



Workshop 1C

# Transformation – Vertrauen stärkt zu neuen Schritten

Zwischen Angst und Vertrauen zu neuem Leben finden.  
Eine Inspiration aus der Bibel.

11.00 – 12.30 Uhr

Zwei Pole, zwischen denen wir uns immer wieder befinden, sind Angst und Vertrauen. Damit verbunden die Frage, wie wir im Vertrauen wachsen können und was uns dabei hilft.

Was sind die Dinge, die mich dabei stärken?

Wie kann ich das Verbundensein mit meiner inneren Quelle lebendig erhalten?

Wie trägt u.a. Stille und Meditation dazu bei?

Vertrauen ist Lebenskraft, die neue Schritte im Leben möglich macht.

Wir nutzen dazu eine Inspiration aus der Bibel und legen die Themen dieser Erzählung im Raum aus, so dass wir diesen Verwandlungsweg auch selbst begehen können. Die Bilder vom Sturm auf dem See und dem Wagnis zu einem neuen Schritt lassen die Thematik Angst und Vertrauen greifbar und spürbar werden.

Weitere Elemente: Begleitung in die stille Meditation, Austausch.



## Referierende

Sr. Christa Huber CJ, Mitarbeiterin Spiritualität und Exerzitien