Lebensspendende Hände

Kommt alle zu mir, die ihr schwere
Lasten zu tragen habt.

Mt 11,28f

Béatrice Mitry

Meditation

Zwei geöffnete Hände bieten an, etwas zu tragen.
Was bedrückt mich schon seit langem?
Was möchte ich in die Hände von Jesus legen?
Der Hintergrund ist in Blautönen gehalten, wie das tiefe Meer.
Ähnlich Korallen wachsen Silhouetten nach oben.
Auf dem Meeresgrund herrscht eine tiefe Stille.
Stille kann Kraft für den bewegten Alltag schenken.
Stille kann wohltuend sein. Wie kann ich mir öfters Atempausen gönnen?
Gestalten hocken bedrückt am Boden, oder schleichen sich gebeugt links weg.
Man sagt : „Die Natur verzeiht nie, der Mensch manchmal, Jesus immer."
Jesus verzeiht sicher, wenn ich Ihn darum bitte.
Warum fällt es mir so schwer, mir selber ganz zu verzeihen?
Der Umriss, der sich nach oben streckt, gehört zwei Menschen, die sich umarmen.
Sie haben die Tiefe gemeinsam überwunden, und können wieder wachsen.
Wer liebt, möchte helfen, aufhelfen; so wie die Hände Jesu aufhelfen.
Was spüre ich, wenn ich meine Hände so halte?
Zwischen den lebensspendenden Händen wächst grün ein Pflänzchen nach oben.
Auch ich kann das Pflänzchen Hoffnung anderen schenken.
Wen kann ich heute ermutigen?

© www.christians-ART-gallery.com contact@christians-ART-gallery.com

Christians' ART Gallery
Die Kunst zu helfen

Die 12-Minuten-Meditation

© www.christians-ART-gallery.com contact@christians-ART-gallery.com