

Liebevoll leicht

Ich werd ganz still,
spür das ich's will.
Besieg den Lärm in meinem Geist.
Schon bald spür ich was Frieden heißt.

Die Sinne weit
für Achtsamkeit
ich fließe in den Raum der zwischen mir und in mir.

Ruhig, liebevoll ruhig.
Mein Geist ist still und voll der Liebe.
Leicht, liebevoll leicht
mein Geist ist still und voll der Liebe.

Bewusst im Jetzt,
nicht mehr gehetzt
alle Teile werden eins
mein Leben ist nun wieder meins

Die Sinne weit
für Achtsamkeit
ich fließe in den Raum der zwischen mir und in mir.

Ruhig, liebevoll ruhig
mein Geist ist still und voll der Liebe.
Leicht, liebevoll leicht
mein Geist ist still und voll der Liebe.