

Manchmal spüre ich die Last dieser Zeit
in meinen Schultern.

Dann zieht es hier und verspannt sich dort
und ich fühle eine Schwere, die mir sonst unbekannt ist.
Dann ist es wichtig, dass ich mich nicht auch noch selbst
niedermache
mit düsteren Gedanken und Schuldzuweisungen.
Was dann hilft, ist der Gedanke an einen Satz,
der mir zugesagt ist besonders an solchen Tagen:
„Kommt zu mir, die ihr Euch plagt und schwere Lasten
zu tragen habt. Ich will Euch Ruhe verschaffen.“
Ja, das hilft wirklich.

Eva Meder-Thünemann, im Namen des Seelsorgeteams