

**Ich spüre in mir eine Kraft,  
die neues Leben ermöglicht.**

**Deshalb  
will ich mich aufmachen:  
zurücklassen,  
was mich hindert;  
weglegen,  
was mich stört;  
erkennen,  
was mich ablenkt;  
ablehnen,  
was mich verleitet;  
zerstören,  
was mich gefangen hält.**

**Ich will aufbrechen,  
mir Zeit nehmen,  
mich wahrnehmen,  
meiner Sehnsucht mehr vertrauen  
als den Stimmen, die vorschreiben,  
wie Leben eigentlich sein müsste.**

**Ich will mich entdecken.**

**Max Feigenwinter**