

WEGWORTE



WEGBILDER

AUF DER SUCHE NACH DER KRAFT DER MÜTTERLICHKEIT

VorWort

1.
Rück-Sicht

2.
Ein-Sicht

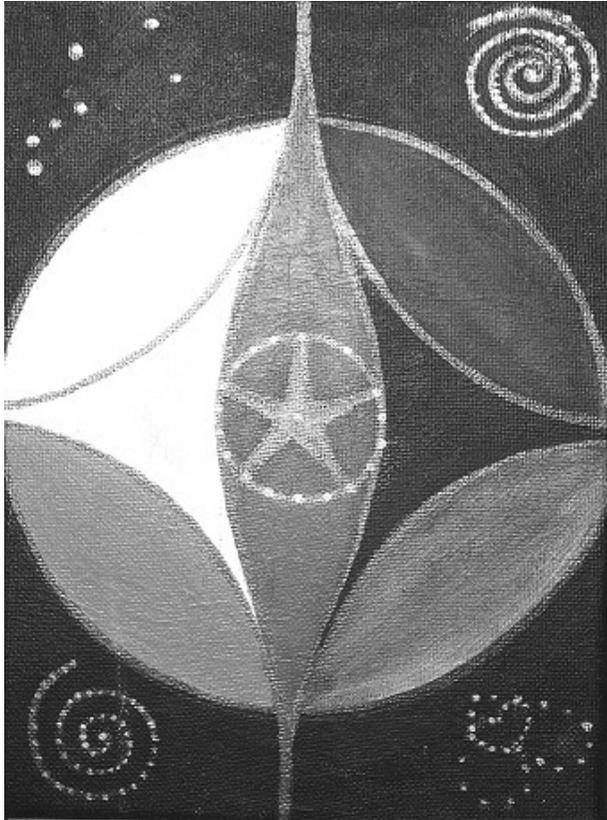
3.
Auf-Wachen

4.
Wund-Schmerz

5.
Weg-Gehen

6.
Wahr-Werden

Nach-Wort



VorWort

*beharrliches Suchen
nach den verschütteten Quellen
der Mütter*

*IrrWege
überall*

*stolpernd tastest du dich
durch die Dunkelheit deiner Seele
die den Weg birgt*

*manchmal beweinst du
deine Einsamkeit voll Trauer*

*manchmal schreit alles in dir
vor heiligem Zorn*

*spüre
die Wiedergeburt des Lichtes
als leise Ahnung
hinter deinen geschlossenen Lidern*

(aus den WahrWorten mütterlicher Kraft)

1.
RÜCK-SICHTEN



1.
RÜCK-SICHTEN

verlassene SchneckenHäuser
sammeln
war eine Leidenschaft
meiner Kindheit

bis heute
bezaubert mich
die Vollkommenheit
ihrer wachsenden Windung

ein Zeichen
von Geborgenheit
und Schutz

so neige ich mich
zu jedem SchneckenHaus

trage es bei mir
als Hoffnung auf ein ZuHaus
das verlassen werden kann
voller Vertrauen



die Würde
Lebendigkeit
und Wärme
meiner GroßMutter
nährte in mir
die Ahnung
uralter FrauenKraft

gern wäre ich ihre Tochter gewesen
war sie doch die Einzige
bei der ich mich geborgen fühlte
und frei

als ich sah
dass sie gehen wollte
habe ich sie verlassen
ohne AbSchied

- den tiefen Schmerz
ihres VerLustes
zu meiden



gutgläubig und arglos
trotz schmerzhaften Mangels
an Liebe und Geborgenheit

betäubt
von Oberflächlichkeit und Geschwätz
zerschlagen
von roher Gewalt
zwang ich mich Rüstung anzulegen
da meine Haut bloß lag
und ich blutete
aus vielen Wunden

schwerfällig
suchte ich Schutz
fand meine Einsamkeit
harrte lange in meinem Unglück
denn mein Herz war erzogen
zur Härte gegen mich selbst

ungelenk
begann ich irgendwann
meiner Sehnsucht zu folgen
zäh und eigensinnig

ganz allmählich nahm der Schmerz ab
vernarben die Wunden

wagte ich Rüstung abzulegen
bereit mich selbst zu schützen
in all meiner Verletzlichkeit

- um endlich berührbar zu sein



Mutter

ich bin
die Mutter
die ich bin
geworden

ohne Tochter sein zu dürfen

wie also
sollte ich vertrauen
dass in mir
Mütterlichkeit
lebt

ich weiß jetzt:

ich
bin nicht
die Schlechteste
von allen



mit jeder EntTäuschung
die ich ablege
spüre ich den Schmerz meiner Schultern
im BeWusstSein der aufgezungenen Lasten
des zurückliegenden Weges

jedes AufRichten meiner Wirbelsäule
mahnt voll Zorn das GeBeugtWerden durch GeWalt

jeden VerRat
den ich dornengleich aus meinem Herzen entferne
spüre ich noch einmal als Schmerz in den Wunden
die das fließende Blut
reinhigt und heilt

jedes Bröckeln der einengenden Mauern
verstärkt den Drang
auch die letzte Hülle
von meiner Haut zu reißen
dass Luft an die Wunden kommt
und mir ein neues Fell wächst

mit jedem Heben des Kopfes
mit jedem standhaltenden Blick
werden die alten Er-Niedrigungen wach
und meine UnSicherheit

nach Trotz und Wut
nun endlich auch Würde und Stolz

meiner Seele
sind die Flügel wieder gewachsen

gehäutet
bin
ich
meine Fühler
melden
jede
unaufrichtige
AnNäherung
und
ich ziehe mich zurück
in den Schutz
meiner innersten Höhle
unterbreche
meinen
langsamen
Weg

keine GeDuld mehr
in mir
für unsichere UnAufRichtigkeit
keine GeDuld mehr
die fühlende Lebendigkeit
des AugenBlicks
in den Rachen
der Angst
zu werfen
der kleinlichen Furcht
vor jeder wahrhaftigen BeGegnung



hart und kantig
fühle ich mich
wenn ich die Reste
mildernder UnAufRichtigkeit
ablege

meine Knochen zeige
im Fleisch
das nie so weich
nie so verletzlich war

meine Seele
nackt
doch endlich ohne Scham
und Schuld

die sich nun abwenden
und gehen

sind
einfach noch
zu gut
geschminkt

ich will nicht
dass du von mir verlangst
ich solle geduldig sein
mit deiner Angst vor dem Leben

ich verweigere mich
der Bitte um Schonung
die ich mir auch selbst
nicht mehr gewähren kann

zu lange schon gesäumt
zu lange gewartet
auf irgendetwas
auf irgendeine BeGegnung
die doch nicht zustande kam

wenn das verglimmende Feuer
der Gemeinsamkeit
die Kraft meiner Seele frisst

...
wie sollte ich da noch geduldig sein

wenn
fast
keine MenschenSeele
mehr nah bleibt

greift
die Einsamkeit
mit Bitterkeit
und Kälte
nach der letzten Glut
meiner Seele

die unbeirrbar Wege sucht
aus der Sinnlosigkeit

die immer
HerzBeRührung sehnt

lebendige Wärme
die gemeinsam genährt wird

wieder gefühlt:
in jedem AbSchied
ist ein Beginn enthalten

nichts Lebendiges
geht verloren

und
UnGeLebtes
kann nicht gehalten werden

wieder gespürt
wie nahe
Schmerz und Lust
beieinander liegen

wieder geahnt:
in mir ist Hoffnung
wenn ich wage
ohne VorBeHalt
zu leben

ich habe den Winter im Blut

bin träge und faul

knurre

wenn ich meine warme stille Höhle
verlassen soll

weil ich noch dort lebe
wo das GeSchenk des Winters missachtet
die RückZug und Einkehr gebietende Kälte
gescholten
und die tiefe Kraft der Dunkelheit
beklagt wird

ich habe verlernt
mich den reinigenden WinterStürmen
entgegen zu stellen
mich an sie zu lehnen
mir den Rücken kraulen zu lassen

und
Bitterkeit
nagt mit spitzen Zähnen
einen Weg
aus der er-stickenden Bequemlichkeit

ich, die den Winter nie mochte
ziehe zur Mutter des Nordens
den Winter in mir zu entdecken



irgendwo
in mir
sitzt noch manchmal
ein kleines Mädchen

das hofft
alles möge irgendwann
irgendwie
einfach nur gut werden

weil es Angst hat
vor Leid
Schmerz
Kälte
Einsamkeit
vor dem VerlorenSein

will nur Liebe
Schutz
GeBorgenheit
traut sich nicht mehr

behutsam
suche ich dann wirksamen Trost

ich sage:
nichts bleibt
alles fließt
lebe bevor du stirbst

und wünsche
und
danke dem UnVorHerSehbaren

ich konnte mich sehen:
im offenen Land
voll wärmender Sonne
stapfte ich knietief im Schnee
mit kindlicher Freude
spielerischer ÜberMut
zog mich
in die unberührte Weite
ich spürte
ich war nicht allein
überrascht
entdeckte ich drei Frischlinge
die meinen träumenden Weg berührten
nur kurz war mein Staunen
sofort
folgte das Wissen um die WildSau
die kommen würde
und
die Angst
sie würde mich niederwerfen
zum Schutz ihrer Kinder

ich suchte
einen AusWeg
Rettung
vermochte mich nicht zu rühren
lief endlich
wahllos
ihr entgegen
spürte ihr Ungestüm
ihre Kraft
in meinem Bauch.
als wir uns ganz nah waren
verletzte
mich
nichts

2.
EIN-SICHTEN



verordnete Satttheit
hat uns des Hungers beraubt
und des Durstes

nur
keine
GrenzBeRührungen

in der Mitte
lebt es sich
sicherer

am Rand
ist der Wind
schärfer

ruft dich
oder
vertreibt dich

besser
Hunger und Durst
nie wieder
entbehren

jede
kann wieder heil werden
wenn wir miteinander
wahrhaftige GemeinSchaft leben
dann
wird der Schmerz
aufhören
und
die Einsamkeit
enden
im ZwischenRaum
in der ZwischenZeit
wächst
in uns
die heilende Kraft
der Liebe





alles Leid lässt sich wandeln

es verlangt
die Wehrhaftigkeit
und den Mut
fremde GeBote
zu brechen

leidenschaftlich
Klage zu führen
mit Tränen in den Augen
und
Zorn in der Kehle

es gibt nichts
zu verlieren
nur die eigene Schwäche
und Furcht

wage
die eigene Wahrheit
mit HinGabe zu leben

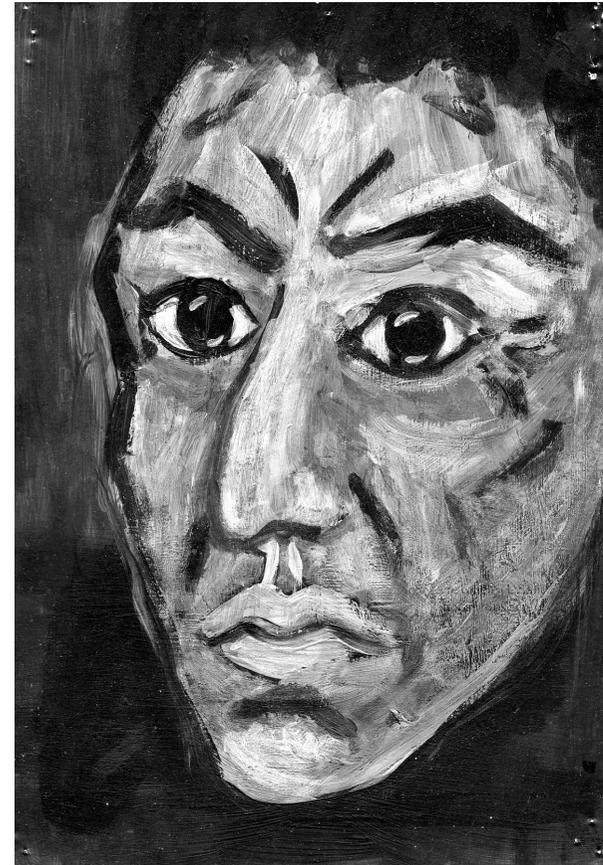
jede BeGegnung
die meinen Weg
berührte

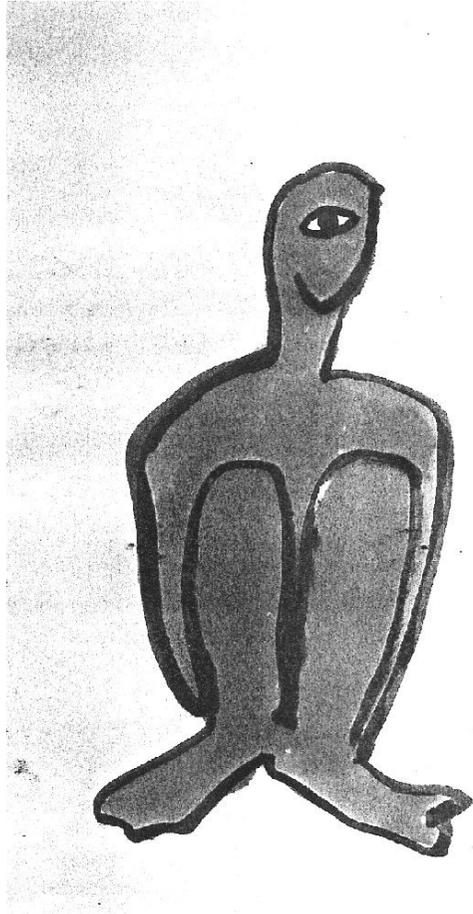
urinnerte mich
an die NotWendigkeit
zu mir selbst zu gehen

bei mir zu bleiben
wie immer es sich auch anfühlen mag

alles war kostbar

und
im Härtesten
wurzelt
meine Weichheit





spüre
dein innerstes BeDürfnis
genau
ehe du AnGeBote
prüfst

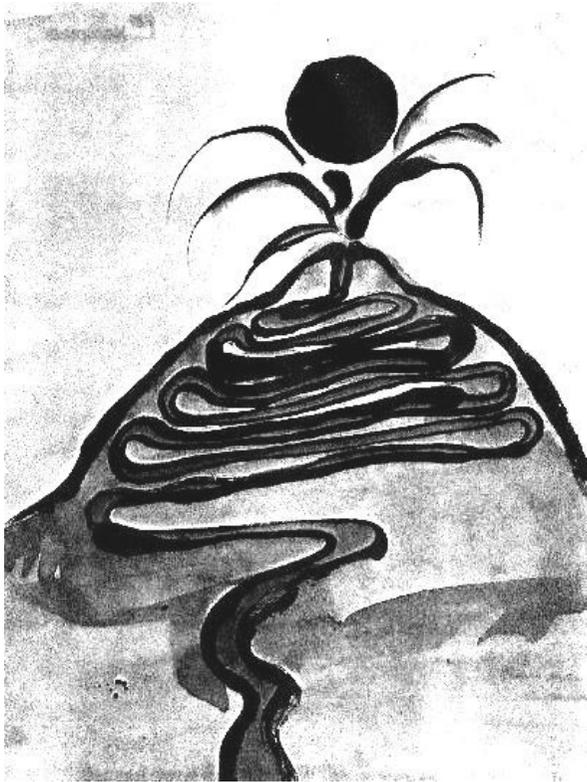
übe dich dabei
in SorgFalt
und in GeDuld

vertraue
immer
deiner eigenen WahrNehmung

vieles
ist entbehrlich
wenn du genau fühlst

widerstehe
den VerSuchungen
der leichteren Wege

bleib bei dir
um jeden Preis



sich fühlen
wie ein mutterloses Kind
das die nährnde Süße
nie gekannt

den Hunger
mit Brot
gestillt

wenn du
es lange genug
kaust
ahnt dein Gaumen
die entbehrte Süße

weckst du
deine SehnSucht

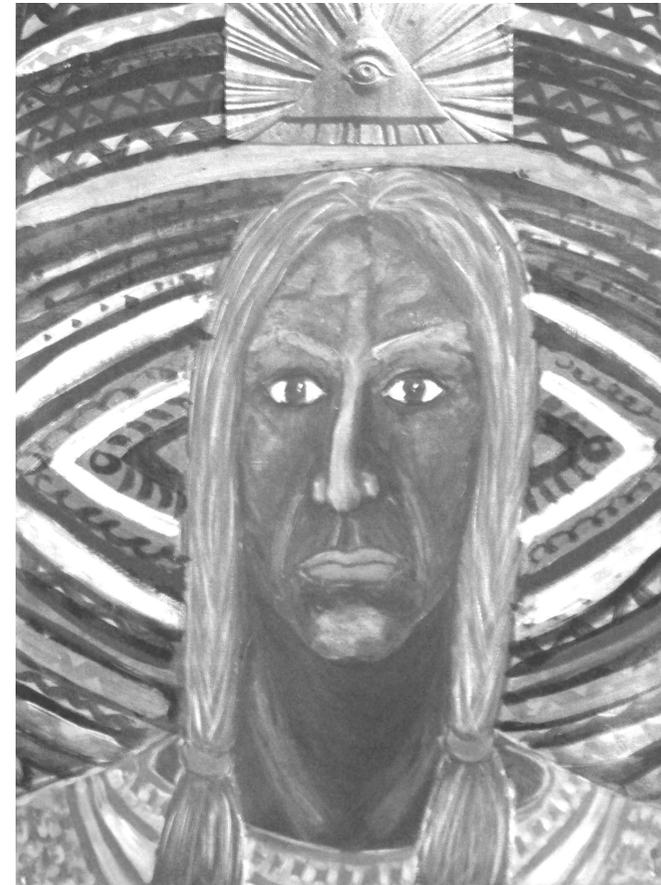
führt sie dich
zum innersten Wissen
um die ursprüngliche Quelle
heiliger Nahrung

endlich
eine fühlende Stimme
die es wagt
den VerLust
des Lebens
zu beklagen

inbrünstig
und
ohne Scham

die
die schrecklichen VerLuste
betrauert
ohne die GeWissheit
des Trostes

nur wissend
dass Sterbendes Raum gibt
dem EntStehenden
in der Mitte
der Nacht



Schweigen
Mutter aller Worte
gebärend und verschlingend
mit allen GeSichtern
des Seins
Tochter der Ruhe
Schwester der Stille
vor dem Sturm
und nach dem Sturm
und
immer
und
immer wieder
an - und abschwelend
wie die Mondin
in den Höhlen
der Frauen



müde
faul
träge

heute
keine
Wunder

ich
fließe
nur
zäh

will
nur
Ruhe

keine
AnRegung

nur
mein
Leib
lebt
leise

meine
Seele
döst

Schlummer
schwer werden
in sich selbst einsinken

eintauchen
in die ZwischenRäume

einfach
treiben
mit dem StrandGut
des noch UnGeTräumten

absichtslos
zeitlos
wunschlos

der eigenen Schwere
folgen
immer tiefer

gelegentlich
nach oben gespült werden
und
wieder sinken

nur
ganz
allmählich
sehr langsam
auftauchen

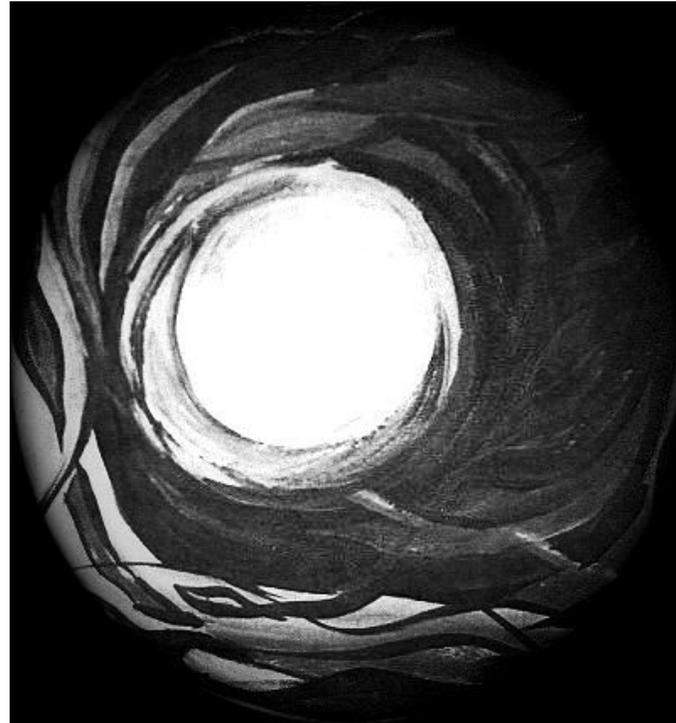
zögernd
zurückkehren

fruchtbare Leere
wirbelt
in meinem
Bauch
die
alle Kräfte
bindet

nichts
soll
nach außen
dringen

Müdigkeit
legt sich
als schützender Schleier
über
jede
meiner spärlichen BeWegungen

noch
ist nichts
spruchreif





wie ein glimmendes Feuer
von UrKräften genährt
ist die SehnSucht in mir
zu schweigen

im dicht gesponnenen Netz
meiner Ahnungen
wächst das Bild
einer Stille
die Raum gibt

dem ursprünglichen Klang
dem berührenden Wort
dem innigen GeSang
dem wilden Tanz

beschwörend
die Kraft
und die Weisheit
der Mütter

3.
AUF-WACHEN



jahrhundertlang
scham-haft
gefangen
in den GeBoten der Väter

ent-mündigt
von Herren

leise
und kraftvoll
drängt SchamLosigkeit
in die Kerker
bis sie bersten

und
die uralte Lust der Frauen
hervorbricht

zu reinigen
und
zu heilen
die Wunden der Erde



fassungslose Bitterkeit in mir
als ich wahr-nahm
die Spuren der Mütter wurden verwischt
ihre Zeugnisse vernichtet
ihre UrInnungen getilgt
mit grenzenloser GeWalt
um uns in die Irre zu führen

misshandelt
vergewaltigt
verbrannt

bis zur SelbstVerLeugnung
SelbstAufGabe
BeSinnungslosigkeit

bis wir willenlos wurden
und brauchbar
für die VerGeWaltigung von Mutter Erde

und ich verstand
die dumpfe Wut meiner Blindheit
begriff ihre RechtMäßigkeit
begann mich zu wehren in hellem Zorn

verbrauchte meine Kraft
im Kampf gegen HerrSchaft
wurde müde und mutlos

...

zog mich zurück
als es stiller wurde
hörte ich die Stimme meiner SehnSucht
stärkte meine Wurzeln
suchte lebendige Nahrung
für das BeGehren meiner Seele
verließ all die Schlachtfelder
auf denen ich mein Leben
fast verloren hätte

verließ die Stätten des Sterbens
zu suchen die Quellen des Lebens
auf unvorstellbaren Pfaden verstand ich
dass die Zeichen nicht verloren waren
sah den SilberStreif am Horizont



brennende Wut
tobt in meinem Bauch
frisst sich ins Hirn
will den Schädel sprengen
alles niederreißen
was einengt
keine BeGrenzungen mehr dulden
fremden GeBoten widerstehen
schreien
brüllen
bis die Kehle heiser wird
mich so ver-rückt zeigen
wie ich bin
infolge der GeWalt seit JahrTausenden
infolge des VerSchweigens
der EntWürdigung
des Leides
des Duldens
der Lebenszerstörung
die jeden MitGeFühls
und jeder VorAusSicht entbehrt
und jeder Wahrhaftigkeit
die den Schein mehr schätzt
als das innerste Heiligtum der freien Seele
als die tiefe Weisheit der Erde
als den vielfältigen GeSang des Alls



die alten Weiber
waren schon tot
oder fern
ich kannte ihre Warnungen nicht
nichts
war zu hören
nur Lärm
ich kannte nicht
ihre EntSchlossenheit
jede Grenze zu berühren
nur Hast ringsum
und laue GleichGültigkeit
ich kannte nicht
ihre Wildheit
die auch das Sterben verlangte
alles war zerstückelt
auch in mir
bis ich die Wunden heilte
und mich zusammenfügte

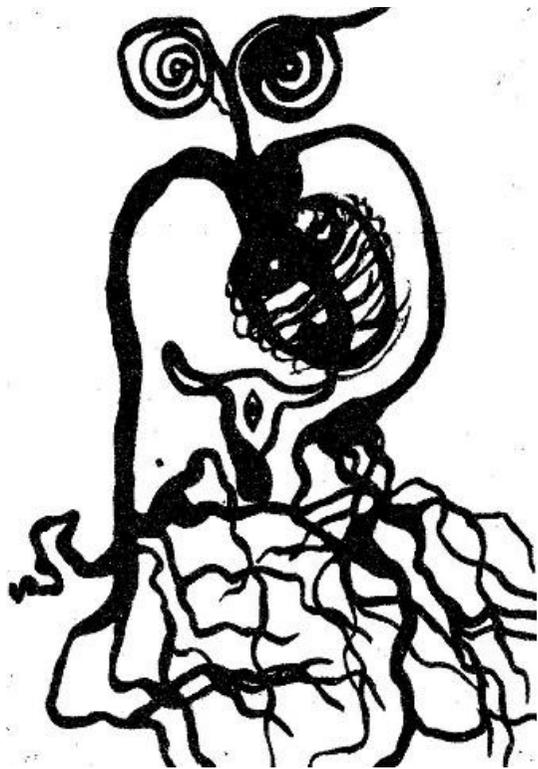


noch einmal
kehrt sie zurück
die wilde Frau
aus der nachtschwarzen Tiefe
unserer uralten Seele

bringt noch einmal
das wärmende Feuer
auf das wir fühlend sehen können
um endlich umzukehren

uns zu besinnen
auf das MenschenMögliche
auf die Zauber
für die wir verantwortlich sind im All

ein letztes Mal
sind wir gerufen
um AntWort zu geben
nur vollkommene HinGabe
öffnet den Weg



wohl gehütet
ruht
das Geheimnis
des Lebens
in jeder Höhle
jedes Leibes
im ZeitMaß
des eigenen Wandels
zu ahnen
im heiligen Netz
aller Sinne

in das eine sich einspinnen muss
um in der Wahrheit
des Lebens und Sterbens
sein



dieser
zuweilen schmerzliche
Mangel
an VerTrauen
nährt
Zweifel
selbst dort
wo meine Füße
den Weg begrüßen
und tanzen

tief in mir
brennt der uralte Wunsch
nach bedingungslosem GeBorgenSein
im Schoß
der Ewigen Mutter

dort sein dürfen
bis ich von selbst gehe
mich zu finden

endlich heimzukehren
auf verschlungenen Wegen



Hexen*
leben
oft allein
aus eigener EntScheidung

zurückgezogen
zu finden
den nötigen Raum
in der Zeit

sehnen
eine Gemeinschaft
von Freien
im lebendigen Wandel
nur dem innersten Werden
und VerGehen
verpflichtet

warten
beharrlich
und zäh

(*Hexe von ägyptisch ‚heq‘ = ‚weise Frau‘)

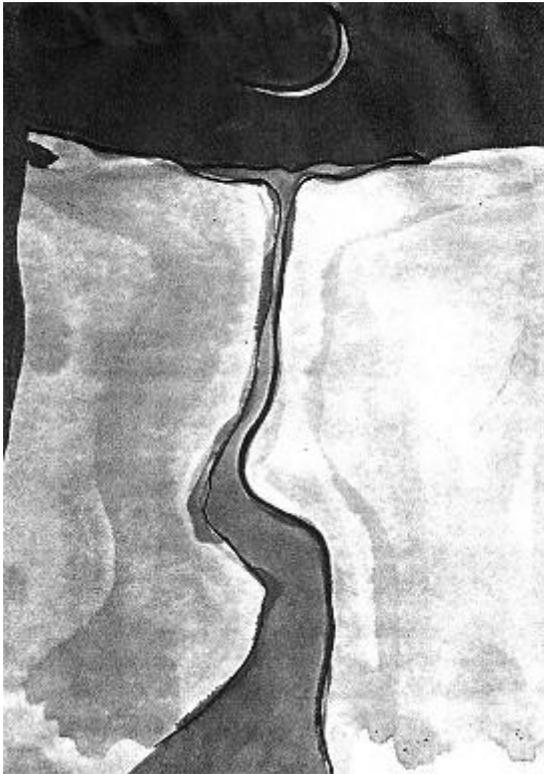


meiner Sehnsucht
nach der Mondin
und ihrem Zeitmaß
in meinem Blut
wachsen Flügel

dem EinHorn
bin ich
Schwester
geworden

nun
bin ich bereit
der Drachin
zu begegnen

und
mir
in ihr

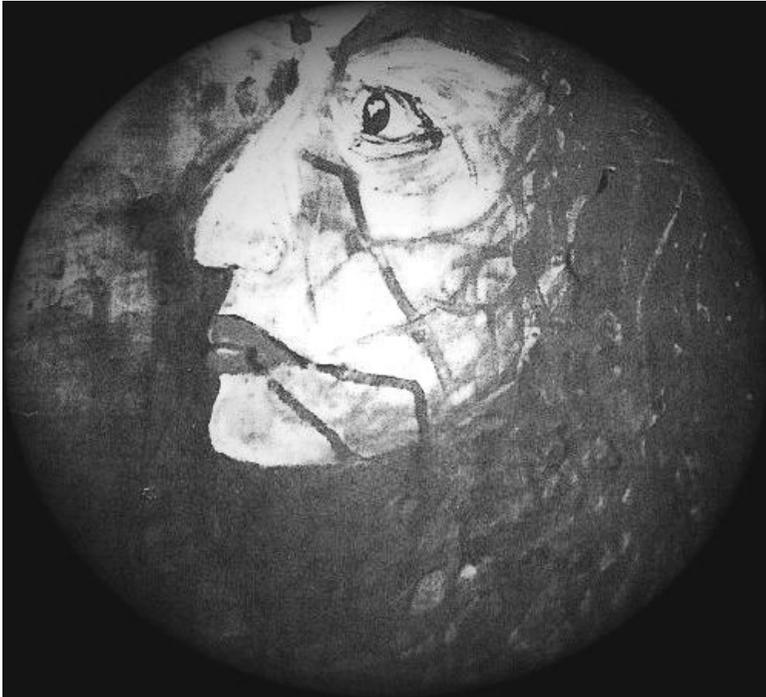


Mond
Mutter der Gezeiten
dein SilberLicht
gibt uralte AntWort

Mond
Hütende des Blutes
der Frauen
deren Schmerz
die SehnSucht urinnert

Mond
Zaubernde der LebensKraft
in den Nächten derer
die sich noch wagen
mit Leib und Seele
zu träumen

4.
WUND - SCHMERZ



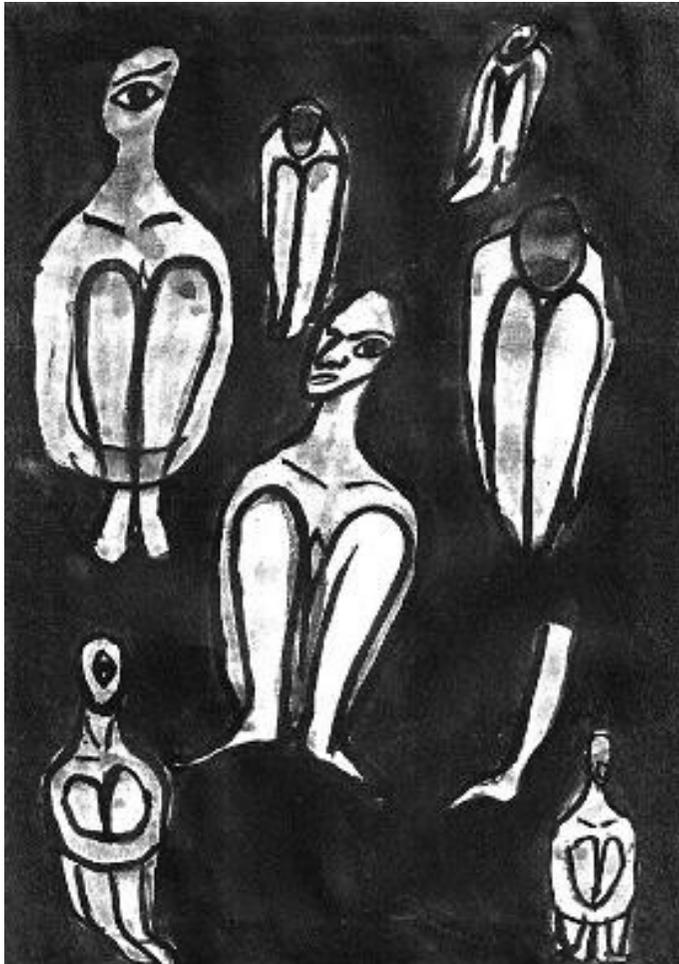
Schmerz
schlägt
Krallen
in jede Zelle

ich
beiße
die Zähne aufeinander
ganz fest

fürchtend
den Schrei
der an der Taubheit
zerschellen
müsste

brennende Wut
tobt

wühlt
einen Weg
für den Schrei



schwarze Bilder
malen
für die verzweifelte SprachLosigkeit
verwundeter Herzen

die noch nicht heil werden können
durch die Wunden der Erde

doch besser
brennender Schmerz
als bedeckt zu sein
vom tauben NarbenGeFlecht

die Lepra
hat die Herzen
der Menschen
befallen

wohl denen
die den Schmerz
noch fühlen



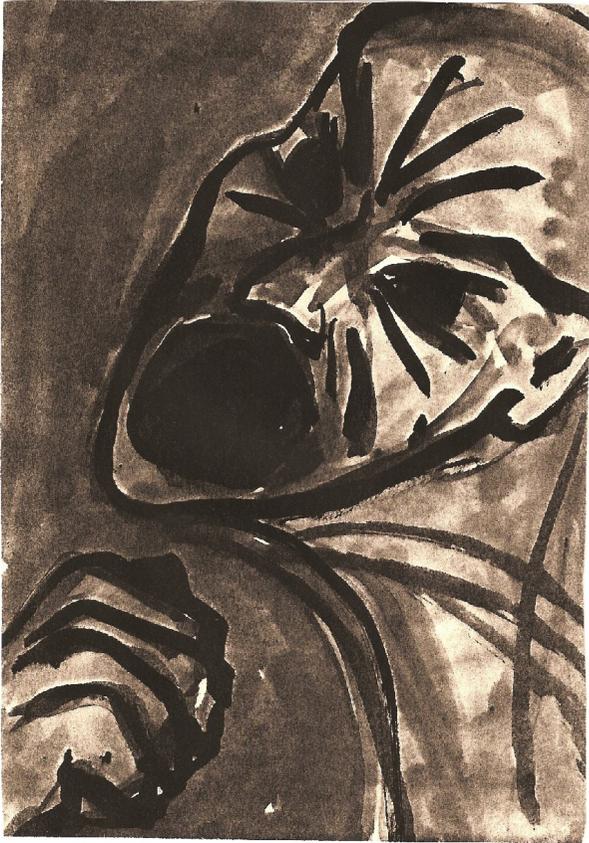
unberührt
streuen sie Salz
in die Wunden
die sie geschlagen haben
ohne sie zur Kenntnis zu nehmen

brennender Schmerz
zwingt mich zur Notwehr

mich zu retten
bevor sie mich aussaugen
und wegwerfen

sich das lächelnde Maul wischen
das von Blut trieft

und
sie wissen
von nichts



schreien
aus voller Kehle
alles herausschreien
aus vollem Hals
bis der Druck
im Bauch
nachlässt
die Wut
ihre Glut verliert
und
der Zorn verraucht
was bleibt
ist der bittere NachGeSchmack
der NotWendigkeit
dieses AusBruchs
und
das Ende
einer Täuschung

ich weiß es
wenn
ich mich
diesem Klang
ganz öffne
wird nichts mehr
so sein
wie bisher
und
ich werde
mein VerRücktSein
leben müssen
mit ganzer Seele
mit ganzem Leib
mit aller Kraft
ohne jede Schonung
bis an den Rand gehen
den Schrei
freigeben

ich habe
Angst und Schmerz
gesehen
in deinen Augen
auch in mir
war die Trauer
um den VerLust
einer verbindenden Hoffnung
doch ich weiß
jede
geht
nur so weit
sie sich traut
so weit
sie sich wagt
und
manchmal
bleibt eine gefangen
in sich



und
wieder
dringt
aus dem UrGrund
meiner Seele
das vertraute KlageLied

vom UnGeBorgenSein
vom FremdFühlen
das immer wiederkehrt
lauter wird
deutlicher klagt
und trauert
bis es aus mir heraus
zu schreien beginnt

schon lang
warte ich
auf diesen Schrei
der meinen GeSang
befreit

verzage
nicht
noch nicht
gehe
noch einmal los
auch wenn
die Angst
vor der Vergeblichkeit
dich müde werden lässt
gib nicht auf
noch nicht
beginne
noch einmal
zu leben
mit allem Ernst
und
mit aller Lust
und
sei es
im Staub
der Erde

in deinem Innersten
bist du
der Gabe des Lebens
verpflichtet
entstanden
aus Blut
Lust
und Schmerz
der Großen Mutter
halte dem Schmerz stand
und lerne
die Wandlung
aus dem Fließen
deines Blutes
die Klage
steht dir zu
verwirfst du dich aber
ehe du den letzten
dir möglichen Schritt
gegangen bist
schlägst auch du
Wunden
in Mutter Erde



besinne dich
mit all deiner Kraft
wenn der Schmerz
dein Herz zerreißt

sieh die Wunde
und reinige sie
mit der heilenden Kraft
deiner Tränen

fürchte nicht die Schwäche
bleib dennoch
trotz allem
bei dir

verlasse dich nicht selbst
schlage nicht Wunden
ins Fleisch

wage zu fühlen
wage zu sehnen
lass dich nicht daran hindern
vom Zweifel
der VerGeblichkeit schreit

höre nach innen
den leisen GeSang
das tröstende Lied

urinnere die Liebe
die Sanftheit
die Hoffnung
und
behüte sie in dir

allmählich
spüre ich
die Kraft und Weisheit
der uralten Mütter
in meinem Leib

in meinem BeGreifen
verbinden sich
Trauer und Schmerz
mit
Freude und Lust

und
ich
beginne
zu ahnen
dass VerZweiflung
endlich
ist



es gibt
kein Er-Barmen
wirksame Heilung
kommt nur von innen

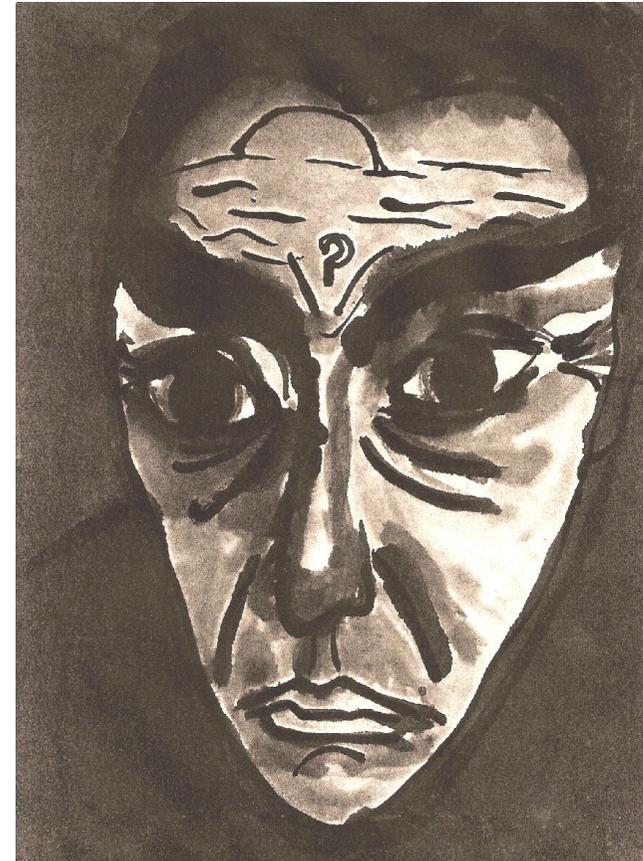
Wunder
entstehen nur
im hingebungsvollen Heilen
indem du auch den Schmerz
teilst

warte
auf nichts

folge vorbehaltlos
deiner Seele
und liebe dich

warte nicht
auf Hilfe von außen

sie entsteht in dir
wenn du
dich wahrhaftig liebst





nichts
vermag
dich
zu zerstören

alles
ist
schon
überlebt

trau dich
noch einmal
zu glauben

nichts kann dich töten
nur der Verlust
deiner Hoffnung

nähre also
mit aller Kraft
deine Seele

nichts kann dir dann geschehen

wie ein Blitz
schlägt der Schmerz
in dein träges Fließen

begehrt
die FreiGabe
deiner ungenutzten Kraft

verlangt
dass deine Haut
bloß liegt

will dich
völlig
nackt

fordert
von dir
die Wunden zu heilen



wenn
wieder einmal
alles
aus den Fugen gerät
und du
dein inneres GleichGewicht
verlierst
vergeht nur
was schon verloren war
damit Raum entsteht
für das
was kommen will
vergiss nicht
in der Trauer
um das VerGehende
das EntStehende
willkommen
zu heißen

manchmal
wird es eng
in mir
und
Schmerz
erinnert
die Wunden
die ich fürchte
wahrzunehmen

ich weiß
niemand
kann sie für mich heilen

langsam
wende
ich
mich
ihnen
wieder
zu

angesichts
der Wunden und Trümmer
bleibt dir nur
die heiligen Orte
zu urinnern
und
aus der Kraft
deiner Träume
neu zu gestalten
im ZeitRaum

das FremdSein
verlangt
dir den GrenzGang ab
vollkommene HinGabe

dir bleibt nur
dich selbst zu führen

selbst einzuweihen
mit der Weisheit
deines Herzens



wenn
das Sterben
als ungewollte Möglichkeit
GeStalt gewinnt

und
das EntSetzen
die Endlichkeit
allen Lebens
nahe werden lässt

stecken wir den Kopf
in den Sand
ungläubig
auf Wunder hoffend

oder
stürzen
in die kostbare Wirklichkeit
des AugenBlicks

die Wunder
eigenmächtig
zu wirken

aufgelöst
und
aufgewühlt
zugleich

allem
ein Ende
bereiten

und
alles
aufs Neue beginnen

Zeit der Häutung
des Schwindens von Sicherheit
des Wachsens von Hoffnung

tiefstes EinVerStändnis
mit der ZwischenZeit
des Wandels

alles hingeben wollen

endlich vertrauen
mit ganzem Herzen



WandlungsZeit

Aufbruch
und VerLassen
nach eigenem Willen

das GeFühl
not-wendiger Häutung
das kein VerHarren mehr duldet

das Ende der GeDuld
an diesem Ort
in dieser Zeit
mit mir

ein WachWerden
in mir
das ich nur ahnen kann

die HerAusForderung
zu wachsen
ins UnBeKannte
mit Schmerz und Lust

die Zeit des ÜberGangs
vom Sterben zum Leben

5.
WEG GEHEN



du
bist
enterbt worden
von der GeWöhnlichkeit
des UnRechts

du weißt:
nichts
wirst du hinterlassen

außer einer Spur
nur zu sehen
mit den Augen der Liebe

vertraue

Liebe
heilt
jegliche Einsamkeit

nur immer schön brav sein
klein und bescheiden
verständnisvoll und nett

damit
nur keine
die gähnende Leere ahnt
die Mutlosigkeit
und die Schwäche

nur immer den richtigen Ton
das passende Wort
zur rechten Zeit finden
damit alles stimmt
was ja doch nicht zusammen passt
und
nur gehalten wird
durch AnPassung

nur keine eigene Regung
nur keinen eigenen Traum
nur keinen AnSpruch
nur keinen Raum verlangen
für Leben

...

es könnte gewährt werden



ich kann keinen Sinn
mehr finden
in dem
was mann
hier Leben nennt

mich
kann ich hier
nicht mehr fühlen
ohne zugleich
den brennenden Schmerz
zu spüren
dieser ÜberLebensLüge

die VerGeblichkeit
alles GeSagten
versiegelt
den drängenden Fluss
meiner Klage
die mich nun
wegtreibt

die Ahnung
in mir
ist leibhaftig geworden
eindeutiges GeFühl

Gehen
WegGehen

was immer
auch kommen mag
ist stimmiger
und
sinnvoller
als zu bleiben

mit Staunen
und Dankbarkeit
spüre ich
die Kraft meiner Seele



verlasse
alles
was dich unglücklich
und unfrei
werden lässt

auch
wenn es sicherer scheint
zu bleiben

wage
den aufrechten Gang
im eigenen Zeitmaß

wilde Tiere
sterben
im GeHege

die
auf ihr eingeborenes Wissen
verzichten
überleben
durch Unterwerfung



mit BeFremden
das eigene EntFerntSein ahnen

das uralte FremdFühlen
auf's Neue spüren
im FernWeh

verstehen
wie brüchig
VerBindungen sind
wenn HerzBeRührung fehlt

den Bruch
nicht mehr fürchten
auf BeFangenheit verzichten

sich dem AnSturm
der Träume
hingeben

Zeit
nicht mehr messen
sondern
fließen lassen

da ich weiß
dass ich weggehen muss
um meiner Seele willen

beginne ich
zu fürchten
dass mich das Sterben
einholen könnte

an dem Ort
den ich im Innersten
schon verlassen habe

wenn
dich
keine
Stimme
ruft

keine Seele
verlangt

wird
dein FremdSein
offenbar

findest du
den Weg

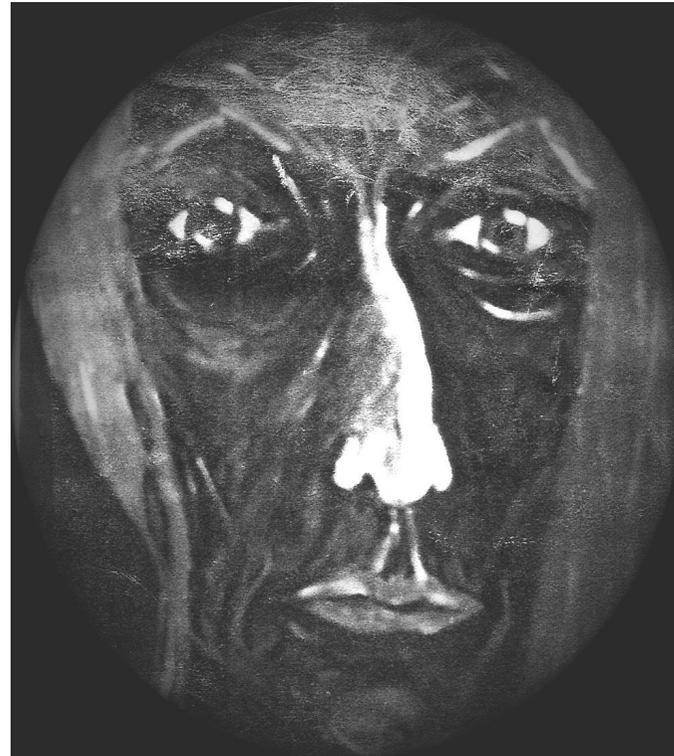
unter
deinen Füßen

wie
kann ich
Raum finden
in der Zeit

wenn
etwas
tief in mir
unbeirrt mahnt
keine Zeit zu verlieren
und
viertelherzige Vernünftigkeit
nichts mehr beschwichtigt

UnGeDuld
an den Seilen zerrt
in die ich mich noch gebunden habe

im Vertrauen
warte ich
auf das Kommende

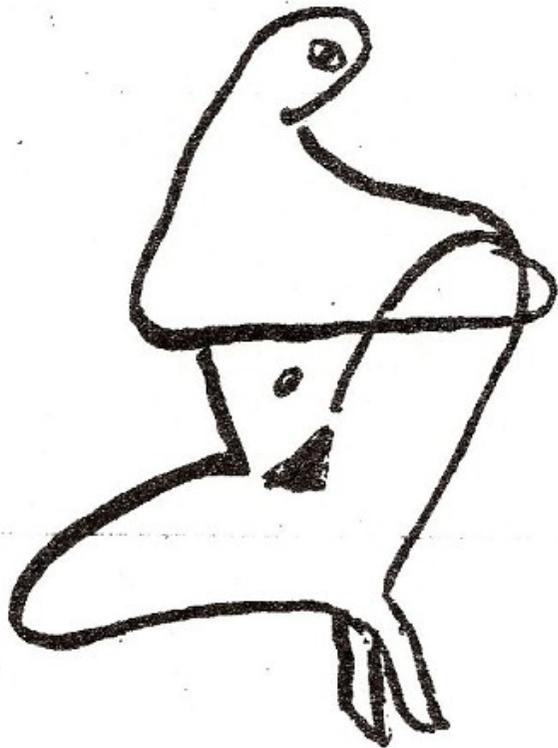


ist
die Seele
wach
wird
das Warten
schwer
und
UnGeDuld
lässt
AllTägliches
schal werden
angesichts
der SehnSucht
endlich
aufzubrechen

rasch
werde ich
fremd
meine Sinne
nehmen
AbSchied
folgen
dem Herz
das schon auf dem Weg ist
nach Haus

unvermittelt
ganz überraschend
kurz vor
dem AbSprung
noch einmal
stehen bleiben
Atem holen
und
innehalten
das VerSäumte noch tun
das die Seele braucht
um frei zu gehen
ohne Schuld

im WegGehen
wird der Blick
schärfer
das EntFernen
lässt
ZusammenHänge
sichtbar werden
und
Schmerz
bricht hervor
der nur verdrängt war
aus Angst
vor EntTäuschung
Zorn
brennt
schwärende Wunden aus



nicht mehr
brav mitspielen

sondern
aus der Rolle fallen

mit Lust
aus der Reihe tanzen

sich wonnevoll häuten
wenn das Fell juckt

und
Altes zurücklassen

im eigenen Saft schmoren

und
hingebungsvoll
Nabelschau halten

es
bleibt
nur
tastend
zu suchen

IrrWege
zu wagen
und
auch
Verletzungen

den ZwischenRaum
zu durchqueren
in der ZwischenZeit

ganz gemächlich
wächst
aus der GeWohnheit
der VerLuste
GeLassenheit
die dich des Zitterns
enthebt

jeder GrenzGang
mindert
die Furcht
im GrenzLand
das du nun ruhiger betrittst
im Wissen
um die UnAusWeichlichkeit

jeder Schritt
den du gehst
wird
in der Tiefe
deiner Seele
geboren
und genährt

bis deine Kraft
reicht
für die BeWegung
deines Fußes



ich beginne
zu ahnen
jeder Schritt
auf dem gewundenen Weg
entfernt mich
vom Ankommen
dass das BeWusstSein
der wachsenden Schwingung
immer tiefer wird
dass es immer mehr werden
mit denen wahrhaftiger AusTausch geschieht
überraschend
nah und eng
die VerBundenheit
von Hartem und Weichem
von Leere und Fülle
von Licht und Dunkel
in mir

in der Fremde
wird es offenbar
die dort leben
wurzeln fest

dich treibt
die SehnSucht
die wohl weiß
das fremde Land
taugt zur Suche
nicht zum AnKommen

Heimat
findest du
nur im Innersten
wenn du
immer aufs Neue
ablegst
was fremd ist

ungewiss
was
dann
bleibt

im GrenzLand
leben
ist mir so vertraut
dass ich mich dort
als Fremde
sofort
angekommen fühlte
zu Haus

ein GeFühl
gerufen zu sein
von innen und außen
unten und oben
gestern und morgen

die SehnSucht
heim zu kommen
schlägt
Wurzeln
im steinig vertrauten Grund
von Mutter Erde



ich weiß nicht
wohin
mich mein Weg
führen wird

ich staune
bei jedem Schritt
wie ein Kind
das im Spiel
sich selbst
entdeckt

und
die eigene Sicherheit
im VerBundenSein
mit allem Lebendigen
wiederfindet

aus der GeBorgenheit
des UrSprungs
durch die Himmel
fallen

und
der Schwerkraft
folgen

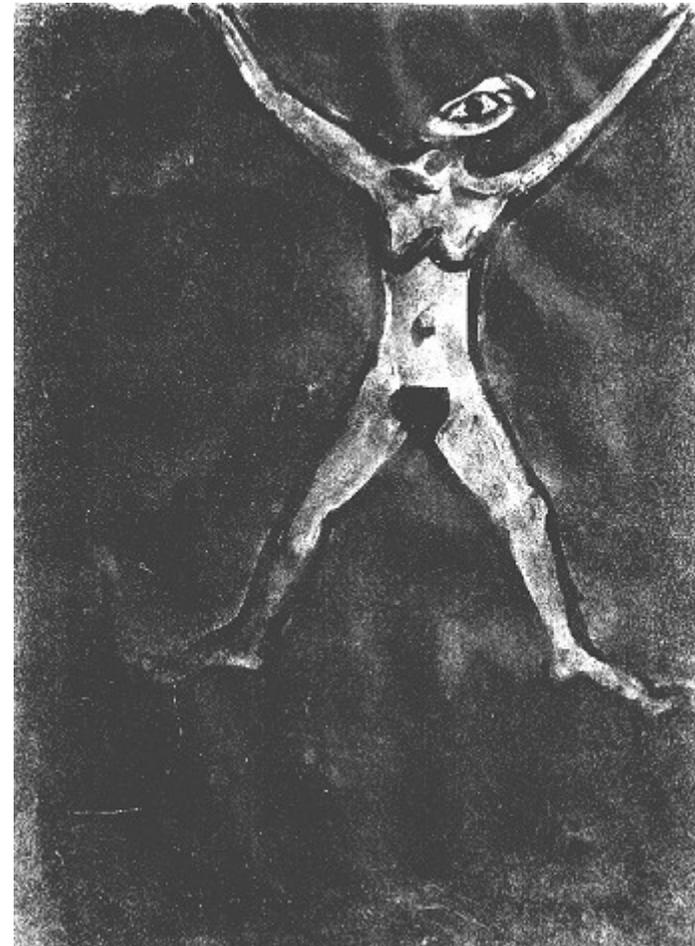
irgendwann
aufschlagen
mehr oder minder hart
- je nach dem

dann wieder der Schwerkraft folgen
und einem Weg

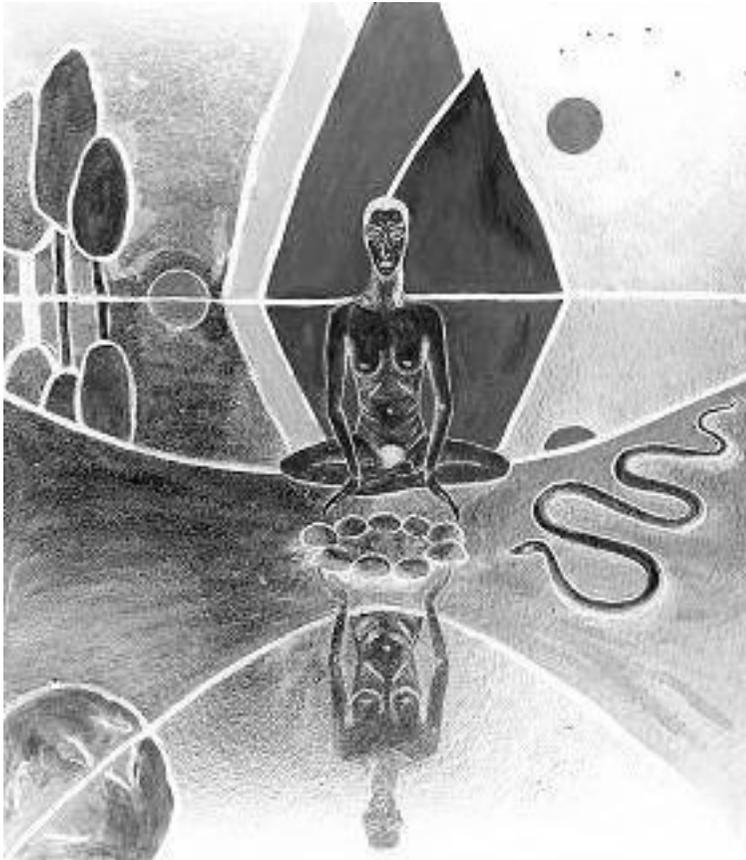
ein Rinnsal werden
das irgendwo versickert
oder
einmündet

in einen Bach
einen See
einen Fluss
ein Meer

und
irgendwann zurückkehrt
in die GeBorgenheit des UrSprungs
um wieder durch alle Himmel zu fallen



6.
WAHR WERDEN



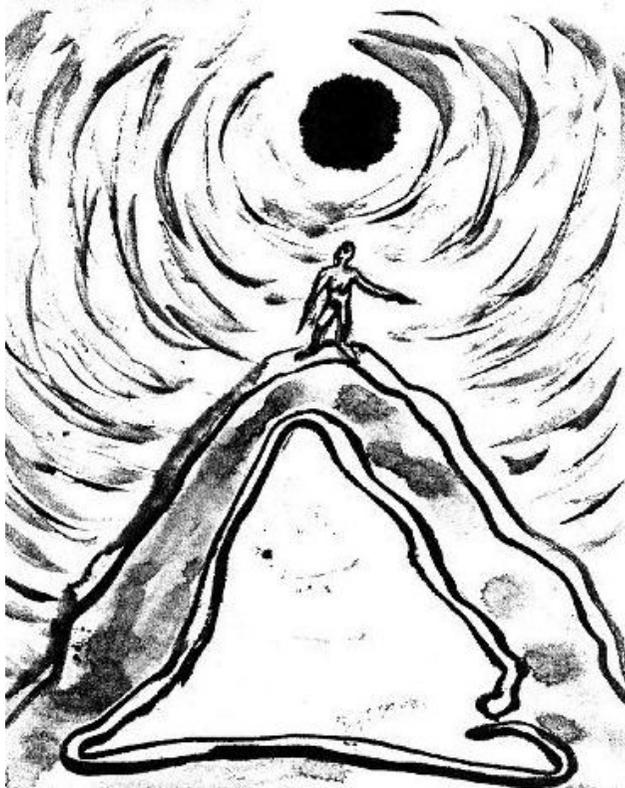
nicht
mehr
zerteilt
will ich leben

das innere Feuer
lässt schmerzlich GeTrenntes
endlich verschmelzen

so dass ich eins werde
mit mir

zu geben
meine eigene Art

für die WiederGeBurt
lebendigen Sterbens



unaufhaltsam
war sie in mein BeWusstSein gedrungen
diese GeWissheit:

der Boden auf dem ich noch stehe
wird nicht mehr lange tragen
was ich für sicheren Grund gehalten
schwindet unmerklich

vor meinem inneren Auge
das Bild einer Höhle
auf deren Wölbung ich stehe
wissend mit jeder Faser
ich muss auf ihren Grund

ahnende ZuStimmung
mit Angst gepaart
dann wird sich also wieder alles ändern
und ich muss in das Unterste hinein

fallen
stürzen
fliegen

ohne jede VorStellung
wie es sich anfühlen
wie lange es dauern wird
und ohne jede GeWähr
wie und wo
ich ankommen werde

nur wissend:
kein anderer Weg ist möglich

alle Eitelkeiten
entfernen
aus sich selbst
dass sie nicht umschlingen
die Hoffnung
sie in die Irre zu führen
leise Gefahr
deren Gift
den Tod bringt
achtsam bleiben
und
diese Aufgabe
mit Geduld
immer aufs Neue
vollbringen



beharrlich
ist die EntTäuschung
dringt in alle Winkel
stöbert
nach und nach
jede noch so verborgene
Täuschung
auf
allmählich
wird's leerer
weniger
verstellt den Blick
mein Selbst
beginnt sich zu gewöhnen
an die befreiende Schwere
dieser Arbeit
ihren bittersüßen GeSchmack
der lange haftet
und
sich in die UrInnerung
eingräbt
auf das
nichts
vergessen werde

ich
will
Raum
in dieser Zeit
zu lange
schon
gezögert
fällt es mir schwer
meinen Schritt
vom Hunger
nach wahrhaftigem Leben getrieben
zu mäßigen
und
die Gaben
des AugenBlicks
in liebevoller AufMerksamkeit
anzunehmen
und
meiner Dankbarkeit
lebendigen AusDruck geben

wieder
eine Hoffnung
die sich als Täuschung
enthüllt
die wie eine Sternschnuppe
in die verschlingende Dunkelheit
eintaucht
ohne
dich
zu berühren
doch
schon immer
ist die Enttäuschung
die dunkle Schwester
der Sehnsucht

rastlos
fördern
meine Zweifel
Gewissheiten
aus den dunklen Kammern
meines Herzens
bringen sie
ins helle Licht
der Sonne
drehen
und
wenden sie
zeigen
mit spitzen Fingern
auf jede wunde Stelle
verwerfen alles
was nicht trägt
dringen vor
bis zum Kern
warten auf die Frucht

hartnäckig
und zäh
wurzelt MissTrauen
im Grunde des Herzens

wohlgenährt
aus den Verletzungen
von AnBeginn

SehnSucht
nährt
die Saat des VerTrauens

Hoffnung
und ZuVerSicht
roden
PfahlWurzeln
im HerzensGrund
bereiten den Boden



welch ein Genuss
den StarrSinn
entbehren zu können

und
sich dem schweren Fließen
allmählichen Werdens
anzuvertrauen

wundervoll
und schön
wenn sich der Ort
innerster Sicherheit
durch die Wachsamkeit
des Zweifels
fruchtbar
weitet

UnGeDuld
liegt auf der Lauer
in mir

sprungbereit
angriffslustig
wirft mich aus dem GleichGeWicht

knurrt
wenn ich ihr zu wehren suche
mich der GeDuld zu widmen
ihrer stillen Schwester
mit dem längeren Atem

die warten kann
voller LangMut
voller GleichMut

beharrlich
und
sanft

zwischen ihnen
übe ich mich
in AusGeWogenheit

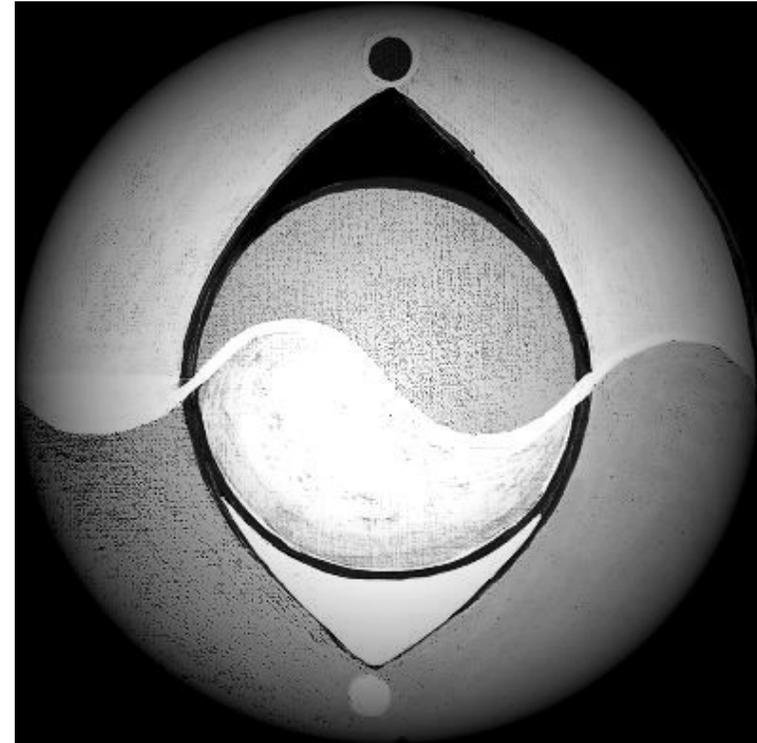
wenn
die UnRuhe
durchs GeFlecht
der Sonne
wirbelt

beschwöre ich
die ZuVerSicht
aus allen Zellen
zu strömen

gelingt es

berühren sich
meine Angst
und
meine SehnSucht

als Schwestern
für die AusGeWogenheit
des Glücks



ziellos
umherstreifen
ohne
mich von der Stelle
zu bewegen

ungewollt
alle EinDrücke
von außen
nur geduldet
durch GeDuld
mit mir

hingegen
einem Warten
das nicht weiß
worauf

einen Schnitt machen
zwischen
mir und der Welt

mich zu öffnen
den Himmeln
der Erde

die
mein tastendes Suchen
gleichmütig aufnehmen
gleichgültig einschließen

manchmal
sehnt
alles in mir
nur
das einfachste Tun

müde
mein Kopf

VerGeblichkeit
umschlingt
meine Seele

will sie vom Schmerz
der SehnSucht
entbinden

noch
einen Schritt
gehen
zu mir

in die EigenMacht
meines aufrechten Gangs

immer
nachdrücklicher
verlangt
meine Seele
nach Tiefe

sich zu erden
zu wurzeln

immer
kürzer die Zeiten
die ich bereit bin
im Seichten
zu verbringen

gegenläufig
die Suche
nach Weite

und
die zunehmende Strenge
in mir

vielleicht
weil mehr Werdendes
mehr Klarheit
verlangt

der Mut
den du brauchst
für den nächsten Schritt

ist die überraschende Frucht
des beharrlichen Wachsens
entlang den EinSchränkungen
des Lebens

und
die Angst
not-wendiges Zeichen
für das WahrNehmen
des rechten AugenBlicks

wenn du
aus Angst
vor EntTäuschung
zu wünschen vermeidest

entbehrst du
der VerWirklichung
aus eigener EntScheidung

wenn du
aus Furcht vor VerLust
BeGegnung verhinderst

verzichtest du
auf lebensspendende Wärme
aus eigener EntScheidung

wenn du
aufgibst
und nicht mehr zu träumen wagst

verschenkst du
die Möglichkeit zu leben
aus eigener EntScheidung

wenn du
dich endlich entscheidest

zu wünschen
aus vollem Herzen

zu träumen
mit ganzem Sein

zu leben
aus eigener Kraft

dann öffnet sich deine Seele
der ewigen BeGegnung



da alles geboren wird
um nach eigenen Möglichkeiten
unter zufälligen Bedingungen
ganz zu leben
und irgendwann zu sterben
und sich einzuschwingen
in den ewigen Tanz

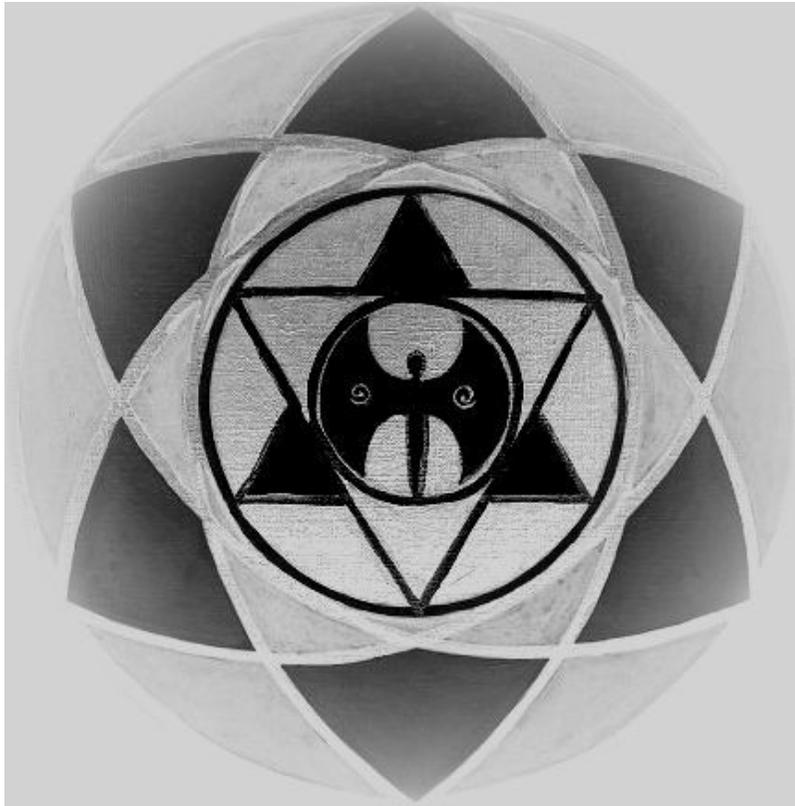
da es die Freiheit der Wahl
also nicht gibt
und dir unwiderruflich gewiss wird
dass Fülle nicht geschaffen werden kann
in der Zeit
sondern nur im AugenBlick
enthalten ist

wenn du zu ahnen vermagst
dass der letztendliche Sinn
jenseits allen Wissbaren wurzelt

dann kannst du beginnen
die Schönheit deines UnVollkommenSeins
zu spüren und zu genießen
als einzigartige Schwingung des Lebens
als Geschenk der Wandlung allen Seins

dann gestatte dir jetzt achtsam zu sein

bereichere jeden AugenBlick
um VerGehendes und Kommendes
und
vergiss nie zu träumen



Bewahre
deine heilige Kraft

...

Finde
aufrichtigen AusTausch
damit das Fließen gewährt wird

...

Vertraue
vollkommen
und
gib alles
aus dem tiefen Wunsch
lebendigen Teilens

...

Danke
der Erde
mit ganzem Sein

(aus den WahrWorten mütterlicher Kraft)