Copyright
Jasmin Kühn

Schau auf die Uhr sehe den Sekundenzeiger schweifen. Schweifen über's Zifferblatt.

Ich kann's nicht glauben, wie schnell der Tag vergeht.
Heute schreibe ich zweitausendeinundzwanzig.
Es ist eine Zahl doch hat es viel aus mir gemacht.
Ich sehe mich weinen, Erinnerungen bleiben, ich brauche keine großen Reden sondern einfach das Gefühl von früher.
Denn es ist wie am allerersten Tag.
Ja, wie am ersten Tag.

Denn meine Narben auf der Seele sie fühlen sich ein bisschen an wie damals.
Auch wenn jetzt alles vergangen ist.

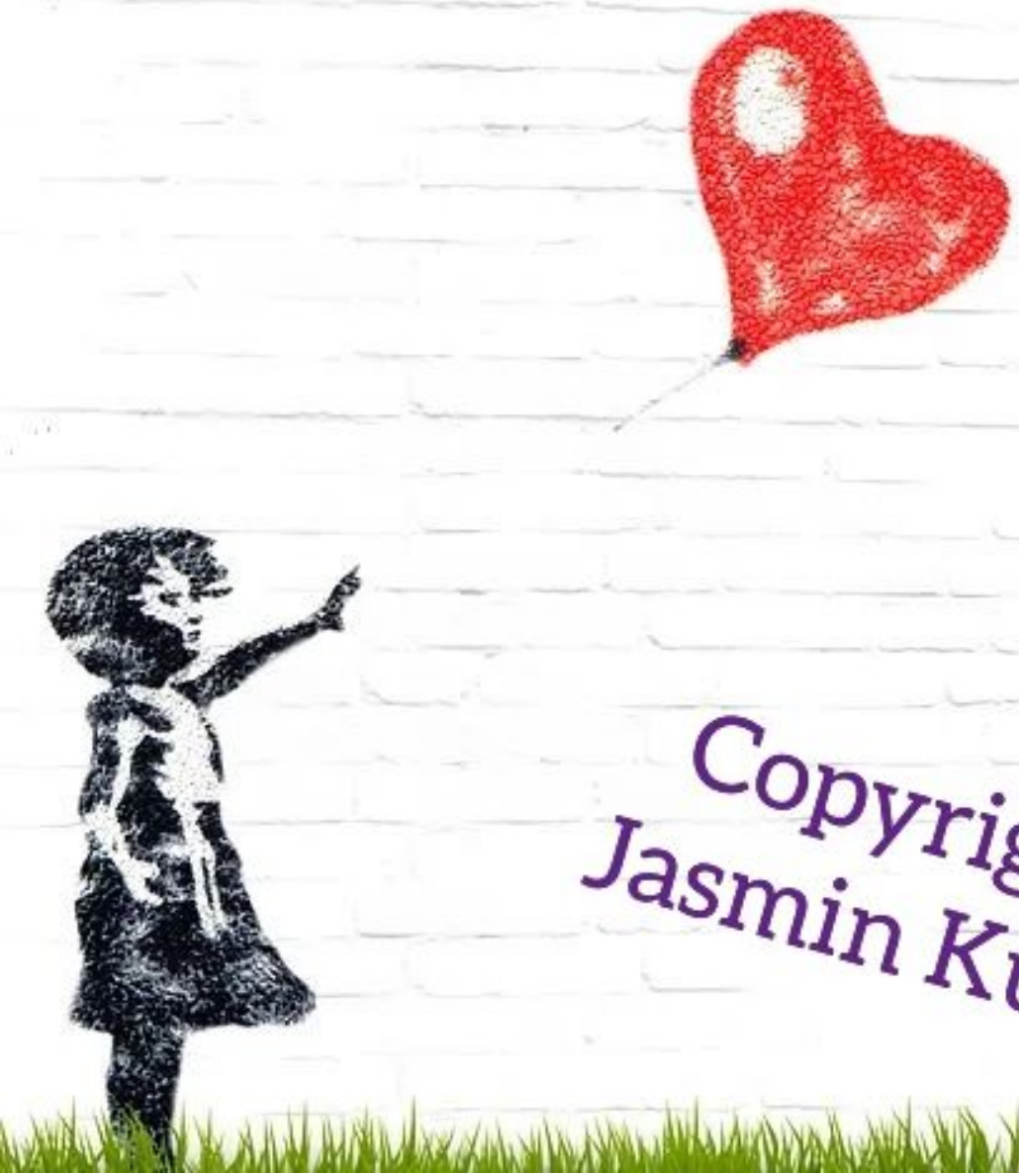
Ich schreibe gerne Texte denn dabei sehe ich mich lachen,
ja weil all die Erinnerungen bleiben.

Es war nicht immer schön und auch nicht immer leicht, doch es erinnert mich an jeden einzelnen Tag.
Auch wenn die Sonnenstrahlen sich färben und alles neu ist, denke ich gerne an früher.
Ich brauche keine Geschenke und keine langen Baladen, ich brauche die Zukunft, die mir glücklich erscheint.
Die Sehnsucht möchte ich nicht spüren, denn nichts im Leben ist einfach.
Ich lass einfach los, was mich belastet.
Halte kurz die Luft an und schaue nach innen,
vorbei die Zeit, die Kummer mir gegeben hat.
Es gibt viel Grund für mich zu gehen, ich sehe Zugvögel wie sie weit in die Unendlichkeit fliegen.
Sie sind unverwundbar einfach stark.
Zum ersten Mal weiß ich, ich lebe im jetzt.
Ich spiele keine Spielchen, denn ich liebe die Ehrlichkeit, ich lache lieber laut und spreche alles am liebsten direkt aus.
Manchmal da wäre ich gerne anders, doch das geht auch irgendwann wieder weg.
Denn ich bin einfach nicht perfekt möchte es auch nicht sein.
Ich esse gerne Süßes, das ist mein Lieblingsessen an manchen Tagen.
Doch reicht es nicht wenn ich mich selber mag?
Manchmal wäre ich gerne anders doch das geht eines Tages wieder weg.

Ich bin lieber echt und einfach unperfekt.
Hauptsache ich gefall mir so wie ich bin.
Denn aus jedem Tiefpunkt wird auch wieder alles anders.
Ich bin auf meine Art und Weise gut genug und auch perfekt.

Copyright
Jasmin Kühn

Copyright
Jasmin Kühn
Depressionen können wieder vergehen,
wenn du mehr weißt über dich.
Manchmal liegst du jeden Tag im Bett, denn alles zerrt an deinen Kräften.
Doch heute kann ich sagen, auch diese Zeit vergeht.
Denn es gibt wieder sonnige Zeiten.
Glaub daran auch die schwierigste Phase vergeht.
Du kannst auch ruhig mal mit einem Psychologen reden.
Denn der kann dir auch mal sagen,
du musst all das nicht alleine ertragen.



Heute weiß ich, ich kann dazu
stehen.

Depressionen haben eine
lange Phase, doch auch diese
vergehen.

Ich kann auch tanzen bei
Gewitter, denn ich spreche
jetzt lieber direkt alles aus.

Manchmal wär ich gerne
perfekt, doch auch diese Zeit
vergeht.

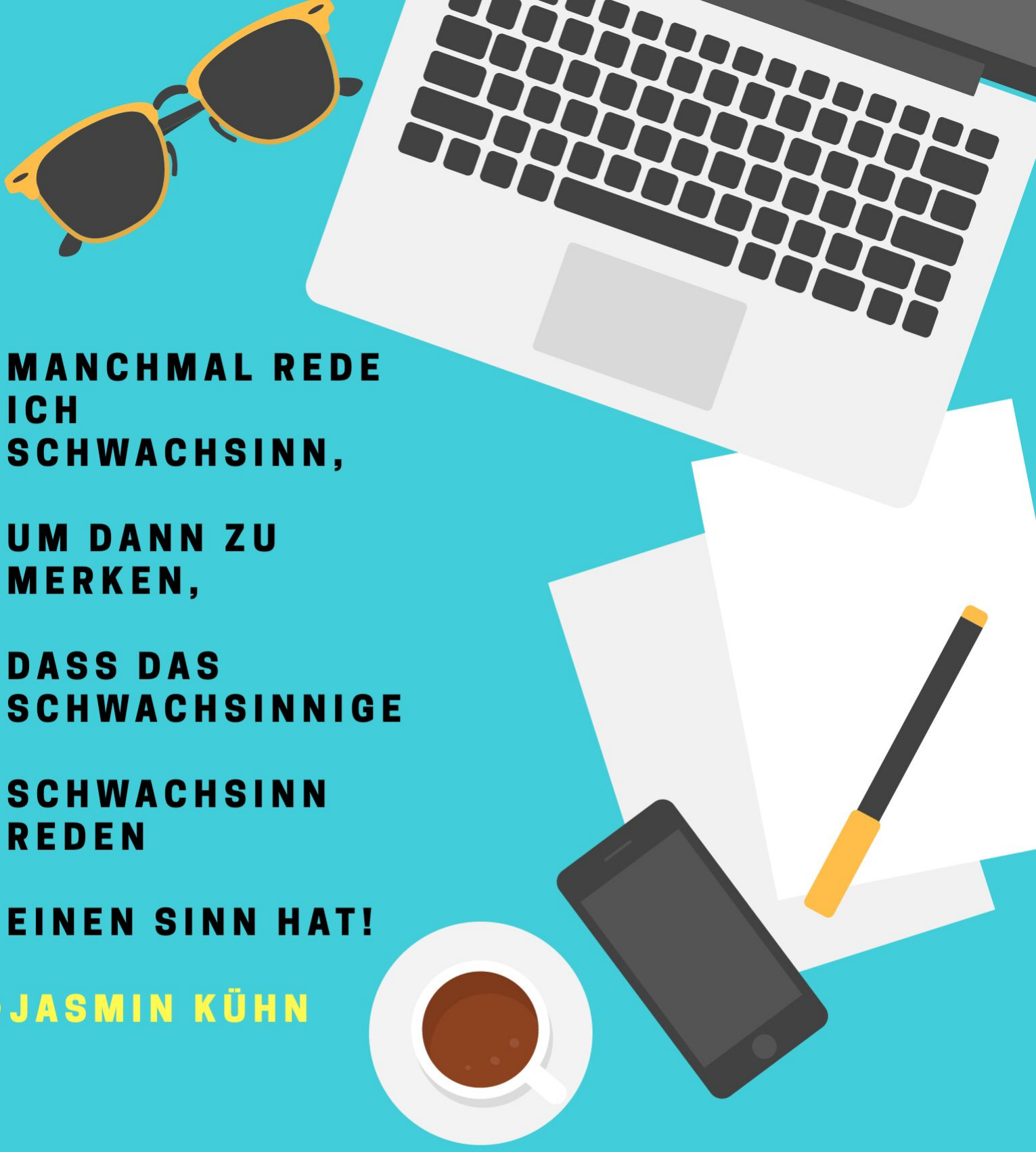
Denn perfekt sein, brauche
ich nicht.

Ich wäre dann einfach nicht
mehr echt.

Copyright
Jasmin Kühn

Kleeblatt am Wegesrand, was bist
du doch so schön.
Hast Blätter grün wie eine Wiese,
die Kraft in dir bringt Glück,
auf unserem weiteren Wege.
Copyright
Jasmin Kühn

MANCHMAL DA LAUF ICH IN DIE FALSCHE RICHTUNG
UND ICH NENN ES VERRÜCKTES LEBEN
UND PLÖTZLICH KOMM ICH DOCH ANS ZIEL
ICH DENK, ACH IST DAS WUNDERBAR!



MANCHMAL REDE
ICH
SCHWACHSINN,

UM DANN ZU
MERKEN,

DASS DAS
SCHWACHSINNIGE

SCHWACHSINN
REDEN

EINEN SINN HAT!

© JASMIN KÜHN

Wohin mit den Kindern

Wohin mit den Kindern wohin?

Jetzt sind sie weise auf einer großen Reise.

Hände so zart, Füße schwer, sie können nicht mehr.

Wer nimmt sie auf, wie weit wird es gehen,
werden sie jemals ihre Familie wiedersehen?

Was in so kleinen Köpfen vor geht,
kann niemand, der nicht flüchtet verstehen.

Plötzlich, da kamen die Bomben, alles war zerrissen,
doch am meisten,
waren es die Seelen der Kleinen.

Wohin sollen sie gehen,
wer wird sie verstehen,
sie möchten doch einfach in die Schule gehen.

Copyright einfach_gluecklich09

MANCHMAL IST DAS LEBEN WIE EINE
ZITRONE,
MAL SAUER
UND DANN WIEDER LUSTIG!
© JASMIN KÜHN

Abwarten mit der Zeit

Wir schauen uns die Medien an
und fühlen uns machtlos.
Sie machen uns das Leben schwer
und wir schauen einfach weiter,
anstatt selbst aufzustehen und auf
den Kampf zuzugehen.
Denken es wird schon weiter
gehen, doch was wirklich passiert,
dass ahnen wir nicht.
Wenn wir aus dem Fenster
schauen, dann sehen wir Stille und
keiner ahnt warum.
Wir wollen etwas verändern, doch
keiner traut sich was zu tun.
Warten auf irgendwann, irgendwo
irgendwie, irgendwer.
Das Leben wird weiter gehen, und
alles was schön ist zerstören, wenn
keiner von uns anfängt all das
ernst zu nehmen.
Wollen wir weiter zuschauen, was
passiert?
Wollen wir weiter zuschauen,
nichts tun, verkriechen,
wegschliessen, und denken, andere
werden schon vieles dafür tun?

Aufstehen, raus gehen, alles
geben, nichts weglassen,
niemanden unsere Zukunft
verbauen lassen.

Oben geht's weiter

Hier geht's weiter

Schauen, vertrauen, mitmachen,
alles machen, nichts weglassen,
zulassen, anpassen, nichts
verpassen, sich nicht klein fühlen,
sicher fühlen, stark sein.

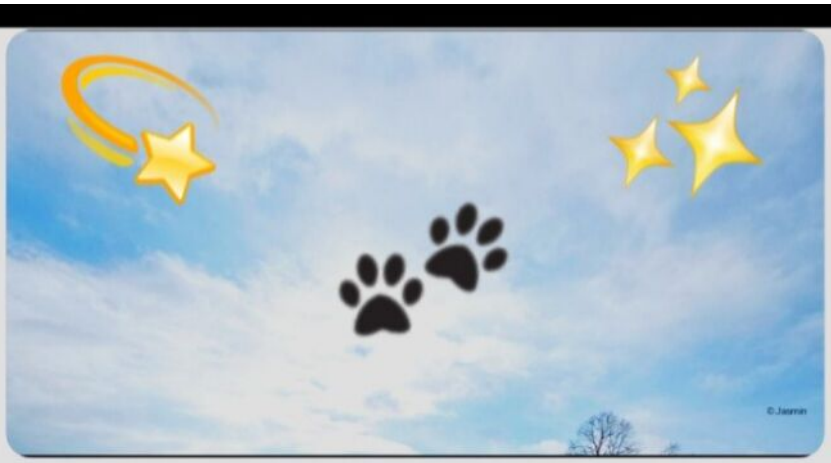
Irgendwann werden wir aus dem
Fenster schauen und alles wird
anders sein.

Plötzlich stehen alle auf und
gehen raus, sie lassen sich nichts
mehr sagen und werden ganz laut.

Nicht sagen Einer schafft es nicht,
nicht sagen ich kann das nicht.
Einer schafft viel, einer schafft
alles. Und plötzlich gibt es keine
Zuschauer mehr. Plötzlich stehen
wir alle auf gehen raus, machen
vieles daraus.

Abwarten mit der Zeit,
ist unsere Zeit.
Wir haben die Möglichkeit!!

© Jasmin



Meine Pfoten haben Spuren in deinem Herzen hinterlassen.

Ich weiß, du kannst es noch nicht fassen,
dass ich hab dich verlassen.

Jetzt darf ich mit den Engeln fliegen,

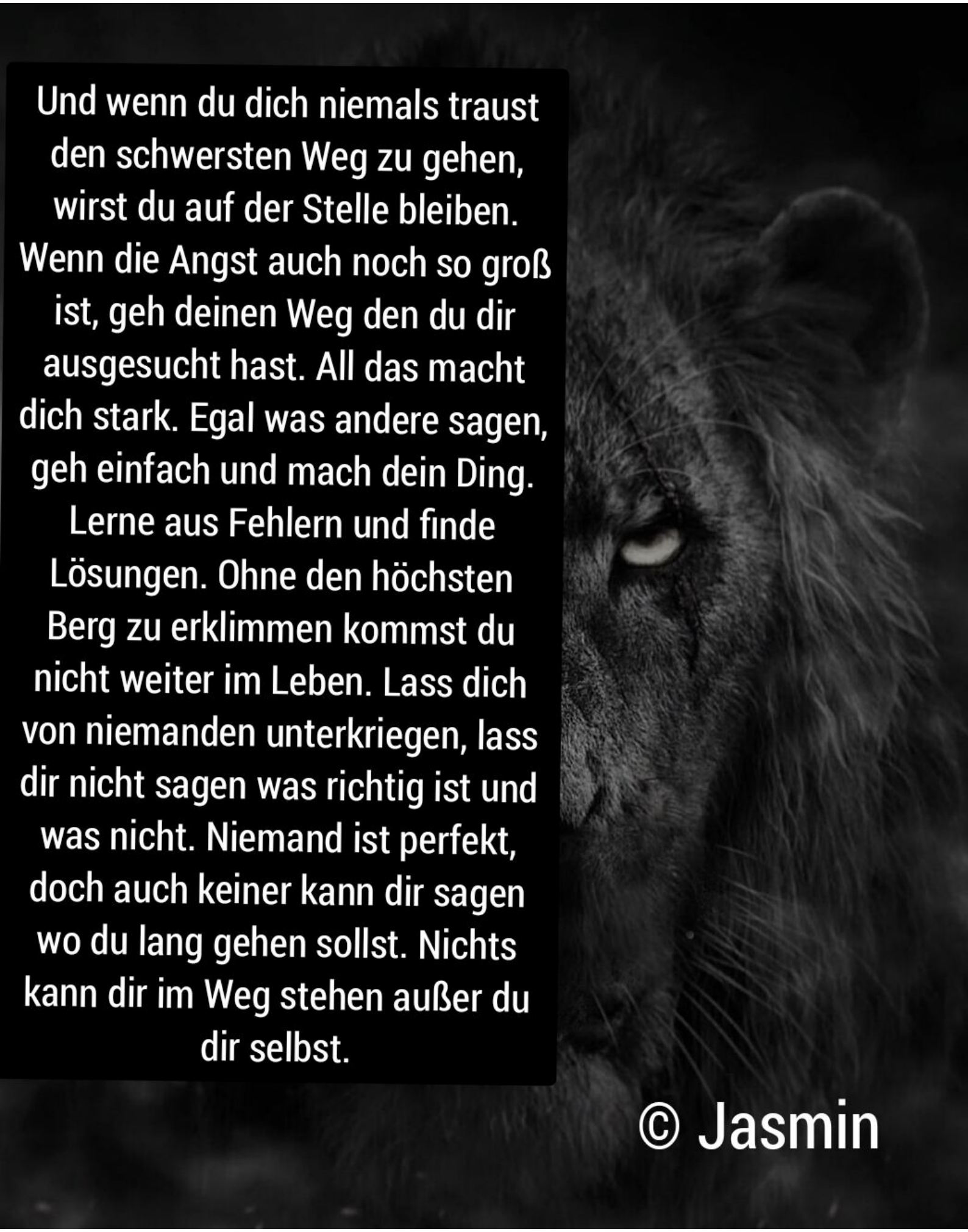
bleib stark, jetzt in dieser Zeit, bin nicht weit entfernt, im Raum nebenan, da geht mein Leben weiter.

In meiner Brust da schlägt ein Kämpferherz,

es gibt mir Kraft, dass es für mich schlägt.

Es tut so gut, dass ich leben darf.

Es läuft so viel verkehrt auf dieser Welt. Doch ich hab mir geschworen, ich gebe niemals auf!


Und wenn du dich niemals traust den schwersten Weg zu gehen, wirst du auf der Stelle bleiben. Wenn die Angst auch noch so groß ist, geh deinen Weg den du dir ausgesucht hast. All das macht dich stark. Egal was andere sagen, geh einfach und mach dein Ding. Lerne aus Fehlern und finde Lösungen. Ohne den höchsten Berg zu erklimmen kommst du nicht weiter im Leben. Lass dich von niemanden unterkriegen, lass dir nicht sagen was richtig ist und was nicht. Niemand ist perfekt, doch auch keiner kann dir sagen wo du lang gehen sollst. Nichts kann dir im Weg stehen außer du dir selbst.
© Jasmin

© Jasmin

Handicap oh Handicap,
wie weit willst du noch gehen,
ich wollte auf einem geraden
Wege gehen.

Umwege führen mich oft an
mein Ziel,
manchmal ist es für mich
etwas viel.
Wie lange soll das noch weiter
gehen,
ich kann dich nicht verstehen.

Möchte wissen, was du willst,
geheimnisvoll bist du in
meinem Leben,
lass mich von dir nicht mehr
verbiegen.

Du hast mir vieles angetan,
positiv und negativ war ich
eingestellt,
dass ist was ich nicht mehr
will.

Vergangenheit soll nun ruhn,
sodass ich lachen kann wie
du.

Atmen viel mir oft schwer,
ich konnte nicht mehr.

Kindheit war kein
Zuckerschlecken,
doch all das will ich vergessen.

Für meine liebste Oma

Fremde Person und doch ganz nah.
Deine Hände so samt wie Seide,
fast so als wenn ich meine Hände mit Handschuhe kleide.
Deine Nähe gibt mir Wärme,
dein Vertrauen gibt mir Kraft.
Denke jeden Tag an dich.
Gemeinsam lachen bis die Tränen kommen,
kaum kommt der nächste Atemzug ist der Tag auch schon vorbei.
Dein Herz ist wie Seide ein Hauch von Liebe spüre ich hier.
Meine Augen glänzen wie ein Kind im Sonnenschein.
Das Wunder kann ich nahm es an, dein Herz schlägt in meinem voller Liebe und Geborgenheit.

In Liebe deine Enkelin

© Jasmin Kühn

In Liebe zu dir!

Von Hamza an Mama

Egal wie schwer es war Mama du warst für mich da!
Hast mich begleitet in schweren Stunden gemeinsam haben wir alles überwunden!
Hamza Engel nennst du mich da darf niemand etwas anderes sagen.

Ich sage dir mit lieben Worten: Das Himmelszelt ist gar nicht klein,
die Wolken schweben hier so fein.
Meine Augen waren schwer, und mein Herz wurde leichter wie eine Feder auf Papier!

Ich hab nur den Raum gewechselt aber nicht die Liebe zu dir!
Sei nicht traurig es ist zwar schwer,
doch Mama ich sage dir :
Der Himmel ist nicht weit entfernt, die Sterne oben am Himmel die senden dir eine fröhliche Stimme!
Ich war glücklich bei dir, doch was ich nicht will, ist das dein Herz weint!

Lass dich tragen in schweren Tagen denk an Schnuffel dann strahlt Dein Herz!

Ich bin zwar fort,
doch auch sehe ich von oben Dein Lachen und Freude in deinem Herzen toben!

Ich bin bei dir auch wenn ich nicht in deinen Armen liegen kann!
Schließe die Augen frage nach mir,
und ich Mama bin ganz nah bei dir!
Doch Mama bitte höre mir zu :
Die Schmerzen sind jetzt fort und ich kann jetzt nach Schnuffel tanzen mit den Engeln hier oben da kann ich super toben!
Lache weiter auch ohne mich denn eines das will ich nicht :
Das du für immer traurig bist!
Spreche meinen Namen aus wie früher denn so wirst du merken,
mein Herz ist in deinem Körper!

Dein Hamza Engel!

Geschrieben am 17.12.2016 von
©Jasmin Kühn

Mein Ursprung

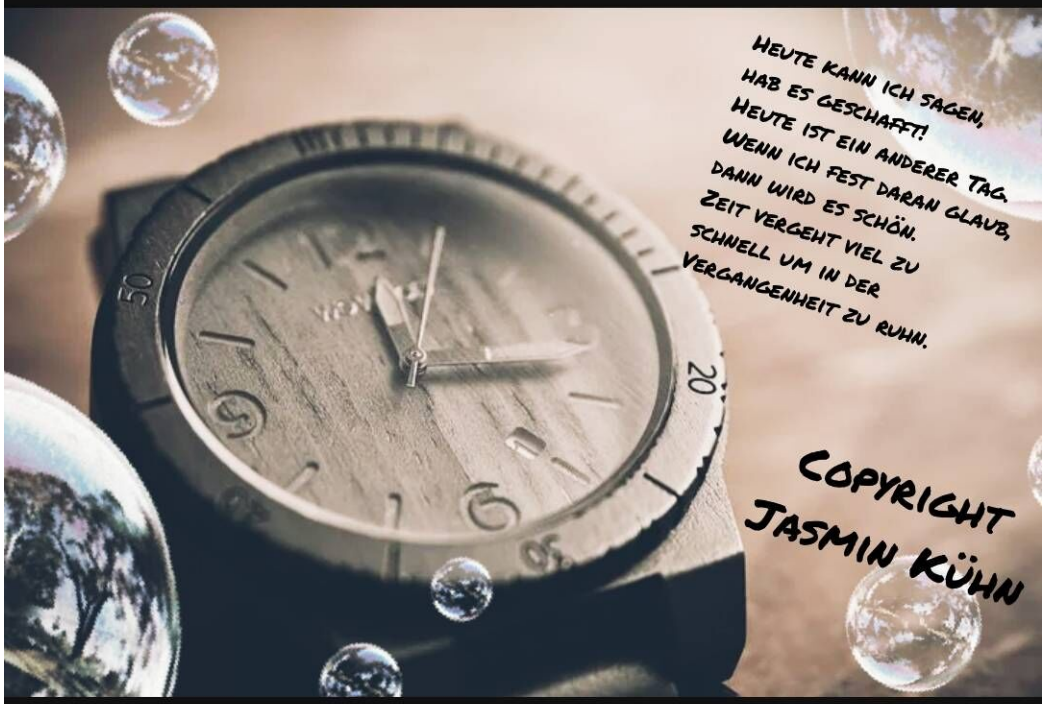
Irgendwie bin ich anders
und irgendwie bin ich ich.
Was mach ich falsch welches Denken ist richtig?
Hab lang nachgedacht und jetzt ist es soweit.
Wo seit ihr?
Mein Ursprung?
Wo seit ihr wenn ich euch brauch. Ihr wart vieles für mich,
ihr wart Da und doch weit entfernt! Eltern sind ja was sind sie eigentlich?
Unser Vorbild?
Unser Vertrauen?
Was denken Eltern?
Wie fühlen sie?
Wie sehen sie Kinder?
Eltern ihr gabt Versprechen und haltet sie nicht!
Wo seit ihr wo ist euer Herz?
Eure Worte sind verblasst wie in einer Blase mit ganz viel Schaum!
Wann sehen wir uns wieder ist da immer noch Vertrauen?
Wie lange darf ich dann auf euch baun?
Seht ihr mich?
Habt ihr noch Gefühle?
Schlaft ihr ruhig in ewiger Liebe?
Was bin ich für euch?
Bin ich euer Kind?
Oder war da nur ein stürmischer Wind?
Ich dachte ich bin auf ewig angekommen
doch das bin ich nicht!
Eltern was wollt ihr?
Eltern wo seit ihr?
Ein Leben ohne euch ist wie ein Windhauch
der langsam vorüber zieht.

In Liebe

© Jasmin Kühn

Gestern und Heute
Das gestern war doch erst das Heute
Das Heute ist bald das Gestern
ach was rede ich hier bloß?
Regen kann morgen Sonne sein wer weiß das bloß.
Der Schmetterling war gestern noch eine Raupe und heute ist ja was ist er heute bloß?
Flügel schlagen auf und nieder er bewegt sich plötzlich immer wieder.
Denn das Heute ist jetzt gestern und gestern war alles anders.
Das Heute wird bald morgen sein,
doch was morgen kommt das wird ein Wunder sein!
© Jasmin Kühn 2017

SPEICHERN



Schneiden Filter Anpassen Effekt Anpassen Text Stic

LAUFE

FÜHLE DICH FREI,
DER WEG IST WUNDERBAR!
GEHE, ALS GÄBE ES KEIN MORGEN!
GENIESSE DEN MOMENT,
HALTE DURCH,
AUCH WENN DU DIE GRÖSSTE
HÜRDE ÜBERWINDEN MUSST!

©Jasmin Kühn