



Nr. 755 – Sag ja zu mir, wenn alles nein sagt

Impuls

Auch wenn ich oft selbst an mir zweifle, selbst nicht weiß, was wichtig ist, was ich wirklich will, wenn ich denke, dass alle gegen mich sind und ich mich selbst nicht so leiden kann, wie ich bin, sagt Gott bedingungslos "ja" zu mir und öffnet mir wieder meine Freiräume.

Impuls / Film

<https://www.youtube.com/watch?v=MnjLytIZymQ> (Lied mit Bildern zum Text)

<https://www.youtube.com/watch?v=ypXY8-eQjSw> (Lied mit Wise Guys beim Konzert)

eventuell: <http://wiseguys.de/clips/P30> (2. Musikclip, Lied mit Bildern zum Text)

Bewegungsvorschläge zum Text

Dieses Lied von den Wise Guys würde ich nur bis zur hier abgebildeten Textstelle nehmen, der Rest ist eher für ältere Jugendliche geeignet, die ihn aber durchaus witzig finden dürfen. Die Bewegungsvorschläge sind in den Klammern. Man lässt die CD oder einen der beiden Filme ablaufen, die Teilnehmer stehen im (Halb?-)Kreis. Die Bewegungen werden direkt eingesetzt, daher wird das Lied zweimal gesungen/gespielt.

http://wiseguys.de/songtexte/details/es_ist_nicht_immer_leicht/

Ich wäre gern viel größer (Hände über den Kopf).

Ich hätte gern mehr Geld. (Daumen und Finger aneinander reiben)

Ich würde gern mehr reisen, am liebsten um die ganze Welt. (Bogen mit dem Arm ziehen)

Ich hätte gern blaue Augen (auf Augen zeigen) und etwas mehr Gelassenheit (Hand auf die Brust).

Ich würd gern Menschenleben retten (kurze Pantomime „Rennen“).

Ich hätte gern mehr Zeit (auf die Armbanduhr zeigen).

Es ist nicht immer leicht (mit dem Zeigefinger wedeln), ich zu sein (mit Finger auf die Brust zeigen).

Es ist nicht immer leicht, ich zu sein.

Es ist nicht immer leicht, ich zu sein.

Manchmal ist es sogar sauschwer (seufzen).

Es ist nicht immer leicht, ich zu sein.

Es ist nicht immer leicht, ich zu sein.

Es ist nicht immer leicht, ich zu sein.

Manchmal wär ich lieber sonstwer (in die Runde zeigen).

Ich hätte gern blonde Haare (Haare berühren).

Ich wäre gern topfit (Muskeln zeigen).

Ich wäre gern viel schöner (über die Wangen streichen).

Ich wäre gern Brad Pitt (übers Kinn streichen).
Dann hätt ich Kohle ohne Ende, 'n Riesen-Haus am Strand (Haus in der Luft formen)
auf einem herrlichen Gelände (Fläche mit der Hand zeigen) und teure Bilder an der Wand
(Pantomime).

Dann läg ich abends um sieben noch in der Sonne am Pool (Arme ausbreiten, nach oben
schauen).
Und alle würden mich lieben. Ich wäre einfach saucool (Herz in der Luft formen).
Ich hätte fünfundzwanzig Diener (Zahl in die Luft schreiben) und ein riesengroßes Bett (Kopf auf
Hände legen)
und darin läg die Angelina (oder „mmm“, mit einem Auge zwinkern). Das wär doch irgendwie
nett (lächeln)!

*Es ist nicht immer leicht, ich zu sein...
...manchmal wär ich lieber Brad Pitt...*

Impuls

Jetzt sind wir aber ziemlich außer Atem, bei diesem Lied hat man kaum Zeit Luft zu holen und
kommt mit den Bewegungen oft durcheinander. Viel Stress ist es auch, wenn man im wirklichen
Leben ständig seinen Wünschen hinterherlaufen muss/will und versucht sie zu erfüllen. Kennst
du das? ...

Was passiert, wenn du dir einen Wunsch erfüllt hast, bist du dann zufrieden? ...

Welche Wünsche sind realistisch? Welche sinnvoll? ...

Welche Wünsche rauben uns unnütze Energie? ...

Keiner ist wunschlos glücklich, jeder braucht ein Ziel, es gehört zum Menschen nach dem Sinn
(des Lebens) zu fragen. Manchmal benötigen wir eine Auszeit, müssen zur Ruhe kommen, über
uns und das, was wir wirklich wollen, nachdenken, zwischen „wichtig“ und „unwichtig“
unterscheiden. Welchen Versuchungen sind wir erlegen? ... Was können wir ablegen? ...

Bibeltext

Dafür ist nach der turbulenten Karnevalszeit, auch „Fast“nacht genannt, die anschließende 40-
tägige Fastenzeit besonders geeignet. Es gibt einen spannenden Bibeltext, in dem Jesus sich
40 Tage aus der „Welt“ zurückgezogen hat, Versuchungen ausgesetzt war, aber danach in die
Gesellschaft zurückkehrte, nun wissend, worin seine Berufung bestand. (**Luk 4, 1-13**)

Impuls

Ruhig werden, Kraft schöpfen, sich konzentrieren – das brauchen nicht 40 Tage zu sein, es
reichen ein paar Minuten am Tag, vielleicht ein gutes Abendgebet oder –gespräch mit Gott.
Wenn uns nichts einfällt:

Lied 755 singen

Oder wie wäre es mal mit einem Kehrvers?

Kehrverse – gesummt, alleine gesungen oder gemeinsam im Kanon – können uns in diesen „Standby-Modus“ bringen: Wir fahren ein bisschen runter, sind aber noch da, ruhig, wach und auf

uns und die wesentlichen Dinge des Lebens konzentriert.

- Vorschläge dazu:
- Meine Hoffnung und meine Freude, meine Stärke, mein Licht, Kehrvers Taizé, Nr.365
- All meine Quellen entspringen in dir, Kanon, Nr.397
- Geist der Zuversicht, Kanon Taizé, Nr.350
- Veni sancte spiritus, Kehrvers Taizé, Nr.345

Astrid Windeln