

11. Dezember 2024

Lesungen des Tages:

Jes 40, 25–31; Mt 11,28–30

Er gibt dem Müden Kraft,  
dem Kraftlosen verleiht  
er große Stärke.

*Jes 40,29*



Foto: Ingrid Penner

## Gestärkt

Wenn deine Energiereserven zu Ende sind,  
wenn du dich kraftlos und müde fühlst,  
wenn dir der lange Atem ausgegangen ist,  
wenn dir die Ideen ausgegangen sind,  
dann vertrau auf Gottes Hilfe:  
Schrei zu IHM und klage IHM deine Not.  
Du darfst darauf vertrauen,  
dass Gott einen Ausweg aus deinen Sackgassen kennt.

ER ermutigt dich mit SEINEM Wort  
und gibt dir deine innere Stärke zurück.  
ER lässt dich frischen Atem schöpfen in seiner Natur.  
ER lässt dich in der christlichen Gemeinschaft Hilfe finden,  
indem er dir Menschen an die Seite stellt, die dich unterstützen.

Dann spürst du neue Kraft in dir.  
Deine Füße finden wieder Halt.  
Deine Arme können wieder zupacken.  
Deine Ideen beginnen wieder zu sprudeln.

*Ingrid Penner*