



„Du bist Dein Freund“

## Du bist Dein Freund

*Im Fluss des augenblicklichen Seins*

Tief  
in mir drinnen  
lebt ein Freund,  
ein Freund,  
der mich  
von innigstem  
Herzen liebt,  
anerkennt und  
hinter mir steht.  
Dieser Freund,  
das bin ich.  
Ich bin  
mein Freund.  
Und auf dem Weg  
durch dieses Leben  
bin ich  
immer bei mir.  
Begleite mich  
bergauf, bergab,  
durch Tag  
und Nacht.  
Immer  
bin ich  
mein Freund,  
wenn ich  
es will  
und wenn ich  
zu mir  
stehen will.  
Der wichtigste Freund  
in dem Leben  
eines Menschen

bist Du selber.  
Du, Dein Freund!  
Du kannst suchen  
überall auf  
dieser Welt  
nach Freunden  
und findest Du,  
findest Du Sie,  
findest Du welche,  
findest Du  
erst einmal Dich!  
Du!  
Weil Du  
bist Dein  
wichtigster Freund.  
Und hast Du  
Dich gefunden,  
dann findest Du  
andere Freunde.  
Aber sie sind  
nicht wie Du  
als Freund,  
vergleichbar.  
Freunde  
wichtig auch,  
Freunde  
wichtig auch!  
Aber,  
so lange  
Du Dich  
nicht gefunden  
hast als Freund,  
wirst Du  
keinen anderen  
wirklichen Freund  
finden.

Weil Du  
bist im Grunde  
genommen allein  
ohne Dich, allein.  
Und suchst  
die Antwort und  
suchst Dich  
in einem anderen  
und dort  
kannst Du Dich  
nicht finden.  
Nie.  
Niemals  
findest Du Dich  
in einem anderen.  
Nur in Dir  
kannst Du Dich  
finden.  
In Dir.  
In Dir.  
Tief in Dir.  
Das bist Du.  
Dort bist Du.  
Der bist Du.  
Dort bist  
Du zu Haus.  
Dort findest  
Du Dich.  
Dort begegnest  
Du Dir.  
Dort bist  
Du Dein Freund.  
Und wenn Du das  
verstanden und  
begriffen hast,  
und wenn Du das

zu leben beginnst,  
dann beginnt  
Dein Leben  
in Freundschaft  
mit Dir  
auf dieser Welt.  
Und Du wirst  
viele, viele,  
viele Freunde  
finden.  
Gewiss!

Frankfurt, Orange Beach, 09.05.15, nachmittags