



reformierte
kirche dübendorf -
schwerzenbach



Weg der Achtsamkeit

In Dübendorf an der Glatt

Evang.-ref. Kirchgemeinde
Dübendorf-Schwerzenbach
Bahnhofstrasse 37, 8600 Dübendorf
Tel: 044 801 10 10, sekretariat@rez.ch
www.rez.ch

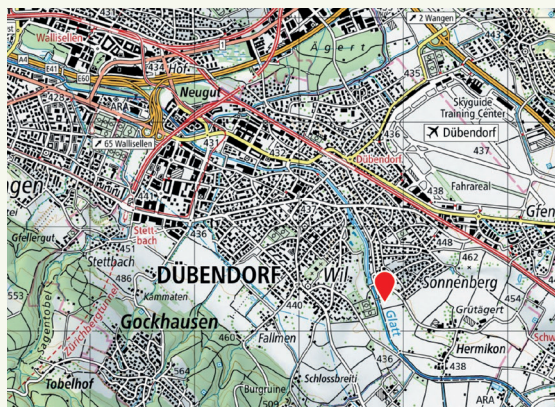
Weg der Achtsamkeit

In Dübendorf an der Glatt

Der «Weg der Achtsamkeit» verbindet Dübendorf mit Schwerzenbach auf dem rechten Glattuferweg ab der Sport- und Freizeitanlagen Dübendorf (Kunsteisbahn).

12 Tafeln laden zum Verweilen und Nachdenken ein.
Auf jeder Tafel ist ein Naturbild,
ein Denkanstoss und ein Handlungsvorschlag.

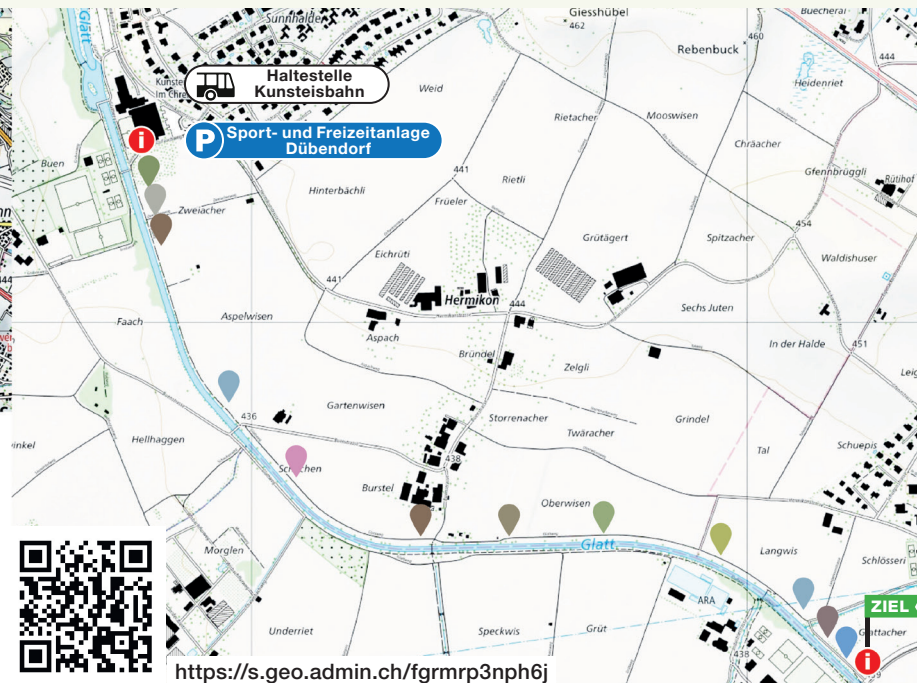
Der QR-Code führt zu Hintergrundwissen und weiteren Gedankenanstössen.



P **Parkplatz**
Sport- und Freizeitanlage Dübendorf

i **Infotafeln**
Diese befinden sich jeweils am
Start und am Ziel.

 **Buslinie 752**
ab Stettbach oder Bahnhof Dübendorf
Endstation „Kunsteisbahn“



1

SEHEN

„Die Wirklichkeit der Natur, mit dem
Auge des Geistes betrachtet, lässt uns ein
Echo Gottes vernehmen.“
Ansel Adams



2

HÖREN

„Neige dein Ohr und höre.“
Sprüche 22,17 - Bibel



3

SPÜREN

„In uns kreist das Leben,
das uns Gott gegeben.“
Kurt Marti



4

GEDANKEN

„Was ich dir rate, ist wichtiger
als alles andere: Achte auf deine Gedanken,
denn sie entscheiden über dein Leben.“
Sprüche 4,23 - Bibel



5

HOFFNUNG

„Wenn ich wüsste, dass die Welt
morgen untergeht,
würde ich heute noch einen Baum pflanzen.“
Martin Luther



6

DANKEN

„...bald werde ich Gott wieder danken.“
Psalm 43,5 - Bibel



7

MUT

„Sei mutig und stark!
Fürchte dich nicht und hab keine Angst.“
Josua 1,9 - Bibel



8

VERGEBEN

„Wer ist wie du, Gott,
der Schuld vergibt und Gefallen
hat an Gnade?“
Micha 6,18 - Bibel



9

SCHATTEN

„Wechselnde Pfade, Schatten und Licht:
Alles ist Gnade, fürchte dich nicht.“
Baltischer Hausspruch



10

ZUR RUHE KOMMEN

„Beim Ruheplatz am Wasser erfrischt
Gott meine Seele.“
Psalm 23,2 - Bibel



11

FRIEDE MIT SICH SELBST

„Gott sagte: Liebe deine Feinde.
Ich hörte auf ihn und begann,
mich selbst zu lieben.“
Khalil Gibran



12

FRIEDEN STIFTEN

„Glücklich sind alle, die Frieden stiften.“
Matthäus 5,9 - Bibel

