

## VERTRAUEN

schenken  
geschenkt bekommen  
spüren  
jemanden spüren lassen

## ERWARTEN

warten  
warten können  
erwarten  
bereit werden  
Gott erwarten

## LASSEN

lassen  
ausatmen - loslassen  
den Verlust spüren -  
die Erleichterung zulassen  
sich (auf etwas neues) einlassen

## WERTSCHÄTZEN

sehen  
gesehen werden  
wahrnehmen  
wahrgenommen werden

IMPULSFRAGEN  
Wer vertraut mir?  
Wem vertraue ich?  
Menschen – Gott – Organisationen

ÜBUNG  
gehen als ginge der/die neben mir,  
Dem/der ich vertraue

ÜBUNG  
gehen und sich überraschen lassen

IMPULSFRAGEN  
Worauf warte ich?  
Wer wartet auf mich?  
Was wartet auf mich?

ÜBUNG  
etwas nehmen, eine Weile halten,  
dann (behutsam) loslassen

ÜBUNG  
mit dem Körper „lassen“ ausdrücken

ÜBUNG  
wertschätzend wahrnehmen, wer mir oder was mir begegnet

IMPULSFRAGEN  
Von wem möchte ich gesehen werden?  
Von wem möchte ich wertgeschätzt werden?  
Wem möchte ich meine Wertschätzung zeigen?