

## } TROST {

ICH BIN DER ENGEL DES TROSTES. ICH STEHE HINTER DIR UND LEGE MEINE LINKE HAND SACHTE AUF DEINEN SCHEITEL, MEINE RECHTE AUF DEINE SCHULTER. NIMM WAHR, WAS SICH ZEIGT. ICH BIN DER ENGEL DES TROSTES.

DIE TRAUER, DIE ANGST, DIE EINSAMKEIT, SIE HABEN IHRE DUNKLEN MÄNTEL ÜBER DEINE FREUDE GELEGT. DEIN HERZ IST SCHWER UND DER SCHATTEN WÄCHST MIT JEDEM GEDANKEN DER SEELE. DER FLUSS DEINES ATEMS VERSIEGT ALLMÄHLICH...UND STOCKEND WEINT DEIN HERZ. HALTE INNE UND ATME.

HALTE INNE, NIMM ALL DEINEN MUT ZUSAMMEN UND LEGE DEIN SEELENOHR SACHTE AUF DIE WUNDE. DANN LAUSCHE, ATME UND LAUSCHE. LAUSCHE UND ATME. UND WENN SICH DIE ANGST UND DIE TRAUER REGEN, SIE SICH IN DIR AUSBREITEN, ATME UND LAUSCHE LAUSCHE UND ATME. LADE SIE EIN ZU DIR, DIE TRAUER, DIE ANGST UND DIE EINSAMKEIT, HEISSE SIE WILLKOMMEN IN DIR, SIE SIND BOTEN DEINER SELBST, SIE SIND BOTEN ANDERER SEELEN. GIB IHNEN HERBERGE IN DEINEM HERZEN, LASSE SIE, LASSE SIE SEIN, LASSE SIE EINFACH SO SEIN WIE SIE SIND UND FÜHLE SIE. LAUSCHE, ATME, FÜHLE. FÜHLE, DURCHFÜHLE SIE, DIE TRAUER, DURCHFÜHLE SIE DIE ANGST, DIE EINSAMKEIT, ATME, FÜHLE. FÜHLE SIE DURCH UND DURCH.

IM RAUM DEINES LAUSCHENS, IN DER VOLL ERFÜHLTEN TRAUER, IN DER GANZ UND GAR GEFÜHLTEN ANGST, WIRD ES WEIT, IMMER WEITER UND HELLER. DIE TRAUER UND DIE EINSAMKEIT KÖNNEN SICH AUSBREITEN. SIE VERLIEREN IHRE SCHWERE UND WERDEN LEICHTER, DEINE ANGST WIRD WEIT, ATME UND LAUSCHE, LAUSCHE UND ATME HINEIN IN DIE WEITE. DEIN ATEM, DEIN LAUSCHEN TRAGEN DICH. SIE TRAGEN DICH HIN ZU EINEM SANFTEN KLANG. ES SIND DIE SACHTEN WORTE MEINES TROSTES. GANZ FEIN KLINGEN MEINE HEILENDEN WORTE IN DIR UND IN IHNEN KANN DEIN NEUER FRIEDE KEIMEN, GANZ ZART.

DER LICHTKEIM IN DEINEM HERZEN WÄCHST. ER WÄRMT DEN SEELENRAUM. DER FRIEDE ERBLÜHT, UND SEIN BLÜHEN DUFTET NACH SÜSSEM TROST, NACH DEM SÜSSEN TROST DER LIEBE DEINER SEELE. DIE LIEBE DEINER SEELE SICKERT ALS SÜSSER TROST ZART IN DIE RESTE DEINER TRAUER, SICKERT ZART IN ALLE SCHATTEN DEINER EINSAMKEIT, IN DIE SCHATTEN DEINER ANGST.

ALLE SCHATTEN WERDEN NUN VON INNEN MIT DEM WARMEM LICHT DER LIEBE DEINER SEELE DURCHDRUNGEN. ATME UND LAUSCHE. LASSE SEIN, LASSE HEILUNG SEIN. LASSE DIE HEILUNG IM SEIN. HEILUNG IST, JETZT. ALLES LÖST SICH UND DAS BITTERE WIRD SÜSS.

ICH BIN DER ENGEL DES TROSTES,  
ICH BIN MITTEN IN DEINEM HERZEN.  
DU BIST, ICH BIN, DU BIST.

ALLES IST GUT IN DER GNADE DIESES AUGENBLICKS, ALLES IST GUT!