

Herzwandlung

Mein Herz, so weh, so schwer, so wund,
viel' Stunden tut sich's qualvoll kund.

Doch nicht nur das, die Angst steigt hoch,
Tod? Jetzt s c h o n sterben?
NEIN, ich lebe noch!

Leben, was ist das nur?
Keine Ahnung – davon keine Spur.

Kein Mittel hilft, nur Linderung,
bin unter Druck,
wo bleibt mein Schwung?

Und wieder krallt die Angst die Brust.
Würgt, schnürt, fesselt, lähmt alle Lebenslust.

Es pocht wie wild, es atmet schwer die Lung' –
Infarkt!?
Ist das die Wandlung?

Sparflamme, gelöscht – was ist das nur?

Leben, Leben? Davon keine Spur.

Wie viel, wie oft muss ich's ertragen?

Die Angst, endgültig zu versagen.

Was muss ich wagen?

Brav mich weiter plagen?

Lieb und nett, stets „Ja“ zu allem sagen?

Zu wem?

Wozu?

Geliebt zu werden ist mein Ziel.

2

Heischen nach der Liebe Gunst,

eingelullt in diesen Dunst.

Übermenschlich angestrengt,

nach Anerkennung mich gedrängt.

Die ausgeblieben,

kann ja selbst sie mir nicht geben.

Es pocht und sticht, es ist zu viel.

Was, was ist mein wirklich' Ziel?

„Herzwandlung“ darf mit Nennung von Autorin und Quelle (Fußzeile) weitergegeben werden.
Danke!

Jahre Arbeit in der Stille
entlarvt die Angst, Chimärenhülle.
Falsche Opfer, Trauer, Wut,
Schuldgefühle, in die Glut.
Mir und anderen vergebe,
Phönix lebe!

Begleitet von manch' Freudensprüngen,
darf schöpfen, säen, frisch beginnen.

Sag' „JA“, begrüße dieses Leben,
darf selbst mir Achtung, Liebe geben.
Ein wahres „JA“ zu mir,
ein ehrliches zu dir.

Kein Buhlen,
beschenkt von jedem Tag,
tu ich ganz einfach, was ich mag.

Die Herzwand, Lung' und ich in Schwung,
in der Spur des Lebens Wandlung.

(Sofia Horaz 2014)