

Kleine Meditation mit Wassertropfen

Ich lade euch ein, eine kleine Übung mit mir zu machen.
Setzt euch dazu ganz bequem auf euren Stuhl.
Nehmt eine Hand und haltet sie hin.
Ich komme zu euch, und gebe euch ein paar Tropfen Wasser in eure Hand.
So, jetzt haben alle ein paar Wassertropfen in der Hand.
Schaut euch mal die Tropfen an.
Schaut von allen Seiten.
Und jetzt nehmt den Zeigefinger von eurer anderen Hand.
Malt mit eurem Finger Kreise in eurer Hand.
Immer und immer wieder.
Ganz langsam, das muss nicht schnell sein.
Malt weiter, während ich euch erzähle:
Ganz am Anfang, als ihr bei eurer Mama im Bauch wart,
da war Wasser um euch herum.
Fruchtwasser.
Es hat euch geschützt.
Es hat euch gewärmt.
Es war wie ein weiches Kissen.
Dann kamt ihr zur Welt.
Tippt jetzt einmal mit eurem Finger schnell und kräftig in die Hand.
Ihr wart ein Baby winzig klein.
Manche Kinder werden schon als Baby getauft.
Und dabei ist das Wasser noch einmal wichtig.
Denn mit Wasser wird man getauft.
Taufwasser.
Nehmt noch einmal euern Finger.
Malt nun ein Kreuz in eure Hand.
Gott sagt bei der Taufe:
Du bist mein geliebtes Kind.
Ich freue mich, dass es dich gibt.
Für immer und ewig gehören wir zusammen.
Ich bin immer bei dir.
Verlass dich drauf.
Reibe nun beide Hände aneinander.
Bald ist kein Wasser mehr da.
Doch Gott bleibt bei dir.
Für immer.