

*Im Kreuz ist Heil – Leben – Hoffnung.*



DU am Kreuz. Ich schaue zu dir auf und sehe deinen Schmerz, deine Qual, deine Erschöpfung. Im Kontakt mit dir fühle ich meinen Schmerz um das Sterben und den Verlust geliebter Menschen. Spüre meiner Ohnmacht nach. Ich bleibe in Blickkontakt und komme zur Ruhe. Da ist noch etwas anderes in mir: Dankbarkeit, trotz Angst, Schmerz und Erschöpfung.

Deine Gegenwart ist heil-sam.

Ich spüre deiner Körperhaltung nach und öffne meine Arme zur Kreuzeshaltung; nehme meine Verletzlichkeit wahr und fühle gleichzeitig eine große Weite in mir. Erleichterung und eine tiefe Freude durchfluten mich. DU hast mich zur Freiheit befreit. (Siehe Gal. 5,1)

Deine Gegenwart ist Leben.

DU am Kreuz. Ich schaue erneut zu dir auf und sehe deine Stärke. Unter deinem Schutz kann ich aufrecht und aufrichtig stehen. Du machst mir Mut, weiterzugehen, trotz der schmerzhaften Umbrüche in meinem Leben. Denen, die ich mit mir selbst und denen, die ich im Kontakt mit anderen Menschen erfahren musste. Du lässt mich mit allen Menschen gleichwürdig sein.

Deine Gegenwart ist Hoffnung.