

Wieder Kind sein

*Manchmal, wenn ein Schmerzpfeil mitten ins Herz schießt und
mein Leuchten dimmt,
zu viel negative Ladung in meinem Blut fließt und mir die
positive Sicht nimmt,
nichts mehr stimmt, ich jede Veränderung beanstande, weil ich
nur noch aus Angst handle,
anstatt aus dem Mut des Herzens. Dann mach ich besser einen
cut.*

*Seh mich lieber an euch satt und nimm die Ladung raus, zieh
meinen Bleimantel aus,
tauch in eure Leichtigkeit ein und will genauso begeistert
sein wie ihr,
wenn ich mit ungebremster Leidenschaft ganz kreativ neue
Welten schaff,
will im Agieren die Zeit verlieren und häng mich voll in den
Moment hinein, um wieder
Kind zu sein.*

*Dann bin ich wieder echt und gerecht, denk nicht von allen
andern schlecht,
schau nicht ins Gestern, nicht ins Morgen und vergesse alle
Sorgen.*

*Steh voll für das ein, was ich seh und fühl, wenn ich mich
beim Höhenflug im Sinnesrausch
auf Wattewolken abkühl, und Berechnung gegen Ehrlichkeit
eintausch.*

*Und hör dabei auf mein Herz. In dem das Lebensfeuer Flammen
schlägt,
das meine Seele trägt und Lebendigkeit raucht, die ich so
dringend brauch,
bis es wieder so schön kribbelt im Bauch, weil wir im Himmel
einen Looping drehn
und die Wolken von oben sehn, wenn wir nach den Sternen
greifen uns mit Dopamin*

einseifen.

*Vielleicht lohnt es sich auch für dich, die Welt mal wieder
aus der Sicht
eines Kindes zu erfassen, ganz gelassen und unbefangen zu
tun, was dein Herz dir sagt,
Verpflichtungen zu lassen und mit Vertrauen in dich selbst
und auf sanften Sohlen neue
Wege zu entdecken, um ganz unverhohlen deine Neugier zu
wecken, mit Achtsamkeit und
Geschick den Blick auf Kleinigkeiten lenken, dem
Sinnescocktail Natur pur Gehör schenken,
einfach nichts denken und von ganzem Herzen lachen, deinen
Nachbarn eine Freude
machen. Und mal wieder ehrlich zu dir selbst zu sein, um wach
und mit Lust in dieser Welt
zu sein. Sie mit den Augen eines Kindes zu begutachten und
danach zu trachten, vieles
anders zu machen.*

Claudia Lür

[Informationen zu Veröffentlichungen und Buchbestellungen](#)

www.verdichtet.at | Kategorie: [es menscheit](#) | Inventarnummer:
22143