



## Präsens

Im Hier & Jetzt zu leben ist das höchste Gut.  
Vielen Menschen - auch mir manchmal - fehlt es  
dazu an Mut.

Vergangenes lässt sich nicht ändern  
grübelst zu viel nach, endet's mit  
Augenrändern.

Nimm dankbar die Erfahrungen mit  
und wage voll Zuversicht den nächsten Schritt

-

die Zukunft ist noch nicht geschrieben,  
kein Wesen je stehen geblieben !

Ein Blick zu den Sternen  
Sie vereinen Vergangenheit wie Deinen  
weiteren Weg,  
den nahen und den fernen.

Siehst Du die Sterne heute,  
im Präsens, nicht  
forsche nach Deinem inneren Licht -  
Dein inneres Licht ist Teil vom Universum,  
uralte Weisheit es birgt - selbst wenn Du Dich  
„stellst dumm“. =)

Lebst Du im Hier und Jetzt  
wirst Du nicht mehr verletzt -  
dann kannst auch Du nicht mehr verletzen  
lernst, die Magie des Augenblicks  
zu schätzen.

Lass' hinter Dir den Groll,  
die Wut, die Angst -  
sobald Du nicht mehr  
um die Zukunft bangst,  
wird sie sich wunderbar vor Dir entfalten  
Du lernst, jeden kostbaren Moment zu  
gestalten.

KJN 2/2015



## Blicke

Ein Blick - da ist jemand,  
der mir vertraut vorkommt.

Ein zweiter Blick - ja, wir haben Jahre in Liebe  
und Leidenschaft geteilt - bevor er sich  
entschloss, aus meinem Leben zu verschwinden.

Ein neuer Blick - und doch so alt -  
da steht der Mensch,  
der wieder in mein Leben trat,  
auswanderte, um bei mir zu sein,  
bei mir, seiner grossen Liebe...  
und der Blick geht tief ins Herz,  
in die Seele.

Ein Wort, mehrere liebe Worte -  
gewechselt mit dem Mann, der ging .  
Erst weiche Knie, dann wohlige Wärme.

Ein Blick zu meiner grossen Liebe:

ERLÖSUNG - keine weichen Knie mehr,

kein Hoffen oder Bangen, bloss Erleichterung.  
Ich bin angekommen - und habe es endlich  
realisiert.

KJP 7.2.2013



## Die erste grosse Liebe

Erinnerst Du Dich noch  
an Deine erste große Liebe ?  
War sie unvergleichlich,  
unvergesslich, wunderschön ?  
Erinnerst Du Dich noch  
an Deinen ersten Kuss,  
die ersten Zärtlichkeiten ?  
War es nicht wunderbar,  
Deinem Freund so nah  
und so vertraut zu sein ?

Doch konntest Du  
diese Gefühle immer halten ?  
Bestimmt nicht.

Denn viel zu schnell wurdest Du  
durch den grauen Alltag  
vom siebten Himmel heruntergeholt.

Wenn Du an Deine erste große Liebe denkst,  
wirst Du dabei fröhlich oder traurig ?

Traurig, weil Du ihn vielleicht  
nie wiedersehen wirst ?

Oder fröhlich, weil Du mit ihm  
die - bisher - schönste Zeit  
Deines Lebens hattest ?

So viele Fragen, so wenig Antworten.

Aber wäre Liebe immer noch so einzigartig, wenn  
sie sich erklären ließe ?

KJP 1999





## Flucht und Liebe

Droht die Liebe ständig mit der  
Flucht,

reisst sie Dich hinab in eine tiefe Schlucht,  
den Boden zu verlieren -  
möcht` sie scheint`s nicht kapieren -

wie weh das tut in Herz und Bauch -  
schlimmer als verstossen zu werden,

Flucht kann keine Lösung sein  
denn die Liebe ist so rein -  
reiner als des Windes Hauch  
bezaubernd wie eines Baby`s Lächeln

bedingungslos wie einer Mutter Liebe -  
niemand kann sie brechen.

KJN 8/ 2014

## Hoffnung

Wo bist Du, Hoffnungsschimmer,  
in Stunden tiefster Verzweiflung ?

Wo bist Du  
in Zeiten der Sinnsuche ?

Wann werde ich Dir  
und Deiner Schwester, der Zuversicht,  
wieder begegnen ?

Eben noch wart Ihr zum Greifen nah -  
jetzt jedoch seid ihr meilenweit entfernt !

Bitte werdet wieder Teil meines Lebens,  
ihr werdet es nicht bereuen.

Zeigt mir den neuen Sinn,  
für den es zu hoffen sich lohnt !