

Meditation



Sommerabende –
 die Erde riecht nach Wärme, Sonne und Leben:
 ein Spaziergang mit meinem Partner
 ein Tischtennispiel mit meinen Kindern
 ein Plausch am Gartenzaun mit meinen Nachbarn
 Grillabende mit meinen Freunden.
 Alles ist hell und weit!
 Alles ist möglich!

Sommerabende –
 für mich ein Geschenk Gottes
 um neue Kraft und Zuversicht zu tanken
 um alte Freundschaften und Beziehungen
 neu aufleben zu lassen
 um das Alte, Dunkle in mir
 durch Helles, Positives zu ersetzen.

Sommerabende – Aufbruch ins Neue!

Martina Hack