

# Menschen an meiner Seite

## Kategorien

## Impulse

Alle Teilnehmenden erhalten mindestens drei Bänder (Paketband o.ä.) von ca. 2 Meter Länge in die Hand. Mit diesem beginnen sie zu flechten getreu der Erkenntnis der alten Mönche: „Wenn sich die Hände bewegen, bewegt sich auch der Geist ...“

Jedes Mal, wenn ihnen ein Mensch in den Sinn kommt, der ihnen lieb, der eine Bedeutung für sie hat(te), der wichtig war an ihrer Seite, machen sie einen Knoten. Dabei können die Knoten (und auch das Flechten) gestaltet werden: mit dem Band selber, durch (Natur-)Materialien, mit Zetteln, ...

In Paaren oder Dreiergruppen tauschen sich die Teilnehmenden aus. Am Ende versuchen sie in einem Satz zu beschreiben, wann und/oder warum Menschen an unserer Seite wichtig sind.

Im Plenum sind diese Sätze Einstieg in Austausch und Gespräch. Zum Einstieg in das Flechten oder am Ende der Einheit kann der nachfolgende Text stehen.

## Ich wünsche dir einen guten Menschen

Ich wünsche Dir einen guten  
Menschen  
der Zeit für Dich hat,  
und der zu Dir hält,  
auch wenn Du die Hoffnung verloren hast,  
der zu seinem Wort steht  
und Dich nicht fallen lässt,  
wenn Du ihn brauchst.

Ich wünsche dir einen guten  
Menschen  
der Dir wirklich zuhört,  
und der Deine Gedanken und  
Gefühle  
akzeptieren kann,  
ohne Dich mit Ratschlägen  
zu überschütten;  
der aber auch wahrhaftig  
und fähig ist,  
Dir Kritik so zu sagen,  
dass sie Dich nicht verletzt,  
sondern Dir weiterhilft.

Ich wünsche Dir einen guten  
Menschen  
der nicht neidisch ist auf das,

das dir im Leben gelingt,  
sondern der sich mit Dir freuen  
und Dein Glück mit Dir teilen kann,  
der Dich aber auch in Deinen  
Misserfolgen nicht im Stich lässt  
und sich nicht zurückzieht vor dem,  
das schwierig und unbequem an Dir ist.

Ich wünsche Dir einen guten  
Menschen  
Der gern mit Dir zusammen ist  
Und Deine Nähe teilen mag,  
der aber auch Deine Grenzen achtet  
und das richtige Maß an Distanz  
wahren kann.

Ich wünsche dir einen guten  
Menschen  
Der Dich nicht ausnutzt,  
sondern Dich bereichert,  
indem er noch Ungelebtes in Dir  
zum Leben erweckt.

Ich wünsche Dir,  
dass auch Du anderen  
ein solch guter Mensch sein kannst.

Wenn Du in Angst und Not bist  
und Dein Herz voller Traurigkeit ist,  
möge Gott Dir  
in einem Menschen begegnen,  
der Dir hilft,  
Deine Wunden heilen zu lassen,  
und der um Rat und Tröstung weiß.

Wenn Du froh bist  
und Dein Herz vor Freude überläuft,  
möge Gott Dir  
in einem Menschen begegnen,  
der mit Dir lacht und mit Dir tanzt  
und den Jubel Deiner Seele  
mit Dir hinausfeiert in die Welt

(unbekannt)