

Impulse zum Start in die Sommerferien

Die erträgliche Leichtigkeit des Seins

Am Schluss wurde alles schwer: Das frühe Aufstehen, die Konzentration, die verschiedenen Pflichten, das Erklären, das Zuhören – kurz gesagt, der gesamte Schultag hat an Gewicht zugenommen. So erlebte sicher nicht nur ich die letzten Schultage vor den Ferien.

Doch nun ist es geschafft. Wir dürfen alle mit Dankbarkeit zurückschauen und uns aneinander freuen, dass wir als Schulgemeinschaft auch dieses Schuljahr engagiert gestaltet haben.

DANKE an ALLE für so vieles!

„Kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid! Ich will euch erquicken. Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir; denn ich bin gütig und von Herzen demütig; und ihr werdet Ruhe finden für eure Seele.“ (Mt 11, 28)

Dieses Bibelwort hat mich durch die letzten Schulgottesdienste begleitet. Es enthält meinen ersten Wunsch für die Ferien: Genießt die Ruhe. Sucht die Ruhe, so kann die Seele auch „ausatmen“ und Kraft schöpfen.

Stille sammeln

Stille sammeln.

Schweigen.

Die Einsamkeit suchen.

Zeiten der Stille einplanen.

Orte der Ruhe aufsuchen.

Stille sammeln

als Schutzschild gegen den Lärm,
der von allen Seiten gegen mich andrängt,
gegen Wortgeklapper und Fernsehgeplapper,
das meine Gedanken durchlöchert.

Stille sammeln

als ruhigen Kraftquell,
aus dem ich schöpfe,
in dem ich mich finde,
durch den ich lebe.

© Gisela Baltes

Dazu passt mein Lieblingssatz vor allem für die ersten Ferientage:

„Und dann muss man ja auch noch Zeit haben, einfach da zu sitzen und vor sich hin zu schauen.“ Astrid Lindgren

Ausatmen. Ausschlafen. Ankommen. Ankommen in einer Zeit, die nicht vom Wecker, Stunden – und Arbeitsplan bestimmt wird. Mehr Selbstbestimmung anstelle von Fremdbestimmung.

„Jede Sekunde trägt viele Juwelen in sich und jede Minute, Sekunde ist selbst ein Juwel. Wenn wir das Juwel dieser Sekunde anschauen, sehen wir den Himmel, die Erde, die Bäume, die Hügel, den Fluss und den Ozean – so schön! Lass uns zutiefst jeden Augenblick, der uns zum Leben geschenkt wird, gut nutzen.“ Thich Nhat Hanh

We are the lionhearted, we are not afraid

Wir sind löwenherzig, wir haben keine Angst; so heißt es in einem „Gute-Laune“ Song von Lena „Wild and free“. Unbedingt anhören, macht gute Stimmung!

Auch die Angst soll Ferien machen. Die Sorgen möglichst von der Sonne aufgelöst wie Nebelschleier. Die Ängste und Sorgen werden nicht verschwinden, aber mit der getankten Energie lassen sie sich vielleicht besser ertragen.

Und beim Tragen helfen hoffentlich Menschen in der Familie und gute Freunde. Mein Glaube sagt mir, Gottes Name ist „Ich bin da“. Dies ist eine starke Hoffnung, dass dieser Gott auch da ist, in den unbeschwerten Stunden und in den stürmischen Zeiten.

Reisesegen

*Geh unter Gottes Schirm und Schutz,
Er bewahre dich vor Unglück und Streit,
dass kein Schatten auf dein Leben fällt
und du bewahrt bleibst an Leib und Seele.
Gott schenke dir die Fähigkeit der Ruhe,
ein Herz, dem Unrast fremd ist,
und Zeit, einzukehren bei anderen und bei dir selbst.
Gott mache dein Herz froh und deinen Schritt fest,
Er lasse dich willkommen sein, wo immer du hingehst
und gebe dir immer wieder Gelegenheit zum Staunen.
Gott führe dich sicher heim
und schenke uns ein fröhliches Wiedersehen.*

