



Lieben und Leben

## Description

### Meditation

Ich halte meinen Krug in den Händen.  
Leer ist er.  
Leer –  
bis auf den letzten Tropfen.  
Alles ausgegossen.

Ungläubig schaue ich,  
wie der letzte Tropfen verrinnt.

In mir:  
Leere.  
Doch:  
Ich spüre  
eine tiefe Sehnsucht.

Die Sehnsucht in mir,  
dass mein Krug wieder gefüllt wird,  
lässt mich aufbrechen.

Ich mache mich auf den Weg zur Quelle.  
Dort darf ich meinen Krug neu füllen.

Gefüllt –  
Erfüllt –  
Gehe ich zurück in meinen Alltag.

Wie gut ist es,  
dass ich den Weg zur Quelle immer wieder neu finden kann.

So kann ich mich immer wieder auf den Weg zur Quelle machen,  
wenn mein Krug leer ist.

Ulrike Groß

### Category

1. Allgemein

### Tags

1. Meditation