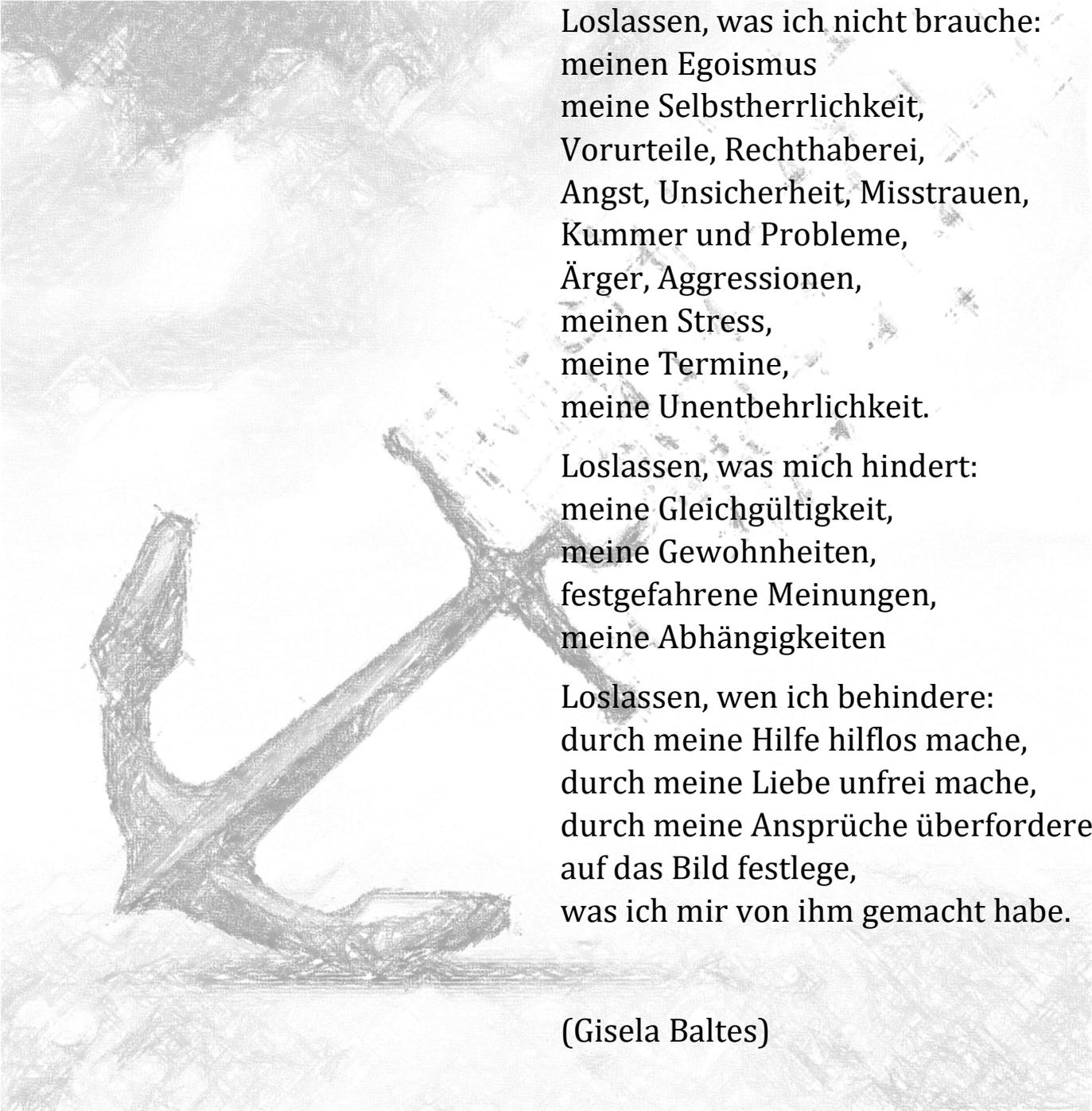


# Loslassen

14

A pencil sketch of an anchor, rendered in a textured, charcoal-like style. The anchor is positioned on the left side of the page, with its shank extending towards the center. The background is filled with fine, cross-hatched lines, creating a sense of depth and texture. The overall tone is monochromatic and artistic.

Loslassen, was ich nicht brauche:  
meinen Egoismus  
meine Selbstherrlichkeit,  
Vorurteile, Rechthaberei,  
Angst, Unsicherheit, Misstrauen,  
Kummer und Probleme,  
Ärger, Aggressionen,  
meinen Stress,  
meine Termine,  
meine Unentbehrlichkeit.

Loslassen, was mich hindert:  
meine Gleichgültigkeit,  
meine Gewohnheiten,  
festgefahrene Meinungen,  
meine Abhängigkeiten

Loslassen, wen ich behindere:  
durch meine Hilfe hilflos mache,  
durch meine Liebe unfrei mache,  
durch meine Ansprüche überfordere,  
auf das Bild festlege,  
was ich mir von ihm gemacht habe.

(Gisela Baltes)