



## **Stille**

Stille ist die Präsenz der Sinne und gleichzeitig die Abwesenheit der bewussten Wahrnehmung.

Ich rieche den Wind.

Ich schmecke die Sonne.

Ich sehe das Flimmern der Berge im Hintergrund.

Ich höre den Puls der Natur um mich herum und gleichzeitig den Pulsschlag in meinem Blut.

Ich fühle mich eins, mit allem verbunden, verliere mich in der Stille, um mich zu finden.

Hinter all dem Lärm ist Ruhe.

In diesen Momenten bin ich wirklich glücklich.

Ganz tief in mir entsteht die Ahnung der Unendlichkeit.

Die Stille singt mir ihr ewiges Lied und ich bin's zufrieden, eine Note zu sein.

Ike Sprenger 2020