

# Natur

aber nur

wenn sie harmlos ist

wenn sie nützlich ist

wenn sie ordentlich ist

wenn sie ästhetisch ist

wenn sie nicht im Weg ist

Wie ist es dazu gekommen?

Dass wir mit solchen Maßstäben Mensch und Natur verletzen

Denn sind wir mal ehrlich, dann hat sie so viel zu geben:

Hast du Sorgen

schau hinauf in die Wolken

Hast du Kummer

schau hinauf zu den Sternen

Bist du wütend

schau hinaus auf die Wellen

und schon gehts wieder besser mit diesem Leben

Nina Stern, 31

# *Lebensliebe*

Geliebte sein, lebendig fühlen. Bleiben dürfen und nicht müssen.  
Freude spüren. Das Glück küssen.  
Von Zärtlichkeiten verführen lassen.  
Berührungen dulden oder selbst veranlassen?  
Ist das das Leben? Ist das die Liebe?  
Ist das die Lebensliebe oder gar mein liebes Leben?  
Vom Liebesleben ganz zu schweigen.  
Das wäre viel zu gewagt.  
Denn da müsste ich mich zeigen.  
Zeigen und bezeugen, was in mir schlummert und gar steckt.  
Was ich bisher so gut versteckt.  
Das ist gewagt. Und ein großes Projekt.  
Doch ungewagt und ewig versteckt, untersage ich dem Leben mich zu lieben  
und mir selbst das Leben zu lieben.  
Drum wage ich den ersten Schritt hin zu mir selbst.  
Hin zu der, die ich bin.  
Hin zu dem lustvollen Wesen hier auf Erden, die die Freude der Liebe genießen  
darf.  
Die die Freude am Leben lieben darf.  
Denn ich beginne zu begreifen, während ich mehr und mehr reife, dass nur ich  
es bin, die es wagen kann mich selbst lebendig zu lieben und liebend zu leben.  
Ich bin die, die ich bin.  
Ich bin die, die ich sein will.  
Und ich bin die, die es kann.  
Du auch?  
Genieße deine Lebensliebe und dein Liebesleben.  
Dein Leben wartet darauf.

Anna Frei (49)

# Du

Du bist einfach  
Unbegreiflich schön  
Ich wiederhole mich  
In Worten die meinem Gefühl nicht einmal ansatzweise nahe kommen  
In Beschreibungen die dich nicht fassen können  
Ich durchwühle meinen Wortschatz  
Und werde nicht fündig

Du  
Du bist einfach  
Unglaublich liebenswert  
Ich verliere mich  
In dir und finde mich dort immer wieder

Du  
Du ahnst nicht  
Wie großartig du bist

Und ich?  
Ich werds dir sagen  
Immer wieder  
Ich werds dir zeigen  
Immer wieder

Dafür muss ich rein gar nichts tun  
Mein Part besteht darin  
Dich daran zu erinnern  
Und hinter dir zu stehen  
Hinter dir und all deinen wunderbaren Eigenschaften  
Und dich immer mal wieder  
Kurz herzuwinken  
Damit du ganz von selbst  
Wieder sehen kannst

Xenia Bauch, 28 Jahre (instagram: @xenia.lord)

# *Der Fußballgott*

Er schießt so flott,  
Der junge Fußballgott,  
Trifft stets das Tor,  
Bricht als Stürmer vor!

Der Jubel gilt ihm ungestüm,  
Die ganze Welt seinen Namen rühm,  
Noch ein Schuss, noch eine Flanke,  
Die Mitspieler sagen danke.

Die Mannschaft hat den Sieg in der Tasche,  
Nein, dass ist keine dumme Masche,  
Denn wenn das Team alles richtig macht,  
Man am Ende dann als Sieger lacht!

Ende.

Thomas Fix, 44 Jahre.

# Rezept für Leicht-ich-heut

Man nehme  
einen tiefen Atemzug,  
ein paar Schritte treppab,  
die Schwelle hinaus ins Licht,

zwei Hände voll Liebe,  
heilende Strahlen nach Belieben,  
eine Portion Vertrauen,

gewürzt  
mit einem Blick ins Grüne,

serviert  
in einem Netz aus leichtSinn,

vollendet  
mit reichlich Freude.

Kontakt:

Daniela Kollascheck (45)

[mail@daniela-kollascheck.de](mailto:mail@daniela-kollascheck.de)

[www.daniela-kollascheck.de](http://www.daniela-kollascheck.de)

Instagram: [@daniela\\_kollascheck](https://www.instagram.com/daniela_kollascheck)

*das*

das  
und das  
und das

da auch  
und das

hier das  
weiss ich

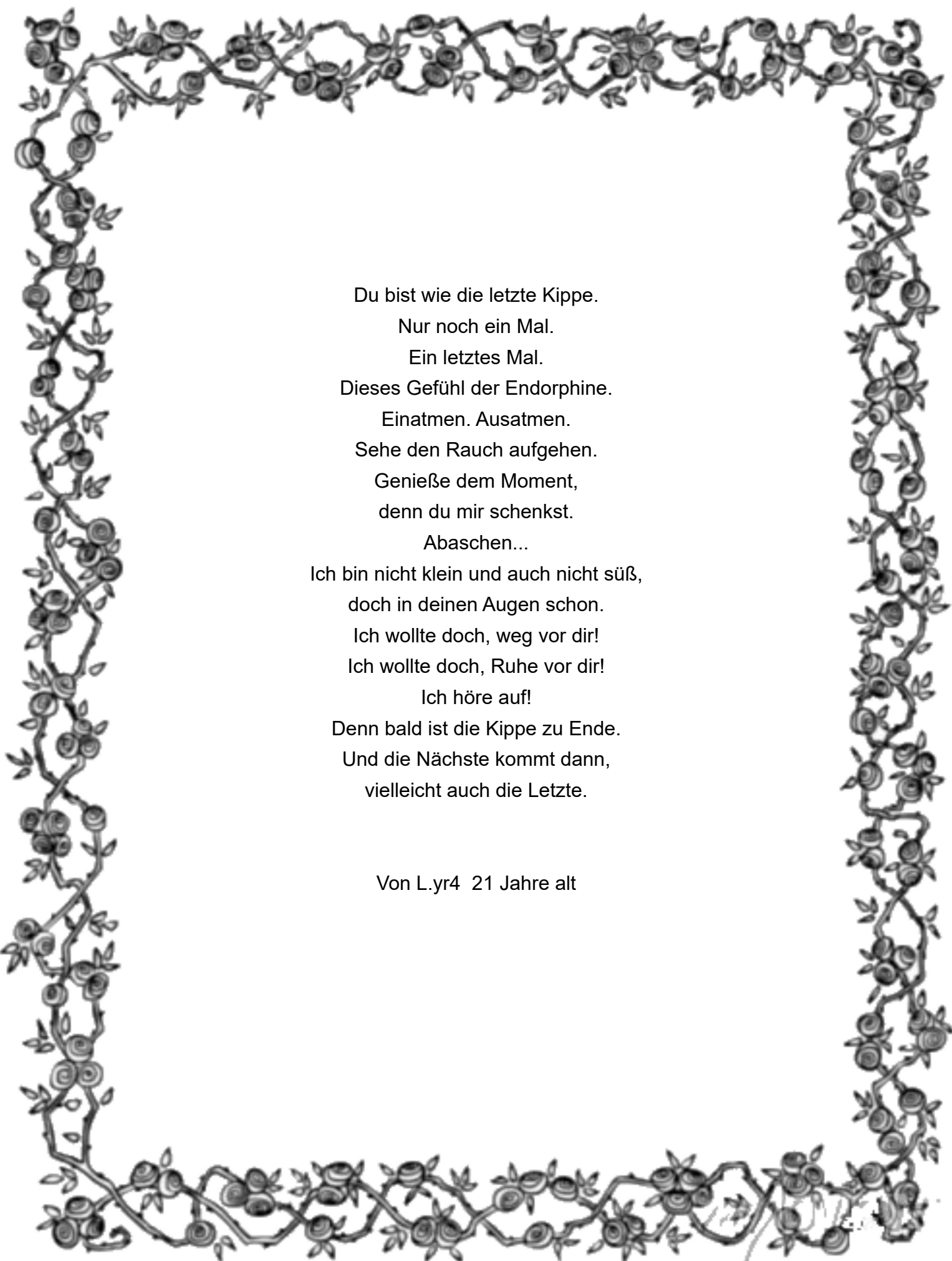
nicht aber  
das da

drüben das  
könnte das

sein lass  
uns das

mal ankucken

Autorenname:  
jott



Du bist wie die letzte Kippe.  
Nur noch ein Mal.  
Ein letztes Mal.  
Dieses Gefühl der Endorphine.  
Einatmen. Ausatmen.  
Sehe den Rauch aufgehen.  
Genieße dem Moment,  
denn du mir schenkst.  
Abaschen...

Ich bin nicht klein und auch nicht süß,  
doch in deinen Augen schon.  
Ich wollte doch, weg vor dir!  
Ich wollte doch, Ruhe vor dir!  
Ich höre auf!  
Denn bald ist die Kippe zu Ende.  
Und die Nächste kommt dann,  
vielleicht auch die Letzte.

Von L.yr4 21 Jahre alt

# Was Du willst

Dein Weg durchs Leben, mal leicht, mal schwer  
kommst an hier auf Erden, zutiefst geliebt  
Ohne, dass Leistung.. Ruhm nötig wär  
Lernst dann, Bedingung und Pflicht sind das Sieb

Gebunden und unfrei Dein Weg tut sich auf  
Entweder - Oder, schwarz oder weiß  
Mühe und Arbeit, das ist der Brauch  
Erschöpft, schwind'lig läufst Du im Kreis

Von Zeit zu Zeit streift Dich ein Gefühl  
So weich, so bunt, so glitzernd und warm  
So lieblich, so bitter, so feurig und kühl  
So herrlich verwirrend, ein glühender Charme

Und just in dem Moment, dem Einen,  
der Dich stellt vor die Wahl,  
wird klar, Du darfst dich entscheiden  
Für Fülle und Glück, beende die Qual!

Die Dürre und Kargheit, lass links liegen  
Geh Deinen Weg, folg Deiner Passion  
Vertrau Dir, lass Dich nicht verbiegen  
Gib hin Dich dem Pfad, gefühlvoll der Lohn

Roswitha Albrecht, 48 Jahre; Email: [74Rose@web.de](mailto:74Rose@web.de)



# Hopepunkt

Hoffnung der Gezeiten,  
Angstgetier.

Könntest Du Dich überlassen?  
Könntest Du hinausgehen,  
dahin, wo das Land nicht fest ist?

Trägt die Menschenkette,  
wenn der Faden dünn ist?

Falten wir das Boot richtig auf  
und setzen neue Segel,

müssen sie B U N T sein  
und Rettungsseile haben,

stark,

wie

LIEBE.

(Maria LuJo Hirschmann)

# *Blaues Sehnen*

Mit einem weißen Schiff  
Will ich wieder fahren  
Über blaues Wasser

Den Wind im Gesicht

Und Sehnsucht haben  
So ins Blaue hinein

Versinken in diesem Sehnen  
Und dann mich wiederfinden

In diesem Traum aus Türkis

Auf den Wellen schaukeln  
Mit einer Krone aus zartem Schaum  
Und goldig blitzendem Sommerglück.

Karen Eulitz

## *MIT ZU DIR, NUR MIT ZUM UFR*

Worte finden kaum Gehör.

Aus „Wir“ wird ich und Du  
daraus ein Ich und bleibt ein einsam.

Dem Leben fehlt Eigenregie.

Nicht ihr, nein, ich bin es  
viel mehr als ihr und nicht gemeinsam.

Hört zu, lest zwischen den Zeilen,  
schaut auf zu Schwachen, die lachen,  
lasst los, Kleinkram soll nichtig sein,  
seid da, wenn Fragen wichtig wird.

Blicke haben kaum Gewicht;  
ein Teil unserer Sprache,  
Ausdruck von so viel Ungesagtem.  
Verstand ist zum Verstehen  
anderer und deren Wege  
doch nicht zu urteilen über ihre Ziele.

Frag nach, wenn du nicht weiter weißt,  
gib zu, dass auch dich Tiefe umkreist,  
fang an Menschen zu beachten,  
freu dich, wenn andere lachen.

Fang an Menschen zu vertrauen,  
sei Du, denn darauf kannst du bauen.  
Lieb dich auch wenn's kein anderer tut,  
Trau dich all das zu tun, nur Mut!

Ramona Schulz, 23  
(aus dem Buch „HOME-Der Glaube an mich selbst“)

# *komm*

lass uns tanzen  
auf Wegen  
auf Wasser  
im Schmunzeln  
im Schmerz  
hier drinnen  
hier draußen  
komm

lass uns sprechen  
auf Wegen  
auf Wasser  
im Schmunzeln  
im Schmerz  
hier drinnen  
hier draußen  
komm

lass uns schweigen  
auf Wegen  
auf Wasser  
im Schmunzeln  
im Schmerz  
hier drinnen  
hier draußen  
komm

Sabine Schunk-Heller, 60 Jahre

# *Hinter Mohn*

Unweit habe ich geträumt,  
was hinter dem Mohn liegt,  
was mich belebt, Abenteuer,  
fern von hier.

Jederzeit habe ich gedacht,  
dass die Welt hier endet,  
nichts mehr weiter geht,  
alles stockt.

Damals habe ich gehofft,  
über die Felder zu fliehen,  
das Jetzt zu verlassen,  
mich dem Unbekannten hinzugeben.

Jetzt habe ich gewagt,  
bin durch den Mohn,  
über die Felder, fort gegangen,  
nun erlebe ich statt zu träumen.

Tim Tensfeld, 24 Jahre

# Was ist Freiheit?

Durchatmen können,  
genug Luft zum Atmen und  
ein Lächeln im Gesicht haben;  
mit einem guten Gefühl durchs Leben ziehen.

Die Wärme der Sonnenstrahlen  
erfüllt jede Zelle meines Körpers,  
vor allem jedoch mein Herz –  
in diesem Moment fühle ich mich frei.

Ich denke nicht an gestern,  
ich denke nicht an morgen –  
gerade zählt nur dieses Gefühl.

Was geschehen ist, ist geschehen,  
auf das, was kommt, habe ich nur wenig Einfluss –  
gerade zählt nur dieser Moment.

Doch nicht nur in Momenten wie diesem fühle ich mich frei –  
das Wetter ist nebensächlich,  
was um mich herum geschieht ebenfalls;  
nichts als die Empfindung ist entscheidend.

Zwar ist es nicht immer möglich,  
doch in diesem Moment fühle ich mich frei –  
und mich beschleicht das Gefühl:  
Je freier ich mich fühle,  
desto mehr glaube ich an mich selbst.

(Freiheit ist mein Lieblingsgefühl.)

Lenny Mika Bonk (25)  
Web: <https://lennymika.com>

Social Media: @iamlennymika  
Mail: [me@lennymika.com](mailto:me@lennymika.com)

# *Kleben*

Kleben einer kaputten Tasse oder einer kaputten Beziehung  
Einkleben von Briefmarken oder von Familienfotos  
Aufkleben von Maut-Vignetten oder Anti-Atomkraft-Stickern  
Ankleben von Werbetafeln oder von aufrührerischen Plakaten  
Bekleben von Schreibheften oder von Hauswänden  
Festkleben von Fliesen oder sich selbst auf einer Straße

Einlösen von Geld oder von Gewinnen  
Auflösen von Konten oder von Brausepulver  
Ablösen von Kleberesten oder von Vorstandsvorsitzenden  
Auslösen von Entführungsoptionen oder von Bomben  
Erlösen von Schmerzen oder von Sünde  
Loslösen von Beziehungen oder von einer Straße

In Kleben steckt Leben

Von Regina Thiele (57)