

4. Spaziergang Verstehen und Vertrauen (14.03. – 20.03.2021)

Ich suche mir auf meinem heutigen Spaziergang wieder einen Ort, der mir angenehm ist.
Ich stelle mich so hin, dass meine beiden Füße guten Kontakt zum Boden haben.
Ich spüre die gesamte Standfläche meines Fußes, von den Zehen bis zur Ferse.
Ich stelle mir vor, dass ich immer mehr mit dem Boden verbunden bin.

Ich wiederhole in Gedanken den Satz: „Der Boden trägt mich!“

Vertrauen auf Gott bedeutet: Ich lebe in der Gewissheit, dass ich auf meinem Weg von Gott gehalten und getragen bin.
Er ist der Boden, auf dem ich stehe, mein fester Grund.

Aus dieser Gewissheit heraus darf ich Gott alles anvertrauen, was in meinem Leben unfertig oder zerbrochen ist.
Er verwandelt es und führt es zur Vollendung.
Unser Leben ist Wandlung, Altes zerbricht und stirbt, Neues entsteht.

Ich nehme meinen Fotoapparat/mein Handy mit auf den Weg und fotografiere, wo Neues wächst.
Ich säe Samen (z. B. Kresse) aus, pflanze Weizenkörner in einen Topf voll Erde
oder lege Samenkugeln am Wegesrand in den Boden und beobachte das Wachstum.

Wenn ich mein Butterbrot mit frischer Kresse esse, schmecke ich das neue Leben.

Wenn ich mag, füge ich die Fotos vom neuen Wachstum in meine Bildersammlung ein.

„Du bist vertraut mit all meinen Wegen.“

(Psalm 139,3)