



## Aus meiner Quelle

### Freude in meinem Herzen

Freude in meinem Herzen,  
wo bist du?

Ich spüre dich nicht, wenn ich mich gräme,  
wenn ich mich gefangen nehmen lasse von meinen Sorgen.

Freude in meinem Herzen,  
wo bist du?

Ich kann dich nicht fühlen, wenn ich mich festhalte an dem,  
was nicht zu „laufen“ scheint in meinem Leben.

Freude in meinem Herzen,  
wo bist du?

Tief versteckt unter Bergen von Ballast, altem Ballast,  
den es nun zu sichten gilt.

Zeige dich Ballast, zeige dich deutlich,  
dass ich mich endlich befreien kann,  
dass ich endlich frei werden kann  
und ich selber werden kann,

frei von Ballast, frei von Altem, dessen Zeit schon längst vorbei ist.

Freude in meinem Herzen,  
werde frei, ja, werde frei.

Lass mich dich spüren, mich von dir tragen,  
mich von dir erfüllen in meinem Sein.

Oh lass mich dich fühlen, ohne Beschränkung,  
lasse mich jauchzen, jubeln, mich freuen  
über das Leben, über jeden Moment.

Lasse mich meine Lebendigkeit spüren,  
sie dankbar in jeder Zelle erspüren,  
dankbar allem entgegensehen, was das Leben mir jeden Tag bringt.

Oh lasse mich endlich genießen können,  
was das Leben mir jeden Tag schenkt.

Freude in mir, ich danke dir, dass du dich immer wieder zeigst,  
dass du mir Mut machst, mich daran erinnerst, was das Leben auch sein kann:

Freude und Lachen, stilles Genießen,  
überschwängliches Danken für jeden Moment.

Freude in mir, ich danke dir, dass du dich immer wieder zeigst.

Freude in mir, ich danke dir, dass ich dich fühlen kann,  
immer wieder, immer neu,

mit jeder Faser meines wundervollen Seins.