

Jesus richtet auf

Einmal sprach Jesus in einer Synagoge. Unter den Zuhörern war eine Frau, deren Rücken verkrümmt war, so dass sie sich nicht mehr aufrichten konnte. Jesus rief die Frau zu sich und sagte zu ihr: „Frau, du bist geheilt!“ Er legte ihr die Hände auf und sofort richtete sie sich gerade auf.

Was richtet mich auf?

Was macht mich froh?

Was macht mich stark?

Was heilt mich?

Schreibe deine Gedanken auf den Zettel und gib ihn in das Glas. Diese Tipps bleiben in der Kirche und du kannst, wenn es dir nicht so gut geht, einen Zettel mit einem „Tipp für schlechte Tage“ holen.

Es ist nie zu spät...

Hör dir das Lied an.

Welcher Satz berührt dich?

Was fühlst du bei diesem Lied?

Schreib deine Gedanken auf die Uhr.

Das freut mich...

*Das hat mir heute Freude gemacht ...
Diese Menschen sind mir wichtig ...
So zeige ich Menschen, dass ich sie mag ...
Gott, das freut mich ...*

Nimm dir eine Blume und schreibe deine Gedanken zu den
Satzanfängen auf.

Falt die Blume zusammen und lege sie in die Schüssel mit Wasser.
Beobachte, was mit der Blume passiert.

Klagemauer

Das war schwer für mich ...

Wo gibt es Streit und Ärger?

Was ärgert mich und macht mich wütend?

Klage Gott dein Leid. Schreib es auf einen Zettel und falte ihn zusammen, dann kannst du ihn in die Klagemauer stecken.

Weihrauch

In manchen Bereichen brauchst du oder jemand, der dir nahesteht, vielleicht noch etwas mehr Unterstützung. Du kannst Gott bitten, dass er dir oder einer anderen Person hilft.

Für wen oder um was möchtest du Gott bitten?

Denk fest daran und lege dabei ein Weihrauchkorn auf die Kohle. Wie der Rauch soll dein Gebet zu Gott aufsteigen.

Gott hört dir zu!

Brausetablette

Was läuft nicht so gut?

Was möchtest du am liebsten einfach vergessen?

Nimm eine Brausetablette und leg sie in das Gefäß mit Wasser.
Während sich die Brausetablette auflöst, kannst du dieses Gebet beten:

Herr, ich komme zu dir.

Ich steh vor dir so, wie ich bin.

Nimm von mir, was mich belastet und schwer macht.

Fußspuren

Versöhnung hat viel mit aufeinander zugehen zu tun. Jemand muss den ersten Schritt tun.

***Überlege dir, wie du das anstellen kannst,
den ersten Schritt zu gehen.***

Schreibe deine Gedanken auf die Fußspuren.

Lege die Fußspuren so am Boden auf, dass sie von zwei Enden des Raumes aufeinander zugehen.