

# Seiltanz

Ein Seil aus Draht. Stabil. Gerade.  
Richtung klar.  
Vorwärts geht es Schritt für Schritt,  
Tritt um Tritt.

Anfangs ist man dir behilflich.  
Hält dir die Hand.  
Begleitet dich dort Schritt für Schritt,  
Tritt um Tritt.

Doch dann brauchst du dein eignes Tempo.  
Suchst Balance.  
Ruhig, beharrlich, Tritt um Tritt.  
Schritt für Schritt.

Die anderen sind dir zu schnell.  
Du gehst allein.  
Tastest vorwärts Tritt um Tritt.  
Schritt für Schritt.

Regen, Kälte, Schnee und Wind  
lassen zittern,  
zerren an dir Schritt für Schritt,  
Tritt um Tritt.

Sonne, Wärme schmeicheln dir,  
geben Kraft.  
Du tanzt nach vorn mit leichtem Schritt,  
Tritt um Tritt.

Mal wird der Abgrund richtig tief,  
ängstigt dich.  
Doch du gehst weiter Tritt um Tritt.  
Schritt für Schritt.



Hast du den Abgrund überwunden,  
fühlst du dich leicht.  
Gehst federnd und mit leichtem Schritt,  
Tritt um Tritt.

Doch manchmal schaukelt wer am Seil,  
nimmt dir Balance.  
Lässt dich stolpern jeden Schritt,  
Tritt um Tritt.

Manche möchten helfen schnell,  
greifen dich  
und bringen dich so aus dem Tritt  
Schritt für Schritt.

Balance musst du alleine suchen,  
kennst dein Seil.  
Brauchst Freiraum für den nächsten Schritt.  
Tritt um Tritt.

Wenn du Glück hast, hält dir jemand  
stramm dein Seil.  
Dann läuft sich's leichter Schritt für Schritt,  
Tritt um Tritt.

In der Mitte ändert sich's,  
'rauf folgt auf 'runter.  
Setz noch bedachter jeden Schritt.  
Tritt um Tritt.

Mal sind da Schmerzen, Müdigkeit  
behindert dich.  
Nun fällt dir schwer ein jeder Schritt,  
Tritt um Tritt.

Dann solltest du viel kürzer treten.  
Zurück geht nicht.  
Warte mit dem nächsten Tritt!  
Schritt für Schritt!

Lass dir nicht sagen, du bist schlecht,  
nicht schnell genug.  
Nur du kennst deinen eignen Schritt,  
Tritt um Tritt.

Auf welchem Seil du laufen darfst,  
bestimmst nicht du.  
Es variiert die Kraft pro Schritt,  
Tritt um Tritt.

Gab man dir ein dickes Seil,  
hast du's leicht.  
Kommst schnell voran mit leichtem Schritt,  
Tritt um Tritt.



Hast du ein ganz dünnes Seil,  
kommst langsam weiter.  
Brauchst viel mehr Kraft für jeden Schritt,  
Tritt um Tritt.

Dann treibt dich irgendjemand an:  
sollst dich beeilen!  
Doch das führt zum Stolperschritt,  
Tritt um Tritt.

Ist die Balance dann komplett weg,  
fällst du.....  
Verfehlst das Seil mit jedem Schritt,  
Tritt um Tritt.

Wenn's mal so weit gekommen ist,  
ruf SOS!  
Lass dir helfen Schritt für Schritt,  
Tritt um Tritt.

Bist du dann wieder oben auf  
das Seil gelangt,  
kehr zurück zu DEINEM Schritt,  
Tritt um Tritt.

Dann lauf in deinem eignen Tempo,  
so gut es geht.  
Achtsam und mit ruhigem Schritt.  
Tritt um Tritt.

Du bist nicht auf dem Seil zum Rennen  
oder Hetzen.  
Tanzen sollst du jeden Schritt!  
Tritt um Tritt.

Schritt für Schritt.