

# Die Geschichte vom Licht

Das Licht war dunkel, es leuchtete nicht.  
es war ganz allein unterwegs mit sich.  
Seine Füße taten ihm so weh,  
noch ein Schritt weiter, noch ein Stück gehn',  
den Weg konnte das Licht schon lang nicht mehr sehn'.

Es fühlte sich traurig, und einsam, so sehr,  
sein Herz und seine Füße so schwer.  
Das Licht konnte auch sein Ziel nicht mehr sehn'.  
kam ja doch nicht vom Fleck, wollte weiter nicht gehn'.  
Da blieb das Licht stehn'.

Lange blieb das Licht im Dunkeln stehn'  
da kann es auf einmal Jemanden sehn'.

Niemand bestimmten, bloß irgendwen,  
er kommt ihm auf dem Weg entgegen.  
Er strahlt und lächelt dem fremden Licht,  
freundlich und offen ins Gesicht.  
Dann geht er vorbei, nur ein Lächeln, mehr war es nicht.

Doch dem Licht wird es ganz warm im Bauch  
und überrascht stellt es fest es lächelt jetzt auch.  
Auf einmal ist sein Licht wieder da  
und seine Sicht wird wieder klar,  
jetzt sieht es den Weg und wo es war.

Ein Stück weiter, noch ein Schritt mehr,  
Der Weg ist auf einmal nicht mehr so schwer.

Mit neuem Mut den Weg entlang,  
sieht es im Dunkeln am Wegesrand,  
niemand Bestimmten, bloß Irgendwen,  
verloren und ganz allein' dort stehen.  
Und und das Licht beschließt auf ihn zu zu gehen.

Es lächelt und strahlt den Fremden an  
und geht dann weiter den Weg entlang.  
Nur ein Lächeln, mehr ist es nicht.  
Schon ist es vorbei doch hinter sich,  
bemerkt es auf einmal ein neues Licht.

Und die Wärme in seinem Bauch  
wird noch stärker und sein Leuchten auch.

Jetzt sieht das Licht auch auch den Rest der Welt,  
weil sein Licht nun noch viel mehr erhellt,  
Und es wird stärker, mit jedem Mensch,  
der Jemandem, auch wenn er fremd,  
ein ehrliches, strahlendes Lächeln schenkt.

- Gerrit Nelissen (2025) -

### **GEDICHT 1 - Wutbürger**

Hasserfüllt laufen viele durch die Straßen  
Blind für kleine Wunder und große Vielfalt  
Während sie Wüten über alle Maßen,  
machen sie für Logik und Fakten keinen Halt.

Während Nichts und niemand jemals gut genug ist oder passen  
Und Missgunst in den Seelen von Menschen keimt,  
Werden Diskussionen schwierig oder manchmal ganz gelassen  
Da der Mut und die Mühe ins Nichts zu Verschwinden scheint

Mehr Mut brauchen wir, die Wut zu besiegen  
Denn Hass und Wut spalten das Ich, Freunde und Gesellschaft.  
Lasst uns nicht klein werden und Negativem erliegen,  
Sondern Liebe und Zusammenhalt brauchen mehr Leuchtkraft.

Wir lassen die Buchstaben mal Kopf stehen,  
und lernen den Wert von Güte und Respekt zu sehen,  
Lasst uns die Wut zum Mut drehen,  
für Zusammenhalt und Aufstehen,  
Indem wir als Mutbürger gemeinsam voran gehen

### **GEDICHT 2 – Chorisches Atmen**

Lasst uns mal versuchen chorisch zu atmen.  
Anstatt uns gegenseitig auszublenden, an Bergen  
Und auf weiten Strecken aufeinander zu warten.

Uns gegenseitig Energie zu geben,  
wenn wir einen langen Atem brauchen,  
Weil das Chaos der Welt und der Zeiten uns  
Bis auf die Knochen schlauchen

Wenn Du es nicht mehr schaffst, weiterzugehen,  
Werde ich für Dich durchhalten und nach vorne schauen,  
Bis Du Kraft hast, wieder aufzustehen.

Lasst uns mal das Chorische Atmen probieren,  
Denn manchmal bleibt die Luft uns aus,  
Wenn uns Gedanken und Sorgen blockieren.

Durch den Wirbel der Zeit können wir uns die Hand reichen,  
Das hilft am Zug zu bleiben,  
auch wenn manchmal die Schienen vom Wege weichen.

Das gemeinsame Leben ist ein Wechselspiel,

mal kann ich wenig erreichen und mal viel.  
Aber im Zusammenhalt und in der Balance,  
Haben wir vielleicht zukünftig eine Chance.

Mal treiben lassen, mal nach vorne ziehen,  
Stolz in der Höhe und mal flehend auf den Knien.  
Wir teilen die Höhen und die Tiefen,  
egal ob die Tränen aus Freude oder Trauer fließen.

Ich möchte meinen Atem mit Dir teilen,  
Lass uns gerne mal gemeinsam verweilen,  
Dich bestärken in deinen Lebensgefühlen,  
Auch dann, wenn die Wellen uns manchmal von den Füßen spülen.

Dafür müssen wir aufeinander hören und lauschen,  
Blicke und Gedanken miteinander tauschen.  
Nicht nur das Laute, auch die Stille kann sprechen  
und unsere zwischenmenschlichen Wände zerbrechen.  
Während wir verschiedene Lebensmelodien vor uns hinsummen,  
Werden manche Sätze in Harmonie, andere in Disharmonie gesungen.

Wenn wir Disharmonie bewusst umarmen und genießen,  
Wenn wir kurz innehalten und in uns reinhören,  
Können wir leichter damit abschließen.

Die nächste Harmonie wird in Fülle erklingen,  
In uns eintauchen und lebendig werden, es wär' als  
Würd' das Piano selbst ein Gloria singen.

Doch um dahin zu kommen, müssen wir Brücken bauen,  
Unseren Rhythmen und Schritten gegenseitig vertrauen.

Nicht mehr alleine mit dem Kopf durch die Dunkelheit,  
Sondern gemeinsam gehen durch den und im Takt dieser Zeit.  
Bis wir unsere Begegnungen entfalten und uns gegenseitig stützen,  
Können wir nicht mehr warten, stattdessen lasst es uns versuchen -  
das chorische Atmen.