



Gebet zum Vater

Er stieg auf einen Berg, um in der Einsamkeit zu beten.
Spät am Abend war er immer noch allein auf dem Berg.

Mt 14,23

Béatrice Mitry

Meditation

Hände öffnen sich zum Gebet und weisen nach oben.
Sie nehmen die Seele mit in die Bewegung zum Himmel.

Gebet ist Herzenssache. Zu wem habe ich so viel Vertrauen, dass ich ihm
ohne meine lieb gewonnenen Masken begegnen kann?

Ein feuriges Orange erleuchtet die Hände wie von einer wärmende Glut angestrahlt.
Der Abend wird hell und das Gebet wärmt die geöffneten Hände.

Wann habe ich zum letzten Mal meine Masken loslassen können?

Warum fällt es mir so schwer, auf die Masken zu verzichten?

Außer den betenden Händen ist weit und breit nichts zu erkennen.
Gebet braucht Zeit und Raum.

Wie kann ich erwarten, die leise Stimme des Vaters zu verstehen,
wenn ich ständig spreche und in Unruhe bin.

In welchen Augenblicken habe ich genüsslich Ruhe für das Gebet?

Die Hände sind geöffnet wie eine Schale, die schräg nach oben gehalten wird.
Alles Irdische würde aus dieser Schale wieder herauskullern.

Was hindert mich daran, mir einen festen Rhythmus für Meditationen zu planen?

Ahne ich die tiefe Freude, die mein Herz erwärmt, wenn ich zum Vater bete?