

# *Bagel Brothers*

Kaffeeduft erfüllt den Raum,  
komme ich durch die Tür umhüllt es mich schon.  
Blicke in freundliche Gesichter,  
motiviert und beschwingt ist das Gefühl in mir gleich lichter.

Kekse, Zimtschnecken und Küchlein,  
sortiert in der Auslage, verziert ganz fein.  
Mit Liebe gemacht bereichern sie den Tag,  
sodass es jedem ein Lächeln ins Gesicht zaubern mag.

Die Atmosphäre ruhig und gediegen,  
fühlt man sich heimisch, als müsse man dem Moment erliegen.  
Kommt man gerne zu diesem Ort,  
ein Café in dem ein Wohnzimmer lebt fort.

Fast jeder Wunsch wird erfüllt,  
bekannte Gesichter in ein leichtes Gespräch gehüllt.  
Ankommen, verweilen und wiederkommen die Devise,  
bleibt doch noch ein bisschen und genieße.

Ein Café mit Charme,  
vielleicht triffst du hier deinen Schwarm.  
Möglich macht es die Magie,  
komm' und probier' es aus Ma Chérie.

Jessica-Anna Lutz 32  
Mail: [Jess-Ann13@web.de](mailto:Jess-Ann13@web.de)

## *Effeuiller la marguerite*

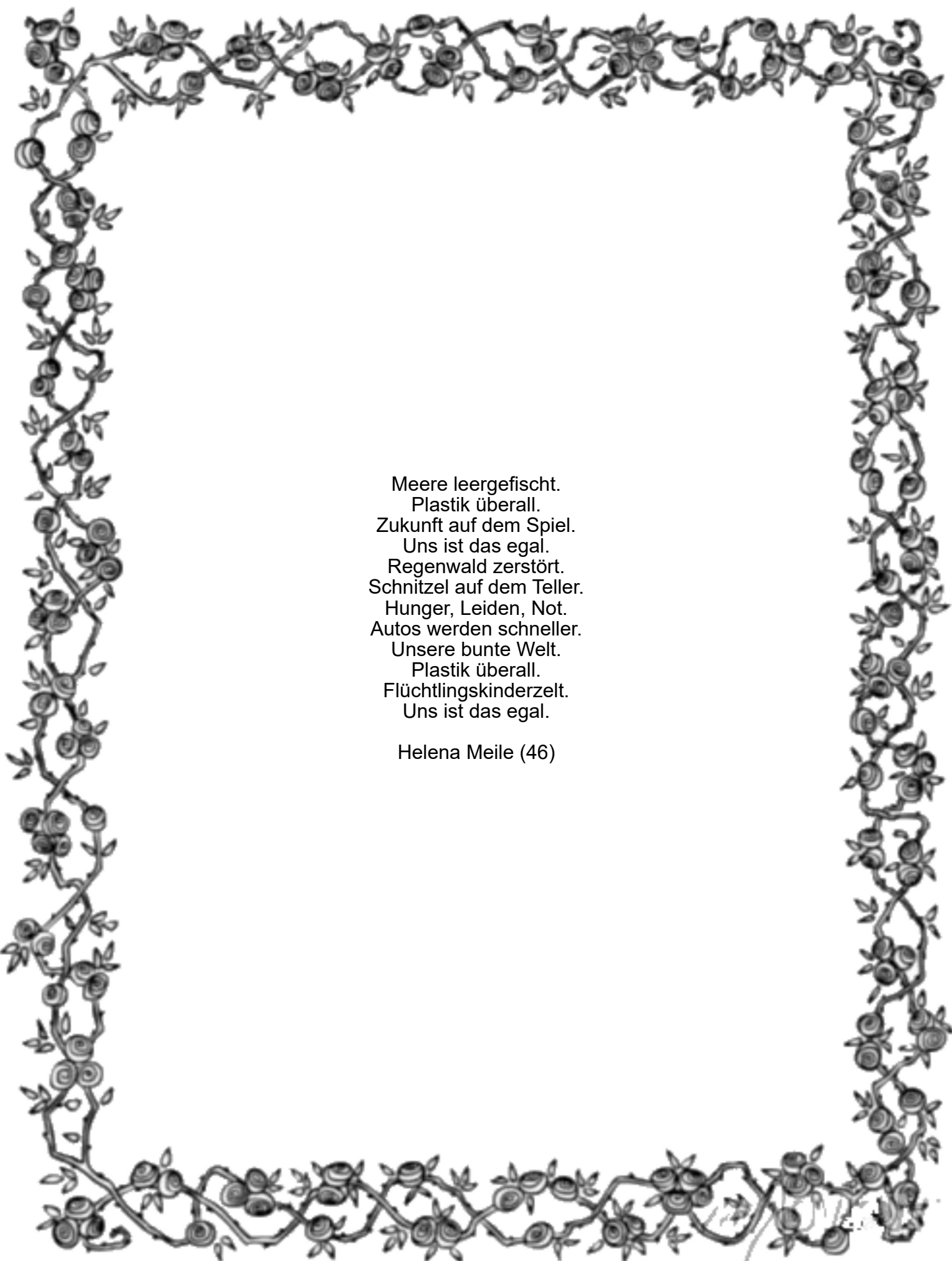
Die Blumen sind Schnitt  
Du wärmst mich, Strauß  
Ein ich laufe im Schritt  
Mein Tempo nach Haus

Kunst kann alles sein  
Auch sehnsüchtige Realität  
Weiblicher Sonnenschein  
Worte pflücken aus zu spät

Sag Ade, Vergänglichkeit  
Im Übergang aus Schneiden  
Nimm alle Blüten dieser Zeit  
Lass Schönheit nicht mehr leiden

Schenkst du Liebe, gebe ich zurück  
Blumen brauchen Wasser im brechen  
Ein Händchen für zerbrechliches Glück  
Ach, könnten Sträuße sprechen

Anke Meer, 41 Jahre  
[instagram.com/meeranke41](https://www.instagram.com/meeranke41)



Meere leergefischt.  
Plastik überall.  
Zukunft auf dem Spiel.  
Uns ist das egal.  
Regenwald zerstört.  
Schnitzel auf dem Teller.  
Hunger, Leiden, Not.  
Autos werden schneller.  
Unsere bunte Welt.  
Plastik überall.  
Flüchtlingskinderzelt.  
Uns ist das egal.

Helena Meile (46)

*Ich dachte du wärst nicht so! Ich dachte du wärst anders!*

Ach ja? Wie bin ich denn? Respektlos, Selbstverliebt, Faul? Eingebildet, Unanständig, Rebellisch? Oder aber auch Vorlaut, Eitel, Beherrschend, Großkotzend und Unberechenbar? Du denkst all das bin ich weil ich an einem Sonntag im Bett liege? An einem Tag den ich frei habe, an dem keine Termine anstehen und an dem ich nichts besseres zu tun habe?

Nein! Nein! Das bin ich nicht. Auch ich habe mir einen Tag verdient an dem ich nichts tue. Ich trage täglich schwere Lasten, muss Aufgaben erledigen, Lernen, Besser werden. Den Dreck anderer beseitigen, den Psychologen spielen für Leute mit geringsten Problemen. Tag für Tag jeden fragen ob es ihm Gut geht. Deren Probleme anhören und sie lösen. Ihnen gutes zusprechen. Es wird alles gut! Jeder geht mal durch schwere Zeiten. Nicht aufgeben ok.

Und mir dann anhören: Ja du hast es immer leicht. Du hast doch nie Kummer und Sorgen. Nein habe ich nicht? Und woher willst du das wissen? Hast du mich je gefragt ob es mir gut geht? Nein niemand jemals hat mich das gefragt. Denn nein mir geht es nicht gut. Ich bin fertig mit dieser Welt, mit diesem Leben, mit all den Lasten und Problemen die ich tragen muss. Jeden verfluchten einzelnen Tag kommen neue dazu und die größte von allen sind die Worte die aus deinem Mund kommen. Das kannst du besser. Das war nicht gut. Was kannst du eigentlich. Nur eine 4? Hast du etwa nicht genug gelernt? Streng dich mehr an. Stell dich nicht so an. Früher warst du nie so.

Nein war ich nicht, denn als Kind hat man solche Probleme nicht. Man erkennt sie nicht und begreift sie nicht. Man wird geschützt und behütet. Manche bekommen sogar Liebe. Aber das war schon immer zu viel verlangt.

Also Ja ich liege an einem Sonntag in meinem Bett und tue trotzdem etwas. Ich werde mit der Welt eins. Ich komme klar mit ihr. Ich werde mir meiner bewusst und kämpfe. Ich kämpfe jeden einzelnen Tag. Immer und immer wieder. Damit niemand nach meinem Tod sagen kann sie habe es nicht versucht, sie hatte nie gekämpft.

So wird es mir gestattet sein mir einen Tag dafür frei zu nehmen ohne mich rechtfertigen zu müssen.

Also ja ich liege an einem Sonntag im Bett und ich bin stolz darauf. Denn ich bin noch immer hier und ich lebe.

Julia Pfalz  
18 Jahre  
✉ [pfalzjule@gmail.com](mailto:pfalzjule@gmail.com)

## *Zeitenwende*

Verhärtet  
die Sprache,  
verhärtet  
das Denken,  
verhärtet  
die Standpunkte.

Wann  
beginnt der Beton  
in den Köpfen und Herzen  
zu bröckeln?

Helmuth Schöning, 74 Jahre

*„Lass deine Worte frei“ 2*  
*Zeitraum: 1-April - 30.Mai 2023*

Sonnenschön  
In einem Garten Sonnenschön  
Erwacht der alte Fliederbaum  
Reckt sich erholt nach Wintersschlaf  
Empor zum milden warmen Schein  
Hätt` zu erzählen dir sehr viel  
Aus dem vergangenem Zeitenlauf  
Erinnerungen, auch an Träume schwer  
Die ihn weckten gar aus süßem Schlummer auf  
Doch spürt er nun recht frohgemut  
Hier geborgen fein an seinem Platz  
Die Wiederkehr des weisen Daseinslaufs  
Den wahren Schatz  
Und besuchst du ihn im Frühjahr bald  
Umhüllt sein Duft dich zärtlich mit Momenten  
Die streicheln deine Seele sanft  
Befreien manch Verstandesgrenzen  
Lassen für einen Pulsschlag nur  
Die Zeit wie im Ewigen stille steh'n  
Um dich mit dir und allem hier  
Im Einssein zu verbinden

© Ingeborg Henrichs  
ingeborg.henrichs@arcor.de



## *Stärke und Hoffnung*

Wenn die Sonne wieder von Wolken verdeckt,  
sich dunkles Grau über den Horizont streckt,  
wenn von der Welt die Farbe verblasst,  
dann ruht auf dem Herzen schwere Last.

Von Kummer umgeben, die Seele ist,  
das Lachen fehlt und Freude vermisst.  
Wenn die Liebe leidet, obwohl man liebt,  
man zu Leben versucht und alles gibt.

Wenn Tränen nun die Macht gewinnen,  
und dunkle Gedanken im Kopfe sinnen,

Wenn Traurigkeit den Tag einnimmt,  
und Selbsthass über Liebe gewinnt,  
Sollt' alles, was das Leben beschwert,  
der Ballast, die Trauer, alles was zehrt,  
der Leidenschaft fürs Leben weichen,  
sichtbar machen, die inneren Zeichen.

Durch Liebe lässt sich vieles schaffen,  
auch Löcher die im Herzen klaffen.

Sie lassen sich schließen mit Hilfe und Mut,  
mit neuer Kraft tut's Leben gut.

**Jacqueline Knedlik (48), Kirchgasse 16, 98693 Ilmenau,  
jknedlik@aol.de**

# *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)**



## *Frühling über der Stadt*

Der Streusand schläft schon tief im Keller,  
doch auf der Straße gibt es Spaß.  
Die Luft ist weich und so viel heller  
und riecht so nach ... ich weiß nicht was.

Heut leckt man Eis aus Waffeltüten,  
und leichte Kleidung dominiert.  
Die alten Sträucher wagen Blüten,  
die Sonne scheint, und man flaniert

nach Herzenslust und ohne Reue.  
Das Stubenhocken ist vorbei.  
Der Himmel steht in schönster Bläue,  
und wir sind wieder mal dabei.

Hans-Hermann Mahnken , 67 Jahre

**Kontakt:** [www.literaturport.de](http://www.literaturport.de)>autorenlexikon

# *Sanfte Funken*

Wenn bunte Blätter rascheln  
Kalte Winde durch die Straßen fegen  
Fulminante Flammen mich ergreifen  
Menschen gefangen sind zwischen Fluch und Segen  
Ist es fast als wärst du hier  
Hier bei mir.

Hand in Hand gehen wir einen Schritt zu weit  
Ein gemeinsamer Kampf gegen die Einsamkeit.

Ich bade in Reue  
Schwöre diesem Gefühl ewige Treue  
Ich will dich nicht bereuen  
Die letzte Chance versäum'  
In einem Raum mit hundert schallenden Gesichtern  
Sitz' ich still hier und werde weiter nur von dir träum'.

Tausend Lichter klingen durch die Nacht  
Auf der Suche nach mir selbst  
Stolpere ich über die erstickende Macht  
Die du immer noch über mich hast.  
Sanfte Funken können bis in den Himmel brennen  
Immer wenn du dich in meinen euphorischsten Träumen  
In Gedanken verdrehst  
Lasse ich dein Gesicht in meinen Augen verblassen  
Doch alles ist vergessen  
Wenn du plötzlich wieder vor mir stehst.

***Sarah Müller, 20 Jahre***

## *Neue Worte*

Ich suche ein neues Wort für Wald.  
Wald.

D. Wie Ende.

Ich will aber, dass der Wald wächst,  
Sich lüftet, sich ausschüttelt,  
An seinen Grenzen  
Rüttelt.

Ich suche ein neues Wort für Sonne.  
In der Sonne liegt meistens Wonne.  
Was aber, wenn die Sonne quält,  
Brät und brennt, zerbersten lässt,  
Narben hinterlässt?

Ich suche ein neues Wort für Licht.  
Ein Licht, dass nicht zerbricht, erlischt.

Ein Licht, das ewig währt  
Und Helligkeit gewährt.

So wie Wald, Sonne, Licht, brauche ich  
Ein neues Wort für mich.

Ich, ich, ich. Was bin ich für mich?

Dichten ist mein Handwerk.

Ohne Hand, keine Worte.

Ohne Worte kein Gedicht.

Ohne Gedicht kein Ich.

Also diese Worte.

Keine anderen.

Damit ich bin, wer ich bin.

Marie Pflüger - 30 Jahre

# *Unkraut*

I.

Ein Gärtner, der auch Unkraut sät,  
zeigt Sinn für Flexibilität,  
zumal wenn er, von Zeit zu Zeit,  
das Unkrautkraut von Kraut befreit.  
Wer dann noch weiß, was welches ist,  
der ist ein rechter Floraschist.

II.

Was weder Nutzen bringt noch ziert,  
das wird als "Unkraut" tituliert.  
Da liegt die Frage nah, ab wann  
der Mensch als Unmensch gelten kann:  
Denn allzu nützlich für die Welt  
die Menschheit sich wohl kaum verhält,  
und eine Zierde, leider wahr,  
die stellen wir schon gar nicht dar.  
So ist die Lage, wie ihr seht.  
Nur gut, dass Unkraut nicht vergeht ...

Thomas Rahe, 53

ob die erinnerung den roten schatten  
der buche waldiger und tiefer macht?  
ich stand darunter wie in einem schacht  
betrachtete den scheinbar feuchten glatten

gewölbten stamm ein solitär die platten  
bausiedlung war dahinter wie bewacht  
ein stiller schutz wie wolken in der nacht  
mein freund und auch mein klassenlehrer hatten

in dieser siedlung eine wohnung wohnten  
direkt benachbart meine finger scheuten  
zurück vorm klingelknopf beim läuten

man sah vom fenster nur das rote laub  
der lärm der straße war gedämft der staub  
ein weicher schleier auf den fenster fronten

# *Es ist Zeit zu gehen*

Ich fühle mich gut.  
Ein Wiedersehen nach langer Zeit.  
Wir waren sofort eins.  
Verstohlene Blicke  
nicht so viel denken  
nicht zu viel sagen  
nur der Moment zählt.  
Ein letztes Mal  
dieser eine  
unser Augenblick.

Kerstin Schwarz

53 Jahre

[ks-buch19@gmx.de](mailto:ks-buch19@gmx.de)

[www.instagram.com/kersch2019](https://www.instagram.com/kersch2019)

[www.facebook.com/kerstin.schwarz.5680](https://www.facebook.com/kerstin.schwarz.5680)



## *Ein neuer Morgen am Rande eines alten Abends*

Wenn Wolken sich verschieben  
Blicke kreuzen sich in deren Schatten  
Schattentänzer als Steptanztänzer inkarnieren  
Tücher an den Rändern zu Schleiern werden  
Verschleierungen um sich greifen  
Am Morgen sich die Nebelschleier heben  
vielleicht das Grauen morgen ist vorbei  
Die Finsternis der Nacht  
entlädt sich in der Morgenröte:  
des Morgens die Vögel der Nacht  
sehnen einen neuen Abend herbei -  
der Flug der Eule am Morgen endet  
Nachtfalter umflattern der Laternen Lichter  
Flüge warten auf das Licht der Sterne  
am Rand des Abends:  
Ein neuer Morgen nicht mehr ferne...  
Vogelgesänge in des Morgens früher Stunde  
Spät des Nachts des Kauzes Rufe  
Der Rufer in der Wüste:  
doch wer sollt ihn hören -  
wenn die Wüste menschenleer  
Ein neuer Morgen in der Wüste:  
und hinter den Dünen des Abends alte Sorgen  
verkleidet in die Durstigkeit des Mittags  
oder in die Ängstlichkeit der Nacht  
Flügelschläge schlagen,  
wenn der Morgen ist erwacht  
und Wolken sich verschieben sacht...

Heinz Erich Hengel, 73 Jahre

[heinz.hengel@a1.net](mailto:heinz.hengel@a1.net)