IMPULS | Impuls

I 2 Alles im Leben hat seine Zeit

Impulsbeschreibung:

Lied: „ Alles im Leben hat seine Zeit“ (von Peter Maffay aus Tabaluga und die Zeichen der Zeit)

Schrifttext:

Alles hat seine Stunde. Für jedes Geschehen unter dem Himmel gibt es eine bestimmte Zeit: eine Zeit zum Gebären und eine Zeit zum Sterben, eine Zeit zum Pflanzen und eine Zeit zum Abernten der Pflanzen, eine Zeit zum Töten und eine Zeit zum Heilen, eine Zeit zum Niederreißen und eine Zeit zum Bauen, eine Zeit zum Weinen und eine Zeit zum Lachen, eine Zeit für die Klage und eine Zeit für den Tanz; eine Zeit zum Steinewerfen und eine Zeit zum Steinesammeln, eine Zeit zum Umarmen und eine Zeit, die Umarmung zu lösen, eine Zeit zum Suchen und eine Zeit zum Verlieren, eine Zeit zum Behalten und eine Zeit zum Wegwerfen, eine Zeit zum Zerreißen und eine Zeit zum Zusammennähen, eine Zeit zum Schweigen und eine Zeit zum Reden, eine Zeit zum Lieben und eine Zeit zum Hassen, eine Zeit für den Krieg und eine Zeit für den Frieden.

Kohelet 3,1-15

Was sind unsere Zeitfresser?

Denkt einmal in Ruhe drüber nach, wofür ihr jeden Tag am meisten Zeit braucht. Versucht dabei nicht zu werten – es ist nicht wichtig, ob es gerechtfertigt ist, dass ihr so viel Zeit dafür braucht. Denkt nur darüber nach.

(Pause zum Nachdenken)

Natürlich kann man dann auch in die andere Richtung fragen:

Für was nehmt ihr euch keine Zeit? Was fällt in den 24 Stunden, die ihr zur Verfügung habt, einfach hinten runter?

(Pause zum Nachdenken)

Für wen oder was hätte ich gerne mehr Zeit?

Und wenn ich dann für andere Zeit hatte – hatte ich für mich selbst genug Zeit? Denke ich auch an

Am Fort Gonsenheim 54, 55122 Mainz | Tel.: 06131/253-625 | E-Mail: rl@jgcl-regionwest.de Webseite: www.jgcl-regionwest.de | Bank: Pax Bank eG. Mainz IBAN: DE59 3706 0193 4004 7750 10

mich? Tu ich mir was Gutes – von Zeit zu Zeit?

Ich möchte euch heute ein kleines Geschenk machen – ich will euch Zeit schenken.

Das geht natürlich nicht so einfach, schließlich ist die Zeit nichts, was man wirklich besitzen kann.

Aber ich möchte dir Zeit schenken und dich dazu ermuntern, dir Zeit für dich selbst zu nehmen. Das muss nicht lange sein. Vielleicht reichen 5 Minuten im Bus, die Minuten kurz vorm Einschlafen, die Zeit bevor du auf das Fertigwerden des Essens wartest. Versuche dir jeden Tag ein paar Minuten Zeit zu nehmen und an nichts zu denken. Das ist am Anfang sehr schwierig – doch lass dich auf das Abenteuer ein! Es wird dir gut tun – und vielleicht merkst du dann, wie du deine Zeit besser nutzen kannst. Denn es sind jeden Tag 86.400 Sekunden – Nutze sie und es wird etwas Gutes daraus!

Und auch Ignatius von Loyola sagte:

„Reserviere eine bestimmte Zeit für dich selbst und halte dich ruhigen Gemüts in Erfolg und Mißerfolg, frei von Unruhe und Verwirrung, sowohl bei frohen als bei traurigen Anlässen."

Und jetzt einen schönen Morgen!

Mehr Spiele, Impulse und Methoden: https://www.jgcl-regionwest.de/spielebank/

Am Fort Gonsenheim 54, 55122 Mainz | Tel.: 06131/253-625 | E-Mail: rl@jgcl-regionwest.de Webseite: www.jgcl-regionwest.de | Bank: Pax Bank eG. Mainz IBAN: DE59 3706 0193 4004 7750 10