

Hamster- oder Mühlrad?

Hamsterrad: Da läuft die Maus, läuft, läuft und läuft – und kommt keinen Schritt weiter. Mühe ohne Erfolg.

Anstrengung ohne Ziel. Wie frustrierend.

Geht es euch manchmal auch so. Der Schulalltag – ein Hamsterrad, in dem ich laufe. Aber habe ich Erfolg? Da mag es viel Mühe geben – aber erreiche ich das Ziel? Und dann geht es immer schneller und schneller.



Wasserrad: Hier dreht sich das Rad – aber bekommt seine Kraft von außen. Das Wasser fließt über das Rad und bringt es in Bewegung. Vielleicht kann es ein gutes Gegenbild zum Hamsterrad sein?

Was treibt dich in dieser Woche an? Wo fließt dir Energie zu?



Jesus hatte die Menschen vor Augen. Mit ihren Sorgen und Mühen. Menschen, die im Hamsterrad ihres Alltags, ihrer Schuld und Sorge gefangen waren. Und denen spricht er eine Einladung aus:

„Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid, ich will euch erquicken“. Mth. 11,28. Komm zu mir, sagt Jesus, der du gestresst, gefrustet und unter der Last des Alltags zu tragen hast. Ich will es dir leichter machen! Er lädt ein, nicht irgendwohin, sondern zu sich. Komm zu mir, sagt Jesus. Halte dich an mich, ich stehe an deiner Seite. Ich stehe zu dir und trage dich, mit dem was du bist! Was für eine Zusage!

Wasser auf mein Rad kann sein:

Ein **mutmachendes** Wort durch einen Mitschüler.

Ein **anerkennendes** „das hast du gut gemacht“ durch einen LehrerIn an dich.

Eine hilfreiche Unterbrechung: der **SBK**. Hier ist die Tankstelle für dich.

Das **Gebet** – still werden vor Gott, mit Jesus rechnen, der mir hilft. Die kann die Kraft sein, die dein Lebensrad antreibt.

Raus aus dem Hamsterrad –

Tipp: Bring das Bild eines Hamster- und Wasserrades mit und lege es in die Mitte!

Franz Röber