

**ein Mutmach Gedicht** von Eva-Maria Admiral

TEXT darf nur mit NAMENSnennung weitergegeben und gelesen werden

Danke

Eva-Maria Admiral

Dieses <mutmachgedicht widme ich allen die Betroffen sind – ABER *Wer sich so einer Arbeit widmet wie Sie , hat vielleicht auch eine persönliche Schmerzengeschichte hinter sich . und ist auch in irgendeiner Form Betroffen....Sie sind eingeladen die Augen zu schließen – der Text ist nur für Sie*

Schau dich an!

..Ich sag: Schau dich an!

Du bist hier.

Sieh nur, was aus dir geworden ist!

Schau dich an, sag ich, denn das alles.... das gehört dir.

Der ganze Moment und alles, was in ihm verborgen ist.

Ich sag: **Schau dich an!** Deine Knie waren

*kaputtgeschlagen*. Und jetzt:

--Du bist **hier**.

Und wenn man nicht so genau hinschaut, sieht man nicht mal mehr die Narben.

Und Ja, du lagst am Boden,

Ja, man hat dir ein Bein gestellt, Man hat dich bespuckt, beschimpft, belogen, Ja, du hast nächtelang geweint.

Aber hey, schau dich an:

Du standest auch wieder auf.

Und jetzt-

bist du hier.

Ich sag: Sei stolz auf dich! **Gott** und Du ihr habt Großes erreicht.

Ich sag ja gar nicht, dass es leichter wird ab jetzt.

Und du hast dir verdammt hohe Ziele gesetzt. Aber

immerhin, sag ich: du bist hier .....

Und ja, du hast gedacht, deine **Geschichte** sei dein Schatten.

Aber genau **das** ist auch dein Licht. Ich sag: schau doch, wie du **leuchtest!** Das sieht die ganze Welt!

Ich sag: Gib nicht auf! Du bist so weit gekommen!

**Dich hat Gott an der Hand genommen**

und schau dich an: --du bist hier

Und das, sag ich, das verdankst du auch dir:

**Ich mag nicht, dass du vergisst, was alles in dir steckt.**

Und Ja, du warst bereit dich aufzugeben.

Nein, es war kein leichtes Leben. Ja, es gab Steine. ---Ja, du warst ziemlich lang alleine,

Aber Ich sag: Schau dich doch an! Was du alles hast!

Ich sag: **Du lebst dein Leben.**

Und das machst du gut. Ich sag: Du kannst so viel geben!  
Verlier nicht den Mut!

Ich sag: Schrei's in die Nacht:---

Du bist FREI

*Du musst niemanden mehr um Erlaubnis fragen!*

Ich versteh schon , ...das hier fühlt sich nicht an wie das Ziel...

Und ich glaub auch nicht, dass es das ist.

Aber von allem, was geht, ist das hier schon viel.

-Ich will, dass du weißt:

Läuft bei dir!

Und, dass du überreißt: Dein Gott, er ist hier.

ich sag: Ich weiß,.. es fällt dir schwer dran zu glauben.  
Ich weiß, du hast Zweifel an dir!  
Aber, sag ich,... lass dir deinen **Moment** nicht rauben!  
Du hast es geschafft, sag ich: ...  
Du bist hier!

Ich sag: Das, was dich besonders macht, dein Funken und  
SEIN Licht, hat dich bis hierher gebracht, **deshalb schäm**  
**dich doch nicht!**

Ich sag: Schau dich an!  
Schau: die ..Todessehnsucht , Ängste und Verletzungen  
hast du überwunden.  
-Wenn auch nicht für immer und manchmal nur für den  
Moment.- Aber immerhin **den** , den **hast du gefunden**.

Gott sagt:  
Schau dich an. Du bist **hier**.  
Fürchte dich nicht .  
ich habe dich erlöst  
Ich habe dich **bei deinem Namen** gerufen ,  
**du bist mein**.

**Eva-Maria Admiral**

-