

Meditationen in Zeiten der Krise

Als ich über die aktuellen Schwierigkeiten mit dem Coronavirus und die soziale Distanzierung nachdachte, erinnerte ich mich an ein Gebet, das ich irgendwann im vergangenen Jahr in mein Tagebuch geschrieben hatte. Manchmal braucht es eine Krise, damit ich mich auf die wichtigsten Dinge im Leben konzentrieren kann. Dieses Mal fühle ich mich durch soziale und Reisebeschränkungen weiter von meiner Familie entfernt als in normalen Zeiten. Meine Familie und ich können die sozialen Entfernungsbeschränkungen einfach deshalb verstehen, weil wir Tausende von Kilometern von unseren Familien in Kenia entfernt sind. Wir hatten geplant, während unserer Sommerferien nach Kenia zu reisen, aber selbst dieser Plan hängt jetzt in der Schwebe. Wir akzeptieren die Tatsache, dass wir möglicherweise sogar noch länger als geplant bleiben müssen, bevor wir unsere kenianische Familie und Freunde sehen können. Ich kann also sagen, dass wir bereits soziale Distanz erfahren haben und uns mit der Situation vertraut gemacht haben, in der sich die Welt jetzt wegen der Coronavirus-Pandemie befindet.

Jesaja 26,3-4 sagt: "Ihr werdet in vollkommenem Frieden den bewahren, dessen Geist standhaft ist, denn er vertraut auf euch. Vertraut auf den Herrn für immer, denn der Herr ist der ewige Fels".

Möge dieses Gebet, das auf meinen Überlegungen aus dem Buch Jesaja beruht, uns stärken und uns der Treue Gottes zu uns versichern.

Gebet

Helfen Sie mir, den Sturm zu umarmen, als wäre es mein eigenes Kind. Helfen Sie mir, trotz der Schwierigkeiten der heutigen Welt Kraft und Ausdauer zu lernen.

Helfen Sie mir, durch den Sturm zu gehen, der mich in einer Flut zu tragen droht, die mich hinwegfegt und unter dem Schlamm der sich bewegenden Erde begräbt.

Helfen Sie mir, den Sonnenschein zu umarmen. Möge ich lernen, mich in ihrer Glut zu sonnen und ihre Wärme zu genießen. Möge ich lernen, Trost in ihrem Licht zu finden und zuversichtlich zu sein, dass sie meinen Weg erhellen wird.

Helfen Sie mir, meine Sorgen beiseite zu legen und Ihre Treue zu umarmen, denn sie hat mich nie enttäuscht und wird mich auch jetzt nicht enttäuschen. In Ihrer Treue finde ich Vertrauen und Zuversicht.

Aus meinem Gebetbuch vom 12.11.2019
Frank Koine

English Version

Meditations in times of Crisis

As I pondered the current difficulties with the corona virus and social distancing, I remembered a prayer I had written in my diary sometime last year. Sometimes it takes a crisis for me to focus on the most important things in life. This time, social and travel restrictions make me feel further away from my family than in normal times. My family and I can understand the social distance restrictions simply because we are thousands of miles away from our families in Kenya. We had planned to travel to Kenya during our summer holidays, but even this plan is now hanging in the balance. We accept the fact that we may have to stay even longer than planned before we can see our Kenyan family and friends. So I can say that we have already experienced social distance and have familiarised ourselves with the situation in which the world now finds itself because of the coronavirus pandemic.

Isaiah 26:3-4 says: "You will keep in perfect peace him whose spirit is steadfast, because he trusts in you. Trust in the Lord forever, for the Lord is the eternal rock".

May this prayer, based on my reflections from the Book of Isaiah, strengthen us and assure us of God's faithfulness to us.

Prayer

Help me embrace the storm as if it were my own child. Help me to learn strength and endurance despite the difficulties of today's world.

Help me to walk through the storm that threatens to carry me in a flood that sweeps me away and buries me under the mud of the moving earth.

Help me embrace the sunshine. May I learn to bask in its glow and enjoy its warmth. May I learn to find comfort in her light and be confident that she will light my way.

Help me to put aside my worries and embrace your faithfulness, for she has never disappointed me and will not disappoint me now. In your faithfulness I find trust and confidence.

From my prayer book of 12.11.2019
Frank Koine

12-11-19

Help me embrace the thunderstorm
as though he were my child.
Help me learn strength and
endurance despite the difficulties
of the present times. Help me
to walk through the foul
weather that threatens to
carry me by a flood or sweep
me away in a strong wind
or bury me under the mud
of the moving earth.

Help me embrace the sunshine.
To bask in her glow and
enjoy her warmth. To take
comfort in her light and
confidence that she lights my
path. Help me to put away
my worries and embrace your
faithfulness. It has never failed
me and I know it will not yet.

You will keep in perfect peace him whose mind is steadfast, because he trusts in
You. Trust in the LORD forever, for the LORD, the LORD, is the Rock eternal.

~ Isaiah 26:3-4 ~