

Die Gedanken sind eng.

Sie sind auf ein Minimum reduziert

Wo gingen sie hin

Wer raubte sie

Wer hielt sie gefangen

Das Meer ist tief die Wellen schlagen hoch

Sie treffen mich

Und der Atem wird mir geraubt

Ich liege und spüre

Doch keiner spürt mich

Wer nimmt mich in meinem Schmerz wahr

Ihr geht

Weil ihr euch fürchtet

Oder weil ihr denkt

Sie merkt es nicht

Doch ich merke es und ich sehne mich nach Trost

Nach Nähe

Nach Zuwendung

Anteilnahme

Nach Verstehen

Geht nicht

Lasst mich nicht allein

Umhüllt mich in meiner Haltlosigkeit mit Liebe

Mein Tank

Vollkommen leer

Die Tankstelle nicht gefunden

Ich muß ohne Füllung

Weiter gehen

Weiter leben

Weiter funktionieren

Doch das geht auf Dauer nicht

Es wird schwer

Die Angst groß

Die Angst größer

Helft mir

Gebt mir eure Liebe

Eure Aufmerksamkeit

Geht nicht

Lasst mich nicht allein

Der Schmerz ist so groß

Ich muß mich doch schützen

Wer schützt mich sonst

Wer gibt mir Geleit

Im Schmerz aus der Angst

Ein Schmerz der aus der Angst entsteht

Ich höre euch doch bin ich nicht bei euch

Alles was um mich geschieht nehme ich wahr

Doch ich kann mich euch nicht mitteilen

Ich bin nahe doch so weit von euch entfernt

Es ist mein Schutz

Stellt mich nicht bloß

Sondern geht behutsam mit mir und meiner Angst um

Nehmt meinen Schmerz ernst

Lasst es nicht gering geachtet sein

Sondern schätzt es wert als Schutz für mich

Denn so kann ich mir

Keinen Schmerz

Und keinen Schaden zufügen

Ein Schutz für mich

Ein Schutz für euch

Ich brauche Anerkennung

Auch im Schmerz

Auch in der Angst