

Lebe, lebe und zwar mit Leib und Seele

Wenn du mir etwas versprechen willst, versprich mir eines: Versprich mir, das alles was du denkst, alles was du fühlst, alles was du gibst, einfach alles tief aus deinem Herzen kommt. Das du denkst was du fühlst, das du fühlst was du denkst, das du lebst was du willst, das du willst was du lebst...

Nimm dir Zeit, nimm dir einfach einmal Zeit... Nimm sie dir, sie gehört dir...

Gehe zu deinem Lieblingsplatz, alleine.

Setze dich hin, alleine.

Denke nach, alleine.

Ist alles so in Ordnung wie es ist?

Bist du unzufrieden? Mit dir? Mit anderen?

stehe auf gehe etwas, ein kleiner Spaziergang. Ein Ausflug?

Ein Ausflug zu einer neuen Einstellung? Einer anderen.

Laufe einfach, erstmal nichtmal mit Ziel. Laufe, laufe und denke weiter nach.

Welchen weg gehe ich? Welchen werde ich gehen? Welchen sollte ich gehn?

Nimm dir Zeit.

Wie ist dein weg bisher geebnet? Bergauf? Bergab? Steil? Holprig?

Ist er gut so?

Drehe dich um und blicke zurück in die Richtung aus der du kamst.

Hast du jemals darauf geachtet, wie lang dein weg schon ist oder wie du ihn dir angenehmer machen kannst?

Solltest du vielleicht einmal versuchen etwas in deinem Leben einfach zu tun? Einfach so, ohne nachzudenken?

Leicht und luftig.

Oder über gewisse Dingen doch ein- zweimal zu verweilen?

Laufe nun zurück woher du kamst und behalte auf dem gesamten Weg immer diesen einen Gedanken im Kopf: Lebe, lebe und zwar mit Leib und Seele.

© Lukas Stoppel, All rights reserved

Diese PDF wurde erstellt durch das [Schreiber Netzwerk](#)