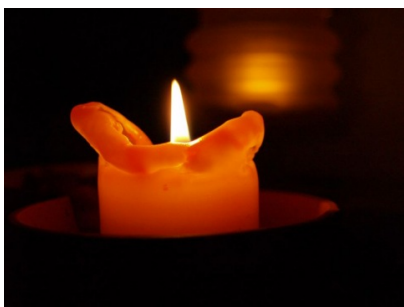


Meditation



Ein Licht,
ich habe es heute Abend entzündet.
Ich lasse einmal alles liegen, was noch getan werden müsste
und schaue in die Flamme.

Langsam kehrt Ruhe ein in mein Herz.
Ärger, Sorgen, Enttäuschungen werden kleiner.
Ich lasse nur das ruhige Flackern der Flamme auf mich wirken.

Und ich ahne:
Meine Zeit ruht in SEINEN Händen.
Meine Aktionen sind begleitet von SEINEM Segen.
Meine Sorgen sind SEINE Sorgen.

Herr, lass mich ruhig werden in Dir
damit ich deine Ankunft nicht verpasse.

Sr. M. Annetraud Bolkert