

Vom Kopf bis zum Fuß

Ergriffenheit, beginnt  
meinen Körper zu erfassen,  
sie Schauer durch  
meinen Körper rasen lassen.

Vom Kopf bis zum Fuß  
sie durch mich dringen,  
sie in mir ein Kribbeln  
innerlich vollbringen.

Seht alle und schaut,  
ich bekomme dabei eine Gänsehaut.  
Gefühle, die waren am Schweigen  
beginnen nun sprudelnd aufzusteigen.

Es ist, als wenn  
in mir ein Staudamm bricht,  
alle Sehnsucht so, dringt nun ans Licht.  
Ein Zittern, ein innerliches Beben  
wie eine Flut sich über mich ergießt,  
dabei auch ab und zu eine Träne fließt.

Die Sehnsucht nach Frieden,  
Liebe und Freude ist nun zu schauen,  
der Wunsch nach Glück, Zärtlichkeit,  
Geborgenheit und Vertrauen.

Diese Ergriffenheit,  
beginnt in mir zu leben,  
wenn ein Lied, ein Wort erklingt,  
ein Bild sich zeigt oder ist zu sehen  
sie meine Gefühle, meine Seele bewegen.  
Beginne dann, gefühlsmäßig zu schweben.

Denke dabei nach, über mein Leben!  
Was bin ich?  
Wie verhalte ich mich?  
Was soll werden?  
Wie gestalte ich  
weiter mein Leben auf Erden?

Aus allen diesen Fragen,  
wird nun wundersam ein Verstehen.  
Ich erkenne und weiß nun,  
was sollte, muss mit mir geschehen!

Wir sollten  
unsere Worte, unser Handeln,  
Denken und Verhalten mit Liebe,  
nicht mit Hass und Anderem lenken!

Auch wenn uns  
dieses öfters nicht gelingt,  
aber trotzdem es  
uns Schritte weiter bringt!  
Mit jedem Schritt  
doch unsere Sehnsucht stillen,  
so leben wir  
nach unserem Ursprungs Willen.

Lassen wir unsere Seele von  
Habgier, ungesundem Egoismus, Gewalt,  
Hass, Machtgier, Größenwahn, Eitelkeit  
Fanatismus und Seelenkälte leiten,  
wir und damit so selber die Hölle bereiten?

Ich spüre und erkenne, das Leben  
es ist alles nicht so leicht!  
Aber mit Liebe man vielleicht  
vielmehr für Andere uns sich erreicht?

Wie weit lässt man sich gehen,  
sodass dann sogar Morde körperlich  
oder auch an der Seele geschehen?

Liebe oder Kälte,  
Licht oder Dunkelheit,  
welchen Weg wirst Du wählen,  
wozu bist Du bereit?

© J.M.Schönfeld 06.08.2001  
<http://gedichte-j-schoenfeld.de>