

" Fasten - Geh - dank - en "

Die Fastengruppe gefällt mir sehr gut !

Lichtbringer Wendelmuth bringt allen neuen Mut !

Die Insel gibt dazu viel Kraft ,

Die erste Düne ist schon geschafft !

Der "Weg zur Mitte" wird freigeräumt ,

Glaubersalz im Glase schäumt !

Was wohl noch auf uns wartet ?

Jetzt wird in den Tag gestartet !

Zieht uns die Welt mal wieder runter ,

wir werden dann auch wieder munter,

So ist wohl des Lebens Lauf ,

immer wieder steh'n wir auf !

Alles hat seine Zeit

Mal ist's eng , dann wird's weit .

Diesen Rhythmus zu kapieren

gibt es keine Zeit zu verlieren !

Wir stehen ständig mitten 'drinn

und suchen nach des Lebens - Sinn !

Muskel - wie auch Seelenkrampf

rufen uns : auf , auf zum Kampf !

Kämpfe für des Lebens Licht ,

bist Du hast die freie Sicht .

Leben ist Seelentraining pur

Ich bin dabei , da bleib ich stur !

Ich weiß , E S ist all - es da ,

oft halte ich es nicht für wahr .

"Der Weg" er will gegangen werden ,

nur er führt uns zu unseren Sternen .

Mach aus negativ - positiv

und nichts geht mehr schief !

Am Strand entlang in die Unendlichkeit

findest Du die Ewigkeit .

Es rauscht der Atem Gottes in den Wellen

manchmal mit Grollen ,

wenn Sie auf den Strand zu wollen .

Fasten macht frei , geh durch den Kokon -

es ist eng und schmerzt , man schafft es schon -

Mache einfach nur Dein Ding

und DU wirst zum Schmetterling -

leicht und frei , der Blick ist klar

F A S T E N ist doch wunderbar .

Fasten hält den Körper an

und auch die Gedanken

stehen die Gedanken still

fallen alle Schranken

hörst dann , was der große Geist Dir sagen will

verfängst Dich nicht mehr in Weltenranken .

*Freiheit , wer auch immer du bist ,
wirst erlöst durch ' s Fasten
Das Leben ist schön , wird schöner noch
alleine durch das F A S T E N !*

*Marie-Luise und Hilkea
Juist , den 10. - 17. April 2010*

bedenke :

Der gesamte Kosmos

ist die Plazenta des Geistes .

H. G.-J. , J.