

Familieandakter

Uke 42

Her er familieandakter for uke 42, morgen og kveld, mandag til lørdag.

Tilpass gjerne innholdet til egen familie. Det er ment som en hjelp til å samles rundt Bibel, bønn og sang i hverdagen. Sangtekster ligger vedlagt bakerst

Morgenandaktene er korte og inneholder:

1. Bønn og lovprisning
2. Katekismespørsmål med svar
3. Kort bibellesning (en salme, et ordspråk eller noen få vers)
4. Sang

Kveldsandakten er litt lenger:

1. Innledende bønn
2. Bibellesning med spørsmål til teksten
3. Samtale og bønn
4. Sang

Det vi har hørt og vet, det våre fedre har fortalt oss, det vil vi ikke skjule for deres barn. For den kommende slekt vil vi kunngjøre Herrens pris og hans styrke og de undergjerningene som han har gjort.

(Salme 78,3–4)

Mandag

Morgen

Bønn og lovprisning (med utgangspunkt i Salme 139, første del)

Himmelske Far.

Du vet om vi sitter eller står, og du kjenner alle våre tanker.

Du ser alt, og du kjenner alle våre veier.

Før vi snakker, vet du allerede hva vi skal si.

Vi kan ikke holde noen hemmeligheter for deg.

Bakfra og forfra omgir du oss.

Du er overalt, Gud. Det finnes ingen steder vi kan flykte fra ditt ansikt.

Hjelp oss å hvile i deg og stole på deg i dag, Herre.

For du er den suverene Gud som har kontroll over alt.

Amen.

Katekismespørsmål

Spørsmål: Er det bare i Bibelen vi kan lære noe om Gud?

Svar: Nei, skaperverket og alle Guds gjerninger lærer oss om hans storhet og makt.

Gud viser hvem han er gjennom alt han har skapt og alt han har gjort. Ingen andre enn Gud kan skape alt det fantastiske som finnes i himmelen og på jorden, og ingen andre kan gjøre alt det han gjør. Derfor har ingen mennesker noen unnskyldning, for alle kan vite hvem han er. Likevel trenger vi Bibelen for å lære enda mer om ham, og for å lære evangeliet om Jesus (se Sal 19,2; Rom 1,19–20 og Jesaja 40,21–31).

Bibel

Les Salme 13 (se bakerst)

Sang

Fader du har skapt meg eller Vår Gud han er så fast en borg

Kveld

Innledende bønn

Himmelske Far. Takk for at vi kan samles om ditt ord i dag. Hjelp oss å høre ditt ord og leve etter det. Vi ber om at du skal være med oss i denne stunden. Amen.

Bibel – Laban lurte Jakob

Les Første Mosebok 29,15–30

- Hvordan skulle Jakob få Rakel?

Ved å jobbe for Laban i sju år.

- Hvordan lurte Laban Jakob?

Da Jakob skulle gifte seg med Rakel etter å ha arbeidet i sju år for Laban, ga han ham Leah i stedet for Rakel. Laban ville gifte bort den eldste datteren før den første. Jakob trodde han giftet seg med Rakel, men Laban lurte han til å gifte seg med Leah.

- Hva skjedde etterpå?

Laban sa at Jakob kunne få Rakel også dersom han jobbet sju år til for ham. Jakob ville det, og dermed var han gift med både Leah og Rakel.

- Hvorfor var det galt av Laban å gjøre dette? Husker du flere eksempler på at noen lurte noen i Første Mosebok?

Samtale og bønn

Samtale om dagen.

Hvordan har dagen vært? Er det noe dere trenger å bekjenne for Gud eller hverandre? Og hva kan dere takke Gud for i dag?

Er det noen andre ting dere vil be for? (familie, kirke, land, syke etc.)

Bønn,

Pris Gud for hvem han er og hva han har gjort.

Bekjenn syndene deres for ham og takk ham for tilgivelsen i Kristus.

Takk Gud for at han er sannhetens Gud, og be om hjelp til å være ærlige og oppriktige.

Be om andre ting som ligger dere på hjertet.

Sanger

Vår Gud han er så fast en borg

Fader du har skapt meg

Tirsdag

Morgen

Bønn og lovprisning (med utgangspunkt i Salme 139, siste del)

Herre, du har skapt oss.

Du har lagd oss på underfullt vis. Det takker vi deg for.

Du så oss i mammas mage. Alle dagene våre er skrevet opp i din bok.

Dine tanker om oss er dyrebare. Takk, kjære Gud.

Må du ta et oppgjør med all ondskap og alle som lever imot din vilje.

Ransak våre hjerter, Gud, og kjenn våre tanker.

Se om vi følger avguders vei og led oss på evighetens vei.

Amen.

Katekismespørsmål:

Spørsmål: Hvordan er Gud?

Svar: Han er evig og uforanderlig. Han vet alt og har all makt i himmel og på jord.

Gud er ikke som oss mennesker. Han er ikke skapt av noen, men alle er skapt av ham. Han er ikke avhengig av noe eller noen, men alt det skapte er avhengig av ham. Han vet alt og kan gjøre hva han vil. Han har kontroll over alt som skjer og er mye større og mektigere enn vi kan forstå (se Joh 4,24; Job 11,7–9; Sal 147,5; Åp 4,8).

Bibel

Ordspråkene 11,19–20. Les versene sammen, gjerne flere ganger.

*Rettferdighet fører til liv,
den som jager etter det onde, må dø.
Herren avskyr et falskt hjerte,
men gleder seg over dem som er hele i sin ferd.*

Sang

Måne og sol eller Velt alle dine veier

Kveld

Innledende bønn

Himmelske Far. Takk for at vi kan samles om ditt ord i dag. Hjelp oss å høre ditt ord og leve etter det. Vi ber om at du skal være med oss i denne stunden. Amen

Bibel – Jakob får mange sønner

Les Første Mosebok 29,31–30,2 + 30,22–24 (Evt. hele teksten 29,31–30,24)

- Hvorfor lot Herren Lea få barn først?
Fordi hun ikke ble elsket. Jakob elsket Rakel mer enn Lea, noe som må ha vært veldig tungt for henne. Herren hadde medfølelse med henne og lot henne få barn. Dette var til stor glede i sorgen over å ikke bli elsket.
- Hvordan reagerte Jakob da Rakel sa at han måtte gi henne barn?
Han ble sint på henne. For det var ikke hans feil at hun ikke fikk barn. Det var kun Gud som kunne ordne det, og det var galt av Rakel å kreve å få barn på den måten.
- Fikk Rakel barn etter hvert?
Ja, til slutt husket Gud på Rakel og lot henne få sønnen Josef (og senere fikk hun Benjamin også). Da hadde Jakob allerede fått seks sønner med Lea (Ruben, Simeon, Levi, Juda, Jissakar og Sebulon) to med Rakels slavekvinne Bilha (Dan og Naftali) og to med Leas slavekvinne Silpa (Gad og Asjer). Det var ikke rett at Jakob skulle få barn med slavekvinnene også. Vi ser her at de gjorde det samme som Abraham og Sara gjorde, da Sara ville at Abraham skulle få barn med Hagar. Gud var likevel trofast mot løftet sitt, og vi ser at Abrahams etterkommere begynner å bli et stort folk.

Samtale og bønn

Samtale om dagen

Hvordan har dagen vært? Er det noe dere trenger å bekjenne for Gud eller hverandre? Og hva kan dere takke Gud for i dag?
Er det noen andre ting dere vil be for? (familie, kirke, land, syke etc.)

Bønn

Pris Gud for hvem han er og hva han har gjort.
Bekjenn syndene deres for ham og takk ham for tilgivelsen i Kristus.
Takk og pris Gud for alle barna han har skapt, som alle er en velsignelse fra ham.
Be om andre ting som ligger dere på hjertet.

Sanger

Måne og sol
Velt alle dine veier

Onsdag

Morgen

Bønn og lovprisning (med utgangspunkt i Salme 121)

Vår Herre og Gud.

Vi løfter våre øyne opp til fjellene. Hvor skal vår hjelp komme fra?

Vår hjelp kommer fra deg, Herre. Du som er himmelens og jordens skaper.

Du beskytter oss og leder oss på stødige grunn.

Du slumrer ikke og sover ikke, du som er vår vokter. Derfor vil vi prise deg!

Bevar oss fra alt ondt i dag, Herre.

Bevar livene våre og hold oss i din hånd fra nå av og til evig tid.

Amen

Katekismespørsmål

Spørsmål: Finnes det mer enn én Gud?

Svar: Nei, det finnes kun én sann og levende Gud.

Den ene sanne Gud har skapt alt som finnes, og han regjerer over alt. Han holder heler jorden i sin hånd. Det finnes ikke flere guder, slik noen tror. Gud er den som har gitt oss livet, og det er kun ham som kan gi oss alt det vi trenger (se 5 Mos 6,4; Jes 43,10; 45,5; Jer 10,10–11; 1 Kor 8,6).

Bibel

Les Johannes 1,9–13

- Hvem er lyset, og hvem var det som ikke tok imot ham? (se vers 9–11)
- Hva sies det om dem som tok imot ham? (se vers 12–13)

Sang

Den prektigkledde sommerfugl eller Jeg løfter mine øyne (Salme 121)

Kveld

Innledende bønn

Himmelske Far. Takk for at vi kan samles om ditt ord i dag. Hjelp oss å høre ditt ord og leve etter det. Vi ber om at du skal være med oss i denne stunden. Amen

Bibel –

Les Første Mosebok 30,25–36 + 44 (Evt. alle versene 30,25–44)

- Ønsker Jakob å fortsette å tjene hos Laban?
Nei, nå ville han dra hjem til hjemlandet sitt.
- Hva ba Jakob om å få i lønn av Laban?
Bare de flekkete og spraglete lammene, de mørke lammene og de geitene som var flekkete og spraglete. Dette var de dyrene som ble sett på som minst fine og verdifulle.
- Hvordan prøvde Laban å hindre at Jakob skulle lykkes?
Laban tok med seg alle de flekkete og spraglete lammene og dyrene, slik at det ikke var noen igjen som Jakob kunne velge. Likevel ser vi at sauene og geitene fikk mange, mange flere unger som var spraglete og flekkete, og Jakob ble etter hvert en svært rik mann. Gud velsignet ham rikt, selv om Laban prøvde å ødelegge.
- Hvordan tror du det påvirket Laban når han så at Gud velsignet Jakob mye mer enn ham selv?

Samtale og bønn

Samtale om dagen.

Hvordan har dagen vært? Er det noe dere trenger å bekjenne for Gud eller hverandre? Og hva kan dere takke Gud for i dag?

Er det noen andre ting dere vil be for? (familie, kirke, land, syke etc.)

Bønn,

Pris Gud for hvem han er og hva han har gjort.

Bekjenn syndene deres for ham og takk ham for tilgivelsen i Kristus.

Be Gud om hjelp til å se at alle gode gaver kommer fra ham. Det er ham vi kan takke for alle velsignelsene våre.

Be om andre ting som ligger dere på hjertet.

Sanger

Den prektigkledde sommerfugl

Jeg løfter mine øyne (Salme 121)

Torsdag

Morgen

Bønn og lovprisning (med utgangspunkt i Salme 139, første del)

Himmelske Far.

Du vet om vi sitter eller står, og du kjenner alle våre tanker.

Du ser alt, og du kjenner alle våre veier.

Før vi snakker, vet du allerede hva vi skal si.

Vi kan ikke holde noen hemmeligheter for deg.

Bakfra og forfra omgir du oss.

Du er overalt, Gud. Det finnes ingen steder vi kan flykte fra ditt ansikt.

Hjelp oss å hvile i deg og stole på deg i dag, Herre.

For du er den suverene Gud som har kontroll over alt.

Amen.

Katekismespørsmål

Spørsmål: Hvis det bare er én Gud, hvorfor snakker vi da om Faderen, Sønnen og Den Hellige Ånd?

Svar: Fordi det er slik Gud har åpenbart seg i sitt ord. Det er én Gud i tre personer.

Gud er treenig. Det vil si at Faderen, Sønnen og Den Hellige Ånd er tre ulike personer, men én Gud. Det er én Gud, ikke tre. Og det er tre ulike personer, ikke bare én. Dette kan være vanskelig å forstå, men det er ikke så rart at Gud er mye større enn det vi kan forstå. Han har tross alt skapt alt som finnes og er mye større enn oss (se Matt 3,16–17; 28,19; Joh 14,26; Gal 4,6).

Bibel

Les Salme 13 (se bakerst)

Sang

Fader du har skapt meg eller Vår Gud han er så fast en borg

Kveld

Innledende bønn

Himmelske Far. Takk for at vi kan samles om ditt ord i dag. Hjelp oss å høre ditt ord og leve etter det. Vi ber om at du skal være med oss i denne stunden. Amen

Bibel – Jakob flykter fra Laban

Les Første Mosebok 31,1-18

- Hva betyr det at Laban ikke var den samme mot Jakob som før. Hvorfor var det slik?
Det betyr at han ble mer fiendtlig innstilt om Jakob. Det virker som han ble sur og kanskje misunnelig på Jakob fordi Gud velsignet Jakob så mye og gjorde Jakob rikere enn Laban. Jakob fikk mye av Labans rikdom på grunn av det som hadde hendt.
- Ville Rakel og Lea bli med Jakob bort fra sin far?
Ja, de hadde ikke lenger noen del og arv i sin fars hus, sa de. De ville heller være med Jakob dit hvor han skulle.
- Hvordan hadde Laban behandlet Jakob alle de årene han hadde vært der?
Ikke særlig bra. For det første hadde han lurt ham til å gifte seg med Lea i stedet for Rakel. I tillegg hadde han bedratt ham og forandret lønnen hans mange ganger. Likevel hadde Gud vernet om Jakob og velsignet ham rikt.
- Hvem var det som sa at Jakob skulle flykte nå?
Gud sa det til ham i en drøm. Han minnet ham på at han var den Gud som hadde møtt ham i Betel, og som skulle velsigne ham stort.

Samtale og bønn

Samtale om dagen.

Hvordan har dagen vært? Er det noe dere trenger å bekjenne for Gud eller hverandre? Og hva kan dere takke Gud for i dag?

Er det noen andre ting dere vil be for? (familie, kirke, land, syke etc.)

Bønn,

Pris Gud for hvem han er og hva han har gjort.

Bekjenn syndene deres for ham og takk ham for tilgivelsen i Kristus.

Be Gud om hjelp til å være utholdende slik Jakob var utholdende hos Laban.

Be om andre ting som ligger dere på hjertet.

Sanger

Fader du har skapt meg

Vår Gud han er så fast en borg

Fredag

Morgen

Bønn og lovprisning (med utgangspunkt i Salme 139, siste del)

Herre, du har skapt oss.

Du har lagd oss på underfullt vis. Det takker vi deg for.

Du så oss i mammas mage. Alle dagene våre er skrevet opp i din bok.

Dine tanker om oss er dyrebare. Takk, kjære Gud.

Må du ta et oppgjør med all ondskap og alle som lever imot din vilje.

Ransak våre hjerter, Gud, og kjenn våre tanker.

Se om vi følger avguders vei og led oss på evighetens vei.

Amen.

Katekismespørsmål:

Spørsmål: Hvordan skapte Gud himmelen og jorden?

Svar: Gud skapte alt ut av ingenting ved kraften av sitt ord. Han skapte det på seks dager, og alt han skapte var godt.

Gud sa, og det skjedde. Han sa: «Bli lys», og det ble lys. Bare Gud kan skape noe ut av ingenting. Han skapte himmelen og jorden på seks dager slik det står i Bibelen. I begynnelsen var alt godt, og menneskene var uten synd (se 1 Mos 1–2; 2 Mos 20,11; Sal 33,6–9; Jes 45,18; Joh 1,3).

Bibel

Ordspråkene 11,19–20. Les versene sammen, gjerne flere ganger.

*Rettferdighet fører til liv,
den som jager etter det onde, må dø.
Herren avskyr et falskt hjerte,
men gleder seg over dem som er hele i sin ferd.*

Sang

Måne og sol eller Velt alle dine veier

Kveld

Innledende bønn

Himmelske Far. Takk for at vi kan samles om ditt ord i dag. Hjelp oss å høre ditt ord og leve etter det. Vi ber om at du skal være med oss i denne stunden. Amen

Bibel – Laban kommer etter Jakob

Les Første Mosebok 31,22–28 + 36-44 (evt 31,19–55)

- Hva gjorde Laban da han fant ut at Jakob hadde flyktet?
Han satte etter ham sammen med slektningene sine. På veien kom Gud til ham i en drøm og advarte ham om å si noe til Jakob.
- Hvorfor var Laban sur på Jakob?
Fordi han bare hadde flyktet uten at Laban fikk tatt farvel med døtrene og barnebarna sine. Han ville nok også ha kontroll på Jakob, og ville nok ikke at Jakob skulle flykte uansett. Det var derfor Jakob flyktet i utgangspunktet.
- Hvordan ser vi at Jakob stoler på Gud i denne teksten (se vers 42)?
Jakob forstår at det er Gud som har beskyttet ham fra Laban. Han sier at dersom ikke Abrahams og Isaks Gud hadde vært med ham, hadde nok ikke Laban latt ham få noen ting. Men Gud var med Jakob. Etterpå gikk Jakob med på å slutte en pakt med Laban, slik at de kunne holde fred med hverandre.

Samtale og bønn

Samtale om dagen.

Hvordan har dagen vært? Er det noe dere trenger å bekjenne for Gud eller hverandre? Og hva kan dere takke Gud for i dag?

Er det noen andre ting dere vil be for? (familie, kirke, land, syke etc.)

Bønn,

Pris Gud for hvem han er og hva han har gjort.

Bekjenn syndene deres for ham og takk ham for tilgivelsen i Kristus.

Takk Gud for hans trofasthet, og be om hjelp til å holde fred med de rundt oss (brødre og søstre, foreldre, venner osv ...)

Be om andre ting som ligger dere på hjertet.

Sanger

Måne og sol

Velt alle dine veier

Lørdag

Morgen

Bønn og lovprisning (med utgangspunkt i Salme 121)

Vår Herre og Gud.

Vi løfter våre øyne opp til fjellene. Hvor skal vår hjelp komme fra?

Vår hjelp kommer fra deg, Herre. Du som er himmelens og jordens skaper.

Du beskytter oss og leder oss på stødige grunn.

Du slumrer ikke og sover ikke, du som er vår vokter. Derfor vil vi prise deg!

Bevar oss fra alt ondt i dag, Herre.

Bevar livene våre og hold oss i din hånd fra nå av og til evig tid.

Amen

Katekismespørsmål

Spørsmål: Hvordan skapte Gud mennesket?

Svar: Han skapte mennesket i sitt bilde, til mann og kvinne.

Menneskene er verdifulle i Guds øyne. De ble skapt til å leve i fellesskap med Gud og herske over jorden som Gud hadde skapt. De var i begynnelsen gode og rettferdige, uten synd. Slik Gud hadde skapt og arbeidet i seks dager, skulle også menneskene arbeide, være kreative og representere Gud idet de rådet over jorden (se 1 Mos 1,27–31; 5,1–2; Sal 8; Kol 3,10; Ef 4,24).

Bibel

Les Johannes 1,14–18

- Loven kom ved Moses. Men hva kom ved Jesus Kristus, han som er Ordet og Guds Sønn?
- Hva kan vi lære om forholdet mellom Faderen og Sønnen her? (se vers 1, 14 og 18)

Sang

Den prektigkledd sommerfugl eller Jeg løfter mine øyne (Salme 121)

Kveld

Innledende bønn

Himmelske Far. Takk for at vi kan samles om ditt ord i dag. Hjelp oss å høre ditt ord og leve etter det. Vi ber om at du skal være med oss i denne stunden. Amen

Bibel – Jakob skal møte Esau

Les 1 Mos 32,1–12

- Jakob var på vei til hjemlandet sitt og måtte nå møte Esau igjen. Hvordan reagerte Jakob da han fikk høre at Esau var på vei for å møte ham med 400 mann?
Jakob ble svært redd og grepet av angst. Husk at Esau ville drepe ham da de forlot hverandre sist gang, ca. 20 år tidligere.
- Hvordan er Jakobs bønn til Gud i sin frykt for Esau?
Han ber om nåde og hjelp. Han innser at han ikke er verdig all den godheten Gud har vist ham til nå, men ber likevel om at Gud skal spare ham og familien hans fra Esau. Han minner også Gud på løftene om at ætten hans skulle bli tallrik som havets sand.
- Hva kan vi lære av Jakobs bønn her?
Slik som Jakob, er heller ikke vi verdige til å motta Guds godhet, men vi er avhengige av Guds nåde. Selv om vi ikke fortjener Guds nåde, kan vi likevel be Gud om å være nådig og hjelpe oss, og vi kan minne Gud på hans løfter og takke ham for dem. Gud er en nådig og barmhjertig Gud som tar vare på dem som elsker ham.

Samtale og bønn

Samtale om dagen

Hvordan har dagen vært? Er det noe dere trenger å bekjenne for Gud eller hverandre? Og hva kan dere takke Gud for i dag?
Er det noen andre ting dere vil be for? (familie, kirke, land, syke etc.)

Bønn

Pris Gud for hvem han er og hva han har gjort.
Bekjenn syndene deres for ham og takk ham for tilgivelsen i Kristus.
Takk Gud for hans nåde og hjelp. Be om hjelp til å stole på ham i nødens stund.
Be om andre ting som ligger dere på hjertet.

Sanger

Den prektigkledde sommerfugl
Jeg løfter mine øyne (Salme 121)

Vedlegg

Salme 13

Les gjerne sammen (annenhver setning):

¹ **Til korlederen. En salme av David.**

² **Hvor lenge, Herre? Vil du glemme meg for alltid?**

Hvor lenge vil du skjule ansiktet for meg?

³ **Hvor lenge skal jeg ha uro i sjelen og sorg i hjertet hele dagen?**

Hvor lenge skal fienden ha makt over meg?

⁴ **Se meg! Svar meg, Herre, min Gud!**

Gi mine øyne lys så jeg ikke sovner inn i døden,

⁵ **så min fiende ikke kan si: «Jeg har vunnet over ham»,**

og mine motstandere ikke jubler når jeg vakler.

⁶ **Men jeg setter min lit til din miskunn,**

mitt hjerte skal juble over din frelse.

Jeg vil synge for Herren,

for han har gjort godt mot meg.

Sanger

Fader, du har skapt meg

1: Fader, du har skapt meg

Livet mitt jeg gir deg

Led meg, bruk meg

2: Jesus, du har frelst meg

Livet mitt jeg gir deg

Led meg, bruk meg

3: Hellig Ånd, kom styrk meg

Livet mitt jeg gir deg

Led meg, bruk meg

Den prektigkledd sommerfugl

Den prektigkledd sommerfugl

er fløyet fra Guds hånd.

Han ga den gyldne ringer

og røde purpurbånd.

Han lærte den å flyve høyt,

høyere enn jeg er.

Den har nok fuglens lyster,

men ei dens dun og fjær.

Og alle verdens mennesker

og alle kongebud

ei gjøre kan en sommerfugl.

Det kan alene Gud.



Vår Gud han er så fast en borg.

Vår Gud han er så fast en borg, han er vårt skjold og verge.
Han hjelper oss av nød og sorg og vet oss vel å berge.
Vår gamle fiende hård til strid imot oss står.
Stor makt og arge list han bruker mot oss visst.
På jord er ei hans like.

Vår egen makt er intet verd, vi vare snart nedhugne,
men én går frem i denne ferd, for ham må allting bugne.* (*vike, bøye seg, gi etter)
Vil du hans navn få visst? Han heter Jesus Krist,
den høvding for Guds hær, i ham kun frelse er.
Han marken skal beholde!

Om verden full av djevler var som ville oss oppsluke,
vi frykter ei, vi med oss har den mann som dem kan true.
Er verdens fyrste vred og vil oss støte ned,
han ingenting formår, fordi alt dømt han går.
Et Guds ord kan ham binde.

Og Ordet skal de lade stå, og utakk dertil have.
For Herren selv vil med oss gå, alt med sin Ånd og gave.
Og tok de enn vårt liv, gods, ære, barn og viv,
la fare hen, la gå! De kan ei mere få.
Guds rike vi beholder.

Måne og sol

1: Måne og sol, skyer og vind
og blomster og barn skapte vår Gud
Himmel og jord, allting er hans
Herren vår Gud vil vi takke

Herre vi takker deg, Herre vi priser deg
Herre, vi synger ditt hellige navn

2: Jesus, Guds Sønn, død på et kors
for alle, for oss, lever i dag
Ja, han er her, ja, han er her
Herren vår Gud vil vi takke

Herre vi takker deg ...

3: Ånden, våre trøst, levende varm
og hellig og sterk, taler om Gud,
bærer oss frem, dag etter dag
Herren vår Gud vil vi takke

Herre vi takker deg ...



Velt alle dine veier

1: Velt alle dine veier
og all din hjertesorg
på ham som evig eier
den hele himlens borg.
Han som kan stormen binde
og bryte bølgen blå,
han skal og veien finne,
den vei hvor du kan gå.

2: På Herren du deg støtte
om det deg vel skal gå,
hans gjerning må du nytte
om din skal kunne stå;
av sorg og selvgjort plage
det kommer intet ut;
for intet kan du tage,
alt kan du få av Gud.

3: Han dryger vel til tider
og venter med sin trøst,
er skjult for den som lider,
og tier med sin røst,
som om han i sitt hjerte
var vendt en annen vei,
og ikke så din smerte
og ikke enset deg.

4: Skal tårer da utøses,
vær tro om alt er stengt!
Vær trygg, min sjel, du løses
når du det minst har tenkt.
Da grønnnes hjertebladet,
den sne som tiner bort,
har ei den minste skade
Guds fagre blomster gjort.

5: Gjør en lykksalig ende
på all vår strid og nød!
Ja, Herre, ta i hende
vår sak inntil vår død!
La troen vinne seier,
og led oss trinn for trinn,
så samles våre veier
til sist i himlen inn.

Jeg løfter mine øyne

1: Jeg løfter mine øyne opp til fjellene,
hvor skal min hjelp komme fra?
Min hjelp kommer ifra Herren,
himmelens og jordens skaper.

2: Han skal ingenlunde la din fot vakle,
din vokter skal ingenlunde slumre,
se, han slumrer ikke og sover ikke,
Israels vokter.

3: Herren er din vokter, Herren er din skygge
ved din høyre hånd.
Solen skal ikke stikke deg om dagen,
ei heller månen om natten.

4: Herren skal bevare deg fra alt ondt,
han skal bevare din sjel.
Herren skal bevare din utgang og din inngang
fra nå av og til evig tid. Amen!
Fra nå av og til evig tid.

La la la la,
la la la la,
la la la la, la la la