



Kennst du das?

Kennst du das?

Brüche scheinen manchmal kaum reparierbar
Zweifel, Angst und Trauer überschatten das Leben

Kennst du das?

Ich darf nach vorne schauen,
meinen Blickpunkt wechseln und mutig leben

Kennst du das?

Denk mal darüber nach

Kennst du das Gefühl, ein Stück von dir ist weggebrochen

Kennst du das?

Wenn du dich nicht mehr ganz fühlst

Kennst du das?

Wenn etwas wunderbar Wertvolles wegbricht,
das klingt nach "geht gar nicht", nach "ungeheuerlich",
nach "Schmerz und Leid"

Kennst du das?

Wenn alles, was du in den letzten Jahren erreicht hast,
auf einmal wegzubrechen droht

Kennst du das?

Wenn aus einem Standpunkt ein Chaospunkt wird

Kennst du das?

Dann braucht es einen Wendepunkt.

Kennst du das?

Brüche hinterlassen Seelennarben,
jedoch kannst du sie vergolden
und sie dadurch intensiver, schöner,
stärker und bewusster weiterentwickeln.

Die Brüche deines Lebens sind Gold wert–

fällt dir ein, dass du dein Leben selbst gestalten darfst?

Dass du die Bruchstücke aufsammeln und neu zusammenfügen kannst,
mit Wertschätzung, Achtsamkeit, Kreativität und Mut,
zauberhafte Fähigkeiten, die wertvoll sind.

Ich habe vieles überstanden,

es hat mich Zeit und Mühe gekostet,

mich neu zu finden und zu formen,

aber genau das macht mich aus,

ich bin einzigartig

und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,

der uns beschützt und der uns hilft zu leben.

Ein Bruch in der Seele

– ich versuch's –

zu viel weggebrochen

– ich versuch's mutig,

ich entscheide, wann der Zeitpunkt ist

Aufbruch, Wendepunkt, Anfangspunkt

– ich mach's, ich kann darauf vertrauen,

da ist eine Hand, da ist ein Riss in allem,

so kommt das Licht herein.

Ich glaube an meine Kraft.

Ich weiß von meinem Lichtpunkt

und ich werde ihn finden.

© Hospizverein Bamberg e.V. Text Kathrin Distler / Christine Freise-Wonka / Silke Kastner

<https://www.youtube.com/watch?v=8bYMMcQ36N0> – dieser Text gesprochen von Konstantin Wecker