

© des Titels »Mit Gefühl« von Heike Domke-Henkel (978-3-95705-013-7)
2017 by riva Verlag (powered by 100 FANS), Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.100FANS.de>

MIT GEFÜHL

HEIKE DOMKE-HENKEL



100 FANS

Vorwort

Ich bin so dankbar, dass Heike diesen Gedichtband zusammengestellt hat, damit ihre Gedichte zu den Menschen gelangen, denn da gehören sie für mich hin. Ich empfand es als pure Verschwendung, sie nur im Familienkreis zu teilen und meistens in der Schublade ruhen zu lassen. Die Schönheit und Kraft ihrer Worte berühren mich, bringen mir Freude, geben mir Impulse und Heilung, wovon die Welt reichlich benötigt. Darum wünsche ich uns allen, dass dies nur der Beginn einer ganzen Reihe von Bänden ist.

Lassen Sie sich berühren von ihrem ersten Werk.

Claudia Domke, Heikes Schwester

Danksagung

Mein ausdrücklicher Dank gilt allen Menschen, die mich bei meinem ersten Gedichtband unterstützt haben, und all den Menschen und Umständen, an denen ich wachsen durfte.

Ich bin natürlich meiner Seele dankbar, dass sie mich – wenn auch über einen sehr schmerzvollen Pfad – auf meinen ganz eigenen Weg führte.

Es ist mir besonders wichtig, meiner von mir sehr geliebten Familie hier ganz besonderen Dank und meine tiefe Verbundenheit auszudrücken:

Ich danke ...

... Christa und Horst, meinen Eltern, die mich in bedingungsloser Liebe mein ganzes Leben lang mit Hingabe und Fürsorge in jeglicher Hinsicht unterstützt haben.

... Claudia, meiner Schwester, die mir unermüdlich in Liebe zur Seite stand und meine Freundin wurde.

... Matthias, meinem Bruder, der mir stetig seine Liebe und guten Gedanken schickte.

... Holger, meinem Ehemann, für sein Mitgefühl und beeindruckende Gelassenheit, und

... Natalie und Dominik, unseren beiden wundervollen Kindern, die sich entschieden haben, unser Leben mehr als zu bereichern.

Mein Dank gilt auch allen Menschen, die hier unerwähnt bleiben, da sonst die Gedichte zu kurz kämen, und die es doch wert wären, genannt zu werden.

Jetzt wünsche ich Ihnen viel Freude beim Lesen meiner Gedichte und beim Betrachten der Wunder-Vollen Aufnahmen.

In Liebe

Heike Domke-Henkel



Meine Gedichte

Ich traute mich nicht, ein Dichter zu sein,
nicht, weil es mir nicht gefällt.

Ich fand meine Gedichte zu einfach und klein,
ich schrieb sie für mich und nicht für die Welt.

Meine Schwester fand meine Gedichte sehr schön.

Sie spornte mich an und machte mir Mut.

Sie hat in mir das Potenzial eines Dichters geseh'n
und ist sicher, die Gedichte tun andern auch gut.

So kann ich nun meine Gedichte vortragen
und freue mich, wenn sie auch Ihnen gefallen.

Und wenn mal was schiefeht an manchen Tagen,
ich steh auf wie ein Kind, das mal hingefallen.



Werden

Mit Willen und Wollen, mit Mut und mit Kraft
treibt es der Sehnsucht entgegen.

Mit Eifer und furchtlos steht fest und geht sicher
auf ganz verschiedenen Wegen.

Die Idee im Funken, sie verteilt sich sogleich,
wird größer nach allen Seiten.

Versprüht und verschenkt sich mit aller Macht
und zieht bis in alle Weiten.



Körper und Haare

Ich bin nicht mein Körper und nicht meine Haare,
auch wenn es vielleicht so scheint.

Ich bin mehr als die Hülle oder was ich habe,
ich bin mit der Schöpfung vereint.

Ich brauche den Körper, um hier zu leben,
mit ihm kann ich fühlen und reifen.

Ich habe die Wahl, ich kann nehmen und geben,
ich will das Leben begreifen.

Ja, ich bin und ich bin mir gewahr
und ich bin hier im Leben,
um der Welt das zu geben,
was der Grund für mein Leben und Kommen war.



Die eigene Spur

Jeder Mensch, egal wie lang er auf Erden lebt
und ob sein Leben in Moll oder Dur,
er hat sein eigenes Kleid mitgewebt
und hinterlässt seine eigene Spur.

Wie ein Stern am Firmament,
wir können sein Leuchten noch seh'n,
auch wenn sein eigenes Licht nicht mehr brennt,
es scheint oft sehr hell noch und schön.

Sehnsucht, Sinnsuche, der Kreis, er schließt sich
beim Schauen von Sternenglanz.
Lächeln und Glück im Herzen ergießen sich,
am Anfang und Ende da sind wir ganz.



JCH

Ich bin ich, und ich bin, wie ich bin.
Ich schau nach außen und ich sehe dich.
Ich schau in den Spiegel und sehe mich.

So wie du kann ich mich nicht von außen seh'n.
Und ich kann uns vielleicht nie ganz versteh'n.
Ich bin ich und ich bin.

Manchmal wär ich gern du, dann könnte ich mich –
so wie du mich – von außen seh'n.
Vielleicht könnt ich mich und auch dich,
dann ganz anders versteh'n,
könnt ich einmal mich, wie du mich,
mit deinen Augen seh'n.

Wärst du einmal nur ich,
vielleicht könntest du mich und auch dich
in manchen Dingen besser versteh'n.
Würdest du einmal mich, wie ich dich,
durch meine Augen seh'n.



Die Entscheidung

Die Entscheidung liegt bei mir,
das konnt ich nicht versteh'n.
Ich dachte stets, sie liegt bei dir
und ich muss mich verdreh'n.
Ich fühlte mich oft hilflos nur,
bedeutungslos und klein.
Ich war auch traurig, still und stur,
konnt' niemals sagen „Nein“.
Ich hörte meine Seele nicht,
ich deckte vieles zu.
Sah nicht einmal mein eigenes Licht.
Ich sehnte mich nach Ruh.

Vom Kopf, da war mir vieles klar,
doch fühlt' ich nicht mein Herz.
So viel' Probleme, die ich sah,
und plötzlich kam der Schmerz.
Zu groß, um ihn zu überhör'n,
da blieb mir keine Wahl,
ich konnte ihn nicht mehr einsperr'n,
zu groß war meine Qual.

So fang ich an mit kleinen Schritten,
mein eigenes Herz zu spüren.
Ich selbst kann nur mein Leben leben,
ich selbst kann mich auch führen.
Drum werd' ich jetzt und auch in Zukunft,
mein bester Freund selbst sein.
Niemand darf sich selbst vergessen,
zur Selbstliebe lade ich ein.