

Meditation

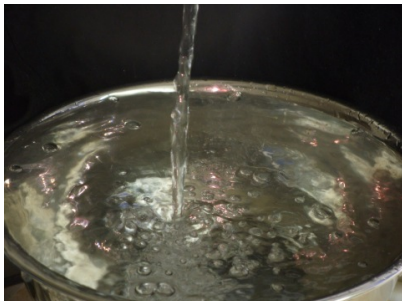


Foto: Peter A. – pixelio.de

Ich stelle mir eine leere Schale vor –
Ich halte sie in meinen Händen –

Hinein lege ich die Gaben meines Lebens –
Geschenke, die ich erhalten habe –
Begegnungen und gute Erfahrungen –
Liebe, und Freude –

Und auch das, was schwer zu tragen war –
Leid und Unglücksfälle –
Sorgen und Ängste –

Ich betrachte meine Schale –
Gelebtes Leben –

Ich halte sie Gott hin –
Er nimmt die Gaben meines Lebens an –
Und reicht mir die leere Schale zurück –

Ich betrachte sie –
Und Gott spricht zu mir –

Lege nun hinein –
deine Sehnsucht, der zu folgen ich dich gerufen habe –
den Stern, den ich dir an deinen Himmel gesetzt habe –

Betrachte die Schale –
Spüre den Träumen nach,
die ich dir ins Herz gab –
Deinen Weg zu finden zum Leben

Regina Hagmann

>> Meditation zum Herunterladen

