

## Inhaltsangabe

Winterfreuden	2
Morgensonne v. Alena	4
Sonne	6
Gnade	8
Nacht	12
Nebelbad	16
Januarbrief Alena	19
Abendwindwolken	20
Guten Morgen - Guten Nacht	22
Liebe	29
Februar	30
Valentinstag	34
Abend	36
Regentag	38
Frühlingsmorgen	40
Mimosen	42
März	44
Ton - Licht	48



Inmemoriam

IN MEMORIAM  
Lebensdialoge  
G a b e n

Italia IX



Im Namen Der L i e b e  
nel nome Dell' a m o r e

## Winterfreuden

Frost in der Nacht  
malte mit eisigem Hauch  
die Fensterscheiben an

Bizarre Eisblumen  
winden sich geschickt  
auf glasigen Flächen

von Künstlerhand  
gezeichnete Gebilde  
ranken mit  
gerundeten Bögen und  
ziselierten, filigranen Girlanden  
in wunderbar  
geschwungene Sträuße

Mein Herz -  
voller Staunen

Beglückendes Genießen  
der Nachtgeschenke,  
die arktische Winde  
in Italiens Hügelland  
zusammengebunden

Im Eistau der Wiese  
erstarrte Gräser und  
Rispen überstäubt mit  
puderzuckerweißem Eisschnee

ein wippendes  
Rotschwänzchen auf  
eisknospenden Tannenspitzen

inmitten dieses Frostmeeres  
funkelnde, reinkristallene Tropfen -

der Sonnenstrahlen  
glitzernde Diamantlichter

Erschaffen vom Erdengeist  
zaubert der Winter als Herrscher  
in jeden Grashalm, jeden Baum  
seinen Märchen- Wundertraum

Schönheit, Schönheit

Vollkommenes Sein

Dank und Freude  
mein Morgengebet

+++

## Morgensonne zu Neujahr

Sonnengolden leuchten  
die Pappeltürme,  
die getürmten Strohballen  
auf der Wiese

Das Morgenlicht webt sich  
so märchengolden ins Stroh,  
tastet die Gräser ab,  
klettert hinab von den  
Pappelspitzen  
umhüllt rotgolden  
die Stämme zur Erde hin  
wandert das Feld zu  
Morgenröte,  
ergießt das Feuer

Begrüßt  
voller Freudenleuchten  
die runde Mondenfrau  
die steht jetzt unnahbar kühl  
porzellanweiß hoch -  
noch himmelsfern.  
Sie führte die Wandelnacht

In gelber,  
sonnengelber Kugelkutsche  
stieg sie am Abendhimmel auf -  
Groß und golden, klar

Die dickschwarzen  
Baumschatten liegen auf der  
hellen Mondenwiese,  
meine eigenen, fadenlangen  
Schatten vor mir,  
krachen meine Schritte  
in den Eisschnee -  
stumm die Straße,

Rauschen Schleier  
rauchig vorbei an der  
Mondenschönheit,  
nehmen mit ihr sonnen-  
gelbes Gewand und  
hüllen sie ein -  
spinnwebenfein

schmücken sie  
mit einem Kranz von  
weißer Strahlen -

Einen Reigen tanzt  
im Schwebeschritt  
die Mondenfee.

Alena

## Sonne

Wie ist  
die Welt so stille -  
Schnee liegt auf dem Land

die Luft so trocken,  
rein und klar -  
atmet sich ganz wunderbar

langsam,  
ganz langsam beginnt  
der Neue Tag

gähnen die  
wintermüden Augen  
sich den Schlaf aus  
den Gliedern

die Katze  
lüftet ihr Fell -  
schwungvolles Dehnen

Schön ist  
der Erde Morgengewand

Auf dem Hügel  
wandert die Sonne -  
stetig, mit sich voran-  
tastenden Strahlenarmen,  
entkleidet sie die Nacht

die erfrischende  
Feuchtigkeit in ihrem Licht,  
lässt die Welt nun  
vollends erwachen

Sonnenschein  
beleuchtet mit rotem Glanz  
die Baumkronen und  
die Vögel zwitschern  
ihr Tageslied

Erde- und Himmelswege  
sind bereit für  
Neue Abenteuer des Lebens

+++

Gnade

Erde  
Raumzeit Gnade  
Erde  
Gottesgabe

Erde  
Raumzeit Leben  
Erde  
Seelenstreben

Erde  
Raumzeit Liebe  
Erde  
Geistestriebe

Erde  
Raumzeit Wurzel  
Erde  
Körperputzel

Erde  
Raumzeit Ton  
Erde  
Gnadensohn

Erde  
Raumzeit Dunkel  
Erde  
Gnadenfunkeln

Erde  
Raumzeit Licht  
Erde  
Gnade spricht

Erde  
Raumzeit Wort  
Erde  
Gnadenort

Erde  
Raumzeit Luft  
Erde  
Lebensduft

Erde  
Raumzeit Atem  
Erde  
Gottesbarmen

+

Erde  
Raumzeit Paradies  
Erde  
Gnadenverlies

Erde  
Gnade, Gnade  
Erde  
Lebensgabe

Erde  
Gnade, Gnade  
Erde  
Lebenswabe

Erde  
Gnade, Gnade  
Erde  
Liebesgabe

ICH BIN EIN SEIN  
in den Schleiern der Illusionen  
von Raum und Zeit -  
von Erde und Himmel

ICH BIN EIN SEIN

Gnade - Gottesgabe  
Leben - Seelenstreben  
Liebe - Geistestriebe  
Wurzel - Körperputzel

Ton - Gnadensohn  
Dunkel Gnadenfunkeln

Licht Gnade die spricht  
Wort Gnadenort

Luft Lebensduft  
Atem Gotterbarmen

Paradies Gnadenverlies

Gnade Lebensgabe  
Gnade Lebenswabe  
Gnade Liebe leben

ICH BIN EIN SEIN

+++

Nacht

Heute erblickt mein Auge  
am samtene, nachtblauen  
Himmelszelt einen kleinen,  
glitzernden Stern

mit küssendem Mund  
haucht er der Mondin  
sein Liebeslicht zu und  
auch sie strahlt  
hingebend im Liebeskuss

die Erde, das All  
sieht staunend dieses  
Liebesspiel des Sonnenlichtes,  
inmitten der Nacht

Wer hat dies alles  
so schön gemacht ?

hören im Herzen  
die Singende,  
die Wohlwollende -  
die Nachtstimme  
liebvollen Seins

Stille -

Es ist - EIN Wille

Der Wind  
hüllt in zärtlich, sanfter Weise  
die sich Liebenden mit weich fließenden,  
durchscheinenden Wolkenschleiern ein -  
Bettet Sie im Geheimnisvollen

Dunkelheit öffnet  
die Türen der Herzen weit,  
Lichter strahlen,  
sind liebesbereit

Engelwesen der Form  
breiten sich aus -  
schicken den Ruf  
der Schöpfung hinaus:

liebe - umarme - lebe  
Sei - wie ICH BIN

Schöpfung heißt  
heute Paradies,  
Leben, das  
die Welt verhieß

+

Küssend  
kost des Feuers Zunge,  
Lebenslungen -  
Daseinsdschungel  
wild und schön,  
wirst nie vergehn

wandern,  
mit der Sonne Licht  
durch der Zeiten Universen -  
Glühend Staub herniederfällt,  
Feueratem - tränkt die Welt -

der Großen Leere  
Zwischenraum,  
füllt mit Glanz  
was Götter träumen,  
Seelen beben, sich erheben  
L I E B E N

Umarmen, zeugen, gebären  
in der Gnade Nacht,  
Sonnens, Monde, Sterne,  
Planeten im Leben erwacht

Das Echo im Herzen  
grüßt jubelnd zurück,  
was Sinne und Seele  
im Menschsein entzückt

ob nah oder fern,  
ich hab' Euch gern,  
Hell und Dunkel -  
Liebesfunkeln

Freudetrunken,  
schlafen gehen,  
Erde und Himmel  
in Einem sehen -

Weltenmeer - Weltenklang

Tropfendes Sein

Ich Bin

+++



## Nebelbad

Heute  
schleichen hellweiß  
strahlende Nebelwesen,  
in kleinen Gruppen,  
durch die Täler

sie erhellen  
das triste Regengrau  
und hüllen hier und dort  
zwischen Wäldern und Hügeln  
gelegene Dörfer ein

Beim Bad in  
heißer Quelle steigen  
Dunstnebelschwaden auf,  
der Regen kühlt sanft  
herniederfallend, das  
erhitzt kreisende Blut

wie ist das Leben schön !  
Hurra ! Hurra !  
weiches Regennass  
im Schwefelwasserfass  
annehmen - eintauchen

welche Freude -  
der Erde Wasser,  
der Himmel Wasser  
heilendes Glimmern -  
Nebelschimmern

Wie ist die Welt  
so stille -  
kein Mensch  
weit und breit

Natur genießen,  
im Schwefelwasser mit  
Heilemdem fließen -

am Grund  
des Brunnenbades erschauen  
die bunten Natursteine in  
ihren üppigen Formen

an der Holzbank,  
vor, mit grünendem Efeu  
umrankten Bäumen,  
hängen des Regens Gabe

Spinnwebenperlen,  
aufgezogen auf Schnüre -  
Edeltropfenglitzerketten

+

Dank schwingt hinaus  
aus meinem Herzen ins  
Herz der Erde, der Himmel

Dank schwingt hinaus  
aus meinem Herzen in  
die Herzen der Welten,  
die so reich mich beschenkt:

Erdengnome, Wassernymphen,  
Feuersalamander,  
Baum- und Pflanzengeister,  
Engelwesen der Formen

Ich lebe mit Ihnen  
des Lebens strömendes Sein,  
bin froh und heiter  
und schwimme weiter -

weiter hinaus  
in die Welt, deren  
Wunder mir gefällt

+++

## Januarbrief von Alena

Hier reiht sich  
ein trüber Tag an den anderen.  
Dazu eine unaufhörliche Nässe,  
ich kann gar nicht erinnern, dass  
ich mal über trockene Wege ging

Allein am Dienstag vergangener  
und auch dieser Woche  
blinkte freundlich die Sonne

Auch der Mond  
hält sich versteckt -  
an einem einzigen Abend sah ich  
sein Schiff am zartblauen Himmel,  
ein blinkendes Schiff  
in der Himmelsflut  
still und blau in einem Rund,  
Von fern standen  
graudunkle Wolkentücher und  
stoben heran, überzogen das  
weit runde Himmelsblau  
Und beherrschen Tag und Nacht  
hinter ihrem dichten Vorhang  
das verborgene Licht

+++

## Abendwindwolken

Im Abendwind tanzt  
eine große Wolkenfrau

sie gebärt ihre Kinder,  
in des Windes frohem Sein,  
die mit ihr im Reigen sich wiegen -  
leicht und frei  
schweben sie am Himmel hoch,  
über des Landes Täler

in den schönen, bunten  
Wolkengewändern sehen sie  
bezaubernd aus und  
der Abendwind spielt  
ganz neu kreierte Weisen,  
in denen sich die Himmelskinder  
mit flatternden Seidentüchern  
umhüllen

sie drehen sich um und um,  
gleiten wogenden Schrittes  
der Nacht entgegen, die  
liebepoll ihre Arme für sie  
ausbreitet

Des Herzens Freude

gleitet mit Euch  
in

friedvolle Nachtstille

+++

Guten Morgen  
Gute Nacht

Guten Morgen

Morgensegen vom Himmel  
für die Erde, das All, die Schöpfung

Guten Morgen  
klingt des Lebens Ton - Erneuerung  
Guten Morgen  
strahlt des Lebens Sonne - Erwecken  
Guten Morgen  
singt die Luft - Lebensatem

Guten Morgen  
gähnt die Nacht  
und geht heim  
Guten Morgen  
gähnt der Tag  
und steht auf

Guten Morgen  
grüßen die Wolken  
Guten Morgen  
weht der Wind

Guten Morgen  
rauschen die Bäume  
und gehen träumen  
Guten Morgen  
raschelt das Laub

Guten Morgen  
tönt das Wasser  
Guten Morgen  
plätschern die Wellen  
Guten Morgen  
gluckert der Bach  
Guten Morgen  
strömt der Fluss  
Guten Morgen  
raunt der See  
Guten Morgen  
tost das Meer

Guten Morgen  
schallen die Berge  
Guten Morgen  
knirscht der Sand

Guten Morgen  
tanzen die Elfen

Guten Morgen  
leuchten die Blumen  
Guten Morgen  
schwebt der Duft  
+

Guten Morgen  
zitschern die Vögel  
Guten Morgen  
summen die Bienen  
Guten Morgen  
schwirren die Mücken

Guten Morgen  
lauscht das Reh  
Guten Morgen  
schleckt der Bär  
Guten Morgen  
knabbert der Hase

Guten Morgen  
kräht der Hahn  
Guten Morgen  
gackert das Huhn  
Guten Morgen  
schnattern die Gänse  
Guten Morgen  
grunzt das Schwein  
Guten Morgen  
muht die Kuh  
Guten Morgen  
blökt das Schaf

Guten Morgen  
bellt der Hund  
Guten Morgen  
schnurrt die Katze

Guten Morgen  
glänzt der Schnee  
Guten Morgen  
läuten die Schneeglöckchen

Guten Morgen  
wispert das Gras  
Guten Morgen  
tropft der Tau

Guten Morgen  
platscht der Regen  
Guten Morgen  
zuckt der Blitz  
Guten Morgen  
grollt der Donner

Guten Morgen  
leuchtet die Kerze  
Guten Morgen  
flackert das Feuer

Guten Morgen  
klappern die Störche  
Guten Morgen  
segeln die Schwalben  
Guten Morgen  
gleiten die Gabelweihen  
Guten Morgen  
trompeten die Kraniche  
+

Guten Morgen  
schwimmt der Fisch  
Guten Morgen  
schlängelt die Ringelnatter  
Guten Morgen  
springt die Forelle  
Guten Morgen  
schimmert die Muschel

Guten Morgen  
krabbelt der Käfer  
Guten Morgen  
gräbt der Maulwurf  
Guten Morgen  
flitzt die Maus  
Guten Morgen  
nagt die Ratte

Guten Morgen  
gähnt der Mensch,  
dreht sich um und  
will weiterschlafen

Guten Morgen -  
grüßen das Leben  
Den, Ders gegeben  
mit Singen und Lachen  
im Danken erwachen

Gute Nacht

Gute Nacht  
gähnt der Tag  
und geht heim  
Gute Nacht  
gähnt die Nacht  
und steht auf

Gute Nacht  
lädt uns ein,  
ihr Gast zu sein

Gute Nacht  
birgt uns in  
Ruhe und Frieden,  
Schlaf und Traum  
Stille und Schweigen

Gute Nacht  
gähnt die Schöpfung -  
und legt sich nieder,  
schließt Augen und Ohren

Gute Nacht  
öffnet des Geistes Pforte - Immersein

Gute Nacht  
taucht ein die Seele im Liebesmeer  
+

Gute Nacht  
ruft zurück mit  
dem Engel der Zeit,  
des Geistes Kind

Gute Nacht  
es wachen die Engel -  
es heilen die Nornen  
die Formen - den Geist,  
der Verirrung heißt

Gute Nacht  
Erholung für  
das Erdenkind

Gute Nacht  
webt Seelensein  
in Lebenwogen ein

Gute Nacht  
Einssein im Götterklang

Gute Nacht  
ausruhen und erfrischen  
Körper - Seele - Geist in LIEBE,  
Die uns alle geboren -  
Die EIN Wesen Ist, ICH BIN

+++

Liebe

ICH BIN  
liebe alle Wesen  
und schenke

Liebe als Leben

Liebe als Atem - Luft

Liebe als Licht - Feuer

Liebe als Klang - Ton

Liebe als Wasser

Liebe als Erde

Liebe als Gnade

Danke

Februar

Februarsonne  
feuert ihre stechenden  
Strahlen durchs All

der milde Wind  
lindert die heißen Lüfte,  
in denen ein Verweilen  
kaum möglich, mit  
kühlendem Hauch

ein Spaziergang  
hinter dem Haus führt mich  
an kleinen Gärten vorbei,  
durch die Wiesen

die Pflanzen recken sich,  
nach dem Darniederliegen  
im Winterfrost, nun dem  
Sonnenlicht entgegen

die Blüten der Bohnen  
sind dick und rund -  
der Salat wächst mit  
zartem, neuem Grün -  
der Knoblauch schüttelt  
die zusammengerollten,  
langen Blattstiele und  
die Erdbeeren haben schon  
frische, kleine Blätter

Durch die Erde dringen  
bereits die ersten jungen  
Blatttriebe der Gladiolen  
und Margeriten

An den Weidenbüschen  
hängen an blattlosen Zweigen  
lange, gelbe Kätzchen

Die Wiese, mit saftigem Gras,  
sieht hübsch aus in ihrem  
Frühlingskleid -

sie schmückt es mit den  
blauweißen Blüten des  
Schaumkrautes -  
in seinen Blütenkelchen  
trinkt eine Biene ihren Nektar -  
fliegt summend durch die Luft,  
immer dem Duft nach,  
schwebt von Blüte zu Blüte

eine einzelne Rispe,  
zart und stark, nehme ich  
mit ins Haus -  
sie sieht bezaubernd aus  
auf dem Schreibtisch, in der  
weißen, schön geformten  
Alabastervase  
+



Die Blumenelfe hat  
Ihre Seitenblütentriebe  
wie Umarmung anbietend,  
biegsam ausgebreitet

ihre Freude strahlt  
nun ins Prosazimmer -  
Inspiration spendend

Natur im Frühling  
streckt ihre Lebensarme  
aus dem Winterschlaf -

schenkt der Erde  
einen Neuen  
Jahreswundergarten



Spirit of the Night

+++

## Valentinstag

Am Morgen  
öffnen sich an den  
Aprikosenzweigen kleine,  
zartrose und weiße Knospen

Jubel im Herzen und  
ein Lächeln im Gesicht,  
für dieses Geschenk  
am heutigen Tag, der  
uns die Erinnerung  
an die Liebe bringt

Mögen wir erblühen  
im Leben wie die Blüten und  
mit Farbe, Duft, Klang  
die Liebe ausstreuen -  
unsere Schönheiten  
darbringen im Heute

der Frühling ist da -

Mögen wir  
fröhlich sein im Leben  
wie die Blüten und

mit der Sonne Lachen,  
mit der Vögel Singen und  
mit reisenden Wolken  
die Liebe ausstrahlen -

unsere Schönheiten schenken  
dem Heute

Mögen wir Liebe sein  
in der sind allen Wesen eins

+++

Abend

Freudvolles Herz -  
genießen die Ruhe

am abendblauen Himmelszelt  
sehen dunkelblaue Wolken,  
die mit dem Wind reisen in  
die Nacht, die Ferne

Die Amsel im noch  
blattlosen Baum singt  
ihr Nachtlied,  
das wunderbar ertönt

Dankgesang  
für einen Regentag  
in den ich einstimme -

Melodie,  
die neu erklingt und  
in die Weiten der Welten  
den Lobpreis Dessen trägt,  
der uns Leben schenkt

Einatmen die  
segenbringende Feuchte,  
den Geruch des Frühlings  
südlicher Erde

einatmen die  
Stille des Jetzt

einatmen den  
Frieden des Abends

Einatmen die  
Freiheit des Augenblicks

Bouna Notte -

Gute Nacht

+++

## Regentag

Ein Regenwolkenfeld  
über dem Land ergießt  
strömend sanftes Nass vom  
tristen, grau verhangenen Himmel  
und doch ist Licht,  
und doch singen die Vögel,  
und doch blühen die Blumen

das Licht der Regentropfen  
die in hellen, glockenreinen Perlen  
am Mimosenbaum hängen -  
uns so künden von der Sonne

mit ihrem Läuten im Wind  
erzählen sie von der Fruchtbarkeit,  
die der Regen für die Erde mitbringt

Welche Freude sie ausbreiten !

In der düsteren Welt  
eines Regentages  
erinnern sie uns an

Lebenswasser und  
Lebenslicht das immer ist -

das hindurchscheint durch  
die trüben Nebel und  
nicht gefangen werden kann  
sondern

frei strahlt in  
Kosmos, All, Galaxien -  
alles durchdringend und  
mit Leben erfüllend

Dankesstrahlen  
im Herzen -

Echo der Liebe des Lebens

+++

## Frühlingsmorgen

In der Morgenfrühe  
schlüpfen die Strahlen der Sonne  
durch die Täler des Landes

golden leuchten  
die Spitzen der Pinienbäume,  
schimmern auf zwischen  
dem Dunkel des Haines, der  
friedvoll auf dem Hügel trohnt

wundervolles Lichtspiel  
an einem Märzorgen

das Tal  
gefüllt mit Nebeln und  
die Berspitzen -  
schwimmende Inseln im Nebelmeer

der Tau  
der Nacht liegt glänzend  
auf der Erde, den Steinen,  
dem Gras, der Hecke

sanft läutet der Wind  
die silbrig glitzernden  
Nachtropfen der Tauwiese

Der Stille  
singendes Lebensmeer  
wogt durch Universen

Im Rhythmus  
der Gezeiten leben wir  
in einem Ozean voller Liebe,  
auf einer Insel im All  
wie die Bergeshügel im Nebel

der Himmelsstern Erde -  
strahlend schön im  
Licht der Sonne

Frühlingsmorgen

Danke

## Mimosen

Im Mimosenbaum  
am Morgen schüttelt der Wind  
tropfenden Nachttau

Im Mimosenbaum  
am Tag strahlt die Sonne  
die zitronengelben, kleinen,  
puscheligen Kugelblüten an,  
die wie Weinreben dick und füllig  
an den Zweigen hängen

Im Mimosenbaum  
am Mittag verströmt die Sonnenwärme  
mit dem Wind den feinen Duft  
seiner Blütenpollen

Im Mimosenbaum  
am Abend läßt der Laternenschein  
jede Blütenrebe leuchten in  
strahlender Schönheit im  
Dunkel des Nacht

Mimosenblüten  
auf der Erde  
und

Sterne  
am Himmel

singen  
vom Leben der Welt -

klingendes Sein

Danke

März

Duft, Duft  
für des Atems Luft

Blüten, Blüten  
für das Neue Leben

Fülle, Fülle  
für des Geistes Hülle

Farbe, Farbe  
Schmuck der Natur

Liebe, Liebe  
Einheit der Wiege

Im Hauch des Windes  
blütenduftend getränkte  
Atemtropfen

im Grün der Wiesen  
goldgelb strahlende  
Löwenzahnsterne

im blühenden Rosmarienbusch  
nektarsammelnde, summende  
Bienen

im hügeligen Tal  
knospende, zartfarbene  
Obstbäume

im Pinienwald  
schimmernde, seidenweiche  
Tannenspitzen

+

Im warmen Boden  
emsig krabbelnde  
Käfer

im weiten Himmelsmeer  
tanzende, liebeswerbende  
Falter

im großen Feld  
spielend hoppelnde  
Hasen

im steinigen Berg  
stutzt der Winzer/die Winzerin  
die Weinstöcke

im sonnigen Land  
schneidert die Bäuerin/der Bauer  
ein neues Röckchen den  
Olivenbäumen

Im kugelrunden Bauch  
wachsen die Jungen der  
Katze

im kunstvollen Nest  
sitzen ausbrütende  
Vogelkinder

im hellen Laternenschein  
echolotende, futtersuchende  
Fledermäuse

im März webt die Natur

Neue, wundervolle Welten

Danke



Ton

Hörst Du den Ton  
der ohne Laut,  
atmend Dich bewegt ?

hörst Du den Laut  
der stimmlos in Dir waltend,  
Liebeswelten zeugt ?

hörst Du die Stille,  
der endlosen Leere  
Schöpfung in Dir ?

hörst Du das Licht,  
Spektrum der Nacht,  
das heilend in Dir wacht ?

hörst Du der Dunkelheit  
wogendes Meer,  
Urgrund Deines Seins ?

hörst Du der Ewigkeit  
rauschende Fülle  
die manifestierend Dich schuf ?

Hörst Du des Lebens  
friedvollen Klang,  
der bergend Dich wiegt ?

hörst Du des Herzens  
pochenden Frieden  
der segnend Dich trägt ?

Hörst Du der Seele  
Diamantenes Schwingen  
das freudig Dich erhält ?

hörst Du das Nichts  
das reflektierend  
Dich erwartet ?

Hörst Du  
des Geistes Wesenseinheit  
ICH BIN DU

ohne Spur -

absolutes SEIN

+

## Licht

Siehst Du das Licht  
das ohne Glanz  
atmend Dich bewegt ?

siehst Du den Glanz  
der farblos in Dir waltend  
Liebeswelten zeugt

siehst Du die Stille  
der endlosen Leere  
Schöpfung in Dir ?

siehst Du den Ton  
Spektrum der Nacht,  
das heilend in Dir wacht ?

siehst Du der Dunkelheit  
wogendes Meer,  
Urgrund Deines Seins ?

siehst Du der Ewigkeit  
rauschende Fülle  
die manifestierend Dich schuf ?

Siehst Du des Lebens  
friedvollen Klang  
der bergend Dich wiegt ?

siehst Du Du des Herzens  
pochenden Frieden  
der segnend Dich trägt ?

siehst Du der Seele  
Diamantenes Schwingen  
das freudig Dich erhält ?

siehst Du das Nichts  
das reflektierend  
Dich erwartet ?

siehst Du  
des Geistes Wesenseinheit  
ICH BIN DU

ohne Spur -

absolutes SEIN

Danke