

Meditation



Foto: H. Brantzen

Psalm 146

Wohl dem, dessen Halt der Gott Jakobs ist  
und der seine Hoffnung auf den Herrn,  
seinen Gott setzt.

Der Herr hat Himmel und Erde gemacht,  
das Meer und alle Geschöpfe;  
er hält ewig die Treue.

Recht verschafft er den Unterdrückten,  
den Hungernden gibt er Brot;  
der Herr befreit die Gefangenen.

Der Herr öffnet den Blinden die Augen,  
er richtet die Gebeugten auf.

Der Herr beschützt die Fremden  
und verhilft den Waisen und Witwen  
zu ihrem Recht.

Auf dich, o Herr,  
setze ich meine Hoffnung;  
dir, meinem Schöpfer,  
kann ich vertrauen.

Ich breche zusammen  
unter der Last der alten Bilder und Worte,  
unterdrücke das aufkeimende Leben in mir,  
doch du, o Herr, verschaffst mir  
Raum zum Leben.

Ich hungere  
nach einem Leben in Fülle  
und greife nach so Vielem, was mich nicht nährt,  
doch du, o Herr, reichst mir die Hand  
und stillst meinen Hunger.

Ich bin gefangen  
in mir selbst, in meinen engen Grenzen,  
sitze fest hinter Mauern, die ich selbst gebaut,  
doch du, o Herr, sprengst die Mauern  
und schenkst mir Freiheit.

Ich bin blind,  
blind für das Leben,  
erkenne nicht, was wirklich wesentlich ist,  
doch du, o Herr, öffnest mir die Augen  
und lässt mich die Wahrheit erkennen.

Ich mache mich klein,  
fühle mich niedergeschlagen,  
halte mich für wertlos und schwach,  
doch du, o Herr, richtest mich auf  
und stärkst mir das Rückgrat.

Ich bin mir selbst fremd geworden,  
weiß nicht, wer ich wirklich bin,  
suche verzweifelt nach Sinn und Halt,  
doch du, o Herr, rufst mich beim Namen,  
umfängst mich mit deiner unendlichen Liebe.

Ich bin voller Trauer,  
fühle mich allein gelassen,  
habe Angst vor dem Dunkel der Einsamkeit,  
doch du, o Herr, trocknest meine Tränen  
und führst mich in die Weite, ins Licht.

Ich danke dir, o Herr,  
der du mich immer wieder beim Namen rufst.  
Mein Name ist in deine Hand geschrieben  
und du hältst mir die Treue.

Hannelore Bares