

## **Eine Phantasiereise: Jesus und die Kinder**

Mach es dir ganz bequem ...

Während du noch nach einer gemütlichen Position suchst, kannst du schon beginnen, angenehm ruhiger zu werden. Lehn dich an die Wand oder suche dir einen Platz, wo du dich auf den Boden legen kannst.

Deine Augen können auch beginnen sich auszuruhen – Langsam können sie sich schließen und die angenehme Ruhe selbst spüren ...

Du hörst vielleicht noch Geräusche um dich, im Raum ...

oder von draußen ...

Und irgendwann können die Geräusche und jede Bewegung ganz gleichgültig werden. Du achtest nicht mehr auf sie ... Und du spürst vielleicht schon, wie gut es sich anfühlt, einfach so da zu sein und eine Traumreise zu hören.

Nun bist du frei, dich überall hinzubewegen, wohin du willst.

Du siehst, was du dir vorstellen magst,

Du kannst durch Wände und Räume schweben.

Dein Atem trägt dich hinaus aus dem Raum.

So machst du dich auf den Weg

Du hörst Stimmen. Es sind Kinderstimmen. Die Kinder scheinen zu spielen und sich zu freuen. Sie lachen.

Du schwebst dort hin, woher du die Kinderstimmen hörst.

Du siehst nun ein Dorf und nun siehst du auch die vielen Kinder, die vergnügt spielen.

Von Ferne nähert sich eine Gruppe von Menschen. Es sind einige Männer.

Als die Gruppe das Dorf betritt erkennst du Jesus zwischen den Männern.

Du merkst dass, auch einige Dorfbewohner Jesus erkannt haben und zu ihm hinströmen.

---

Die Kinder spielen nicht mehr, denn sie schauen den Erwachsenen neugierig und sehnsüchtig nach. Sie wollen auch zu Jesus. Sie haben ihn gern. Er ist ein guter freundlicher Mann.

Ob sie wohl auch zu ihm laufen dürfen???

Schließlich nimmt jemand die Kinder an die Hand.

### **(Die Segnung der Kinder - Markus 10, 13-16)**

Da brachte man Kinder zu Jesus,  
damit er ihnen die Hände auflegte  
und sie segnete.

Den Jüngern, die bei Jesus waren, ...  
passte das aber gar nicht.  
Sie fanden die Kinder nicht wichtig genug,  
dass sie Jesus stören durften,  
wo er doch schon so viel zu tun hatte.  
Überall so viele Menschen  
und dann noch die schreienden Kinder.  
Das ging doch gar nicht.

Sie wiesen die Leute mit den Kindern schroff ab.

Als Jesus das sah,  
wurde er unwillig und sagte zu ihnen:  
Lasst die Kinder zu mir kommen;  
hindert sie nicht daran!  
Denn sie gehören mehr zu Gott als ihr alle.  
Amen, das sage ich euch:  
Wenn ihr nicht werdet wie die Kinder,  
werdet ihr nie zu Gott  
und in sein Reich hineinkommen.  
Jesus winkte die Kinder zu sich,  
nahm sie in seine Arme;  
legte ihnen die Hände auf und segnete sie.

Du schaust zu Jesus. Du betrachtetest die Kinder, die nun glücklich von Jesus umarmt werden und auch du spürst wie es Dir warm wird ums Herz, als du die Kinder siehst, die mit Jesus zusammen sind. So glücklich sind sie bei ihm.

Dein Blick kommt nicht los von Jesus. Und nun schaut auch er zu Dir.

---

Du spürst seinen liebevollen Blick ganz tief in Dir. Dir wird noch wärmer, wie in eine warme Decke gehüllt fühlst du dich, warm und geborgen.

Jesus winkt Dir zu. Auch dich lädt er ein zu ihm zu kommen.

Er schaut dich mit freundlichen einladenden Augen an.

Und du spürst eine Ruhe um dich ... und eine Kraft tief in dir wachsen ...

(STILLE)

Viele Menschen wollen noch mit Jesus sprechen und ihn berühren.

Du lässt ihn behutsam los und zu den anderen Menschen gehen.

Lange schaust du ihm noch nach.

Plötzlich spürst du, wie etwas an dir zieht – du wirst zurück gerufen in deinen Körper.

Mit unwiderstehlicher Kraft zieht es dich zurück zielsicher dorthin, wo du gestartet bist. Im gleichen Augenblick siehst du dich schon wieder in den Raum, in dem du liegst.

Dein Körper ist immer noch ruhig, entspannt und wartet auf dich.

Du schlüpfst mit deinem Geist in deinen Körper wie in einen Schlafanzug.

Du hast wieder die Herrschaft über deine Arme und Beine, über jeden Finger und jeden Zeh.

Du kontrollierst den Atem:

Du holst tief Luft. Atmest tief ein ... und aus ... ein und aus ...ein und aus

Du kannst deine Finger bewegen - rechts - links.

Du kannst mit den Zehen wackeln. Deine Muskeln anspannen. Du kannst dich langsam recken und strecken.

Ganz ruhig öffnest du deine Augen und bist wieder ganz bei dir selbst.