

Zeit für mich -
Zeit für uns

moment
zum innehalten und aufatmen

Pfingsten – die Kraft, die Hoffnung sät!



@pixabay/Nemienzweidrei

Eine Pustelblume wird niemals versuchen,
ihre Schirmchen festzuhalten.

(Helga Schäferli)

www.kita-spiritualitaet.de

Autorinnen: Luitgard Mittermaier/Julia Hofmann

Staunst Du auch jedes Jahr über das Leuchten des Löwenzahns auf der Frühlingswiese?

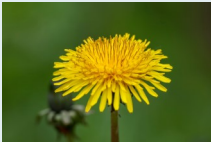
Dann mach Dich mit uns auf den Weg und lausche:



Noch bin ich verschlossen. Und doch tief in mir bewegt sich viel. Ich reife heran. Ich spüre die Sonne. Mir wird ganz warm.



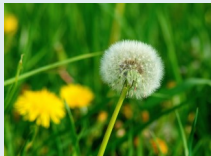
Ich wage es.
Ich öffne mich.
Ich zeige mich so, wie ich bin.



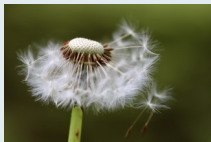
Ich leuchte.
Ich strahle.
Ich bin ganz lebendig.



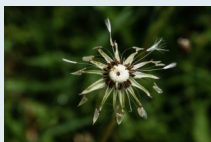
Kaum merklich verändere ich mich.
Ich wende mich nach Innen. Ein leiser Übergang.
Meine Samen reifen heran. Verborgen.



Wenn die Zeit gekommen ist, öffne ich mich wieder.
Ich bin zart und zerbrechlich – fast schwerelos.
Jedes kleine Schirmchen trägt meinen Samen.



Durch einen Windhauch lösen sich die Samen und fliegen davon. Ich werde lichter, beinahe durchlässig.
Ich halte nichts fest.



Immer noch stehe ich da. Die Sonne bescheint mich.
Selbst in der Vergänglichkeit liegt Schönheit.
Was andere das Ende nennen, ist für mich auch ein Anfang.



Maria Magdalena, eine Weggefährtin Jesu, erzählt:

„Viele Jahre war ich mit Jesus unterwegs. Seine Gegenwart wärmte mich. Ich bin gereift mit ihm.

Ich lernte „Ja“ zu meinem Leben zu sagen. Ich begann, mich zu öffnen. Andere Menschen öffneten sich auch.

Ich spürte mein inneres Leuchten.
Das Leben war schön. Vieles bekam Sinn.

Nach Jesu Tod zog ich mich zurück. Andere Weggefährten waren auch bei mir. Jesus hatte uns gelehrt, Freude, aber auch Leid zu teilen. Wir weinten miteinander und stärkten uns. Trotz all der Trauer passierte Verwandlung.

Durch die Zeit mit Jesus trugen wir Werte und Haltungen in uns, die sich rundum gut anfühlten und das merkten auch andere.

Und als der Pfingsttag gekommen ist, spüre ich frischen Wind. Und ich staune – darin ist neue Kraft. Wie die Schirmchen der Pustebume ist Jesu Botschaft nicht mehr aufzuhalten. Sie breitet sich aus, gegen Widerstände, wie von selbst. Es ist mir so, als wirkt – für meine Augen unsichtbar – ein guter Geist.

Ich spüre, Jesus lebt und mit ihm seine Botschaft.“



Ritual – Pflingstspiel

Wann hast Du das letzte Mal eine Pusteblume gepflückt und ihre Schirmchen fliegen lassen?
Dazu wollen wir Dich einladen. Nimm eine Pusteblume und puste:

©pixabay/artistico



Sind alle Schirmchen
wegesegelt?
Dann ist vielleicht für Dich
gerade eine Zeit des
Aufbruchs. Spüre die Leben-
digkeit und Leichtigkeit in
Dir.

Sind noch Samen am Stempel?
Dann ist vielleicht gerade
für Dich eine Zeit des
Festhaltens, des Genießens,
des Auskostens, um dann,
wenn die Zeit gekommen
ist, loslassen zu können.



©pixabay/Nenninzwedrei

Natürlich ist das nur ein Spiel, aber vielleicht passt es ja gerade für Dich.
Wenn nicht, schau den Schirmchen beim Fliegen zu und staune.

Und dies soll Dir zum Segen sein:

Leben ist schön

– aber nicht immer leicht.

Ich brauche Mut,
ich selbst zu sein.

Ich brauche Mut,
mich zu zeigen.

Ich brauche Mut,
an das Gute zu glauben – in diesen Zeiten.

Ich möchte glauben
an die unsichtbare Kraft,
die „Ja“ zu mir sagt
und mir Zuversicht schenkt:
Leben ist gut. Leben ist schön.

Amen.

©pixabay/Innvierterlin