


# BID, VAS & GEE

## ‘N VASTYDGEBED



Here Jesus,  
veertig dae het U in die stilte  
van die woestyn deurgebring  
om U self geheel en al aan  
die Wil van u Vader oor te gee.

Deur vas, gebed en stilte  
kon U fokus op dit wat u Vader vir  
U beplan het en so kon U  
die liste en versoekinge van  
die duiwel weerstaan.

Net so wil ek in hierdie veertig dae  
myself al hoe meer op U rig.  
Help my om geestelik te groei en  
geestelik sterk te word deur met ekstra  
aandag te bid, self-opofferings te maak  
en te gee waar ek kan.

Help my veral in hierdie tyd  
bewus word van al die goeie dinge  
wat ek elke dag uit u Vaderhand ontvang.  
Help my ook om ware berou  
oor my sondes te hê en myself oop te stel  
vir die genade van u vergifnis.

Here, waak oor my in dié Vastyd,  
laat my sterk staan teen alle verleidinge,  
gee my krag om te bid, krag om ‘nee’ te  
sê vir myself en krag om te gee.

Eer aan die Vader en aan die Seun  
en aan die Heilige Gees,  
soos dit in die begin was,  
so ook nou en altyd, tot in alle ewigheid.  
Amen