

# KNOTEN

## Du brauchst:

ca. 60cm langes Stück Schnur

Freiwilligen



## So geht's:

Fordere den Freiwilligen auf die Schnur mit beiden Händen zu halten und einen Knoten in die Schnur zu machen ohne dabei die Schnur wieder loszulassen → funktioniert nicht

Verschränke die Arme (siehe Anleitung) und nimm dabei mit jeder Hand je ein Ende der Schnur auf (mit langen Armen ist es einfach mit kurzen muss man den Oberkörper etwas verdrehen 😊)

Wenn man nun die Arme wieder auseinander nimmt gibt es in dem Stück Schnur einen Knoten →

**Wenn wir Schwierigkeiten im Leben haben und nicht wissen wie weiter ist es am besten wenn wir die Arme zum Gebet verschränken**

Themen: Gebet , Macht des Gebets