

HEUTE KANN EIN NEUER ANFANG SEIN

Heute kann ein neuer Anfang sein,
wenn wir ruhig werden,
uns selbst zuhören,
wahrnehmen,
was wir wünschen,
was wir brauchen,
was wichtig und wesentlich ist.

Heute kann ein neuer Anfang sein,
wenn wir aufeinander zugehen,
uns zeigen, wie wir sind:
stark und verletzlich;
wenn wir die Wünsche darlegen,
die Bedürfnisse anmelden,
zu den Grenzen stehen.

Heute wird ein neuer Anfang sein,
weil wir an uns glauben,
einander ernst nehmen,
unsere Liebe wachsen lassen:
diese Kraft,
die uns lebendig will.

Aus dem Buch von Max Feigenwinter
„Die Wahrheit liegt in dir“