

Machogehabe

Ein Mann, der liebt, ganz ohne Frage,
vor allem sein eigenes Machogehabe.
Er stellt sich auf den höchsten Sockel,
und wirkt er dort auch nur wie'n Gockel,
er ist überzeugt von sich.
Fürchterlich.

Die Garderobe nur vom Feinsten,
manikürt, parfümiert und geliftet sicherlich,
hält er für den Schönsten sich.
Fürchterlich.

Natürlich sieht man ihn auch schauen
nur nach den allerschönsten Frauen.
Innere Schönheit, danach sieht er nicht.

Eine Frau, wenn sie schon über dreißig ist,
die interessiert ihn nicht.
Sie muss jung sein, klug sein muss sie nicht;
er braucht sie ja als schönen Rahmen nur für sich.

Doch ist er pleite, rächt es sich.
Dann fällt er unweigerlich
vom Sockel, der Gockel.

Sowieso mehr Schein als Sein,
ist er plötzlich ganz allein.
Und sieht die Frau, die über dreißig ist,
ob die jetzt noch zu haben ist?

Doch die sieht hinter die Fassade
und darum über ihn hinweg.
Sie weiß genau, dass sie gerade
für ihn nur Mittel ist zum Zweck.

Denn wird's ihm wieder besser gehn
wird wieder sie im Regen stehn.
So steht er da, mit gerupften Federn
und Falten im Gesicht.

Doch Mitleid mit ihm hat sie nicht.
Mit stolzer Haltung und amüsiertem Blick
lässt sie ihn hinter sich zurück.

Morgens Fango - abends Tango

Ach wie tut die Hüfte weh,
schon des Morgens in der Früh.
Darum denkt sie seit Tagen nur,
Gott sei Dank geht's bald zur Kur.

Und dann endlich angekommen,
wird gleich ins Visier genommen,
für wen ein zweiter Blick sich lohnt.
Ja, da wird sich nicht geschont.

Ein Zwinkern hier, ein Zwinkern dort,
Flirten ist hier auch ein Sport.
Und man weiß seit langem schon -
auch das ist Rehabilitation.

Doch wie auch fast ein jeder weiß,
vor der Freude kommt der Schweiß.
Die Pritsche quietscht,
die Kranke stöhnt,
sie quält sich rum auf allen Vieren -
kann sich kaum noch rühren.

Nun ist die Anwendung geschafft,
mühselig wird sich aufgerafft.
Zur Mittagszeit gut ausgeruht
und schon fasst man neuen Mut.

Schließlich hat man doch gehört,
heut' Abend gibt's ein Kurkonzert.
Vorsichtig mal strecken, bücken,
und man merkt voller Entzücken,
dass alles schon viel besser geht,
dem Abend nichts im Wege steht.

Abends dann beim Kurkonzert
wird man von der Musik betört.
Dann eine Stimme: "Darf ich bitten?"
Oh, was für ein toller Mann.
Ob sie ein Tänzchen wagen kann?

Eins zwei drei im Wiegeschritt,
da macht sogar die Hüfte mit.
Und plagt sie sonst auch noch die Gicht,
selbst davon merkt sie heute nichts.

Morgen ist dann ein neuer Tag,
voller Mühen, voller Plag.
Da wird's zwicken, da wird's ziehn,
dann kann man wieder kaum noch gehn.

Doch abends, wenn Musik erklingt
auch wieder unsre Hüfte schwingt.
Und das nennt man dann Wunder pur.
Und die gibt's eben nur zur Kur

© Ursula Schittenhelm

An die Frauen

Ach Ihr Frauen, seid doch klug
die Männer sind gestresst genug.
Sie müssen zur Firma,
im Haushalt putzen,
im Garten noch die Bäume stutzen
und zeigen sie, was sie getan,
dann macht ihr sie noch an.

Jeder weiß, was der Volksmund spricht:
"Mühe allein genügt noch nicht."
Doch liebe Frauen, habt Geduld,
denn nicht allein der Mann ist schuld.

Wie hat ihn die Mama verwöhnt,
wenn täglich er ihr vorgestöhnt
wie schlimm die Arbeit wieder war,
der Chef war schuld, das ist ja klar.
Dann wurde in Watte er gepackt,
das ändert sich nicht über Nacht.

Lasst ihn nur machen, euren Mann,
und geht's auch langsam nur voran,
gebt ihm ein Küsschen hier und da,
denn letztendlich ist doch klar,
wenn ab und zu er auch mal patzt,
er ist und bleibt doch - euer Schatz

© Ursula Schittenhelm

Leben auf Zeit

So vieles hält das Leben bereit,
Liebe und Lust, Scheidung und Frust,
Glück und auch Leid.
All das hält das Leben bereit.

Du erlebst Gewinn und Verlust,
Frohsinn und Zärtlichkeit.
Genuss bis zum Überdruß -
auch das hält das Leben bereit.

Du hältst dich selbst an der Hand,
bist zu allem bereit,
weigerst dich loszulassen,
doch irgendwann ist es Zeit,
ja - auch das hält das Leben bereit.

Denn das Leben,
es ist nicht unendlich -

es ist immer ein Leben auf Zeit.

© Ursula Schittenhelm

Die liebe Verwandtschaft

Die Verwandtschaft ganz gewiss,
nicht unbedingt das Beste ist.
Vertraust du ihr, weil ja verwandt,
verrät sie dich, weil intrigant.

Gerade noch dachtest du,
du könntest ihr trauen,
schon sind die Beine dir weggehauen.

Hast du Erfolg - Gratulation,
doch die Verwandtschaft stichelt schon:
"Gott, gibt die an; was war das schon."

Harmlos sie dir ins Auge blicken,
doch du spürst schon den Dolch im Rücken.

Und kommt dann noch der Spruch:
"Wir lieben dich",
denkst du nur noch:

Auf eure Liebe pfeife ich!

© Ursula Schittenhelm

Die Dohle im Garten

Die Katzen durch den Garten schleichen,
die Dohle zu vernichten.
Doch die ist niemals zu erreichen,
sie kann beizeiten flüchten.

Ein jahrelanges Hin und Her,
fast wirkt es wie ein Spiel,
doch fauchen sie auch noch so sehr,
sie kommen nicht ans Ziel.

Die Dohle putzt sich ihre Federn
und zwitschert vor Vergnügen,
denn sind die Katzen noch so schnell -
sie weiß ja - sie kann fliegen.

© Ursula Schittenhelm

Auch das ist Glück

Ist dir das Herz einmal schwer –
sieh auf dein lachendes Kind.
Glaubst du, dass niemand dich liebt –
sieh auf dein lachendes Kind.

Glaubst du, es geht gar nicht mehr,
hilft er dir – der Blick auf dein glückliches Kind.

Glaubst du, du wirst nicht gebraucht,
weil kein Mann in die Arme dich nimmt,
wenn dich die Einsamkeit quält,
und die Zeit verrinnt,

dann denk daran – und vergiss es nie,
du wirst gebraucht – du wirst geliebt,
spür es, an jedem Tag, der neu beginnt,
es doch nur durch dich
so ein lachendes, glückliches Kind.

© Ursula Schittenhelm

Schweigen

Ihr sitzt wie so oft mit Freunden zusammen,
Geschichten erzählend, mit fröhlichem Lachen,
und wie immer hörst du, wie gut du es hast.
Selbstverständlich lächelst du höflich -
oh welche Last.

Du bist zu zweit und doch allein,
das Glück, das aus den Augen strahlt -
nur Schein.
Denn Schweigen ist in euren Herzen,
dringt immer tiefer in euch ein.

Du träumst von einer andren Welt,
wo nur dein eigener Wille zählt,
Was einmal war, ist bald vorbei,
dann bist du frei.

Soll denn eure große Liebe
wirklich ganz gestorben sein?
Gehst du jetzt nicht auf ihn zu,
bist du am Ende ganz allein.

Versuch doch einfach mal stattdessen
zu sagen, was zu sagen ist,
du musst das Schweigen überwinden,
weil Schweigen tödlich ist.

Sieh doch den Glanz in seinen Augen
und dieser Glanz ist nicht nur Schein.
Er liebt dich noch,
er kann's nur nicht so zeigen,
so sag ihm doch, du liebst nur ihn allein.

Dann hat auch er den Mut, das, was er fühlt,
zu zeigen
und was dann folgt -
darüber könnt ihr Schweigen.

© Ursula Schittenhelm

Ich liebe dich

Ich liebe dich, das heißt:
"Ich sehe überall nur dich;
du bist in mir, das fühle ich,
und ich weiß, du fühlst wie ich."

Ich liebe dich, das heißt für mich,
ich muss nie sagen, was ich denke,
denn ich weiß, du denkst wie ich.
Ich liebe dich heißt aber auch,
ich bin stolz auf dich,
weil ich weiß, dass unser Glück
aufgebaut auf Vertrauen ist.

Du machst mich froh und ich gestehe,
dass ich nur durch dich
durch mein Leben gehe.

Ich seh die Welt mit deinen Augen,
und aus Dunkelheit wird Licht.
Liebe schenkt uns Leichtigkeit
mit unendlichem Gewicht.

© Ursula Schittenhelm

Wieder allein

Du bist fort und ich frag mich, was bleibt.
Soll ich bereuen was war,
mich vergraben im Leid?

Du bist zurück in deiner Vergangenheit,
in deinem ständigen Einerlei.
wolltest niemals dorthin zurück
und bist nun wieder nicht frei.

Du selbst hast diesen Weg gewählt,
zurück in deine alte Welt.
Wenn ich es auch nicht fassen kann,
der Weg zu mir ist nun verstellt.

Nach dem, was nun geschehen ist,
gibt es zu mir kein Zurück.
Du hast dich entschieden,
ich wünsche dir Glück.

Man sagt, die Zeit heilt alle Wunden,
und ich hoffe, das gilt auch für mich.
Noch denk ich nur an unsre Stunden,
sehe ich nur dich und mich.

Höre deine Stimme, warm und so vertraut,
und sehe ich dein Bild vor mir,
brennt noch immer meine Haut.

Doch unterkriegen lasse ich mich nicht,
geh meinen Weg nun ohne dich,
gehe, den Kopf hoch erhoben
und mit stolzem Gesicht.

Ich gebe nicht auf -
nein, ich beuge mich nicht.

© Ursula Schittenhelm

Unsere Träume

Und ich gehe durch die Stille,
während Bäume mich umsäumen.
Nur die Blätter rauschen leise,
stören mich auch nicht beim Träumen.

Lass mich treiben nur vom Wind,
fern von Stress und Alltagsorgen.
Nur die Natur um mich herum,
und ich fühle mich geborgen.

Träume nehmen mich gefangen,
legen die Gedanken bloß,
dringen tief in meine Seele,
legen sanft sich in den Schoß.

Und ich lass sie weiterfliegen,
mit dem Wind bis hin zu dir.

Und dann sind es unsre Träume,
dann gehör'n sie dir und mir.

© Ursula Schittenhelm

Herbstspaziergang

Du gehst durch die Stadt,
jeder Schritt fällt dir schwer,
die bunten Sträucher, die Blumen,
du siehst sie nicht mehr.

Golden leuchtet das Laub im Licht,
zeigt des Herbstes schönstes Gesicht,
doch Kummer und Leid belasten dich,
darum siehst du es nicht.

Wie um dich zu trösten,
neigen sich Zweige dir zu,
streicheln sanft dein Gesicht,
und so kommst du zur Ruh.

Lässt dich auch streicheln vom Wind,
vergisst, was dich bedrückt,
und mit lächelndem Gesicht
kehrst du wieder zurück.

© Ursula Schittenhelm

Der Leierkastenmann

Auf der Straße erklingt leise
eine altbekannte Weise,
eine Weise, die kein Radio mehr bringt,
den Alten aber im Herzen klingt.
Sie hörten sie, als sie noch jung,
und nun weckt sie Erinnerung.
Erinnerung an eine längst vergangene Zeit,
und die Herzen werden weit.

Der Leierkasten, alt, doch hübsch bemalt,
hat einen Klang, der jedes Hi-Tech überstrahlt.
Denn Wärme strahlt aus dem Gehäuse,
auf eine unsagbare Weise.
Auch die Jungen bleiben stehn,
können dem Zauber nicht entgehn.

Der Leierkastenmann spielt
eine halbe Stunde,
dann aber nimmt er seinen Hut
und hält ihn in die Runde.
Da ist so mancher, der sich denkt,
er hat uns grad so reich beschenkt.

So ist der Hut, und das ist toll,
nach kurzer Zeit - randvoll!

© Ursula Schittenhelm

Kinder auf dem Weihnachtsmarkt

Bunt geschmückt und hell erleuchtet,
steht er da, der Weihnachtsbaum.
Und die Kinder stehn und staunen,
trauen ihren Augen kaum.

Bunte Kugeln, Sterne, Herzen
und dazu der Kerzenschein,
lassen Kinder und auch Eltern
in weihnachtlicher Stimmung sein.

Langsam gehen sie nun weiter,
bleiben immer wieder stehn
und dann können sie auch schon
ein Karussell sich drehen sehn.

Bittend schaun sie die Eltern an,
ob man wohl einmal fahren kann?
Hoch zu Ross als stolzer Reiter,
als Feuerwehrmann geht's dann weiter.
Wieder vergeht die Fahrt zu schnell,
denn schon hält an das Karussell.

Jetzt aber schnell noch etwas essen,
das hätte man ja fast vergessen.
Äpfel, Nüsse, Mandelkern,
essen alle Kinder gern.

Und zum Schluss als letzten Wunsch,
schnell noch einen Kinderpunsch.
Dann aber geht's zurück nach Haus,
die Augen sind bereits ganz klein,
und kaum liegen sie im Bett,
schlafen sie schon ein.

Und sehen dann bestimmt im Traum
noch Karussell und Weihnachtsbaum.

© Ursula Schittenhelm

Silvester

Silvester - Nacht der Illusionen,
die in unsren Herzen wohnen.
Jedes Mal ein neuer Schwur,
oft hält er ein paar Stunden nur.

Leuchtraketen in der Luft,
Champagnergläser in der Hand,
Prosit Neujahr schallt der Ruf
durch das ganze Land.

Alle Menschen werden Brüder,
alle Jahre wieder.
Später dann im neuen Jahr,
ist alles vergessen - ist alles, wie's war.

Afghanistan, da ist noch Krieg,
Niederlage oder Sieg.
Dazu die Integration -
man kennt das schon.

Doch jedes Jahr zur gleichen Zeit,
alle Jahre wieder,
werden alle Menschen Brüder.

Silvester - Nacht der Illusionen,
Träume, die in Herzen wohnen.
Doch manchmal, auch in unsrer Zeit -
werden Träume Wirklichkeit.

© Ursula Schittenhelm

