

# **Gedichte 2012-14**

Überarbeitete und redigierte Fassungen

Titel der Sammlung: „**Zwischenzeit**“

3. März 2015

## Zirkelschlüsse

Wer  
um geliebt zu werden  
meint  
es allen recht machen zu müssen  
macht es  
    schließlich doch  
niemandem recht  
kann es  
niemandem recht machen  
und wird  
niemandem  
    erst recht nicht  
    sich selbst  
gerecht werden können  
hierbei

Wer  
aus Angst verantwortungslos zu sein  
und nicht geliebt zu werden  
immer  
für alle oder alles  
die Verantwortung übernimmt  
hierbei aber  
    aus vermeintlichem  
    Verantwortungsbewusstsein  
    diesen oder diesem gegenüber  
sich selbst  
    und also  
    die Verantwortung  
    für den eigenen Weg  
    das eigene Glück  
    und Wohlbefinden  
negiert  
    gegen sich selbst  
    also verantwortungslos wird  
wird  
    schließlich doch  
auch gegen alle und alles  
verantwortungslos werden müssen  
und gar nichts mehr  
verantworten können  
    am Ende  
    der eigenen Kraft

Wer  
aus Angst vor Verlust  
und Liebesentzug  
Konflikte zu vermeiden  
und sich  
    wie ein junger Baum im Wind  
zu biegen  
sich klein zu machen  
und anzupassen  
    zu lieben also  
    um geliebt zu werden  
versucht  
wird  
    schließlich doch  
nicht wirklich  
geliebt werden können  
als tatsächlich er selbst  
    weil  
    und einfach so  
    wie er ist  
weil  
er nicht ist und lebt  
was er ist  
sein könnte  
und sein sollte  
ja  
sein würde  
wenn er  
es nur wollte  
    ein kräftiger Baum nämlich  
    der  
    nicht nur  
    aber auch und vor allem  
    sich selbst  
    als Halt, Schutz und Heimat  
    in den Stürmen des Lebens  
genügt

(März 2012)

## **Fünfundneunzigster Tag**

Am 95. Tag verlor ich ihr Bild

Oder ich hatte bereits  
einige Tage zuvor verloren  
und bemerkte es erst jetzt

Trotz aller Anstrengung  
nur noch ein Schemen  
kein Gesicht mehr  
nicht sie

Als ich gerade traurig zu werden beginne  
ob dieses Verlusts  
werde ich stattdessen plötzlich glücklich  
denn ich erinnere ja auch des Glückes nicht mehr  
ob dessen ich trauere  
den 95. Tag

(April 2012)

## Wiederholungszwang

Wenn ich mich umbrächte  
erhängte  
denn wenn, will ich es richtig tun  
gleich jetzt und hier  
es kümmerte  
kaum irgendwen

Zwei, drei  
würden sich wundern  
vier, fünf  
äußern: oh, ja, Depression  
ein, zwei  
sich Vorwürfe machen, vielleicht  
und alle, alle würden sie meinen  
und von Psychologen geraten bekommen  
dies zu tun:  
Ein trauriges Schicksal  
doch in niemandes Verantwortung  
c'est la vie

Das grandiose Selbst in mir meint:  
Das ist unter meinem Niveau  
Das depressive Selbst in mir meint:  
Eben. Drum!  
Das Kind in mir  
wöllte einfach nur spielen  
wahrgenommen und beachtet werden  
und meint:  
Gut, wenn sich ohnehin keiner um mich schert, tus!  
und erinnert sich  
vieler Momente  
in denen es wünschte  
es wäre lieber tot  
C'est sa vie

(April 2012)

## Unglück im Glück

Im Kopf ein Ende  
wegen der Summe der Verluste  
früherer Jahre  
und nun erneut  
Im Gesicht die Tränen  
Im Rücken ein langer Weg  
fast immer alles erreicht  
Glück in jedem Unglück gehabt

Vor dem inneren Auge  
keine Familie: Verwandte  
kein Zuhause: nur fremde Stadt  
keine Heimat oder Zuflucht: nur Wurzellossein

Vor dem wirklichen Auge  
Sonne: der französische Frühling  
und ein Witz des Lebens  
das zärtlich gen einem lacht:

Ein Abbild dessen  
was man verloren zu haben glaubte  
läuft lächelnd und lebensfroh  
unverloren  
ein Stück Erinnerung  
an eine mögliche Zukunft  
an einem vorbei

Ich schäme mich  
ob der Beliebigkeit  
meines Unglücks  
im Glück

(April 2012)

## Mitleid

Über 40 Kinder  
jüdischer Konfession  
legal illegal  
während der Kriegswirren versteckt  
und dann doch  
wohl aufgrund gezielter Denunziation  
bei einer Razzia festgenommen  
deportiert  
dem Vernichtungslager „zugeführt“:  
Die Kinder von Izieu

Die Gruppe  
genießt die Aussicht auf die Rhône  
beschaut Fotos lächelnder Kindergesichter  
lauscht der Geschichte des Heimes  
sitzt auf jenen Bänken  
auf denen einst die Kinder saßen  
beschaut deren Zeichnungen  
liest deren Briefe  
und fühlt sich hinein  
in die Kinder  
und ihre glückliche unglückliche Zeit

Alle  
sind tief berührt und bewegt  
lange bevor  
der erste die Vitrinen mit Fotos  
von Bergen aus Kinderleichen in Auschwitz erreicht:  
medizinische Experimente, Typhus und Gas  
Mitleid, Entsetzen, Angst  
Gefühle, über die später  
noch lange zu sprechen sein wird

Eine Bachstelze  
die sich in einen der Museumsräume verirrt hat  
fliegt wieder und immer wieder  
verzweifelt  
und sich selbst dabei verletzend  
von innen gegen das Fenster  
hinter welchem sie ihre Freiheit erblickt  
Ohne Hilfe  
ist ihre Lage aussichtslos

„Ach, woher kommst denn Du?“,  
fragt die erste Person aus der Gruppe  
die ihr überhaupt Aufmerksamkeit schenkt  
und geht vorbei  
den nächsten Fotos und Vitrinen entgegen

(La Begude, 5. April 2012)

## **Der Schmetterling**

Der blaue Schmetterling  
den Du so magst:

Du hast übersehen:  
Auch Du  
hast ihn gesehen

Nun musst Du nur noch  
aufwachen  
und ihn suchen gehen

(24.09.2012)

## **Und uns bleibt immer noch Paris**

Ich bin dankbar

für die Barfußwanderung mit Dir  
unseren bekleideten Sprung in den Fluß  
und den nächtlichen Freibad-Ausflug

die gemeinsamen Siege bei Tabu  
wie auch bei Badminton und Volleyball

das Joggen am Fluß in den Sonnenuntergang  
und den wieseliegenden Wolkentheaterbesuch hiernach

unsere Decke unter der Brücke am Fluß  
und den Himmel voller Sterne über uns und ihm

den nächtlichen Blick von der Kauzenburg  
unsere Aussicht vom Lenneberger Turm über das Mainzer Land  
und die Wanderung an der Nahe mit Punkrock im Ohr

den Strauß Blumen von Dir für mich  
das Miteinander-Lachen und Sich-Vergessen hierbei  
sowie unsere gemeinsame Schaumstoffprügel-Schlägerei

die Känguruh- und sonstigen Geschichten auf der Schaukel  
und Dich als Zofe und Prinzessin beim Mäuseroulette

für Deinen Auftritt beim Improtheater  
das berührendste Geburtstagsgeschenk seit sehr langer Zeit  
und all die Zettel unter meiner von Luftschlangen verhängten Tür

dass wir dabei waren  
als Miss Piggy den Froschkönig küsste  
und dass ein Kinderherz auch Dein Herz berührt

für die Kette um meinen Hals  
sowie das Farbekleckschen, -werfen und -tupfen  
auch auf der Haut, nicht nur auf Papier

eine Frau Doktor, die mich ob Deiner lächelnd durchschaute  
Deinen Traum vom blauen Schmetterling  
und all Deine Offenheit auch zu intimmem Gespräch

„Vier Minuten“ in Deinem Arm  
Dein verliebt-schüchternes Lächeln am Mittagstisch  
die Wärme Deiner Hand in meiner  
sowie unsere letzten selbstvergessen-zärtlichen Stunden im Spielplatz-Holzhaus

(10.10.2012)



## Nähe

Ich bin dankbar

dafür, dass ich Dich kennenlernen durfte  
und dass sich unsere Seelen fanden und berührten.

dankbar für Deine Offenheit und Dein Vertrauen,  
Dich so zu zeigen, wie Du bist,  
aber auch mich  
wirklich und in Gänze zu sehen:  
in meiner Kraft und Ohnmacht zugleich  
und dennoch zu bleiben, nicht von mir zu gehen.

dankbar für Dein offenes Herz,  
Deinen Humor, die Tiefe Deiner Seele, Deinen wachen Verstand,  
für Deine Spontanität, Kreativität und Lebendigkeit,  
Deine Wärme, Zärtlichkeit, Empathie,  
Deine Ecken und Kanten  
und so vieles mehr.

Ich liebe Dein Lächeln, Deine Zartheit, Deine Haut.

Ich sehe Würde, Stärke und Stolz,  
unbändige Lust und den Willen zu leben,  
betäubt noch von Angst  
und falschen Pflastern so langer Zeit.

Ich bewundere die Kunst, die Du schaffst,  
die Schönheit Deiner Bilder,  
Deine Fähigkeit, andere mitfühlend zu fördern,  
ihnen Mut zuzusprechen und ihre wahre Größe zu sehen,  
die Wertschätzung Deiner Worte sowie behutsame Weise,  
mit der Du treffsicher die empfindsamsten Briefe formulierst,  
den Schalk in Deinem Nacken und das kleine Mädchen, das in Dir lebt,  
all Deine bereichernde Freiheit, Frechheit und Nicht-Konformität.

Ich bin dankbar

dass ich mich in Dir zu sehen  
und Dich in mir zu finden vermocht habe,  
denn, das verstehe ich erst jetzt, ganz am Schluss:  
was ich an Dir liebe und zu sehen vermag,  
während Du selbst es erst spärlich erblickst,  
das ist alles auch in mir  
und schreit nach Leben und Wertschätzung  
wie Deines bei Dir.

dankbar  
dass ich, weil ich Dir nahe kam,  
vieles in mir selbst  
und in der Liebe zu Dir  
auch jene zu mir wiederfand.

(10.10.2012)

**Die Liebe will erwachsen werden  
und Dich auf Augenhöhe lieben**

Nicht mehr Rat oder Halt geben wollen  
sondern erinnern  
dass das was richtig ist und trägt  
nur aus dem eignen Innern  
zu kommen vermag  
und die Besinnung hierauf  
wie auch Arbeit hieran  
das Wegbesinnen von Äußerem meint  
das Weg  
auch von mir

Nicht mehr groß oder wichtig sein  
und Verantwortung ab- oder übernehmen wollen  
wo andere sich klein  
oder bedeutungslos machen  
sondern helfen  
indem man nur noch hilft  
sich selbst zu helfen  
im Zweifel auch  
indem man gar nicht hilft  
Weil auch dies Hilfe ist:  
dem andern  
jene Verantwortung auch wirklich zu überlassen  
die  
weil sie seinen Namen trägt  
und sein Leben meint  
einzig ihm zu tragen gebührt  
und niemandem sonst  
auch nicht mir

Nicht mehr Auf- oder Fehlervermeidenhelfenwollen  
sondern Fallen- und Falschmachenlassen  
auch und insbesondere  
wider die eigene Liebe und Angst  
Denn nur wer stürzt und Fehler begeht  
- und wer weiß schon  
ob die eigenen für andere überhaupt solche sind -  
der kann auch wachsen und gedeihn  
und wirklich lernen  
hierdurch und hieran:  
Was gut tut und schadet  
wie und dass man aufsteht nach jedem Fall  
dass Laufen- eben auch Fallenlernen  
wie Leben immer auch Leiden  
und an dessen Ende Wiedergeborenwerden meint  
Und dass schließlich  
die Summe unserer Stürze und Fehler  
die Summe unseres Leidens  
die Grenzen unserer Weisheit und Freiheit ausmacht  
auch bei mir

(28.10.2012)

## Halt

Bitte zeig Dich  
mit Deinen Nöten und Deiner Angst  
in Deinem Unbill  
Wollen und Eigensinn

Verbiege Dich nie  
und paß Dich nicht an  
nicht für mich  
und niemanden sonst

Sag was Du denkst und brauchst  
willst und nicht willst  
was Du Dir wünschst  
und was sich ändern muss weil es Dich stört

Setze mir Grenzen  
und widersprich  
enttäusche mich  
und machs mir nie „recht“

Sage im Zweifel  
stets Nein! zu mir  
damit Du  
bedingungslos Ja! zu Dir selbst sagen kannst

Steh zu Dir  
sei einfach nur Du  
und werde zu der  
als die Du beabsichtigt warst

Gehe Deinen Weg nicht meinen  
und verlier dabei  
wenn nötig auch mich  
auf der Suche nach Dir

Das gäbe mir jenen Halt  
den es meint  
einander auch wahrhaftig zu sehen  
und hierdurch eines zu können:  
sich aneinander zu reiben  
um miteinander zu wachsen  
sowie jeder für sich  
und doch auch mit- wie neben- wie beieinander  
vor allem aber wirklich füreinander ein-  
zu stehen

(28.10.2012)

## **Liebesgedicht für die Freiheit und Freiheitsgedicht für die Liebe**

Dich lieben  
und hoffen  
dass unsere Liebe füreinander  
uns jene Hilfe ist  
die wir brauchen  
um die alten Wunden  
ob derer wir jeweils leiden  
mit uns selbst  
und also  
neuem Eigenen  
heilsam zu füllen

wohlwissend  
dass es leichter wäre  
die Liebe des jeweils anderen  
als Füllmenge  
in all die eigene Leere zu tun  
dass dies dann aber  
das Ende eigener Freiheit  
und, da diese ihr Kind  
auch der Anfang vom Ende  
unserer Liebe füreinander wär

(30.11.2012)

# Inkognito

*für Eva-Maria und Esther*

Wir  
haben alles ausdiskutiert  
fein säuberlich  
mit dem Verstand

haben uns  
stets in der Mitte getroffen  
unser Leben  
auf dem Reißbrett entworfen, gelebt

haben selten gestritten  
füreinander fast alles getan  
auch uns verbogen  
uns selbst nicht gelebt

haben jeweils den andern  
verstehend gefühlt  
uns nur unter Vorwänden, entschuldigend  
einmal von ihm entfernt, distanziert

haben einander kaum je resolut kritisiert  
selten nur eigene Bedürfnisse artikuliert  
wenn aber einmal  
diese dann nicht  
erst recht nicht gegen den anderen  
auch wirklich durchgesetzt und gelebt

haben es recht machen wollen  
dem anderen, nicht uns  
vermieden das Nein! zwischen uns  
weil wir dachten  
dies bedeute das Nein!  
auch fürs Uns

haben einander nie souverän Paroli geboten  
nie mit Konter und persönlichen Grenzen beschenkt  
und verloren hierdurch  
mehr und mehr  
die letzte Distanz und eigne Kontur

haben unsere Positionen  
und unseren sicheren Stand im Leben  
aneinander verloren  
und nannten das „gerecht“  
den immer wieder einmal notwendigen  
„fairen Kompromiss“

haben uns enger und enger verbunden  
und dachten  
dies sei Zeichen unseres Ja!s füreinander  
konnten nicht sehen oder verstehen  
(und gefühlt hatten wir uns selbst ja schon lange nicht mehr)  
dass der Sog zueinander  
das Resultat immer tieferer Einsamkeit in- und miteinander  
und diese wiederum das Resultat  
unseres jeweiligen, anwachsenden Nein!s zu uns selbst  
war und stets ist

Wir nannten all das LIEBE  
(das schrieben wir groß)  
und auf dem Reißbrett unserer Ehe stand:  
„Ja, richtig -  
so wird's gemacht!“

Wir nannten all das LIEBE  
und hatten uns  
ein jeder sich selbst  
(wir wussten nicht, wie man das schreibt)  
doch niemals gespürt

Wir nannten all das LIEBE  
und ich weiß erst jetzt  
nachdem das Reißbrett zerbrach  
alle „Pläne“ endeten  
und ich Dich schließlich verlor  
nachdem ich mich selbst  
(auch heute übe ich noch an diesem Wort)  
und unter all dem Geröll  
hinter so viel Ratio, Vernunft und Verstand  
auch mein Fühlen  
wiederfinden musste  
und schließlich wiederfand:

So wenig von alldem  
war LIEBE  
und so viel  
war: ANGST

(02.12.2012)

## Großer Gesang

*“Schläft ein Lied in allen Dingen,  
die da träumen fort und fort,  
und die Welt hebt an zu singen,  
triffst du nur das Zauberwort.”*

*Joseph Freiherr von Eichendorff*

Er hat recht:  
Es schläft ein Lied in allen Dingen  
schläft auch  
in mir

Und unrecht doch zugleich, denn:  
Es sind viele Lieder  
und manche davon  
habe ich niemals zuvor erhört

Erst war ich traurig  
ob der Tatsache  
dass von meinen 1.000 Teilen  
etwa 600 fehlten  
nach dem letzten Sturz

Inzwischen  
ändert die Perspektive sich  
denn Deine inneren Lieder  
erzeugen in mir Resonanz  
bringen Dinge zum Vorschein und Schwingen  
von denen ich nicht einmal ahnte  
dass sie als Schätze  
in mir vergraben sind

Eine kleine Melodie  
ist da bereits  
mit neuem Puls  
und viel wärmerem Takt als zuvor  
kein Lied noch nicht, nein  
erst recht kein großer Gesang

und dennoch  
nein eben drum  
will ich fortan  
nur noch unter Singenden sein  
denn meine Schätze finden  
Gesang werden  
das kann ich  
nicht ohne Resonanz  
vermag ich  
nicht allein

(09.12.2012)

## Zärtlichkeit

*Hommage an Arnon Grünbergs „[Es gibt noch](#)“*

Menschen berühren und wahrnehmen wollen  
Ihnen die Hand geben  
auf Augenhöhe begegnen und in die Augen sehen  
Gesundheit wünschen wenn jemand Fremdes in der S-Bahn niest  
Sich zeigen und nahbar sein  
Den Obdachlosen für den man kein Kleingeld mehr hat  
zumindest ansehen ihm Hallo sagen und mit Würde begegnen  
Das Kind als kleinen nicht halben Menschen betrachten  
es ernst nehmen so wie es ist und weil es ist  
Zuhören und mitfühlen wo es zuzuhören und mitzufühlen gilt  
Lächeln  
Im Bus weinen wenn einem nach Weinen ist  
und in der Fußgängerzone tanzen und singen einfach nur so

Das eine Gedicht noch schreiben  
Dem Mädchen noch sagen dass ich es mag  
Es immer und allen sagen, bedeuten – auf der Stelle, ab sofort  
Lieben – so als ob es kein Morgen gäbe  
weil es das Morgen nicht mehr gibt und niemals gab;  
ein Mal nur, einmal noch

Das hat ihn schließlich überzeugt  
Er hat  
sich eine Zigarette gedreht  
sie entzündet inhaliert genickt  
eine Zeitlang grübelnd einen Punkt an der Decke fixiert  
sich Notizen gemacht  
und mir beim Gehen  
auf die Schulter geklopft  
und gesagt  
er käme in 5 Jahren  
noch einmal vorbei

(29. Dezember 2012)



## **Ein und dasselbe**

Ich frage mich  
was für Gefühle das sind

Das eine:

Dir zuhören, Dich ansehen und Deinen Gesten folgen  
während Du von Deinem Alltag berichtest, Dich zeigst  
Deine Stärken und Schwächen erhellst  
Windmühlen belächelst und tief ins Nähkästchen greifst -  
und aufblühen  
Grübchen auf den Wangen  
und wohlige Wärme in der Brust spüren  
hierbei

Das andere:

Im Café sitzen, schreiben, sinnieren, nach Worten suchen  
und die Revue passieren lassen  
damit man sie, den Stift in der Hand, noch einmal fühlt  
Dann plötzlich: Wissen und verstehen  
dass das, was da in mir ist und wärmt  
das meine ist, gar nicht Deins, nicht von Dir  
ich Dich nicht fühlen oder mögen könnte  
wenn das, was ich da fühlte oder möchte  
mir selbst nur fremd und äußerlich wär -  
und aufblühen  
bunter, wilder Garten oder Heidefeld werden wollen  
hierbei  
anders als und doch ähnlich wie Du

Ich frage mich  
was für ein Gefühl das ist -  
und warum man manchmal so weit gehen muss  
um nach Hause zu kommen

(29.12.2012)

# Am Fenster

Wenn ich alt sein werde  
hat all das rückblickend betrachtet dann seinen Sinn?  
Und wird es mein Sinn sein  
oder jener des Lebens?  
Werde ich es vermocht haben, den Sinn meines Lebens zu finden  
und jenem des Lebens zu entsprechen hiermit oder hierbei?  
Werde ich über heutige Angst lachen  
oder wird heutiges Lachen mich einst ängstigen?  
Werden meine Wunden zu Menetekeln, Leuchtfeuern  
oder fruchtbarem Boden für heilsames Neues geworden sein?  
Schmecken Freiheit und Frieden einmal nach Blut  
oder wurden aus der Summe der nicht gekämpften Kämpfe gewebt?

Wenn ich alt sein werde  
werden dann auch meine Gefühle  
in die Jahre gekommen sein?  
Wie tief ist dann noch mein Glück?  
Von welcher Farbe wird Freude sein?  
Wie schmeckt das Leid?  
Riecht meine Trauer noch immer nach Meer?  
Wird die Einsamkeit farb- und geruchlos geworden sein  
oder wiegt schwer, fast wie Blei?  
Und meine Liebe, wird sie noch tief sein und singen  
oder weit, ein Orchester, das keiner Tiefe mehr bedarf?  
Wird sie noch knabenhaft-neckisch sein, neugierig, verspielt  
oder am Stock gehen, vorsichtig tastend, ein Monokel vorm Gesicht?

Wenn ich alt sein werde  
werden dann noch immer des nächtens die Fragen zu mir kommen  
und an die Fenster hämmern  
auf dass ich nicht zu schlafen vermag?  
Oder werden auch sie älter und bedächtiger geworden sein  
und leiser klopfen  
oder trommeln  
wie der Regen vielleicht?  
Oder werden sie gar  
mit den Antworten zusammen gekommen, womöglich verpartnert sein,  
wohnen in einem Haus in der Nachbarschaft  
und schauen nur noch gelegentlich einmal  
vielleicht zum Tee  
bei mir vorbei?

(21. Januar 2013)

## **Die Freiheit, die sie meinen**

Nächster Halt: Rüsselsheim.  
Neben mir ein MP3-Player und ein Smartphone,  
Samsung, glaube ich.  
Mir gegenüber ein Smartphone  
und daneben ein Notebook, HP.  
Links von uns ein Notebook,  
auf dem ein Video läuft.  
Daneben ein Buch,  
ihm gegenüber eine Zeitung,  
Süddeutsche wohl,  
und neben dieser ein Smartphone, erneut.

Tippen, tippen, hören, tippen,  
umblättern, lesen, tippen, aufsehen,  
auf die Uhr schauen, tippen.  
Notebook-Arbeit, Notebook-Video,  
Zeitung, Musik, Buch,  
Smartphone-Spiele, Smartphone-Mails.  
Tippen, tippen, arbeiten,  
tippen, lernen, tippen, schaffen, tippen, tun.

Der Geist überall, nur nicht hier.  
Mein Gott, sind wir »frei«.

(23. Januar 2013)

## **Antwort auf einen Brief**

Ich lese, was Du schreibst  
von Deiner Oberflächlichkeit  
und Deinen schlechten Seiten,  
und dass Du fürchtest,  
ich hätte diese  
vielleicht nur übersehen

Ich frage erst mich  
und dann, in meiner Antwort an Dich, Dich,  
was genau  
Du damit eigentlich meinst

Denn in was sollte Deine Tiefe,  
die ich so sehr schätze und mag, gründen,  
wenn nicht in etwas, das ihr Halt  
weil Erdung und Weite verleiht

Und was  
sollten Deine „schlechten Seiten“ anderes sein  
als helle Schatten bei Licht:  
die Gründe dafür eben,  
dass die „guten“ zu jenen wurden, die sie heute sind;  
ihr Anlass, ihre Motivation  
oder zu ihren Gunsten nicht gelebt Potential

Ist, so frage ich Dich,  
dann aber  
Deine Weite  
nicht Deiner Tiefe synonym  
wie letztlich all Deine Seiten  
nur verschiedene Abstufungen  
guter Seiten sind

(26. Januar 2013)

## Sonnenstrahl

Wie manch anderer auch  
bist Du ein Sonnenstrahl,  
der gar nicht ahnt,  
wie hell und warm er ist.

Wie aber solltest Du auch?  
Du siehst und wärmst Dich selbst ja nicht  
- nur immer andere,  
bis, ja bis: Man Dir den Spiegel vorhält.

(26. Januar 2013)

## **Freiheit, die erste**

Freiheit  
wird heut wieder großgeschrieben

Wir sollen frei sein von  
Liebe  
Solidarität  
Mitgefühl  
Wärme  
Hilfe  
Unterstützung  
Mut  
und mehr

Dann sind wir  
lieblos  
egoman  
hart  
kalt  
hilflos  
allein  
und voller Angst

und funktionieren wunderbar  
in dem, was sie  
vermeintlich um unseretwillen  
gestalten und Gesellschaft nennen

Hinter unserem Rücken aber  
nennen sie es Markt  
und wetzen die Messer bei Nacht

(28. Januar 2013)

## **Freiheit, die zweite**

Freiheit  
wird heut wieder gerne getragen

Man trägt sie  
kurz oder eng  
auf den Oberschenkeln  
am Po  
abgeschnitten  
nach oben gebunden  
gesteckt  
auf dem Kopf

Ganz sicher aber nicht  
hängend, stoffern und dicht  
vom Kopf  
über den Po  
zum Boden hinab  
mit Sichtschlitzen  
vor dem Gesicht

Die Freiheit ist schließlich schon groß  
und entscheidet selbst, wer sie ist  
nicht wir  
Wo kämen wir  
ansonsten auch hin

(28. Januar 2013)

## Heimkehr

Ich komme heim,  
kehre nach Hause zurück.

Das Haus unbewohnt, kalt;  
in den Dielen schläft Angst,  
im Dunkel lauert der Alb.

Dieses nervöse Ziehen quer durch die Brust.  
Der stechende Schmerz tief im Genick.  
Hier wohne ich, ja.  
Wohne. Ich. Ja.

War lange nicht hier.  
Floh, da war ich noch klein.

Die Spinnen haben Bilder an die Wände gemalt.  
Die Kerze flackert Dämonentänze wild in den Raum.

Diese Kälte. Sie klirrt. Beißt.  
Diese Unruhe. Sie lähmt. Vor Zitterei.  
Und diese Angst. Sie hebt an zum Tusch.  
Im Keller steht ihr Orchester Spalier.

Und doch:  
Vier Wände, ein Dach.  
Meins.  
Ich. Wohne. Hier.

War zu lange fort.  
Nie wirklich daheim.  
Wie wird es in ein paar Jahren wohl sein?

(7. Februar 2013)



## Sehnsucht

Ich habe einige Thesen  
doch häng sie an keine Tür  
sie betreffen das Wesen  
der Dinge und Deiner Sehnsucht nach mir:

Wir sind alle umgeben von Mauern  
und Zäunen  
durch die nie jemand nah an uns gelangt

Haben Angst und müssen schauern  
ob des Inhalts von hinteren Räumen

Die halten wir verschlossen  
obwohl unsre Sehnsucht nach ihnen verlangt

Dort lauern unsre Ganzheit und Weite  
die unsres Lebens und Seins

Doch wurden wir früh schon beschossen  
und belogen  
mit: Das ist gar nicht Deins

Einst glaubten wir ihren Elogen  
heut haben wir den Salat:

Leben nur diese und jene Seite  
und halten vor Teilen der Breite  
und Tiefe  
unsre Angst und Abwehr parat

Doch unsre Sehnsucht erahnt uns beharrlich was liebe  
gäben wir einmal mutig all unsern Klinken die Hand:

So lieben wir andere auch als unsere Spiegel  
und in ihnen eigene Räume in fremdem Gewand

Das ist es das heimliche Siegel  
das einst noch gebrochen sein will

Hiernach sind wir endlich zu Hause  
und wird es im Herzen ganz still

Das wird dann als hätte der Himmel die Erde zärtlich geküsst  
weil Du jenseits aller Ängste und Sause  
nun weißt dass in Deinem Zuhause  
die ganze Menschheit beheimatet ist

(10. Februar 2013)

## **Weltengetriebe**

Ratten der Lüfte  
nennen sie sie  
weil sie schändlich  
und schädlich seien

weil sie behindern  
beim Rennen und Eilen  
Dreck verbreiten  
in der sauberen Hochglanzwelt  
und Dreck fressen  
sie haben sonst nichts

Ratten der Lüfte  
nennen sie sie  
und ziehen gegen sie zu Felde  
mit Messern und Speeren und Gift

Immer mehr von ihnen  
streichen verkrüppelt und verstümmelt  
durch die Straßen unserer Stadt  
und selbst die Kinder  
jagen und quälen sie gern

Ratten der Lüfte  
nennen sie sie  
und während ich mit ihnen bange und leide  
fürchte ich den Tag  
an dem jene  
die sie so nennen  
wieder einmal merken  
dass auch unsereins  
schändlich und schädlich ist

(24. Februar 2013)

## Deutungsgewalt

„Seid solidarisch“,  
haben die Starken  
den Schwachen zugerufen,  
„und tut, was gut für alle von uns ist.  
Orientiert euch dabei an uns.“

Das taten die Schwachen  
und gaben ihr Bestes und mehr  
immer bemüht  
so stark wie der Stärkste zu sein

Das taten die Schwachen  
bis sie  
unter der Last der Stärke zusammenbrachen  
jenseits eigener Kraft

„Seid solidarisch“,  
rufen die Schwachen  
den Starken nun zu,  
„hilft uns, werdet langsamer, teilt!“

„Das würden wir ja gern“,  
erwidern diese,  
„doch können es nicht.  
Weil das nicht gut  
für alle von uns wär.“

(24. Februar 2013)

**Schweine-Solidarität  
oder Anwürfe eines arbeitenden Lesers**

*für Adrian Gabriel*

Wie konntet ihr  
Kollegin X. nur unterstützen?  
Jetzt schleppen wir  
diese Minderleisterin  
noch weiter mit uns herum.  
Was für ein  
unsolidarischer Betriebsrat  
seid ihr eigentlich?

Wir alle haben Freunde und Familie  
die wir viel zu selten sehen  
und arbeiten  
nicht als Ausnahme sondern Regel  
jenseits der Grenzen eigener Kraft.  
Was also erdreistest Du Dir  
in dieser Situation einfach pünktlich zu gehen?  
Als Kollegenschwein  
sorgst Du so dafür  
dass es auch allen anderen  
schlechter geht.

(24. Februar 2013)

## **Freiheit, die dritte**

Es wäre schön  
hätte Morgenstund  
wirklich Gold im Mund

Ich suche  
jeden Morgen danach  
noch bevor es  
zur Schicht  
in die Werkhalle geht

finde jedoch nie anderes  
als Karies, Amalgam  
und unstillbaren Hunger  
nach Leben

Zwei der drei  
sind auch am Abend  
noch da

(24. Februar 2013)

## Wenn der Wind weht

Es ist schön  
wenn der Wind weht  
direkt  
in mein Gesicht

Dann fühle ich  
dass ich lebe  
und bin  
und wie  
und wo ich bin  
und dass ich  
begrenzt und endlich  
und nicht  
der Wind bin

Wenn der Wind weht  
lerne ich mich selbst  
besser kennen:  
meine Liebe  
Freiheit und Unfreiheit  
meine Gewordenheit  
und Angst  
meinen Hochmut und Zorn  
mein Allein-und-doch-niemals-Alleinsein

Unbestimmtheit macht mich nervös.  
Festgelegtsein aber auch.  
Und Neues ausprobieren.  
Und gegen die eigenen Vorurteile angehen.  
Und dann ohne sie sein. Ganz nackt.  
Und Zulassen. Einlassen.  
Weglaufen aber auch.  
Auf den Bauch hören statt auf den Kopf.  
Und Vermissen.  
Nichtvermissen aber auch.  
Und Courage.  
Und Anderssein.  
Nichtanderssein aber auch.  
Und Fremdsein.  
Doch bleibt man einander  
das nicht stets?

(19. März 2013)

## Wachgeküßt

Meine Liebe  
in Dir finden  
und Deine in mir  
das ist  
schon ein Fingerbreit Freiheit  
denn nun weiß ich:  
Ich bin  
nicht allein

Meine Angst  
in Dir finden  
und Deine in mir  
das ist  
schon ein Fußbreit Freiheit  
denn nun sehe ich:  
dass Du für Dich  
und nicht  
gegen mich kämpfst  
und ich  
gar nicht einsteigen  
und mitkämpfen muss

Dich  
wegen Deiner Schätze  
lieben  
und wegen der Freude  
die ich ob ihrer verspür  
das ist  
schon ein großes Stück Freiheit  
weil  
finde ich diese  
alsdann auch in mir  
ich nun auch  
mich selbst  
wegen ihrer  
zu lieben  
vermag

Um Deinet-  
und um meiner Liebe zu Dir willen  
auch Deine Dunkelheit lieben  
und Deine Schwächen  
und Deine Not  
Dir Deine Ecken  
und Kanten  
und auch so genannten Fehler  
verzeihn  
und all diese und dieses  
dann auch  
in mir finden  
das ist  
wahrhaft schon Freiheit  
weil ich  
wo ich jetzt verstehe  
dass uns dieselbe Dunkelheit eint  
nun auch mich  
so nehmen kann  
wie ich bin  
mit meinen Schwächen  
und meiner Not  
und auch mir  
vergeben kann  
dass ich bin  
wie ich bin  
aus Liebe  
zu Dir

(25. März 2013)

## **Was ist Liebe?**

Ich möchte mich  
nicht mehr binden  
an die Schönste  
die Klügste  
die Liebevollste und Zärtlichste  
die Lauteste  
oder Leiseste  
im Land

Ich möchte  
mich binden  
an jene  
mit der ich  
am besten zu wachsen  
mich zu entwickeln  
und entfalten  
vermag

Ich glaube  
dass das Liebe ist  
oder zumindest  
etwas hinreichend  
ähnliches

(25. März 2013)



## Aus Liebe zu Dir

*für Eva-Maria*

Aus Liebe zu Dir  
Deine Schätze sehen lernen  
und aus Liebe zu diesen  
Dich lieben  
noch mehr

Aus Liebe zu Dir  
Deine Not verstehen wollen  
und verstehen lernen  
und schließlich  
verstehen können  
und hierdurch  
auch Deine Dunkelheit und Ungnade  
mit liebenden Augen  
und Wärme im Herzen sehen

Das Dunkle  
und das Helle in Dir lieben  
weil beides zusammen  
erst Leben  
und in Summe  
ist was Du bist

Aus Liebe zu Dir  
gelernt haben  
Schätze zu sehen  
und auch Dunkelheit und Ungnade  
zu lieben und lieben zu können

und Frieden finden  
und schließen  
nun auch in  
und mit mir:  
Mich lieben  
aus Liebe zu Dir

(25. März 2013)

## Das Un-Banale

Ich liebe  
auch Deine Brüste  
und Deinen wachen Verstand

Doch bin ich eitel  
und will vor allem  
das Un-Banale an Dir lieben  
jenes  
das nicht  
jeder sofort erkennt

Daher  
liebe ich  
auch den Klang und die Zartheit  
Deiner Stimme  
an deren Gute-Nacht-Geschichten  
und Geborgenheit  
Deine Kinder  
sich noch erinnern werden  
wenn sie selbst  
schon Eltern  
oder Großeltern  
sind

Liebe  
die Entschlossenheit  
mit der  
Du beim Bäckerfrühstück  
aufspringst  
einen Croissant erwirbst  
und ihn  
wie selbstverständlich  
dem Obdachlosen bringst  
der sich gerade  
vor unserem Fenster  
niedergelassen hat

Und liebe  
Deine Sprachlosigkeit  
die so leise und umsichtig ist  
dass sie mir  
nicht einfach schwere, harte Worte  
an den Kopf wirft  
sondern Dein Fühlen und Empfinden  
stattdessen  
zu äußern sucht  
indem sie  
mir ein Lied spielt  
das  
mich zu Tränen  
rührt

(27. März 2013)

## Leichtigkeit

Beim Gedanken  
an unseren dereinsten Abschied  
glücklich sein  
ob der bis dahin verbleibenden Zeit

Beim Glückhichsein  
ob des Barfußhüpfens  
im Nass des Springbrunnens am Park  
mit den Gedanken zu Dir gehen

Beim An-Dich-Denken  
lächeln müssen  
und Angst halten und aushalten können  
das Leben genießen, plötzlich federleicht

Diese schwerelose Leichtigkeit  
- ist das Wahnwitz  
oder ist das  
endlich die Wahrheit?

(11. Juli 2013)

## Wer lebt, stört

Sie waren beschäftigt  
mit sich, ihren Nöten, Sorgen  
ihrer Angst

Sie haben Dir gesagt und bedeutet  
dass Du störst  
Und Du  
hast es ihnen geglaubt

Geglaubt  
dass Du, um geliebt zu werden,  
nur weniger stören  
und anders sein musst  
als Du bist  
denn so wie Du bist  
bist Du offenbar falsch

Wenn Du traurig warst  
oder Angst hattest  
haben sie gesagt:  
Da gibt es nichts zu Weinen,  
reiß Dich zusammen, sei stark!

Wenn Du spielen  
oder toben wolltest  
haben sie gesagt:  
Ein anständiges Kind  
bleibt stets ruhig, beschäftigt sich mit sich selbst  
und fällt anderen nicht zur Last!

Wenn Du Dir etwas gewünscht hast  
(Aufmerksamkeit, Zärtlichkeit, Trost,  
das Zweirad oder den Teddybär)  
haben sie gesagt:  
Wenn Du uns wirklich lieben würdest  
dächtest Du nicht immer nur an Dich  
ja, dann wärest Du  
nicht so ein habgieriges Kind!

Und so hast Du verlernt  
Deiner eigenen inneren Wahrheit  
Deinen Gefühlen und Impulsen zu vertrauen  
und *gelernt*  
zu fühlen und erfüllen  
was jene  
von denen Du abhängig warst  
brauchten  
und warst ihnen *dies*

Warst nicht mehr traurig  
nicht ängstlich  
nicht freudig-spielend  
nicht fordernd  
nicht anstrengend  
nie mehr eine Last

Und hast gelernt  
Gefühle zu lesen  
*andere* zu fühlen  
*ihre* Nöte, Sorgen und Angst  
und diese, ihre Gefühle  
dann zu Deinen  
und Dich  
für sie verantwortlich gemacht

Und auch heute noch denkst Du  
dass dies Liebe sei

Dabei dürftest Du  
- ja, *heute* endlich darfst Du dies! -  
inzwischen doch erkennen  
dass Du  
mit *allem*  
was *Du* bist und was *in Dir* lebendig ist  
bedingungslos richtig  
und wundervoll  
und liebenswert bist

Und dass Du  
niemals deswegen „anstrengend“ warst  
weil etwas an oder in Dir falsch gewesen ist  
sondern nur deswegen  
weil die *anderen*  
sich selbst nicht genügend liebten  
um mutig genug zu sein  
etwas zu unternehmen und tun:  
für sich  
und also  
wider ihre Nöte, Sorgen und Angst  
diese, ihre Verantwortung  
jedoch auf Dich abwälzten alsdann

Sie haben *sich*  
nicht wirklich geliebt  
und konnten deswegen  
auch Dich  
nicht bedingungslos lieben  
Das aber  
hättest Du, auch das darfst Du erkennen heut  
so sehr verdient und gebraucht

So hast Du gelernt und verinnerlicht  
was Du erfahren hast:  
dass nämlich  
Du nur dann geliebt wirst  
wenn Du andere mehr  
als Dich selber liebst  
musstest dies lernen  
denn wer seine Eltern verliert, stirbt

Dein Lernen und So-Sein war richtig einst  
und hatte guten Grund  
Nur heute, da schützt und beschützt es Dich nicht mehr  
sondern schadet Dir nur

Drum ist es jetzt an der Zeit  
sich aufzumachen, auf den Weg:  
Um zu lernen  
dass, nur, wer zuallererst einmal  
sich selbst wertschätzt und liebt  
überhaupt andere zu lieben vermag  
und hierdurch  
auch der Kreis aus Missbrauch  
durchbrochen werden kann  
der sonst ewig weitervererbt wird  
und besteht

Du darfst erkennen  
dass nur, wenn Du Dir selbst Maßstab Deines Handelns bist  
nur, wenn Du Dir erlaubst,  
zu spielen, zu fordern, zu weinen und toben  
wann immer Du es brauchst und willst  
Du nicht stets aufs Neue Opfer  
sondern Gestalter Deines Lebens  
sowie Deiner Erfolge und Deines Glückes sein wirst

Erkennen, dass  
wenn Du *heute* auf das Beste für Dich bestehst  
Dich hierfür einsetzt und selbst auch vertrittst  
Du es überleben wirst, wenn Dein Gegenüber  
Dich hieraufhin verlässt  
und dass dies *nicht* Habgier  
sondern Selbstliebe und Freiheit  
die zwei Voraussetzungen für Liebe also  
sind

Und erkennen  
dass Du Dich heute mit Menschen umgeben  
und Dir ein Umfeld zu gestalten vermagst  
das, anders als Deine ersten Bezugspersonen  
mit seinen eigenen Dämonen  
bereits Frieden geschlossen hat  
und Dir deshalb niemals mehr zurufen wird  
dass Du falsch oder störend seist  
und Dich auffordert sodann:

Sei ganz Du selbst  
nicht „nett“ oder „lieb“, sondern echt!  
denn es *stört*  
wenn Du nicht auch  
traurig, ängstlich, verspielt, tobend und fordernd  
nicht also  
auch bedingungslos Du  
und selbstliebend bist  
und wir daher  
nicht erfahren  
wer Du bist, wenn *Du* bist  
und was *Du* brauchst  
denkst, wünschst und fühlst

Sei Du, *ganz* Du  
und wage es, aus Liebe zu Dir selbst  
auch anzuecken und zu stören  
denn: Wer lebt, stört!  
und wir wollen, dass Du lebst  
*wirklich* lebst  
denn: Wir lieben Dich.

(16. November 2013)

## **Freiheit, die vierte**

Die Tränen zu- und fließen lassen  
wenn sie denn fließen wollen

Die Angst fühlen  
und wahrnehmen  
wenn  
und wie  
sie die Gedanken verengt  
und Muskeln zusammenzieht

Die Ohnmacht fühlen  
wenn Menschen gehen  
weil sie sterben  
oder im Nachhinein feststellen:  
Ich habe Dich nie geliebt  
und bei all dem anderen  
dass sich der so genannten  
Kontrolle entzieht

Und die Sehnsucht fühlen  
all die Sehnsucht  
die hinter den Tränen, der Angst  
und Ohnmacht lebt  
Als Leere in den Waden  
Kribbeln in den Händen  
und Wärme  
in der Brust

Und die Not in Worte fassen  
in richtige Worte  
sie fühlen, ausdrücken, leben  
und erleben  
Das ist dann  
fast schon wieder:  
Glück

(9. Februar 2014)

## **Kurze Beine**

Stimmt es wirklich  
dass die Wahrheit schmerzt  
oder ist das nur  
eine der Lügen der Lügen  
die diese verbreiten  
um sich zu verbreiten  
weil sie es  
gern bequem haben  
und glauben  
auf kurzen Beinen  
käme man schneller ans Ziel?

Und wenn es stimmt  
dass die Wahrheit schmerzt  
spricht das dann für  
oder gegen sie, sag?  
Ich frage nur, weil ich denke  
dass doch noch jedes Geborenwerden schmerzt  
die Geburt nun aber  
wahrlich  
nicht der Feind des Lebens ist.

(9. Februar 2014)



## Das Nein in der Liebe

Um der Würde willen:  
Die Würde riskieren.  
Und um der Liebe willen:  
Von der Liebe gehen.

So vieles liegt nicht in unserer Hand.

Ich wäre gerne geblieben.  
Bei Dir. Mir. Bei Uns.  
Doch es ging nicht.  
Wäre nicht gegangen.  
Konnte nicht gutgehen.  
Nicht so.

Denn Liebe allein  
reicht nicht für die Liebe.  
Zumindest nicht  
für jene zu zweit.  
Es braucht auch: Entscheidung  
Bewusstheit, Verantwortung.

So vieles liegt nicht in unserer Hand.

Denn wo wir unbewusst lieben  
und nicht Ja sagen  
auch zu Auseinandersetzung, Reibung  
Konflikt und Kritik  
wo wir uns nicht entscheiden  
und entschieden haben  
uns ganz einzugeben  
mit allem, was wir sind  
da übernehmen wir  
auch keine Verantwortung  
für uns und also den anderen  
und damit: die Liebe in und zwischen uns.  
Da lieben und leben  
wir uns nicht selbst.

Zwar nennt man  
auch das dann Liebe  
doch meint damit nicht Wachstum  
sondern Wärme und Beständigkeit  
meint Sicher- und Geborgenheit  
meint Wohl  
und nicht auch: Heil.  
Doch kann und darf  
soll das allein schon: Liebe sein?

So vieles liegt nicht in unserer Hand.

Und dann Dich bitten  
Dich zu öffnen  
ganz einzugeben und zu offenbaren  
auch mit dem  
was hinter und neben dem Wohl  
an Leben in Dir noch lebendig ist  
und was es  
als Grundlage und Fundament  
für das, was mir die Liebe meint  
unbedingt braucht.

Und nicht die richtigen Worte finden  
und Hilflosigkeit und Ohnmacht erleiden  
Dich kränken  
und missverstanden werden hierbei.

Und dann  
Dich noch einmal bitten  
Dich für mich zu entscheiden  
doch nicht bedingungslos  
sondern nur  
um Deinen noch zu nennenden Preis.  
Und meine Würde riskieren  
ob dieses Bittens und Flehens  
und schließlich gehen  
und gehen müssen:  
Um meiner Liebe willen  
fort von meiner Liebe: Dir.

So vieles liegt nicht in unserer Hand.

Und wäre ich geblieben  
und hätte Dich zu halten  
und wärmen versucht  
wie Du ebenso mich:  
Alsbald schon  
hätten wir jene Zelle miteinander geteilt  
auf die das unbedingte Wohl des jeweils anderen  
uns eingeeengt und festgelegt hat.  
Und wären lieblos und immer liebloser  
miteinander geworden  
im steten Bemühen  
einander alles  
nur nicht Herausforderung  
und Wachstum zu sein.

Derweilen denke ich: Liebe ist  
wenn man einander nicht Halt  
sondern Wind unter den Flügeln sein mag.  
Und nur ein ehrliches Nein  
ermöglicht überhaupt erst  
ein wirkliches Ja zum jeweils anderen  
in all seiner Würde  
sowie als Mensch und Person.

Weil ich Dich liebe  
musste ich gehen.

Ein anderer  
machte denselben Punkt einmal anders  
und formulierte  
jede wirkliche Wahrheit sei stets: paradox.

So vieles liegt nicht in unserer Hand.

(5. März 2014)

## **Was bleibt**

*„Wohin können wir denn sterben,  
wenn nicht in immer höheres, größeres Leben hinein!“*

*Christian Morgenstern*

Wer bin ich  
wenn ich nichts mehr bin?

Was hab ich  
wenn ich nichts mehr hab?

Wenn hinter Vorurteil  
und Scham

Wenn hinter Schuld  
und Stolz  
und Gier

Das eine  
alles ist was bleibt

Was ist dann noch  
was bleibt von mir?

(17. April 2014)

## **Was hilft**

Erst am Ende des Weges  
begriff ich  
dass ich den falschen  
gegangen war

weil der richtige  
hier  
noch nicht enden würde.  
Niemals.

Und dass ich  
was ich suchte  
nie finden werde

weil  
es nicht existiert.

Dass ein Leben  
ohne Schuld  
nicht möglich ist  
wir jedoch die Wahl haben:

Schuldig werden am Leben  
oder am Tod.

Das half.

(4. August 2014)

## **Neue Wege**

Gehwege  
Feldwege  
Radwege

Waldwege  
Wanderwege  
Rettungswegen

Seiten-,  
Schleich-, ja  
Umwege sogar

Nur endlich  
keine  
Auswege mehr

(4. August 2014)

## **Gute Frau**

Du  
gute Frau  
bist  
viel zu jung  
und schön  
für mich

Denn  
ich  
bin ein tiefes Wasser  
und ertrinke  
leicht in mir

wenn mich  
im Außen nichts mehr hält  
und  
dann die Sehnsucht  
nach ungelebtem Leben  
ja dem Unmöglichen  
durchfährt

(6. Oktober 2014)