



Sonnenstrahlen

Description

Meditation

Bild: Claudia Schmitt

"Der große Reichtum unseres Lebens sind die kleinen Sonnenstrahlen die jeden Tag auf unseren Weg fallen."

So lautet der Text einer Karte, den ich bei einem Besinnungstag zum Abschluss geschenkt bekam. Die kleinen Sonnenstrahlen, die manchmal fast nicht zu spüren sind. Die kleinen Sonnenstrahlen, die manchmal untergehen. Und trotzdem: Die kleinen Sonnenstrahlen sind der Reichtum meines Lebens.

Die kleinen Sonnenstrahlen, das sind für mich die Strahlen Gottes, die auf meinen Weg fallen.
So ist Er mir nahe auf meinem Weg.
Achtsam, langsam, innehalten...
so kann ich die Strahlen entdecken und wahrnehmen.
Mich von ihnen berühren lassen.
Außen und innen.

Die kleinen Sonnenstrahlen, die täglich auf meinen Weg fallen...
... ein kleines Lächeln
... das Morgenlied einer Amsel
... meine blühenden Blumen im Hof
... ein gutes Gespräch
... der Spaziergang im Wald
... das Rauschen der Blätter im Wind
... ein unverhoffter Besuch
...

Gott, du lässt die vielen kleinen Sonnenstrahlen auf meinen Weg fallen.
Ja, Gott, du machst mein Leben unendlich reich.
Dankbar stehe ich vor dir.

Ulrike Groß

Category

1. Allgemein

Tags

1. Meditation