

Himmlisches Licht

Ich verstehe mich nicht,
da ist so viel Lärm,
so viel Geschrei,
so viel Angst,
aber nur in meinem Kopf.

Da ist ein Wesen in meinem Kopf,
lässt verbotene Gedanken erwecken,
die mich lenken, mich kontrollieren,
so kalt, so wirr.

Diese Gedanken,
sie schließen mein Gehirn ein
in kalte Eisenketten,
hüllen es in eine schwarze Decke ein
und ritzen mit ihren scharfen Krallen Narben hinein,
die an manchen Tagen anfangen zu bluten.

Diese Gedanken,
so verboten, so kalt, so herzlos,
so unerklärbar.
Sie durchströmen meinen Körper,
lassen mein Blut erhitzen,
sodass es anfängt, in meinen Adern zu sprudeln.
Sie krabbeln leise in meinen Bauch
Und durchwühlen meinen Mageninhalt.
Es hört nicht mehr auf.

Diese Gedanken,
sie nehmen Besitz von mir,
von meinem Körper,
alles Gute, alle Freude und alle Liebe,
die mich am Leben halten,
schwinden aus mir.
Ich bin schwach, klein und unbeholfen.

Diese Gedanken,
sie zwingen mich an den Boden,
drücken mich an den Grund
und lassen mich nicht mehr hochkommen.
Sie schnüren ein strammes Seil um meine Brust,
immer fester und fester, bis ich keine Luft mehr bekomme.
Mein Gesicht liegt leblos, schwach und blass auf den kalten Fliesen.
Meine ganze Lebenskraft haben sie aus meinem Herzen gesaugt.

Diese Gedanken,
sie quälen meinen Körper
und werden immer stärker, immer intensiver, immer kraftvoller,
durch meine Angst,
durch meine Verzweiflung,

durch meine Trauer,
durch meine Ratlosigkeit.

Diese Gedanken,
sie veranlassen, dass alle Freude, all mein strahlendes Licht, das mich antreibt,
weiter zu kämpfen,
aus meiner Seele schwinden.

Diese Gedanken,
machen mich zu einem anderen Menschen,
voll Trauer, Schwärze und Einsamkeit.
Kein Mensch will etwas mit mir zu tun haben,
kein Mensch versteht mich,
so wie ich geworden bin,
aber doch nicht sein will.

Diese Gedanken,
lassen mit ihrer zunehmenden Kraft das schreckliche Wesen in meinem Kopf
größer und böser werden,
sodass es immer mehr verbotene Gedanken erwecken kann.
Es ist aussichtslos.

Diese Gedanken,
vergiften meinen armen Körper,
in meiner Einsamkeit kullern Tränen auf die kalten Fliesen.
Mein Atem gefriert in der eisigen Luft,
und ich schließe meine nassen Augen.

Diese Gedanken,
sie haben gesiegt,
sie schicken fröhliche Bilder vorbei,
vor meinen geschlossenen Augen erscheinen sie so echt,
farbkraftig und voller Lebenskraft.
Wie ich gelacht habe, draußen im Garten,
wie die warme Sonne meine Sommersprossen neu erstrahlen ließ,
wie mein Herz voll Kraft, Pulsier und Freude,
voll Liebe und Glückseligkeit in meiner Brust schlug und frisches Blut in meine Adern pumpte.
Diese Zeit ohne dieses Wesen in meinem Kopf,
sie war so wunderbar.

Diese Gedanken,
sie johlen, gröhlen und lachen in meinem Kopf,
sie reißen meine Sehnsucht nach diesem sonnigen Glück in Fetzen
und beißen zu,
noch schmerzhafter
in meine Seele, mein Herz, in meinen ganzen Körper.
Ich liege da,
erneut zusammengebrochen, auf dem kalten Boden.
Mein glühendes Gesicht an die Fliesen gepresst,
heiße Tränen kullern meine Wangen herunter.

Ich kann meine Augen nicht öffnen.
Es ist aussichtslos.
Sie verjagen den letzten Hauch meiner Lebenskraft, die in mir brannte,
und unendliche Leere umgibt mich nun.
Dieser Kampf ist vorbei und ich habe ihn verloren.

Diese Gedanken,
lassen meinen Körper in ein schwarzes Loch fallen,
ich spüre mich nicht mehr.
Doch dann,
ein Licht,
so unerwartet,
es wird heller und heller.
Voller Kraft,
voller Zuversicht,
voller Freude,
voller Liebe.

Dieses Licht,
es kommt näher
und lässt die bösen Gedanken in mir misstrauisch aufhorchen.
Es hält mich fest, ganz sanft,
es nimmt mich in seinen weichen Schoß
und trägt meinen verletzten Körper.

Dieses Licht,
bringt Wärme in meine Seele,
so intensiv und kraftvoll,
wie niemand anderes es tun kann.
Und dann ...
Fliehen diese Gedanken panisch in meinen Kopf
Und suchen Schutz in ihrem Ursprung, bei diesem Wesen.
Sie lassen mein Herz los und beginnen angstvoll zu schreien,
denn sie wissen,
gegen diese wunderbare Kraft können sie niemals siegen.

Dieses Licht,
durchströmt meinen ganzen Körper,
es breitet sich aus und singt das Wesen in meinem Kopf zugrunde.
Kreischend bricht es zusammen
Und verschwindet in Schwärze,
für immer.

Dieses Licht,
es streicht liebevoll über mein blutiges Herz und heilt meine Wunden.
Es beruhigt meine Seele, sodass mein Geist ruhig und entspannt wird.
Es umschließt mein geplagtes Gehirn und küsst es sanft.

Dieses Licht,
berührt mein nasses Gesicht und trocknet meine Augen.

Es lässt einen warmen Wind aufkommen,
der mich aus dem Loch nach oben,
wieder ins Leben,
trägt.

Dieses Licht,
ist da,
so liebevoll und mächtig.
Langsam öffne ich meine Augen
Und kann nur noch eine Flügelspitze hochfliegen sehen.

Dieses Licht,
es wird immer bei mir,
bei uns bleiben und uns helfen.
Habt keine Angst,
dieses wunderbare Licht wird immer in unseren Herzen leuchten und ein Feuer entfachen,
das auch in dunklen und aussichtslosen schwarzen Tagen in uns brennt
und seine Glut wird unsere Seele ermutigen,
niemals aufzugeben,
weiter zu machen,
zu vertrauen
und mit diesem Licht zu lachen und zu stahlen.
Heller, wie nie zuvor.
Wir können dieses wunderbare Licht auch rufen,
zu jeder Zeit, wenn wir seine Hilfe brauchen.
Und es wird kommen.

Dieses Licht,
sieht alles und steht über uns,
denn dieses unendlich strahlende Licht,
es ist das himmlische Licht.
Dieses himmlische Licht ist die Liebe,
die wahre Liebe, die immer siegen wird.

Von Ann-Kathrin Schlereth 15 Jahre