



Kana heute

## Description

## Meditation

### [Kana Assisi](#)

Kana Freko in Assisi Ausschnitt  
Foto: Marie-Luise Langwald

Füllt die Krüge mit Wasser.  
Die Bitte hören,  
Wasser tragen  
und Krüge füllen  
damals in Kana  
und immer wieder.

Wasser tragen,  
auch wenn es manchmal  
schwerfällt  
erinnere dich:  
Wasser wird Wein.

[Marie-Luise Langwald](#)