

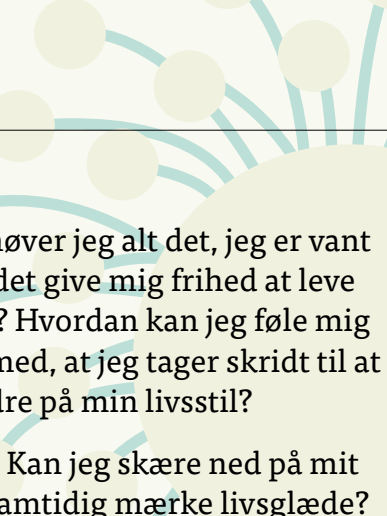


KLIMA pilgrims VANDRING

Klimaet forandres. Forandringerne rammer alle. Men der er håb. Når vi vandrer – alene eller sammen med andre – gør vandringen noget ved os. Vi får styrket vores forhold til naturen, og bliver opmærksomme i forhold til det, vi ser undervejs. Rytmen og enkelheden trænger ind i vores sind og hjælper os til at samle os om det, der er vigtigt.

**Lad os vandre i håb
for hele verden**

SPØRGSMÅL TIL HANDLING



Frihed: Behøver jeg alt det, jeg er vant til? Kunne det give mig frihed at leve mere enkelt? Hvordan kan jeg føle mig fri samtidig med, at jeg tager skridt til at ændre på min livsstil?

Enkelthed: Kan jeg skære ned på mit forbrug og samtidig mærke livsglæde? Hvilke nye skridt kan jeg tage for at give bæredygtige gaver til dem, jeg holder af? Hvordan kan jeg genanvende mit tøj og andre ressourcer?

Langsomhed: Kan det at rejse langsomt – til fods, på cykel, med bus og tog – give større livskvalitet? Hvordan kan jeg, alene eller sammen med andre, transportere mig på en grønnere måde midt i et højhastighedssamfund?

Stilhed: Hvordan kan jeg finde ro i naturen? Findes der "stille lommer" i mit nærmiljø? Kan stilheden inspirere til at finde de rette måder at handle på til gavn for hele kloden?

Bekymringsløshed: Hvordan kan jeg skelne mellem det, jeg faktisk kan gøre, og det, jeg ikke kan gøre noget ved? Kan jeg samle et stykke skrald op på gaden? Kan jeg finde handlekraft, selvom jeg kan føle mig magtesløs midt i håbet om at ændre verden?

Fællesskab: Hvad kan vi gøre sammen? Der er ressourcer nok til alle, hvis vi bliver bedre til at fordele goderne. Hvordan kan vi bekæmpe madspild? Spare på vandet? Genbruge? Hvordan kan vi blive bedre til at dele med hinanden?

Åndelighed: Hvordan kan jeg blive ved at bevare fornemmelsen for sammenhæng i mellem alt det, der lever og ånder på kloden? Kan jeg styrke min kærlighed til naturen? Kan det lidt, jeg gør, være en del af en større helhed? Hvor kan jeg plante et træ

Klimapilgrimsfolderen er et konkret redskab, som du kan bruge på din næste gåtur, hvis du ønsker at fordybe dig lidt undervejs. Put den i lommen og tag den frem som inspiration til tanke og handling.



PILGRIMSORD

FRIHED

Jeg er vandret ud for at finde nye veje. Hvor fører vinden mig hen? Friheden åbner op for inspiration og nye horisonter. Friheden er en mulighed for at gå i anderledes spor, se overraskende muligheder. I friheden kan jeg se veje frem, jeg ellers ikke kunne få øje på.

ENKELHED

Jeg går ubesværet, uden at bære på noget tungt. Jeg tager kun det med, der er nødvendigt. Skridt for skridt øver jeg mig i at give slip på det overflødige. Jeg får øjnene op for de enkle behov, og ser glæden i det allermindste.

LANGSOMHED

Jeg har ikke travlt. Jeg går skridt for skridt, mærker mine fødder. Jeg sanser og oplever naturen, som er omkring mig. Jeg lægger mærke til alle bevægelser – og det, der bevæger sig i mig. Jeg bliver rolig og er opmærksom på selv de mindste ting.

STILHED

Jeg lader mig omslutte af stilheden.

Midt i naturens katedral bliver stilheden en del af det hellige rum.

Her kan jeg se, høre og sanse det væsentlige. Det er en glæde at hvile i stilheden, sammen med alt levende omkring mig. Her bliver jeg set, som den jeg er.

BEKYMRINGSLØSHED

Jeg bevæger mig let. Jeg slipper det, som jeg ikke kan gøre noget ved. Jeg lader alle bekymringer flyve og lader taknemmeligheden fylde mit hjerte. Midt i lethed er det nemmere at se lys og håb for fremtiden, for mig selv, for andre og hele skaberværket.

FÆLLESSKAB

Jeg glædes over at dele vejen med andre. På vores fælles vandring erfarer vi, at vi har brug for hinanden, selv den mindste skabning. Vi deler livets gaver med hinanden. Sammen kan vi bedre se nye horisonter og få kraft til at handle i verden.

ÅNDELIGHED

Jeg ser op mod himlen og aner livets uendelige storhed og sammenhæng. Jeg lever og ånder i det, der er større end mig. Når jeg ser de store træer, kan jeg ånde frit. Naturen lever i alt, også i mine inderste celler. Vi er alle forbundet som en enhed i det store, mangfoldige skaberværk.