Gebruik 'n vinger-labirint om te bid

- Sit gemaklik, word stil en raak bewus van God se teenwoordigheid.
- Haal diep asem, bid en gee jouself oor aan God.
- Wanneer jy gereed is, gebruik die wysvinger van die hand waarmee jy nie skryf nie, en volg stadig die labirint se paadjie. Laat jou innerlike gedagtes spontaan na die oppervlak kom. Wees bewus daarvan dat die Gees altyd by jou is op jou reis.
- Staan stil vir 'n tydjie in die middel van die labirint en reflekteer oor jou gedagtes. Watter dinge moet jy agterlaat of vir God gee? Deel dit met God in gebed. Ontvang Jesus se vergifnis, liefde en seën.
- Wanneer jy weer terugkeer met dieselfde paadjie, fokus op dankbaarheid en lof aan die Here en op dit waarheen God jou stuur.