

us herum angesammelt haben. Auch diese Übung
ann man singen:

rafting In, Breathing Out



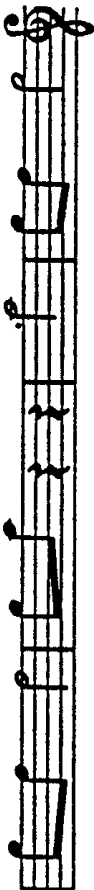
Breath-ing In, breath-ing out. Breath-ing In, breath-ing



out. I am bloom-ing as a flow-er. I am fresh as the



dew. I am sol-id as a moun-tain. I am firm as the



earth. I am free. Breath-ing In, breath-ing



out. Breath-ing In, breath-ing out. I am wa-ter re-



flect-ing what is real, what is true, and I



feel there is space deep in - side of



me. I am free, I am free, I am free.

Ich atme ein, ich atme aus

Ich atme ein, ich atme aus.

Ich atme ein, ich atme aus.

Und ich blühe wie die Blume.

Ich bin frisch wie der Tau.

Ruhig und stark wie die Berge,

Wie die Erde so fest.

Ich bin frei.

Ich atme ein, ich atme aus.

Ich atme ein, ich atme aus.

Ich bin Wasser, das spiegelt,

Was wirklich ist und wahr.

Und ganz tief in meinem Innern,

fühl' ich weiten, weiten Raum.

Ich bin frei.

Ich bin frei.

Ich bin frei.