



Bettkantenimpuls zu Brief 4 „Leicht-sinnig“

Heute haben wir gespürt, wie leicht sich das Leben anfühlen kann.

Das war gut. Das hat Spaß gemacht!

Wir erzählen uns, was uns heute Freude gemacht hat. Jede/r kommt dran.

Holt die Papierflieger oder Fühlbücher und legt sie in die Mitte, oder hört euer Lieblingslied noch einmal zusammen an! Oder lasst die Kinder einzeln noch einmal in einer Decke sachte schaukeln.

Wir sind dankbar für all das, was in unserem Leben leicht ist und sich gut anfühlt und uns froh macht:

Jede:r zählt Dinge und Menschen auf, die das Leben „leichter machen.“

Es gibt auch Dinge, die uns nicht leichtfallen oder die uns bedrücken. Fragen, die uns beschäftigen.

Erzählt Euch von Dingen, die euer Leben „schwerer machen“. Es ist nicht wichtig, dass jede/r versteht, worum es genau geht. Wichtig ist es auszusprechen. (Ihr könnt nach dem Gebet zu zweit über Schweres sprechen.)

Jesus wusste, dass es im Leben Schweres und Leichtes gibt. Viele Menschen suchten seine Nähe. Bei ihm wurde das Leben leicht.

Dazu gibt es eine tolle Bibelstelle im Matthäusevangelium.

Jesus sagte zu den Menschen:

Ihr Menschen habt viele Sorgen.

Und viel Angst.

Und viel Unruhe.

Und viel Stress.

Kommt alle zu mir.

Ich will euch helfen.

Ich will euch trösten.

Bei mir könnt ihr euch ausruhen.

Ich bin in meinem Herzen selber ganz ruhig.

Und gütig.

Und bescheiden.

Und einfach.

Das könnt ihr bei mir spüren.

Bei mir könnt ihr Ruhe finden.

Bei mir könnt ihr still werden.

Bei mir könnt ihr froh werden.

Ich mache keinen Stress.

Mt 11,25-30 Evangelium in leichter Sprache

Und ein passendes Gebet:

Guter Gott,

Du bist immer bei uns.

Beim Lachen und Toben,
beim Singen und Spielen.

Du willst bei uns sein.

Du willst, dass wir beisammen sind.

Segne unsere Familie und unsere
Freundschaften,

und lass uns alles Leichte im Leben
genießen.

Mit dir wird das Leben leicht, wir
danken dir dafür.

Amen

Sprecht euren Lieblingssegen oder unseren Gute-Nacht-Segen:

Zeichnet euch gegenseitig mit dem Daumen ein Kreuz auf die Stirn und sagt dabei
„Ich freue mich drauf, morgen früh wieder das Leben in deinen Augen zu sehen.“