

Meine Mitte

Wenn es laut wird, dann brauche ich Stille, die mich wieder hören lässt.

Wenn das Licht mich blendet, dann brauche ich Dunkelheit, die mich wieder sehen lässt.

Wenn die Geschwindigkeit mich durch die Luft wirbelt, dann brauch ich Stillstand, um mich wieder zu erden.

Wenn die Masse mich zu erdrücken droht, dann brauch ich Leere, um mich wieder weiten zu können.

Wenn die Gefühle mich zum Explodieren bringen, dann brauch ich Distanz, um wieder fühlen zu können.

Wenn mir die Welt zu viel wird, dann brauch ich mich und Ruhe, um wieder atmen zu können.

© **Mihi Friedl**

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