

## Du bist einmalig

### Geschichte: Der glanzlose Stein

*In einem Juwelierladen konnten sich zwei Freunde nicht satt genug an den Edelsteinen sehen. Sie staunten über die Vielfalt der Steine, über ihr Leuchten und Glitzern. Plötzlich aber stutzten sie. Vor ihnen lag ein gewöhnlicher Stein, matt und ohne Glanz. Wie kommt denn der hier her? Diese Frage hörte der Juwelier und sprach lächelnd: „Nehmen Sie diesen Stein ein paar Augenblicke in Ihre Hand.“ Einer von den Freunden tat wie ihm geheißen. Als er später die Handfläche öffnete, strahlte der vorher glanzlose Stein in herrlichen Farben. Wie ist denn das möglich? Der Fachmann wusste die Antwort: „Das ist ein Opal. Er braucht nur die Berührung mit einer warmen Hand und schon zeigt er seine Farben und seinen Glanz. In der Wärme entzündet sich leise und lautlos sein Licht. Dieser Stein ist ein tiefes Symbol für uns Menschen. Wir sind alle verschieden: wir sind arm und reich, gebildet und einfach, groß und klein. Doch brauchen wir alle die Berührung einer warmen Hand, ein liebes Wort, eine Zärtlichkeit, eine wohlwollende Geste, einen teilnehmenden Blick, um aufzustrahlen. In der Wärme des Miteinanders sind auch wir in der Lage, unsere eigene Schönheit, unseren Glanz zu entfachen.*

Jede\*r wählt sich aus der Mitte einen Stein aus.

### Steinmeditation:

*Ihr habt nun alle einen Stein in der Hand. Ihr habt ihn selbst ausgewählt. Vielleicht ist euch der Stein gleich ins Auge gesprungen. Vielleicht habt ihr ihn erst nach einer Weile gesehen. Irgendetwas an ihm hat euch gefallen, so dass ihr ihn nun ausgewählt habt. Schaut ihn euch genau an: Was gefällt euch an ihm? Ist er glatt oder rau? Eckig oder rund? Hell oder dunkel? Durchsichtig, wenn man ihn gegen das Licht hält oder lichtundurchlässig? Hat der Stein Brüche oder Kanten? Fragt euch: was macht meinen Stein einzigartig? Was unterscheidet ihn von anderen Steinen, macht ihn unverwechselbar? Zeigt nun euren Stein eurem Nachbarn/eurer Nachbarin und tauscht euch darüber aus, was euch an eurem Stein so gut gefällt.*

### Transfer:

Mit dem Stein ist es wie mit uns selbst: auch wir sind einmalig. Auch wir haben unsere schönen Seiten und unsere Brüche. Vielleicht habt ihr den Wunsch verspürt, mit eurem Nachbarn den Stein zu tauschen. Geht es euch nicht manchmal auch so, dass ihr gerne mit dem Leben anderer tauschen würdet: gerne so erfolgreich wärt wie andere oder so gut aussehend oder beliebt? Manchmal leiden wir daran, so zu sein wie wir sind. Da hilft es, wenn uns jemand sagt: „Du, ich mag dich, so wie du bist!“ Dann strahlen wir auf wie der Opal in der gehörten Geschichte.

Wir Teamer haben euch in den vergangenen Tagen kennen und schätzen gelernt. Anfangs wart ihr für uns wie diese Steine in der Mitte eine Menge Jugendlicher. Im Laufe der Zeit haben wir euch persönlich kennenlernen dürfen: Ein jeder/eine jede von euch hat seine/ihre eigene Schönheit.

Wir schenken euch diesen Stein. Ihr dürft ihn mit nach Hause nehmen als Erinnerung an diese Tage. Legt ihn an einen besonderen Ort. Und wenn einmal eine Zeit kommt, in der ihr unglücklich mit euch und eurem Leben seid, dann nehmt ihn in eure Hand und denkt daran: Ich bin genauso einmalig und liebenswert wie dieser Stein. Vielleicht denkt ihr ja an diese Tage zurück und könnt dadurch neuen Mut fassen. Das wünschen wir euch.