



Es wird still ...

du spürst den Puls des Lebens, tief in dir,
unaufhörlich und vertraut, im Moment,
im Jetzt und Hier.

Komm doch mit auf diese Reise
und dann entdeckst auch DU ganz leise,
was möglich ist - wenn du an dich glaubst
und dann wird es ganz laut,
das Leben hat dich gerufen,
du brauchst nicht länger suchen,
es ist Zeit, dass du erkennst,
du bist noch viel wunderbarer, als du denkst!

Du wirst weich und lässt es zu,
die Gedanken kommen zur Ruh.
Du spürst die Freude tief in dir,
bist im Moment, im Jetzt und Hier
Tiefer Frieden stellt sich ein,
so wunderbar darf`s immer sein.

Diese zauberhafte Kraft in dir,
sie will wachsen, will sich zeigen,
ja sie ruft schon „Ich bin hier
und ich werd' nicht länger schweigen“
und dann tauchst du weiter unter,
spürst die Sehnsucht tief in dir.
Deine Träume, deine Wünsche
sind noch immer alle hier.

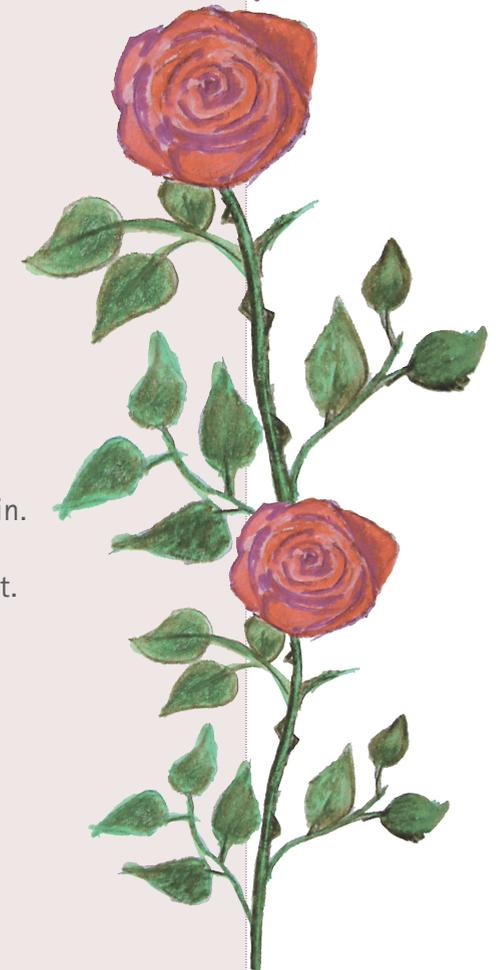
Und dann spürst du es ganz klar,
nichts bleibt immer, wie es war.
Du beginnst dich zu erinnern
an all das, was in dir ist:
Deine Stärke, deine Wahrheit
und wie wunderbar du bist.

Auch in all den großen Krisen
gibt es etwas, das dich hält.
Lass vertrauensvoll geschehen
und genieße diese Welt.
Auch die Dunkelheit ist wichtig,
sie erinnert dich daran,
was falsch ist und was richtig,
alles fügt sich – irgendwann.

Du tauchst tiefer in dich ein,
spürst - dein Herz ist nicht mehr klein.
All deine Liebe strahlt in die Welt,
schau, wie die Dunkelheit sich erhellt.

Und dieses Licht aus deinem Herzen,
spannt ein Netz und leuchtet auf,
so wie tausend funkelnd` Kerzen
und die Liebe steigt hinauf.

Und dann spürst du es, ganz klar:
Nichts bleibt immer, wie es war.
Du beginnst dich zu erinnern,
an all das, was in dir ist,
deine Stärke, deine Wahrheit
und wie wunderbar du bist!



Tina Buch