

Auszeit - ob im Urlaub oder zu Hause ...



... Einfach mal die Schuhe abstreifen...

die schweren, die mir die Leichtigkeit des Seins nehmen
die drückenden, die mich einengen und einzwängen
die zu glatten, die mir den Boden unter den Füßen wegziehen
die zu großen, deren Erwartungen ich nicht erfüllen kann
die Kinderschuhe, die mich daran hindern, erwachsen zu werden
die Erwachsenenschuhe, die mich abhalten, wie ein Kind zu sein
die alten Treter mit all meinen schlechten Angewohnheiten
die fremden Stiefel, in denen ich immer wieder stolpere

... und mit den Schuhen so manche Schuld ausziehen, die man mir in selbige schieben will
... mir nicht jeden Schuh anziehen, um für alles Verantwortung zu übernehmen

... ich möchte es mir wert sein,
die Riemen meiner Schuhe zu lösen, die mich hindern am Leben
barfüßig wieder Bodenhaftung zu erlangen,
meine eigene Verletzlichkeit auf meinem Pilgerweg zu erspüren
- mit warmem Sand zwischen den Zehen
- auf spitzen Steinen, die die Sohlen schmerzhaft massieren
- auf weichem Moos, in das die Füße sinken
- im feuchten, kühlen Gras, das alle Lebensgeister weckt

LEBEN möchte ich mal wieder auf freiem Fuß,
mit meinen Füßen fest auf Mutter Erde,
um neu geerdet zu werden und zu sein.