

Andlighet



Nässelfjäril, *Aglaris urticae*



Beskriv ett träd

Under pilgrimsvandringen har vandraren gott om tid att upptäcka sig själv. Andligheten söks genom diskussioner och utbyte med andra. Nu är det er tur att samverka! Dela in er i par och sprid ut er i området. En person i varje par ska välja ett träd utan att tala om för den andra vilket träd hen har valt. Den andra ska nu blunda och lyssna till personen som beskriver sitt träd så noga som möjligt. Hur ser trädet ut? Är det stort eller litet? Lutar det? Har det barr, löv, avbrutna kvistar, knotor eller kottar? Sedan får den andra öppna ögonen och försöka hitta det träd som beskrivits. Byt sedan roller så att båda får beskriva och gissa. Bestäm gärna på förhand hur långt bort från sin träd man får vara.



Gör en dikt om en, för dig, helig plats

Orden "helig" och "andlighet" kan ha många olika betydelser, ofta förknippas orden med något personligt, tex. en känsla, en upplevelse eller en plats. En pilgrim vandrar från plats till plats, likt nässelfjärilen som flyger från blomma till blomma. Har du en plats som betyder mycket för dig? Hurdan är den? Vilka känslor och ord väcker platsen hos dig? Gör en dikt om din plats tex. i Haiku-diktform. Haiku härstammar från Japan och dikterna består av tre rader med 5-7-5 stavelser till exempel så här: Solen skiner varmt | Himlen är blå och vacker | Havet är min plats