

Andreas Weis
Ursula Kleine Stevermüer

**Hoffnung, das Tor zwischen
Verstand und Herz,
Liebe der Schlüssel des
Verzeihens**

Engelsdorfer Verlag
Leipzig
2019

Bibliografische Information durch die Deutsche Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im
Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

Copyright

ISBN 978-3-96145-454-9

Copyright (2019) Engelsdorfer Verlag Leipzig
Alle Rechte beim Autor
Hergestellt in Leipzig, Germany (EU)
www.engelsdorfer-verlag.de

16,00 Euro (D)

Mein Weg zu mir

Ich schreibe Geschichten aus meinen Träumen,
zu berichten von einer Welt,
die so fern und doch so nah scheint.
Ich schreibe aus meinem Leben,
in Versen und Reimen,
mich aller Welt, mitzuteilen.
Gedanken ohne Schranken,
in Sprüchen zu lesen,
versuche sie zu verstehen und zu begreifen,
um im Leben zu wachsen und reifen.
Erst im Sinnen nach dem Sinn,
findest du zum Leben hin,
das geduldig auf dich wartet.
Erst im Lieben, findest du die Liebe,
die zu hoffen, hast du nie gewagt,
sie zagt nicht dir zu begegnen,
wenn du aufrichtig lieben magst.
Erst in der Stille findest du die Ruh,
die dein Herz erquickt und beglückt,
dich besser zu verstehen, dich näher zu dir rückt.
Erst im Lauschen deines Inneren,
wirst du Ziel und Weg erkennen,
das du kannst benennen,
was du dir wünschst und was du willst,
damit die Sehnsucht deines Herzens,
dich zu lieben, endlich sich erfüllt.

Wahrheit

Wahrheit ist das erhellende Licht,
das den Schmerz zeigt,
der sich im Schatten der Dunkelheit verbirgt,
einsam wartend auf Erlösung,
durch Annahme und Heilung.
Es ist der Ruf, der Sehnsucht nach Vereinigung,
der Liebe in uns selbst, mit uns selbst,
um sich aus der Zerrissenheit von
Bindungen zu lösen,
durch Vergeben und Verzeihen,
damit wir heraustreten, in die Freiheit des Selbst.
In die Gemeinschaft des ewigen Seins,
zur Heilung unseres Selbst.

Ich widme dieses Buch meinen Söhnen
Dominik
Daniel
Tim
und meiner Tochter
Theresa

Danke, das es euch gibt und ihr seid, wie ihr seid.

Wir danken euch,
liebe Britta und lieber Alfred,
für euer Vertrauen in uns.

*Der Lebenslauf eines Menschen, egal wie das Leben
und sein Weg auch lief,
ist wie ein wunderschönes Gemälde,
das am Ende vom Meister selbst,
persönlich signiert wird
und wir werden staunen und jubeln.*

Wir widmen dieses Buch
dem Curriculum 2011
Lisa, Nicole, Iris,
Bernd, Rudolf, Werner.
Danke für die gemeinsame, schöne und lehrreiche Zeit.

*Wenn du eine Verletzung nicht ausheilen lässt,
durch nicht Verzeihen können,
dann vergiftet sie deine Seele.
Schneidest du die Wunde auf, säuberst sie und lässt sie heilen,
so ist der Schmerz des Öffnens größer und stärker
als der Schmerz, der war, als du verletzt wurdest,
doch es lohnt sich, durch den Schmerz hindurchzugehen.*

Vorwort

Wir beklagen uns oft über das Schicksal, das wir oder die Anderen hier zu tragen haben. Wir sehen die Welt nicht mehr mit einem klaren Blick. Durch die Medien scheint uns die Welt, immer kleiner zu werden und wir haben das Gefühl, sie engt uns ein. Sie nimmt uns die Luft zum Atmen. Wir wollen uns aus dieser Enge befreien und glauben, durch Jammern und Klagen würde endlich jemand für uns die Situation ändern. Du bist nicht für die Welt da, sondern die Welt ist für dich da, um darin zu leben und zu wachsen. Warte nicht darauf, dass jemand etwas für dich tut, sondern tue es selbst. Die Welt reagiert auf dein wie und nicht auf dein was. Die Welt ist für dich so, wie du sie dir selbst schaffst und über sie denkst.

Hart, wenn du zu dir selbst und anderen hart bist.

Unbarmherzig, wenn du dich nicht um dich selbst kümmerst.

Beängstigend, wenn du dir selbst nicht vertraust.

Lieblos, wenn du dich selbst nicht liebst und annimmst.

Bunt, wenn du dich ihrem strahlenden Licht öffnest.

Feurig, wenn du tanzt und dich in ihr verlierst und findest.

Geheimnisvoll, wenn du kindlich, neugierig ihr begegnest.

Schenkend, wenn du ihr dankbar entgegengehst.

Auffangend, wenn du dich in ihr fallen lassen kannst.

Lebendig, wenn du mutig bist.

Zärtlich, wenn du Leben liebst.

Spannend, wenn du ihren Geschichten zuhörst.

Aufregend, wenn du ihrer Stille lauschst.

Für dich da, wenn du deiner Sehnsucht folgst.

Liebend, wenn du dich ihr vorbehaltlos schenkst.

Die Welt ist da für dich, nicht du für die Welt.

Du lebst in ihr, von ihr, sei dankbar ihr gegenüber.

Sie gibt dir alles, was du bedarfst, nicht was du von ihr forderst.

Die Welt ist gerecht.

Nur hat sich der Mensch über die Welt zum Herrscher gemacht, alles von ihr gefordert und sie ausgebeutet, er wurde dabei zum Knecht seiner eigenen Gier und seines Neides. Er jammert und klagt, da er seelisch erblindet ist.

***Die Welt sagt schade,
gerne würde ich mich dir schenken und dienen.***

Die Bücher:

„Ein klein wenig Hoffnung“,

„Das Tor zu deiner inneren Welt“,

„Zwischen den Grenzen der Lebenszeit“,

können für dich Arbeitsbücher sein, die dir helfen, durchlebte Lebenssituationen zu spüren und dich darin anzuschauen. Zu erleben, dass es auch Wege gibt, sie durchzustehen, indem sie dich reflektieren. Aussagen von Lesern waren: „Ich habe mich selbst darin wiedergefunden.“, „Ich schlage das Buch auf und finde genau das, was ich gerade brauche.“, „Manches darin ist schwierig zu verstehen, dann lese ich ein zweites oder drittes Mal und dann ist mir vieles klar.“, „Es berührt mich, doch weiß ich nicht warum.“, „Da kann ich nichts mit anfangen.“, „Ein schönes Mitbringsel, aus dem sich Gesprächsstoff entwickelt.“, „Trost, einfach nur Trost.“, „Wenn ich mal alt bin, könnte das etwas für mich sein.“, „Ich bin noch jung und gläubig und das Buch hilft mir vieles zu verstehen.“, „Ja, das ist etwas zum Nachdenken.“ usw.

Unser letztes Buch, aus der Reihe „Gedichte – Geschichten – Sinnsprüche“,

„Hoffnung, das Tor zwischen Verstand und Herz,
Liebe der Schlüssel zum Verzeihen“,

möge dir, lieber Leser, auch diesmal viele besinnliche Stunden bereiten und ruhige Momente im Leben schenken. Deshalb, sei gespannt und öffne dich dem Leben, sei neugierig auf dich selbst, was du alles erreichen könntest. Freue dich wie ein Kind, sei unbedarft und vergiss dich nicht dabei, du bist ein wichtiger Teil im Lebensgeschehen für dich und andere. Ohne dich wäre die Welt nicht so schön und bunt und voller Licht.

Wir bedanken uns bei unseren Lesern von ganzem Herzen und wünschen Ihnen allen eine erlebnisreiche Lebenszeit.

Ursula Kleine Stevermüer und Andreas Weis

Einleitung

Die Menschen gehen ihren Lebensweg, unbewusst, schicksalhaft geführt. Sie finden sich hier und dort zusammen, trennen sich wieder, sammeln Erfahrungen, begleiten einander eine Zeit und gehen wieder getrennte Wege. Menschen suchen Begegnung, suchen wiederum Einsamkeit und Stille. Manche gehen Wege mit hohen Zielen, andere haben keine Ziele, andere wiederum eilen durch die Zeit, wieder andere schlendern, andere marschieren steif für eine Ideologie. Heute eilen die Menschen durch die Zeit, für aufrichtiges Begegnen sind sie nicht bereit und frei, nehmen sich nicht dafür die Zeit. Oberflächliche Beziehung ohne Ziel, Angst vor Bindung, vor Verletzung, Angst vor Nähe. Trennung schmerzt, bringt Leid mit sich. Liebe ist für viele nur ein Wort geworden, im Augenblick erhellend und beglückend, voller Leidenschaft. Danach ist sie für sie trist, falsch, verlogen, enttäuschend. Alles das ist menschliches Denken.

Der Mensch ist auf der Suche nach etwas, was die innere Sehnsucht stillen soll, die in jedem Menschenherzen unnachgiebig ruft und den inneren Schmerz und das Leid weckt und wach hält. Der Mensch soll seiner Sehnsucht folgen, die ohne Bedingung ist, er soll seinen Weg beschreiten, sehend, das was ist und nicht, das was sein soll oder müsste. Verloren ist der Mensch, wenn er der inneren Sehnsucht kein Gehör schenkt, verloren in einer Welt, die nur kurz und nicht von Dauer ist. Er sucht nach Liebe und Geborgenheit, versucht sie in Worte und Begriffe zu fassen. Liebe ist nicht beschreibbar, sichtbar, begreifbar, sie ist einfach da, dich begleitend, in dich hineingehend. Liebe ist der Seins-Zustand des Unbedingten, ohne Ursache und Grund. Nur aus sich selbst heraus gebend und schenkend. Wir alle gehen Wege, die uns wie verschlungen vorkommen, doch ist stets ein Ziel dabei, das wir nicht sehen. Einige gehen Wege kontrolliert, halten die Kontrolle, die zum Zwang wird. Können nicht lassen, aus der tiefgründigen Angst heraus. Am Ende fragen sie sich: War das alles? Wiederum eilen viele durch die Zeit, funktionierend, ihr Ziel ist fremdbestimmt. Auch hier am Ende die Frage: Soll es das gewesen sein? Der inneren Sehnsucht folgend, bedeutet zuzulassen und zu lassen. Zulassen was kommt und lassen ohne zu ändern. Das daraus ziehen, was mich meiner Sehnsucht, meinem Ziel, meiner Liebe näherbringt. Das bedeutet auch, den Anderen zuzulassen und zu lassen wie er ist. Wer ist der, den ich zulassen soll? Ein Wegbegleiter, ein Wegbereiter, ein Freund, ein Feind, ein Geber, ein Nehmer, das Weibliche, das Männliche, das Kindliche, das Jugendliche, das

Alter, das Lebende und das Sterbende. Sie kommen und gehen. Sie bleiben eine Zeit und trennen sich von dir. Sie hinterlassen in dir Spuren ihres Lebens, so wie du deine Spuren in ihnen hinterlässt. Im Grunde begegnest du dir in dem Anderen nur selbst und hast die Möglichkeit, dich in ihm zu erkennen. Du gehst auf deine Reise zu dir selbst, damit du von dir sagen kannst, ich bin. Am Ziel deiner Sehnsucht angekommen bist du dann, wenn du gelernt hast zuzulassen und zu lassen, ohne Bedingung, der Liebe einzig, wahren Aufgabe.

Vater du bist

*Gütiger Vater, der du bist in Wahrheit.
Dein Name, ist offenbart in deinem Tun.
Dein Wille, sei unser Licht auf unseren Wegen,
zu vertrauen deiner Führung, die uns zu dir bringt.
Gebe uns die Kraft, deiner Liebe
und lass uns in unseren Gedanken nicht irren,
sondern Klarheit finden, in unseren Herzen.
Löse unsere Ketten und Banden,
in die wir uns verstrickt haben, damit wir frei werden
und lass uns dich finden, in uns,
so dass wir sicher gehen, auf unseren Wegen,
um dich zu offenbaren, in unseren Taten
und zuletzt nicht fehlen.
So möge es geschehen, in deinem und Jesu Namen.*

Das Leben

Das Leben ist oft nicht einfach, besonders dann, wenn wir unseren Platz im Leben noch nicht gefunden haben

Meine Wünsche für dich

Ich wünsche dir, dass sanftes und weiches Licht deine Seele durchströmt.
Ich wünsche dir, dass dein Herz und deine Augen die wundervollen Dinge des Lebens sehen können.

Ich wünsche dir, dass dein Verstand deinem Herzen den Vorrang schenkt.
Ich wünsche dir, dass deine Seele im Einklang mit deinem Körper und deinem Geist ist.

Ich wünsche dir, dass auf deinen Wegen des Lebens du die Kraft hast, Hindernisse zu meistern.

Ich wünsche dir, dass deine Hände dein Glück fassen können und dein Herz sich nicht an Wertlosem bindet.

Ich wünsche dir, dass du im Schlaf die wundervollen Welten erlebst und gestärkt erwachst.

Ich wünsche dir die Kraft, dass du dir und anderen verzeihen kannst.

Ich wünsche dir den Segen der allumfassenden Kraft des Geistes und das alles aus seiner Hand kommt.

Ich gebe dir den Segen eines liebenden Vaters, den Segen eines guten Freundes, den Segen deiner Ahnen und Urahnen.

Möge die Welt um dich herum farbig und schön, mild und sanftmütig sein.
Mögest du in dunklen Tagen stets ein Licht in dir tragen, gespeist aus deiner Liebe zu dir.

Möge Liebe deine Kraft sein, Frieden dein Begleiter, Geduld dein Lehrer und Hoffnung dein Weg zu den Herzen.

Lehre mich lieben

Vater lehre mich lieben,
lehre mich lieben, die mir schaden wollen.
Lehre mich lieben, die mir feindlich gesinnt.
Lehre mich lieben, die Schwächen der anderen.
Lehre mich lieben, all ihr Tun.
Lehre mich lieben und verzeihen,
dass die Früchte der Liebe in mir können gedeihen.

Gib zum lieben mir Geduld.
Gib zum lieben mir die Kraft.
Gib zum lieben mir das Verstehen,
still zu sein und um Segen für alle zu flehen.
Gib mir Kraft zu tragen, all ihre Schwächen,
lass mich nicht daran zerbrechen.
Gib mir Mut, für mich einzustehen,
die Weisheit mir, zu unterscheiden,
um an deiner Hand zu bleiben.

Gib mir Kraft zu allen Dingen,
weil ich weiß, ich kann nichts erzwingen,
da alles ist in deiner Macht.
Lerne Demut mir und Verzeihen,
dass die Früchte können gedeihen,
in meinem und in allen Herzen,
damit vergehen, die Weltenschmerzen.

U.M.W. 2016

Verloren und wiedergefunden

Wir haben uns als Geschwister auseinander gelebt. Haben als Kinder nie so richtig Familiengemeinschaft erfahren. Wir waren oft isoliert von der Welt draußen, die so schlecht und böse war. Haben nie Vertrauen gelernt. Unsere Eltern hatten ihr Vertrauen verloren, Enttäuschungen erlebt, weil sie geglaubt hatten und vertrauten. Sie konnten uns nicht schützen und sie gaben sich die Schuld dafür, glaubten versagt zu haben. Hilfe bekamen sie nicht, weil weggeschaut wurde, aus Scham. Sie konnten uns nur das geben, was sie selber von ihren Eltern bekommen hatten. Sie konnten uns nur wenig Liebe geben, weil sie selbst selten Liebe erfahren hatten. Mit Angst sind sie aufgewachsen, sind verlassen und betrogen worden. Wie sollten sie uns da lehren, was Familie sein ausmacht. Sie waren oftmals verständnislos oder ungerecht, hart und manchmal kalt. Doch tief in ihren Herzen brann- te die Sehnsucht nach Liebe und Geborgenheit, nach Anerkennung.

Meine Mutter rauchte ihre Einsamkeit und ihren Schmerz weg. Als Kind kam sie mir vor, wie ein feuerspuckender Drache. Mein Vater ertränkte seinen Schmerz im Alkohol, doch der Schmerz kam wieder zurück und Scham und Schuld vermehrten sich in ihm. Sie versuchten uns Vier zu versorgen, ins Leben zu stellen, mit den Mitteln, die sie hatten. Sie taten ihr Möglichst- es. Als wir Jugendliche wurden, kamen die Kämpfe auf. Wir wurden auf unseren Platz verwiesen. „Solange ihr eure Füße ...“, diesen Spruch kennt wohl fast jeder. Oder: „Ihr habt keine Ahnung vom Leben, werdet erst ein- mal Erwachsen.“ Protest führte zum Streit, zur Ungerechtigkeit, zur Demü- tigung. Er, unser Vater, wollte uns im Grunde genommen vor unseren eigen- en Fehlern schützen und machte selbst viele Fehler. Mutter litt und duldete, verachtete ihn, er schämte sich und verachtete sich selbst.

Beide haben uns geprägt und wir Geschwister sind uns oftmals selbst nicht grün gewesen. Jeder ging irgendwann seine eigenen Wege, wir gründeten unsere eigenen Familien und isolierten uns voneinander. In unregelmäßi- gen Abständen haben wir uns getroffen, niemals gemeinschaftlich, stets einzeln. Wir hatten uns kaum was zu sagen, nichts über das wir reden konnten und wollten. Nur belangloses Zeug. Keiner wollte sich dem ande- ren wirklich öffnen, Alkohol machte uns locker und führte regelmäßig zum Streit. Zuletzt hatten wir über Jahre keinen Kontakt. Auf der Beerdigung unserer Mutter war Kälte, keine Trauer. Weinen, da standen wir drüber. So wie über alle Gefühlsäußerungen. Als unser Vater starb, genau das Gleiche, nur noch unpersönlicher. Wir alle haben ihnen nicht verziehen, haben sie

innerlich angeklagt und ihnen die Schuld gegeben, warum wir so waren, wie wir waren. Ja, wir haben es uns leicht gemacht. Nie wirklich hingeschaut. Sie verurteilt, anstatt Fragen zu stellen. Ich war der einzige, der irgendwann eine Therapie machte, über lange Zeit. Erst als ich lernte die Biographie meiner Eltern zu verstehen, begann auch mein Verstehen und mein Verständnis für uns Brüder. Doch noch immer waren Begegnungen nicht möglich. Zu einem Bruder hatte ich sporadisch losen Kontakt. Als wir ins Rentenalter kamen, wurde mal angerufen. Kurz mal belanglos geredet. Manchmal über früher. Dann kam nach und nach der Schock für mich. Erst starb mein ältester Bruder. Vorher hatte er in kurzen Abständen seine Frau und seine Tochter verloren. Nur sein Sohn lebt heute noch. Wir konnten uns nicht von ihm verabschieden. Selbst eine Trauerfeier gab es nicht. Der Grund lag in unserer Familie. Alles Dinge, die wir von Generation zu Generation vererben. Dann ein Jahr später starb mein jüngster Bruder. Auch von ihm konnten wir uns nicht verabschieden und zur Trauerfeier wurden wir nicht eingeladen. Er hatte uns als seine Familie abgeschrieben. Hatte uns vor seiner Frau verschwiegen, vielleicht aus Scham. Drei Monate später, starb mein letzter Bruder, er ist ein Jahr nach mir geboren. Ich konnte mich von ihm verabschieden, dafür bin ich meiner Schwägerin dankbar. Sie versuchte Familie zu leben, was ihr so gut es ging gelang. Sie bat mich, die Trauerfeier für meinen Bruder zu halten. Ja, ich hielt sie und im Stillen auch für meine beiden anderen Brüder. Im Sterben und im Tod fanden wir wieder zueinander. Das macht traurig, gibt mir aber auch Hoffnung für meine Familie und für meine Kinder, zu denen ich kaum Kontakt habe. Meine Frau bekräftigt mich immer wieder mit den Worten, sie werden eines Tages kommen. Ich vertraue darauf und wenn es erst geschieht im Sterben oder im Tode. Das Halten der Trauerfeier war für mich etwas Besonderes. Ja, ich bin stolz darauf, dieses für meine Brüder und auch für mich getan zu haben. Hier konnte ich ihnen ganz nah sein und aus meinem Herzen ihnen danken, dass sie meine Brüder waren. Wir hatten, wenn ich mich heute an unsere Kindheit erinnere, trotz allem, eine schöne Kindheit auf unsere Art und Weise. So, wie unsere Eltern sie uns geben konnten.

Heute erinnere ich mich viel mehr an die schönen, lustigen Begebenheiten. Milde lässt Versöhnung zu und lässt uns alles mit anderen Augen betrachten. Milde macht das Herz weit und den Geist reich und die Seele weich, sodass Liebe und wahre Begegnung geschehen kann, hier und drüben. Die Trauerfeier wurde für mich und für alle Trauernden, die die Worte ver-

standen und mitfühlten, etwas Besonderes. Es war an diesem Tag strahlender, blauer Himmel, trotz niedriger Temperaturen, und ein wunderschönes, wärmendes Licht der Sonne. Langsam gingen wir in kleiner Formation hinter den Urnenträgern zum Grab. Still war es, ab und zu ein Seufzen. Ich bot meiner Schwägerin meinen Arm zum Halt, welchen sie dankbar annahm. Schweigend ging die kleine Trauergemeinschaft zur letzten Ruhestätte des Verstorbenen. An meinem Arm meine Schwägerin, ihr die Hand tröstend haltend. Ich hatte ihr das nie gesagt, sie ist meine Liebesschwägerin, mit ihr hatte ich mich immer gut verstanden. Am Grab sprach ich noch einige kurze Worte und ein Gebet. Dann nahmen wir Abschied von ihm, ein jeder mit letzten Worten aus dem Herzen. Ein Geheimnis, das nun jeder für sich hat, letzte, persönliche, intime Worte, schweigend in Gedanken gesprochen. Nun ließ jeder einen schwarzen Luftballon fliegen, nacheinander. Der Wind trug die Ballons schnell nach oben und brachte sie in eine kreative Formation, so als wenn ein Schwarm Zugvögel, ihre Richtung wissend, in ihre Heimat fliegt. Der Wind trug die Ballons fort und sie wurden immer kleiner, sahen wie schwarze Punkte aus, wie Sternbilder an einem nächtlichen Himmel. Sie flogen, bis sie für uns nicht mehr sichtbar waren. Irgendwo werden sie landen und die Menschen, die sie finden, werden wissen, sie kommen von Menschen, die einen lieben Menschen verloren haben. Und die, die die Ballons finden, werden im stillen Gebet einen Gruß senden. Ein wunderbares Bild wurde uns geschenkt aus der Ewigkeit. Wir wollen unsere Träume auf unseren Wegen leben und sichtbar werden lassen. Ein jeder für sich, so wie er kann. So lasst uns unseren Seelen Flügel wachsen. Lasst die Seelen fliegen mit dem Wind, hoch über den weiten Horizont, lasst uns fröhlich und glücklich sein. Meine Brüder wollten, dass wir frei werden, frei werden fürs Leben. Frei für unsere neuen Abenteuer und unsere neuen Aufgaben, bis wir uns wiederschen.

*Jeder Tag vergeht, so wie auch du vergänglich bist,
er hat alles, was er braucht, um für den Moment zu sein.
So hast auch du alles, was du brauchst, um hier zu sein.
Wie jeder Tag neu wiederkehrt, jedoch anders,
so kehrst auch du wieder, jedes Mal neu, anders.
Und wenn der Tag in der Nacht ruht,
ruhst auch du,
träumend, in einer anderen Welt.*

Erfüllte Tage

Es sind nicht die erfüllten Tage, die uns reich machen,
sondern die, an denen wir an dir zweifelten
und dennoch festhielten an dir.

Es waren die Tage des Leidens, die uns reich machten,
auch wenn wir das nicht verstanden haben und an dir zweifelten
und dennoch festhielten an dir.

Es waren die Tage, an denen wir uns und dich verfluchten,
weinten und schrien aus Angst und Zweifel an dir
und du hieltst uns in deiner Hand,
weil wir deine Liebe zu uns nicht verstanden.

Es sind die Tage mit dir, die uns reich machen,
wenn das, was sein soll, sich erfüllt.

Die schnelle Zeit

Wie schnell die Zeit vergeht,
sehen wir an unseren Kindern,
wie schnell sie gereift und gewachsen sind.

Wie schnell das Leben zu Ende geht,
sehen wir daran, wenn gute Freunde,
Eltern oder Geschwister gehen.

Was mir am Lebensende bleiben soll,
ist die Erinnerung an sie
und nicht Verdruss des versäumten Lebens.

Was brauche ich

Was brauch ich mehr, um bei mir zu sein?
Einen Freund, Stille und Ruhe und ein Glas Wein.
Ein Gespräch zu zweien, es kann auch ohne Worte sein.
Im gemeinsamen Sinnen, die Stunden verrinnen.
Was brauch ich mehr, um glücklich zu sein?
Zeit, die ein Freund, wenn er wie der Wein in Stille und Ruhe gereift,
sie mit mir verbringt, um ganz bei mir zu sein, im Sinnen und im Ge-
spräch, auch ohne Worte. Dann bin ich mit ihm und mit mir in Beziehung.

Unbedacht

Unbedacht ein Wort gesprochen,
unbedacht eine Tat getan,
unbedacht das Herz getroffen,
was für ein Leid, was für ein Schmerz,
Wort und Tat kamen nicht aus dem Herzen,
kamen aus dem Verstand, der die Schuld an die Seele band.

Mit Bedacht ein Wort gesprochen,
mit Bedacht eine Tat getan,
mit Bedacht das Herz getroffen,
was für ein Trost, was für eine Freude,
Wort und Tat kamen ungezwungen aus dem Herzen,
das den Schmerz kommen sah.

Brücken bauen

Brücken, die abgebrochen sind, können wieder aufgebaut werden, wenn beide das Gleiche wollen und in die gleiche Richtung bauen. Warte nicht, bis der Andere den ersten Schritt macht, sondern beginne, wenn es dir ernst ist. Auch wenn du sie allein vollendest, kannst du sagen: „Sie ist offen für dich und jederzeit begehbar für dich. Ich warte auf dich und freue mich auf dich.“

Das Feuer des Lebens

Lodernd wie das Feuer,
frisch wie der Wind,
aufmerksam, neugierig,
jederzeit zum Spiel und Toben bereit,
so ist das Leben der Kinder, in der kindlichen Zeit.

Knisternd wie das Feuer,
schnell wie der Wind,
schlau, gespannt,
jederzeit zum Sprung und Kampf bereit,
so ist die Jugend, in ihrer Zeit.

Glühend wie das Feuer,
forsch wie der Wind,
stark, anmutig,
jederzeit wachsam, zu schlagen die Beut,
so ist der Erwachsene, in seiner Zeit.

Erlöschend wie das Feuer,
mild wie der Wind,
gelassen, weise,
jeder Zeit geduldig wartend,
so ist der Greis, in seiner letzten Zeit.

Ausgebrannt das Feuer
still ist der Wind,
leise hat begonnen das Ende,
sanft nimmt der große Geist der Ruhe
dem Menschen die Flamme des Lebens,
aus seiner Hand und seinem Herzen,
so ist Leben und Sterben des Menschen,
in seiner letzten Stunde gleich.

Wer wird an mich denken

Ich ging frühmorgens am Strand spazieren, dem Sonnenaufgang entgegen. Vor mir, Spuren im Sand. Ich folgte diesen Spuren, sie liefen nicht gerade, manche schwenkten mal nach rechts, mal nach links. Manche Abdrücke waren etwas tiefer als die anderen, so als würde der Mensch, der hier gelaufen war, eine schwere Last tragen. An einer anderen Stelle sahen die Spuren weicher aus und rhythmischer, als hätte er vor Freude getanzt. An einer Stelle sah es aus, als habe er eine Zeit stillgestanden und beobachtet, vielleicht gedankenversunken. Kurze Zeit später lag diese Person auf dem Boden. Sein Körperabdruck war groß, die Schultern breit, die Arme waren seitlich ausgestreckt und die Hände mit den Fingern waren deutlich zu sehen, sie waren schmal. Dann waren Abdrücke zu sehen, wo er sich wieder aufrichtete und weiterging. Plötzlich bog die Spur ab, durch die Dünen, und endete an einer Wiese, wo sie sich verlor. Vom Wiesenrand konnte ich die Wiese weit überblicken, bis zum Horizont, wo die Sonne langsam ihre Bahn nahm und das helle gleißende Licht der aufgehenden Sonne meine Augen blendete. Meine Gedanken waren: „So entschwindet ein Mensch ins Licht. Nicht zu wissen, wer er war, ob Frau oder Mann, wie er oder sie hieß.“ Schweigend sann ich nach, um mich ruhende Stille. Ich ging meinen Weg zurück, in mir die Fragen: „Warum bin ich dieser Spur gefolgt? Was hat mich zu dieser Beobachtung geführt?“

Ich schaute zu den Spuren, die wir beide hinterlassen hatten, doch die Wellen des Meeres, haben unsere Spuren weggespült und ausgelöscht. Mich überkamen Traurigkeit und Einsamkeit, die mir im Moment das Herz schwer machten. In mir der Gedanke, nichts bleibt zurück und ich dachte: „Wer wird an mich denken, wenn ich nicht mehr bin? Wenn die Wellen der Zeit die letzten Spuren verwischen.“ Eine Frage, die sich viele Menschen stellen, wenn sie einsam und allein die Erde verlassen müssen, weil sie niemanden haben, der an ihrem Sterbebett sitzt und trauert. Ihre Hand sanft hält, tröstende Worte spricht und aus Liebe weint. Wer wird mich vermissen, wenn ich nicht mehr bin? Ist es die Angst vergessen zu werden, wenn mein Leben gelöscht wird? Oft habe ich es in meinem Leben gesehen und erleben müssen, wie ganze Leben in Containern entsorgt wurden. Bilder, Briefe, Hausrat, Kleider, Schuhe und andere persönliche Dinge. All das hatte doch eine Geschichte, die Geschichte eines Lebens mit Höhen und Tiefen, Schmerz, Leid, Freude, Glück. Die Geschichte eines Menschen, der geliebt hat und geglaubt, der gekämpft, verloren oder