

Achtsames Handauflegen in der Pfarrei St. Franziskus, Bassersdorf / Nürensdorf

Seit einer Pilotphase im Jahre 2023 legen jeweils 2 Frauen wöchentlich ihre Hände auf. Sie tun das in einer gesammelten, achtsamen und absichtslosen Haltung.

Zur Zeit besteht die Gruppe aus 7 sehr engagierten Frauen, die sich wünschten, dass mehr Menschen dieses wertvolle Angebot nutzen würden.

Um Sie liebe Leserin, lieber Leser zu motivieren, sich Hände auflegen zu lassen, haben sie ihre persönliche Motivation niedergeschrieben.

Das Handauflegen ist für mich eine kleine Auszeit, um neue Kraft und innere Ruhe zu finden. Das achtsame Berühren der Hände wird als beruhigend empfunden und kann das eigene Wohlbefinden fördern. Menschen etwas gutes Tun ist für mich eine Bereicherung. JB

Das Handauflegen bereitet mir grosse Freude und ich spüre, dass es den Menschen gut tut. Die Ruhe in der Kirche unterstützt mich dabei und stärkt die Menschen und auch mich auf positive Weise. Wir sind offen für die spirituelle, göttliche Kraft die dabei spürbar wird. Ich bin dankbar, dass ich das Handauflegen erlernen durfte und anbieten kann. CA

Meine Motivation für das Handauflegen ist, dass ich Personen etwas Gutes tun kann, dass auch ich die gute Energie spüren darf. Die guten Feedbacks, die ich erhalten habe, bestärken mich. EM

Im Umgang mit anderen Personen habe ich immer wieder erfahren, dass mit Worten nicht immer ein wohlwollendes Begegnen möglich ist. Mich beeindruckte die Erfahrung von Pfr. Anemone Eglin, die im Kontakt mit Menschen merkte, dass Berührung eine positive Wirkung ermöglichen kann. Mich begeistert, dass ich im Vertrauen auf Gott mit der Berührung durch meine Hände eine absichtslose wohltuende Erfahrung für andere bewirken kann, die die Wärme positiv wahrnehmen. Die Person kann wünschen, wo sie gern oder nicht berührt werden will und so selber bestimmen oder Grenzen setzen, was Sicherheit gibt in der Ausführung. MS

Für mich bedeutet das Handauflegen, den Menschen wohlwollend, offen und mit grossem Respekt die Hände aufzulegen. Den Empfangenden durch das auflegen der Hände einen Raum zu bieten ganz bei sich zu sein, zur Ruhe zu kommen und aufgehoben zu sein. SS

Mich motiviert die Zufriedenheit in den Augen der Menschen und die Dankbarkeit, die sie uns gegenüber zeigen, wenn sie nach dem Handauflegen die Augen öffnen. NCN

Beim Handauflegen habe ich die Erfahrung gemacht, dass die Menschen vor allem die Stille sehr schätzen und die Berührungen ihnen gut tun. Sie können sich für kurze Zeit aus ihrem manchmal hektischen Alltag ausklinken und wieder ganz zu sich kommen. Das Positive dabei ist, dass es auch mir gut tut, ganz bei mir zu sein. CU