



Bønner for det urolige hjerte

I dig er der lys

Inde i mig er der mørke,
men hos dig er der lys.
Jeg er ensom,
men du lader mig ikke alene.
Jeg er svag,
men hos dig er der hjælp.
Jeg er urolig,
men hos dig er der fred.
Inde i mig er der bitterhed,
men hos dig er der tålmodighed.
Jeg forstår ikke dine veje,
men du kender den vej, jeg skal gå.

Dietrich Bonhoeffer - 1906-1945

Du lever i mig

Herre Jesus Kristus,
Du lever i mig
og jeg i dig!
Lad det både for mig
og for de mennesker, jeg går imellem,
få mere vægt end min skyld, mine fejl, min
uvidenhed, min frygt.
Du er mit lys og min lykke -
vær også i mig lys for andre.
Gå med mig overalt,
hvor jeg møder et medmenneske.

Thala Juul Holm, Gal. 2,20

Befri mig for min kredsen om mig selv

Evige Fader,
jeg ved, du har skabt mig i dit billede.
I Kristus har du bøjet dig ned til mig,
taget mig til dig og skænket mig din hellige And.
Alligevel frygter jeg,
at du ikke vil kendes ved mig,
og at andre ikke agter mig.
Jeg vover ikke at fremstå som den, jeg er.
Jeg aner, at det er en ond fantasi,
men kan ikke finde et holdepunkt.
Kom mig til hjælp, så jeg kan bære dette kors.
Lad mig ikke slides op og troen sygne hen.
Send en bror eller søster på min vej,
der kan være din mund og hånd.
Evige Fader,
forkast mig ikke i min selvkredsen.
Løft mit hoved, så jeg ser din Søn bære sit kors.

Salmebogens bønnebog nr. 17

Styrke til at være den jeg er

Herre!
Giv mig styrke til at være den jeg er,
giv mig glæde og kærlighed og mod til at gøre det
rigtige.

Roskilde Domkirke, Natkirkens "take away bøn"

Døm os ikke til at være ensomme

Døm os ikke,
til at være ensomme,
når vi er sammen.
Tillad os at være
sammen,
når vi er ensomme.

Dom Helder Camara - f. 1909

Lad mig fuldføre dine opgaver

Højeste Gud, fuld af ære,
oplys mit hjertes mørke
og giv mig dyb tro,
fast håb og fuldkommen kærlighed,
indsigt og erkendelse, Herre,
så jeg kan fuldføre
de opgaver, du lægger på mig
- hellige og sande.

Frans af Assisi 1182-1226

Som et lerkar i dine hænder

Du,
som har villet mit liv
og skabt mig
efter din vilje,
alt i mig kender du
og omslutter det med din ømhed,
det svage såvel som det stærke,
det syge såvel som det raske.
Derfor overgiver jeg mig selv til dig
uden frygt og forbehold.
Som et lerkar
stiller jeg mig i dine hænder.
Fyld mig med godt fra dig,
så jeg bliver til velsignelse.
Jeg priser din visdom,
du, som tager ind til dig
det, som er skadet og svagt,
og lægger din skat
i skrøbelige lerkar.

Fred og alt godt II. 1992