Bring doch FARBE IN DEIN LEBEN!

GRÜN

Es grünt so grün der Frühling. Die Farbe „grün“ begegnet uns in der Natur gerade wieder immer mehr. Die Bäume öffnen ihre Knospen und bekommen erste Blätter, Wiesen und Auen nehmen wieder intensive Grüntöne an und überhaupt: die Welt erscheint ein bisschen freundlicher und farbenfroher. Nicht umsonst steht die Farbe „grün“ unter anderem für Erneuerung und Wachstum – ja für das Leben selbst. Drum lass auch du die Farbe „grün“ in dein Leben!

Zu Ostern gab es bestimmt ganz viel Schokolade und andere Leckereien, die zwar gut für die Seele, aber nicht immer optimal für die Gesundheit sind. Tu dir und deiner Gesundheit etwas Gutes, nutze die ausgleichende Wirkung der Farbe „grün“ und baue Kresse an.

Das brauchst du dazu:

- Eine leere Eierschachtel
- Watte (alternativ: Erde)
- Einen Beutel Kresse-Samen
- Wasser
- Viel Licht

Und so geht‘s:

Gib feuchte Watte in die einzelnen Eiertöpfe des Kartons. Wichtig: feucht, nicht nass!

Gib jeweils ein paar Samenkörner auf die Watte und platziere den Eierkarton auf einer Fensterbank, wo viel Licht hinkommt.

Wenn du es noch genauer wissen möchtest, schau dir das Video „Grüne Kresse“ an!

Alles im grünen Bereich? Dann kannst du deine selbst angesäte Kresse ernten (indem du sie einfach mit der Schere vorsichtig abschneidest) und auf einem Brot mit Frischkäse genießen. Guten Appetit!

Grafiken: flaticon.com/freepik.com

Die Farbe „grün“ gilt auch als die Farbe der Hoffnung und des Lebens. Vielleicht erinnerst du dich noch an die Osterandacht mit den Hoffnungskarten. Du hast mit deiner Klasse überlegt, was eure Hoffnungsschimmer in dieser schwierigen Zeit sind. Dabei waren eure größten Hoffnungsschimmer die gemeinsame Zeit mit der Familie, intensive Gespräche mit Freunden und das ein oder andere Treffen im Rahmen der Möglichkeiten.

Gib nun deine Hoffnung weiter und schenke einem lieben Menschen einen kleinen Hoffnungsschimmer.

Schreibe dazu eine „Ich mach dir eine Freude“ - Postkarte an eine Person, die du sehr gerne hast und der du eine Freude machen möchtest. Das kann zum Beispiel sein:

- eine nette Geschichte über etwas Lustiges, das dir in letzter Zeit passiert ist
- ein Frühlingsgedicht
- ein paar aufmunternde Worte
- ein Gebet

und vieles mehr…

Schick die Karte per Post oder wenn sie z.B. für deine Mama oder deinen Papa ist, wirf sie einfach in den Briefkasten. Über diese kleine Überraschung ist die Freude sicher groß!
Eine Vorlage für die Postkarte findest du auf der nächsten Seite (lass sie dir von deiner Mama / deinem Papa ausdrucken, aber Vorsicht, wenn es eine Überraschung sein soll ;-)). Wenn du dich zum Abschluss dieser „grünen Woche“ noch einmal auf die Farbe „grün“ und deren Bedeutung auch für dein Leben besinnen möchtest, bete dieses Gebet:

„Guter Gott, schenke uns vom Grün des Lebens, damit all das lebendig wird, was welk und tot zu sein scheint. Gib uns etwas vom Grün der Hoffnung gegen alles, was uns mutlos macht, damit wir stets hoffen können, auch wenn scheinbar alles dagegen spricht. Amen.“