

TEXperimente

fünf Dinge die fehlen

Achtsamkeit

Respekt

Miteinander

Fehler

Mitgefühl

Achtsam

Achtsamkeit - du kannst sie leben
Leben - ein Geschenk - ein Fluss,
Der Fluss der Zeit - der Fluss des Seins

Achtsamkeit - du kannst sie teilen,
Teilen - eine Handlung - ein Band,
Das Band der Menschlichkeit - des Mitgefühls

Achtsamkeit - du kannst sie pflegen,
Pflegen - eine Kunst - ein Herz,
Das Herz, das wächst - das liebt, das heilt

Achtsamkeit - du kannst sie finden,
Finden - ein Weg - ein Ziel,
Das Ziel des Friedens - der inneren Ruhe

Achtsamkeit - du kannst sie sein,
Sein - eine Präsenz - ein Moment,
Der Moment der Wahrheit - des tiefen Seins

Achtsamkeit, du kannst sie umarmen,
Umarmen - ein Gefühl - eine Wärme,
Die Wärme der Liebe - des tiefen Verständnisses

Achtsam - sollten wir mehr sein

(c) 2024 Carsten Sulzberger

Respekt

Respekt - du kannst ihn zeigen
Zeigen - eine Geste - ein Zeichen,
Das Zeichen der Wertschätzung - des Verstehens

Respekt - du kannst ihn leben,
Leben - ein Prinzip - eine Haltung,
Die Haltung der Achtung - der Würde

Respekt - du kannst ihn fühlen,
Fühlen - ein Empfinden - ein Herzschlag,
Der Herzschlag des Miteinanders - des Friedens

Respekt - du kannst ihn lehren,
Lehren - eine Aufgabe - ein Ziel,
Das Ziel der Harmonie - des Verständnis

Respektvoll, du kannst es sein,
Sein - eine Präsenz - ein Moment,
Der Moment der Wahrheit - der echten Achtung

Respekt, du kannst ihn geben
Geben - eine Handlung - ein Geschenk,
Das Geschenk der Anerkennung - der Zuneigung

Respekt - sollten wir mehr zeigen

(c) 2024 Carsten Sulzberger

Miteinander

Miteinander – sollten wir wieder sein
Zusammen – ein Leben – eine Selbstverständlichkeit
Das Selbstverständnis der Achtung – der Gemeinsamkeit

Miteinander – sollten wir uns achten
Achten – einander zuhören – eine Notwendigkeit
Die Notwendigkeit des Miteinanders – des Zusammenhalts

Miteinander – sollten wir wieder reden
Reden – ein warmes Wort – ein Verstehen
Das Verstehen des Zueinanders – des Austauschs

Miteinander – sollten wir wieder spielen
Spielen – ein Stück des Lebens – ein neuer Akt
Der Akt der Geselligkeit – der Freude

Miteinander – sollten wir uns wieder freuen
Freuen – gemeinsam erreicht – eine Zufriedenheit
Die Zufriedenheit des Seins – des Lebens

Miteinander – sollten wir wieder lachen
Lachen – ein Erlebnis – ein Gefühl
Ein Gefühl der Leichtigkeit – des Glücks

Miteinander – sollten wir wieder leben

(c) 2024 Carsten Sulzberger

Fehler

Fehler – du wirst sie erleben
Erleben – die Angst – die Frustration
Die Frustration – die Angst des erneuten Scheiterns

Fehler – du wirst sie akzeptieren
Akzeptieren – die Lethargie – die Ohnmacht
Die Ohnmacht danach – die Einsamkeit

Fehler – du wirst sie wiederholen
Wiederholen – durch Trennung – durch Liebe
Die Liebe macht Fehler – der Alltag entzweit

Fehler – du hast sie verdrängt
Verdrängt, die Pein, die Vergangenheit
Die Vergangenheit lässt vergessen – die Zukunft kommt

Fehler – du hast verletzt
Verletzt – durch Reden – die Wahl deiner Worte
Die Worte der Wut – der Unsicherheit

Fehler – ein jeder hat sie
Jeder ist unvollkommen – selbstverständlich – natürlich
Die Natürlichkeit ist niemals rein

Fehler – sollten wir wieder lernen zu verzeihen

(c) 2024 Carsten Sulzberger

Mitgefühl

Mitgefühl – du kannst es geben
Geben – einen Moment – deiner Zeit
Die Zeit des Mittragens – des Zuhörens

Mitgefühl – du kannst es spüren
Spüren – unbewusst – ein Gefühl
Ein Gefühl der Trauer – der Freude

Mitgefühl – du kannst unterstützen
Stützen, eine Schulter, ein Trost
Ein Trost der Zuversicht – der Hoffnung

Mitgefühl – du darfst es zeigen
Zeigen, durch Empathie, durch Offenheit
Die Offenheit des Annehmens, der Zuversicht

Mitgefühl – du kannst es tragen
Tragen, ein Moment, eine Hand
Eine Hand, die hält, die unterstützt

Mitgefühl – du kannst es leben
Leben, ein Zueinander, eine Geste
Eine Geste der Hoffnung, des Nicht-allein-Seins

Mitgefühl – sollten wir wieder empfinden

(c) 2024 Carsten Sulzberger