

Sarah Marie

Im großen Ganzen
hoffnungsvoll



LAGO

Gedichte und Texte

© 2023 des Titels »Im großen Ganzen hoffnungsvoll« (978-3-95761-226-7)
von Sarah Marie, by LAGO, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.lago-verlag.de>

*Quit waiting for a plan;
just go love everybody*

Bob Goff

Ruhe im Chaos

Sonnenstrahlensammlerin

Ich wünschte, ich wäre
optimistisch veranlagt
Ein Mensch, der statt Sorgen
nur Träume im Kopf hat
Eine Sonnenstrahlensammlerin
den Blick stets auf das Gute
die das Glück schon mit sich weiß
anstatt es noch zu suchen

Doch mein Herz ist pessimistisch
und mein Kopf wolkenbehangen
Seine Sorgen, seine Ängste
lassen der Sonne kaum Bahnen

Aber ich glaub, von Pessimisten
hat die Welt bereits genug
Wenn ich schon einer sein muss
tja, dann mache ich es gut
Ich begegne meinen Sorgen
Ich umarme sie ganz fest
bis die erste Sorgenwolke
ihre Tränen rollen lässt

Ich bin ein Pessimist, ein Wolkenmensch
doch vielleicht zeichnet mich das aus
um genau dem Hoffnung zu schenken
der sie – wie ich – am meisten braucht



Ruheort

Ich möchte einen Ort
der Stille kreieren
In einer Zeit, die rast
in einer Welt, die schreit
für einen Kopf, der zu viel hat
ein Ruheort sein

Komm her.
Halt an.
Atme.
Denke.
Fühle.
Sei.

Lass mich Zuspruch
für das finden
was in dir noch
Stürme treibt
Um dir inmitten
allen Trubels
den Wert des Lebens
neu zu zeigen

Gedicht an dich

Trotz all dieses Gedankengewichts
weiß ich, Seiten brechen nicht
Darum belad ich sie mit Worten
stolpernd, hoffend, nachdenklich
und sende ein Gedicht an dich

Wenn du kannst, zwischendurch
schließ die Augen beim Lesen
und lass dein Herz dir diese Worte
weinend, fühlend, aufrichtig
im Stillen wiedergeben

Deshalb schreibe ich

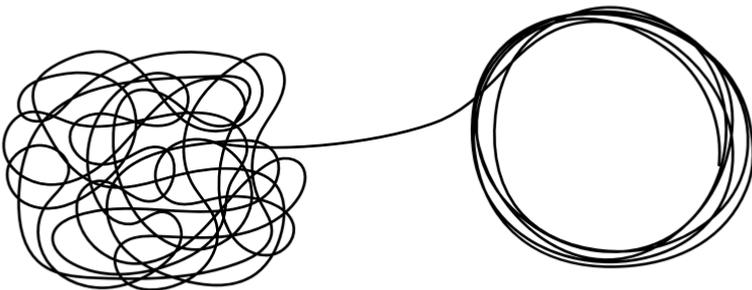
Ich schreibe nicht, um gehört zu werden
Beim Schreiben höre ich erst hin
Es hilft mir zu verstehen
was ich denk und wer ich bin

Das Gewusel meines Denkens
aufgereiht in schmalen Zeichen
Anstatt auf zehn Spuren im Kopf
denkt mein Stift nur noch auf einer

Betrachte dann, neutral von außen
was in mir grad wütend tobt
Und all das, was den Kampf nicht wert ist
streiche ich durch, lass es los

Ich weiß, nicht jeder greift zum Stift
um sich selbst zu therapieren
Doch ich würde jedem raten
es zumindest zu probieren

Mir tut es gut



Heiligenhaus

Alles um mich fliegt
oder bin ich das
fliege ich fallend?

Verschwommene Silhouetten
von Blättern und Häusern
und menschengefüllten Plätzen
Städte und Leben
aus dem Zugfenster gesehen
Ich bin schon lange nicht mehr länger
an ein und demselben Ort gewesen

Jeder Herzschlag ein Sekundentakt
Meine Gedanken bleiben nicht lange
an einem Ort, bei einer Sache
Alles rennt, rast, stürzt
und ich weiß nicht mehr
wie durchatmen geht

Denke morgen erst an morgen
doch fange heute schon an
mich um übermorgen zu sorgen
Gestern ist für mich
zu letztem Monat geworden
So weit weg

Mein rechter, rechter Platz ist frei
ich wünsch mir einen Freund herbei
Doch sitzt dort bloß mein Gepäck

Kann sein, dass ich mich überschätz
Ich wollte Freiheit, doch hab'
sie verwechselt mit Stress
Renne von Ort zu Ort
Gesicht zu Gesicht und
Projekt zu Projekt
Habe ich Angst davor
dass die Stille einsetzt?

Spüre die Sehnsucht in mir
die zu sehen versucht, was ihr
Ruhe gibt, und hier, in diesem Zug
wird mir klar, dass ich seit Monaten
einen Heimathafen such

Und mit jedem Umzug scheint es klarer:
Es gibt nur eine Stadt in dieser Welt
die schon immer meine Welt war
so viele Erinnerungen und Menschen
für mich hält
Und fragt man mich: »Wo kommst du her?«
ist sie es, von der mein Herz erzählt

Also steig ich aus in Düsseldorf
in die S6 rein und in Hösel raus
in den Bus hinein und zurück nach Haus
endlich zurück nach Heiligenhaus

Und wenn ich dann in meine alte Straße fahr
sind die gleichen Häuser noch immer da
die gelbe Tonne pünktlich vorgefahren
vor den Häusern die Nachbarn
Sie sprechen bestimmt immer noch
über die neue Autobahn

Es ist alles wie immer
und irgendwie schön
Genau das, was ich brauche
wenn Gedanken durchdreh'n

Ich komm von überall her
immer wieder hierhin
Aber nur hier komm ich her
um zu sein, wie ich bin
Werde wieder zum Kind
in meinem Elternhaus
werfe die Tasche einfach hin
Mama setzt schon Kaffee auf
und endlich machen verwirrte
Gedanken wieder Sinn

In meinem Heimathafen
meinem Heiligenhaus
Jede Straße meine Kindheit
Jede Ecke voller Inhalt
So viel Erinnerungstoff
von Sankt-Martins-Zug
bis Heljens-Rock

Und ich bleibe nie lange
doch ich komm immer zurück
Denn fragt man mich
»Wo kommst du her?«
sprech ich doch voller Glück
von meinem Heimathafen
Meinem Heiligenhaus

Wo sich schon meine Eltern trafen
Wo Kindheitsfreunde auf mich warten
Meinem Dreh- und Angelpunkt
Meiner Basis, meinem Brett zum Absprung

Und wohin es auch geht
weiß ich doch, wenn ich zurückkomme
wird mein mir heiliges Zuhause
hier immer noch stehen

Und das zu wissen ist schön:
Wohin der Wind mich auch trägt
wohin die Schienen auch drehen
weiß ich doch, ich kann immer
nach Hause gehen



Frau der Jahreszeiten

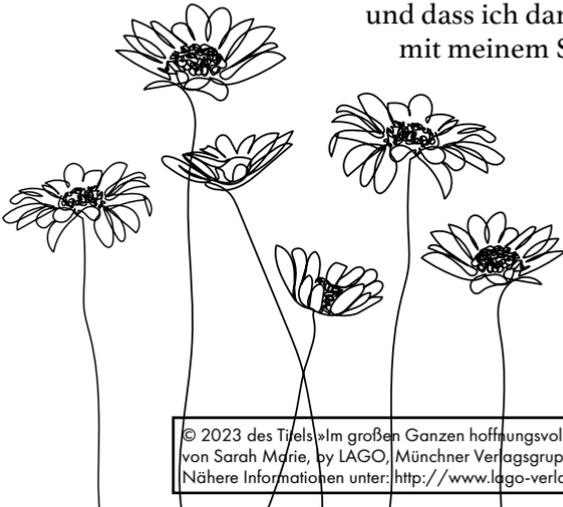
Als Frau der Jahreszeiten
wachse ich
blühe ich
zerfalle ich
ruhe ich aus
und beginne dann neu
Trage die Wärme im Herzen
ohne die Kälte zu scheuen
Jeder Saison ihre Farben
Jedem Menschen das Vermögen
dem Werden
wie dem Sein
mit einem Lächeln zu begegnen

Applaus

Die Blüten recken ihre Köpfe
 die Pflanzen ihre Hände
 Die Bäume heben ihre Äste
 um sich der Sonne zuzustrecken
 Jeder scheint zu rufen:
 »Hier bin ich, wähle mich«
 Sie zeigen ihre beste Seite
 entgegen Sonnenlicht

Die Sonne, sie ist unbeeindruckt
 denn sie bleibt stets gerecht
 Sie teilt ihr Licht mit allen
 sei'n sie gut, sei'n sie schlecht
 Die Sonne, nein, sie wählt nicht
 nach Gesundheit oder Reiz
 Sie tut, wie sie geschaffen ist
 und jeder hier hat teil

»Wozu bin ich wohl unter dir?«
 frage ich sie still
 Frag nach dem Ruf auf meinem Leben
 und nach seinem tieferen Sinn
 Ich hoffe sehr, dass ich herausfind
 wozu man mich geschaffen hat
 und dass ich dann, so wie die Sonne
 mit meinem Sein bereichern darf



Dankbarkeit

Manchmal da vermisse ich
so viel von dem, was war
Doch eines Tages vermisse ich
genau das, was ich grade hab'
Also wähl ich Dankbarkeit
an jedem neuen Tag
Denn wer nur am Vermissen ist
schätzt nie das, was er hat

Achtsamkeit

Die Schönheit war da
sie zog vorbei
Was fehlte, war
die Achtsamkeit

Die Schönheit steht da
im neuen Monat bereit
Nimm sie jetzt wahr
du hast die Zeit

Die Farben sind da
schenk ihnen deine Zeit
Genussloses Leben
bleibt schwarz und weiß

Mit der Zeit

Kämpfst du mit der Zeit
gegen die Zeit
hast du sie schon verloren

Doch

freust du dich mit der Zeit
an der Zeit
wird dir jede Sekunde
neue Freude geboren