det röda hjärtat i korgarna.

Du är unik precis som du är. Med ditt mörker och ditt ljus. Du går inte ensam. Gud finns vid din sida och delar allt med dig.