

## Meditation

Hoffnung kann ein Gefühl sein –  
das leider oft genau dann verschwindet,  
wenn es mir schlecht geht..

Hoffnung ist aber auch eine Grundhaltung,  
für die ich mich bewusst entscheiden kann.  
Eine Grundhaltung, die mir aus dem Glauben erwächst.

Es liegt an mir, worauf ich meinen Blick richte:  
Nur auf Frustrierendes, Beängstigendes  
oder auf Gelingendes –  
auf das, was Mut macht.

Es lohnt sich,  
Hoffnungszeichen im eigenen Leben wahrzunehmen,  
ja zu sammeln –  
als Sonnenstrahlen für die Seele.

Hoffnung richtet auf,  
schenkt Perspektiven,  
weitet das Herz.

Gottes Zusage:  
Ich bin da, wo du bist, ich gehe mit dir  
schenkt mit Hoffnung.  
Gottes Taten gehen weiter.

Das durfte Jesus erfahren.  
Das ist die Zusage, die auch mich  
auf meinem Lebensweg stärkt.