

Meditation



Foto: H. Brantzen

Pausenlos Gespräche,
Kontakte ohne Zahl,
simsen, mailen, chatten,
grenzenlos die Wahl.
Doch wer kennt dich wirklich,
deinen Namen, dein Gesicht,
die Farben deiner Seele,
dein Dunkel und dein Licht?

Stetig konsumieren,
genießen ohne Maß,
hören, sehen, fühlen,
pausenloser Spaß.
Doch was brauchst du wirklich,
was ist wichtig und was zählt,
wo ist deine Mitte,
der Leuchtturm deiner Welt?

Sag „Halt!“,
sag „Stopp!“,
mach dich frei!
So vieles liegt

in deinem Leben quer.

Kehr um,
kehr ein,
wag den Schritt!
Weniger ist,

weniger ist mehr.

Wilfried Röhrig 02 / 2010