

Ich wünsche dir die Lebenskraft des Schneeglöckchens ...

Jetzt blühen sie überall in den Gärten oder im Park: die Schneeglöckchen, Krokusse und Winterlinge. Und es sieht einfach nur schön aus.

Ist es nicht faszinierend, dass diese ersten Frühlingsboten schon bei frostigen Temperaturen anfangen, unter der Erde zu wachsen? Mit Hilfe der Zwiebel erzeugt das Schneeglöckchen Wärme und bringt dadurch den gefrorenen Boden einige Millimeter zum Auftauen, so dass sich das Stielchen nach oben schieben kann.

Was für ein tolles Gleichnis für Widerstandskraft. Das Schneeglöckchen setzt sich einfach gegen den Frost durch, es überwindet Hindernisse, es lässt sich auch von erneuten Kälteeinbrüchen nicht beirren sondern trotz ihnen – und gleichzeitig ist es ganz zart und sanft.

„Ich wünsche dir die Lebenskraft des Schneeglöckchens, das sich von Kälte, Eis und Schnee nicht unterkriegen lässt und zu seiner Zeit blüht.“ So hat es Dietrich Bonhoeffer mal in einem Brief an seine Verlobte zum Ausdruck gebracht. „Jedes Werden in der Natur, im Menschen, in der Liebe muss abwarten, geduldig sein, bis seine Zeit zum Blühen kommt.“

Ich glaube, diese Lebenskraft können wir alle ganz gut gebrauchen. Darum lasst uns vom Schneeglöckchen lernen. Ja, manchmal ist es wie Winter in unserer Seele, wir fühlen uns erstarrt. Im Moment ist der Alltag um uns erstarrt ... Wir sehnen uns nach Wärme, nach Begegnung, nach Leben ... wissen aber nicht, wie lange die Einschränkungen noch andauern.

Gott hat das Schneeglöckchen mit einer ganz besonderen Kraft ausgerüstet, die er in die Zwiebel hineingelegt hat. Und genauso hat er auch uns mit einer ganz



besonderen Kraft ausgerüstet. Er hat uns sozusagen eine Grünkraft ins Herz gegeben.

Wir haben der Kälte, die wir erleben, etwas entgegensetzen. So wie in der Blumenzwiebel Leben und Energie schlummern, so schlummert in unserem Herzen Gottes Liebe und bringt zum Schmelzen, was erstarrt ist.



Das Schneeglöckchen ist eine Einladung an uns, unser Herz aufzuwecken. Ihr kennt vielleicht das Lied von Paul Gerhard: „Wach auf, mein Herz, und singe dem Schöpfer aller Dinge, dem Geber aller Güter.“ – Dieses Lied findet man in der Regel in der Kategorie Morgenlieder. Aber vielleicht braucht unser Herz nicht nur morgens einen Weckruf. Vielleicht ist es manchmal auch ein bisschen in Winterschlaf gefallen oder in den Corona-Schlaf ... Und dann ist es gut, wenn wir uns vom Schneeglöckchen animieren lassen, es zu wecken. „Wach auf! – Erinnere dich an die Kraft, die in dir ist! – Du hast etwas in dir, mit dem du den widrigen Umständen trotzen kannst.“

Noch einen Gedanken finde ich spannend: Woher weiß das Schneeglöckchen eigentlich, dass es Zeit ist, aus der Zwiebel zu sprießen? An der Temperatur kann es ja irgendwie nicht liegen, denn es lässt sich ja nun auch nicht vom Frost aufhalten.

Ich habe mich da mal schlau gemacht: es muss irgendwie mit dem Licht zusammenhängen, denn die Tage werden im Februar ja schon deutlich länger, und das scheint sich irgendwie auch unter der Erde bemerkbar zu machen. Und wenn wir das auf unser Herz übertragen, ist da die entscheidende Frage: Wo kommen wir in Berührung mit Gottes Licht, das uns aufweckt? Was wärmt uns?

Ich bin mir sicher: da, wo wir uns Zeit nehmen für das Gebet, für einen Austausch mit jemanden, wo wir Loblieder hören und auf uns wirken

lassen oder selber singen, wo wir in der Bibel lesen, darüber nachdenken ... Da kommen wir mit Gottes Licht in Berührung, da dringt ein Lichtstrahl seiner Liebe in unser Herz.

Nehmt euch mal einen Augenblick Zeit und überlegt euch: was wärmt dich? Was gibt dir Energie?

Eine kleine Übung kann uns dabei helfen:

Ich richte mich auf und nehme wahr, wie sich mein Körper in diesem Moment anfühlt. Bin ich entspannt? Spüre ich irgendwo Verspannungen?

Ich achte auf meinen Atem, wie er kommt und wie er geht und lasse beim Ausatmen mögliche Verspannungen los. So werde ich ruhig. Ablenkende Gedanken, die jetzt noch hochkommen, lasse ich mit den Wolken weiterziehen.

Ich wende mich meiner inneren Gestimmtheit zu und nehme mich dabei wahr und ernst. Ich nehme wahr, wo ich vielleicht erschöpft, müde oder antriebslos bin ... Ich nehme wahr, was mir Energie gibt. Hier verweile ich!

Stille

Gebet

Gott, ich möchte mich mehr und mehr darin üben, dass meine Bewegungen sich hin zu dir richten. Mit jedem Atemzug möchte ich einen Hauch von deinem Geist einatmen. Mit jedem Ausatmen möchte ich etwas loslassen, was mich von dir entfremdet. Ich möchte wach werden, um empfänglich für deine Liebe zu sein. Amen.

Lied: Let your beauty shine on me (von Margaret Rizza)

https://www.youtube.com/watch?v=EmZ3RJobQ_o

