

AUF DEM WEG

SETZ DICH AUF EINE BANK AM WEGESRAND,
LEG DICH AUF EINSAME WIESE,
MACH ES DIR AUF EINEM FELSEN BEQUEM
UND GENIESSE EINFACH DIE STILLE,
NUTZE DIE ZEIT ÜBER DINGE NACHZUDENKEN,
DIE DIR WICHTIG SIND,
ODER VERHARRE IN DER SÜSSE DER GEDANKENLOSIGKEIT,
GENIESSE EINFACH NUR DEN MOMENT,
GANZ WEIT ENTFERNT VON SORGEN, AUFGABEN UND PROBLEMEN,
BEWUNDERE DIE ERHABENHEIT DER NATUR UND DER BERGE,
HALLTE KURZ INNE UND SCHLIESSE DIE AUGEN,
DANN HAST DU DAS WAS DU SO OFT VERMISST,
ERBLICKE WÄLDER UND IHRE TIEFEN,
PACK DIE GEMEINHEITEN DES ÄLTERWERDENS
HINTEN IN DEINEN RUCKSACK,
UND SEI DIR DER SCHÖNHEIT DES LEBENS BEWUSST,
SEI WACH UND NEUGIERIG,
ERFREUE DICH AN SCHEINBAR UNENDLICHEN FELDERN,
ALS GEBE ES KEIN ANFANG UND KEINE ENDE,
STÖRE DICH NICHT AN DER EIGENEN VERGÄNGLICHKEIT,
DENKE AN MAJESTÄTISCHE BERGLANDSCHAFTEN,
SO WUNDERBAR HOCH UND WEIT,
LASS DEINE SEELE EINFACH BAUMELN,
AUCH WENN DIE BEINE MANCHMAL TAUMELN,
TANKE ENTSPANNUNG UND ENTSCHEUNIGE DEN TAG,
DENN WER NUR HETZT UND NICHT VERWEILT,
WER NICHT DIE FREIHEIT UND DEN GENUSS TEILT,
DER WEISS AM ENDE GAR NICHT MEHR,
WIE SCHÖN DER WEG WAR WENN AUCH SCHWER,
SPÜRE DIE TIEFE DANKBARKEIT,
DANN ÜBERSTEHST DU AUCH DAS EINE ODER ANDERE LEID,
BEIM WANDERN BIST DU EINS MIT DER NATUR,
MAN SPÜRT DIE SONNE UND DEN REGEN GANZ PUR,
BESINNT SICH AUF DIE WICHTIGEN SACHEN,
VERGISS DABEI NICHT AUCH MAL HERZLICH ZU LACHEN,
DANN FÄLLT DIR AUF, WIE WENIG GEPÄCK MAN DOCH BRAUCHT,
LASSE ÜBERFLÜSSIGES EINFACH ZURÜCK,
DANN HAST DU NICHT SO VIEL AUF DEINEN SCHULTERN ZU LASTEN,
SO BLEIBST DU AGIL, LEICHTFÜSSIG UND FOKUSSIERT,
KANNST DICH AN NEUE ABENTEUER RAN TASTEN,
WIR GEBEN DIR DIESEN BAUM,
DENN ER SCHENKT DIR GEDANKLICHEN RAUM,
ER VERBINDET HIMMEL, ERDE UND ZEIT,
VERWAHRT SCHÖNE ERINNERUNGEN
UND SCHLUCKT STILL DAS LEID,
GIBT KRAFT, ORIENTIERUNG UND AUCH HALT,
ER WANDELT SICH,
UND BLEIBT DOCH IMMER DER GLEICHE,
AM WEGESRAND GANZ UNBEIRRT,

STEHT ER STARK UND SPENDET **S**CHATTEN,
DURCH SEINE **B**LÄTTER FLUTET DAS **L**ICHT,
UND WÄRMT DEIN **H**ERZ UND **D**EIN **G**ESICHT.