

# Skapelsetid: Skapelsemeditation

Se Skapelsen tydligare genom denna övning i/med ekosystemet

Denna meditation är ett sätt att se ett objekt eller vara i bön, i förundran, i begrundan. Genom frågor uppmanas du att reflektera över Guds närvaro och det goda med det du ser. Under denna säsong av skapelsen, överväga att vara en del av ditt lokala ekosystem. Det här är en övning som du kan välja att göra ensam eller tillsammans med en grupp.

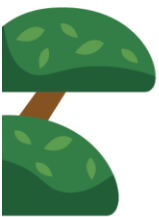
Välj en naturlig eller jordbruksplats att tänka på. En skog. En flod. En stadsgata med ett naturområde. En urban park. En bondes åker. En kulle. Hitta en bekväm plats att vila på eller i närheten av denna plats. Gå in i bön på vilket sätt som är naturligt för dig. Bjud Guds heliga klokhet att öppna ögonen på ditt hjärta. När du är redo kan du fundera på följande frågor:

## 1. Bli medveten om Guds närvaro i naturen, på en plats som du funderar på.

Hur är Gud närvarande på denna plats? Hur finns allt liv du ser i Guds ande? Hur känns det att veta att den Helige Ande har fyllt denna plats i geologiska tidsåldrar, med alla växter, djur, organism och mineraler som har kallat denna plats hemma i det förflutna, gör sitt hem här hos dig nu och kommer att bo här med varelser på denna plats i framtiden? Hur känner du att du vet att du, jordbo, tillhör denna plats, är gjord av samma kol, andas samma luft, vårdas av samma cykler och livsprocesser och upplivas av samma Skaparens Ande?

## 2. Reflektera över den här platsens ekologiska cykler med tacksamhet för alla som det ger.

Vilka näringscykler stöds av denna plats? Är det här ett vattendrag som filtrerar vatten? Är detta en regnskog (tropisk eller lövfällande) som fixar näringsämnen? Är det här en äng eller åker som fixerar kväve? Är detta ett grönt utrymme som absorberar koldioxid och rensar luften? Vilka växter, djur, mikrober och mineraler skyddas här? Hur tjänar de hela jorden i sitt väsen? För allt som denna plats ger för att vårda dig och allt som tillhör denna plats, låt en känsla av tacksamhet fylla dig.



### **3. Var uppmärksam på vad du känner när du begrundar den här platsens bräcklighet, hälsa.**

Är detta ekosystem hälsosamt? Hur riskeras detta ekosystem? Vilka är nycklarna till att upprätthålla jämvikten och balansen på denna plats? Vilka nischer och mångfald måste skyddas för att bibehålla hälsan hos denna livsmiljö? Vilka är källorna till stress som hotar balansen i just detta ekosystem? Driver dessa påfrestningar dina medvarelser från deras hem på den här platsen? Hur känner du dig när du tänker på livets bräcklighet som beror på den här platsens hälsa? Vilken effekt har du på denna balans?

### **4. Välj en funktion på platsen och be för den, dess vila och dess förnyelse.**

När du funderar på hur denna plats är under stress, vad behöver den för vila, restaurering och förnyelse? Vad måste bevaras för att den här platsen ska läka sig själv? Vilka funktioner behöver återvinnas? Vilka delar av skapelsen behöver återställas till sitt rättmätiga hem här? Be för den här platsen och visdom att ta hand om den.

### **5. Märk din reaktion. Vad kan du göra för att minska kraven eller främja resten av denna ekologiska plats?**

Baserat på din meditation, hur identifierar du dig med den här platsen? Vad har du upptäckt krävs för att ta hand om den här platsen? Vad kommer bli din medskapande handling, för att främja vila för detta gemensamma hem?

