

# Natuur gebed

Kies een van die volgende oefeninge om bewus te raak van die Here se teenwoordigheid om jou.



**WOLKE** - Lê op jou rug en kyk op na die wolke. Raak stil, haal diep asem en neem tyd om te mediteer.



**BOOM** - Bestudeer 'n boom. Dink aan hoe die boom oor die jare gesorg het vir voëls en insekte. Sê dankie aan die Here vir sy sorg en voorsiening.



**KLIPPE** - Gaan stap en tel klippies op. Met elke klip se optel, dink aan iets waaraan jy figuurlik swaar dra en vra die Here om hulp en ondersteuning.



**SAND** - Dink aan iets wat jy wil agterlaat en skryf dit in die sand. Vee dit daarna uit. Wees dankbaar en beleef die verlossing wat Jesus aan elkeen bied.



**PAADJIE** - Stap 'n entjie met 'n paadjie en dink aan jou besluite. Vra die Here om jou te lei.



**SAAD** - Soek na saad in die natuur. Dink aan geloof. Hoe kan dit groei in jou lewe?



**BLOMME** - Bewonder die blomme in 'n tuin of langs die pad. Dink aan die dinge wat jou vreugde bring en wees dankbaar daarvoor.



**WATER** - Sit by 'n dam of rivier, of drink water terwyl jy dink aan die Gees wat jou vul met vrede. Wees stil en laat die vrede van God jou hart vul en jou siel rus gee.