

## **SCHMERZ**

Oh, Schmerz

als unerwarteter und ungebetener Gast  
durchbrichst Du meine eingefleischten Gewohnheits-Muster.

Du Störer meines schmerzscheu-verängstigten Eingerichtet-Seins.

Verschwinde wieder, schnell!

Nein ....

Verweile eine Weile.

Mein EGO kränkend –  
das ICH stärkend.

Inmitten präsenter Untätigkeit.

ICH danke Dir für Dein Kommen,

oh, Schmerz