

Morgenimpuls - Das Leben mit allen Sinnen genießen

Materialien

Kleine Spiegelscherben oder Spiegelfolie (Erhältlich beim Landesverband für Evang. Kindergottesdienste in Bayern; Tel. 09 11 / 43 16-130)

Lied: Gott gab uns Atem

Eröffnung

Ein neuer Morgen ist angebrochen. Beginnen wir diesen Tag mit einem Gebet:

Morgengebet

Dankt Gott mit all euren Sinnen.
Dankt ihm mit hellen und strahlenden Augen,
mit aufmunternden Blicken.
Lobt Gott mit dem Gebet eurer Augen.
Dankt Gott mit allem, was ihr hört,
im Zuhören und Hinhören auf eure Mitmenschen.
Lobt ihn durch euer Zuhören.
Dankt Gott mit allem, was ihr sprecht,
mit friedvollen und guten Worten.
Lobt Gott mit dem Gebet eurer Worte.
Dankt Gott mit dem frohen Klatschen eurer Hände,
durch euer Tun und Mittun.
Lobt Gott mit dem Gebet eurer Hände.
Dankt Gott durch ein Miteinander und Füreinander,
durch Taten der Liebe und Nächstenliebe.
Lobt ihn mit dem Gebet eurer Gefühle.
Dankt Gott mit all euren Sinnen – jeden Tag aufs Neue!

Einführung

„*Das Leben mit allen Sinnen genießen*“ – so heißt das Thema heute Morgen. Leben genießen heißt dankbar sein für all die guten Gaben, die uns Gott geschenkt hat. Leben genießen heißt auch, sich über die kleinen Dinge zu freuen, das dankbare Lächeln einer Mitschülerin, die kleine Praline auf dem Kopfkissen, ein nettes Wort am Morgen.

Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten sind unsere Zugänge zur Welt. Alle unsere Erlebnisse und Erfahrungen erreichen uns über unsere Sinnesorgane. Die Welt der Gefühle öffnet sich durch die Sinne. Mehr denn je haben Menschen die Sehnsucht nach einem sinnvollen Leben.

Mit Bildern und Geräuschen werden wir täglich überfüttert und überfordert. Wir wollen jetzt einmal ganz intensiv und bewusst zuhören und vielleicht das eine oder andere neu entdecken – unsere Sinne neu entfalten. Machen wir uns bewusst: Wir haben Augen, Ohren, eine Nase, einen Mund, Hände, wir haben ein Herz – nehmen wir bewusst mit all unseren Sinnen die Gegenwart wahr, die uns von Gott geschenkt ist.

Aktion

Spiegelscherben verteilen!

Ich habe hier kleine Spiegelstücke. Wir betrachten uns nun einmal ganz bewusst: unsere Augen, unseren Mund, unsere Lippen, unsere Stirn – unser Gesicht.

Ich sehe meine Augen,

Augen, die fragend und neugierig blicken können.

Augen, die funkeln und strahlen können vor Freude,
aber auch Augen, die sicher schon geweint haben ...

Ich betrachte meinen Mund,

die Lippen, die sich vor Erstaunen oder Schrecken öffnen können.

Ein Mund, der sicher schon vor Enttäuschung zusammengekniffen war,
vielleicht vor Wut schon laut geschrien hat oder aber vor Freude.

Lippen, die sich in ein Lächeln verwandeln können
oder in ein befreiendes lautes Lachen ...

Ich sehe eine Stirn,

die glatt und entspannt sein kann,

aber auch gerunzelt, wenn ich etwas nicht verstehe,
vielleicht etwas nicht verstehen kann oder will ...

Eine Nase,

die ich stolz nach oben recken kann,

die oft glücklich Richtung Sonne zeigt,

die aber auch angestrengt zusammengekniffen sein kann ...

Meine Ohren,

die schon so viel Schönes gehört haben,

Musik, das Rauschen von Bäumen, Vogelstimmen,

aber auch Trauriges oder Verletzendes ...

Und wenn ich mich umgucke, sehe ich Gesichter, die so viele Botschaften aussenden können, so viele Gefühle, die sich darin spiegeln,
so viele Gedanken, die Menschen, die uns sehr vertraut sind, darin ablesen können.

Schlussgebet

Lebendiger Gott, du schenkst uns Leben.

Hilf uns, damit wir:

mit offenen Ohren hören,

mit sehenden Augen erkennen,

mit sensiblen Händen spüren,

mit schnuppernder Nase Düfte aufnehmen,

mit dem Mund schmecken,

mit dem Herzen fühlen und lieben.

Dein Geist helfe uns, freie und offene Menschen zu sein,

die sich fröhlich beschenken lassen, die empfangen dürfen,

die einander lieben und füreinander da sind.

Schenke uns einen schönen, gemeinsamen Tag. Amen.