

NÅR DU HAR VALGT DIT KONFIRMATIONSORD

Få nu hjælp af en anden (du må gerne ringe til din præst fx til Dikte på 20320492), som skal guide dig i en lille meditationsøvelse.

Skriv først bibelcitater ned.

Sig det højt et par gange, så du nogenlunde kan huske det. Luk nu dine øjne og sæt eller læg dig godt til rette et sted, hvor I ikke bliver forstyrret: Nu læser din hjælper citatet op for dig igen (du kan eventuelt få citatet gentaget før hvert spørgsmål, hvis du ønsker det).

Nu stiller den anden person dig disse spørgsmål. Giv jer endelig god tid.

- Hvilket ord (evt. 2 ord) er det vigtigste i dit citat?
- Hvilken farve kommer du til at tænke på, når du hører dit citat?
- Hvilken musik (måske et bestemt nummer eller artist eller genre) kommer du til at tænke på når du hører dit citat?
- Hvis du skulle forestille dig at være ude i naturen, når du hører dit citat, hvor er du så henne og hvordan ser der ud?
- Hvad tror du, at dit konfirmandord betyder, sagt med dine egne ord?

Hør citatet læst op en gang til og hold øjnene lukket i cirka et minut uden at sige noget eller gøre noget, men bare lad dine tanker flyde frit. Afslut øvelsen med at bede fadervor.

Vor Fader, du som er i himlene!
Helliget blive dit navn,
komme dit rige,
ske din vilje som i himlen således også på jorden;
giv os i dag vort daglige brød;
og forlad os vor skyld, som også vi forlader vore skyldnere,
og led os ikke ind i fristelse,
men fri os fra det onde.
Amen.

Vi hører gerne fra dig, hvilken ord du valgte, hvilke farver du så, hvilken musik du satte til, hvor du rejste hen i fantasien og hvad ordene betyder for dig.