



Hexenschuss

Description

Gebet

Ä

Eigentlich wollte ich die Matratze in die vierte Etage hinauftragen.
SchÄ¶n gerollt war sie und praktisch zum Schleppen.
Ich holte sie aus dem Auto und fÄ¶hlte mich wie ein starker Mann.
Nach einigen Metern spÄ¶rte ich es dann in meinem RÄ¶cken:
zweimal ein kurzes "Krrrr",
ich lieÄ¶ mein gerolltes Paket fallen
und stand da wie ein 80-JÄ¶hriger mit Rheuma in den Knochen.
Stehen ging ja noch.
Liegen in der Nacht war eine Katastrophe.
Es wurde eine Nacht der Versuche,
der erfolglosen Versuche, sich von einer Seite auf die andere zu drehen.
Dem OrthopÄ¶den gab ich am nÄ¶chsten Morgen die Anregung:
"Ich brauche ein Wunder, denn ich will morgen in Urlaub fahren."
Das Wunder setzte sich dann aus zwei Teilen zusammen:
Der Arzt rÄ¶ckte mein Knochengestell etwas zurecht,
und Medikamente, die die Nervenspitzen beruhigten sollten,
versuchten, mich mit Chemie etwas aufzupeppen.
Das Wunder gelang nicht so ganz
– aber ich konnte wenigstens am Tag danach das Meer sehen.
Gott, du Arzt meines Lebens,
die HerbstblÄ¶tter wurden mir zum Zeichen,
wie sehr mein Leib nur unvollkommen
mein Leben, mein Denken, mein Lieben beherbergt.
Bei einer Tasse Kaffee gab mir ein lieber Mensch jenen Rat,
der mir nicht unbekannt ist:
"Vielleicht solltest du etwas mehr fÄ¶r deinen KÄ¶rper tun!"
Ja, du gibst mir diesen Leib als Geschenk.
Und damit ich das nicht vergesse,
erinnert mich dieser Leib von Zeit zu Zeit daran.
Ich danke dir fÄ¶r diese Erinnerung,
dass ich mit mir und meinem Leben sorgsam umzugehen soll.

Ich danke dir für diese Erinnerung,
dass mein Leib mehr ist als nur Arbeits- und Lebensinstrument.
Ich danke dir für den Hinweis,
dass dieser Leib Tempel deines Geistes
und es wert ist,
dass ich würdevoll mit ihm umgehe.

HB

Category

1. Allgemein

Tags

1. Meditation