

Pilgrimsvandring derhjemme – en vandring fra hoved til hjerte

Det er ikke altid muligt at tage ud på lange pilgrimsvandringer. Det kan være at helbredet eller manglende fritid sætter en stopper for vandringsdrømmene. Det kan være mange årsager til at vandrestøvlerne ikke kan blive bundet. I foråret 2020 har udbruddet af Covid-19 ændret mulighederne for at forsamles og tage på vandringer. Derfor kan det være nødvendigt at tænke på pilgrimsvandring på en ny måde.

Selvom vi er i kendte omgivelser, er det muligt at få den fordybelse og eftertanke, som man vil kunne få på en længere pilgrimsvandring.

Når du går en pilgrimsvandring, så er den tilbagelagte afstand ikke den vigtigste vandring. Den vigtigste vandring er de ca. 30 cm fra dit hoved til dit hjerte.

Når dine tanker og længsler bliver rodfæster sig i dit hjerte, så kan du holde fast i dem – også når tingene er svære. Det gør Jesus' mor, Maria flere gange (se fx Luk 2,19 og 2,51).

Gud er også tilstede i det hjemlige og lokale. Han kan blive fundet midt i hverdagen og det kendte, ligesom han er tilstede i nye og ukendte.

Det kan være en ny vej at gå, når man ser på det kendte med nye øjne.

Gud fornøjelse med at tage på vandring i dit eget hjem.

Fred og alt god (Pax et bonum)!

*Pilgrimspræst Christian Kjær Bjerre, St. bededag 2020
"at gå er at danse"*



Du kan lave *pilgrimsvandring hjemme hos dig selv* på denne måde:

- Du kan begynde ved fordøren. Her kan du bede til Gud: *”Velsign min vandring og lad mig høre hvad du vil sige mig”*. Gå roligt gennem dit hjem. Lad øjne og øre være opmærksomme. Du kan give dig god tid.
- Hold et hvil i din yndlingsstol, hvor du beder: *”Giv mig en god balance mellem aktiviteter og hvile”* (læs evt. fortællingen om Maria og Martha, se Luk 10,38-42). Her kan også sidde i stilhed og nyde Guds nærvær.
- Sæt dig ved spisebordet og bed for de mennesker, som du har spist sammen med her – og tak for de steder, hvor du er blevet inviteret ind (læs evt. fortællingen om Zakæus, Luk 19,1-10)
- Gå rundt i huset. Se nøje på fotografier og ting i dit hjem og bed Gud: *”Giv de mennesker jeg tænker på det, som de behøver”*
- Gå hen til din seng. Sæt dig eller læg dig ned, mens du takker Gud for søvn, hvile og fornyet energi (læs evt. Sl 23)
- Gå til badeværelset og tak for vandet, som du let kan tappe. Vand og kærlighed er livsnødvendige for at overleve. Bed for dem der mangler rent vand i verden og for de mennesker der mangler kærlighed. (Læs evt. Joh 4,7-15)
- Gå tilbage til hoveddøren og bed for at der opstår gode møder med andre mennesker når som helst du går ud af døren.
- Du kan runde vandringen af med dette salmevers fra DDS 752:

*Gå da frit
enhver til sit
og stole på Guds nåde!*

*Da får vi lyst og lykke til
at gøre gavn, som Gud det vil,
på allerbedste måde.*

