

AM MEER

Impulse zum Entspannen

Birgit Nolte

Hinter den Dünen ...

duftet der Wind nach Frühling und wildem Flieder.

Lang ausgestreckt im Sand
hole ich mir die Sonnenstrahlen vom Himmel
und schicke sie auf eine wohlig-warme Reise
durch meinen Körper.

Am Meer ...

segeln meine Gedanken
mit den Möwen

und werden zu
Flugkünstlern.

Komm ...

wir gehen ans Meer.

Dorthin, wo die Dünengräser für uns tanzen.
Wo der Sand golden leuchtet.

Und alles möglich
zu sein scheint,
weil es leicht wird.