

Abschlussmeditation:

| | |
|---|---|
| Ich bin wie ein Baum. | Gerade stehen, mit den Handflächen am Körper herabstreichen. |
| Gott hat mich geschaffen. | Arme zur Seite ausbreiten. |
| Ich bin fest verwurzelt im Leben. | Jeden Fuß leicht anheben und wieder fest auf den Boden drücken. |
| Er lässt mich wachsen. | Arme seitlich ausbreiten und in einen Halbkreis nach oben zeichnen. |
| Er hat mir Zweige und Blätter gegeben. | Mit nach oben offenen Händen wechselnd mehrfach nach vorn weisen. |
| Er lässt mir Früchte reifen. | Beide Hände aufs Herz legen. |
| Er lässt mich ausruhen. | Hände vor der Brust kreuzen. |
| Ich bin gesegnet. | Fingerspitzen über dem Kopf schließen und langsam auf den Scheitel absenken. |

