

## Pfingsten – ein spiritueller Impuls für Kita-Teams

*Als Einstieg wird eine Feder auf den Tisch in die Mitte des Kreises gelegt.*

*Die Teammitglieder werden gebeten, die Feder in die Luft zu pusten.*

- o Mit unserem Atem können wir etwas bewegen.
- o Für die Feder ist unser Atem wie ein starker Sturm.
- o Sie lässt sich tragen von unserer Energie.

*Die Feder wird von der Höhe langsam fallen gelassen.*

*Die Teammitglieder beobachten in Stille.*

- o Die Feder schwebt langsam nach unten.
- o Sie lässt sich tragen.
- o Sie legt sich ruhig nieder.
- o Ohne Wind, ohne unseren Atem, wird sie sich nicht mehr bewegen.

Lesen Sie den folgenden Text zunächst reihum satzweise laut vor.

Anschließend liest jede\*r den Text nochmals leise für sich.

Fragen Sie sich dabei:

An welcher Aussage bleibe ich hängen?

Von welchem Wort/welchem Satz fühle ich mich besonders angesprochen?

Tauschen Sie danach Ihre Eindrücke und Gedanken aus.

**„Als der Pfingsttag gekommen war, befanden sich alle am gleichen Ort.**

**Da kam plötzlich vom Himmel her ein Brausen,**

**wie wenn ein heftiger Sturm daherfährt,**

**und erfüllte das ganze Haus, in dem sie waren.**

**Und es erschienen ihnen Zungen wie von Feuer, die sich verteilten;**

**auf jeden von ihnen ließ sich eine nieder.**

**Alle wurden mit dem Heiligen Geist erfüllt**

**und begannen, in fremden Sprachen zu reden,**

**wie es der Geist ihnen eingab.**

**In Jerusalem aber wohnten Juden, fromme Männer aus allen Völkern unter dem Himmel.**

**Als sich das Getöse erhob, strömte die Menge zusammen und war ganz bestürzt;**

**denn jeder hörte sie in seiner Sprache reden.**

**Sie gerieten außer sich vor Staunen und sagten:**

**Sind das nicht alles Galiläer, die hier reden?**

**Wieso kann sie jeder von uns in seiner Muttersprache hören ...**

(Einheitsübersetzung: Apg 2,1-4, Kath. Bibelwerk)

### Stilleübung

Inmitten des hektischen Alltags wird Gottes Stimme häufig überhört.

Die folgende Entspannungsübung lädt die Teammitglieder ein, zur Ruhe zu kommen und zu erahnen, dass die Kraft Gottes sie trägt.

Suche dir eine gute Position im Sitzen, nimm den Stuhl wahr, der dich trägt.  
Schließe sanft die Augen oder halte sie halb geöffnet.

Spüre in deinen Körper hinein und nimm wahr,  
wie dein Lebensatme durch dich hindurchfließt.  
Richte deine Aufmerksamkeit auf den Brust - und Bauchbereich,  
spüre wie er sich beim Einatmen leicht aufrichtet  
und beim Ausatmen absenkt.  
Mit jedem Ausatmen gibst du verbrauchte Luft ab.  
Mit jedem Einatmen erhältst du frischen Sauerstoff.  
Neue Energie fließt durch deinen ganzen Körper,  
Gottes Kraft, die dich trägt und hält.

### **Segensbitte**

Ein Segenswunsch begleitet dich:

„Mögest du dich getragen wissen von einer Kraft,  
die so hoch ist wie der Himmel und so tief wie das Meer.

Mögest du dich getragen wissen von einer Kraft,  
die so weit ist wie der Horizont und so nah wie dein Herz.

Mögest du dich getragen wissen von einer Kraft,  
die so zart ist wie ein Windhauch und so stark wie ein Baum.

Mögest du dich getragen wissen von der Kraft allen Lebens –  
nenne sie Gott oder den Urgrund des Seins.“

(Christa Spilling-Nöker. Ein Korb voller Glück. Verlag am Eschbach, 2009, S. 20)

