

## **Wandlung**

*Wenn wir einmal etwas von der Wandlung,  
die durch Üben geschieht,  
zu spüren bekommen,  
dann sind wir immer überrascht.*

*Denn die Wandlung selbst bemerken wir kaum.  
Sie geschieht in tiefsten Schichten unserer Seele,  
unabhängig davon, ob wir uns beim Üben  
gut oder nicht gut fühlen. .*

*Darum ist es nicht so wichtig,  
wie es uns heute beim Üben geht.  
Wichtig ist, dass wir dranbleiben.*

**Silvia Ostertag**