



oic
schreibmich.ch

Gedanken wanderung

Gedichte

Ottilia Flury

Otilia Flury

Gedankenwanderung

Eine kurze Strecke
auf eine Gedankenwanderung gehen...?

2. Auflage 2008
© 2008 GTC Informatik GmbH, Postfach 1625, CH-8027
Zürich
Internet: www.schreibmitmir.ch
Autorin: Ottilia Flury
ISBN 978-3-905793-05-5
Überarbeitung und Lektorat: schreibmitmir.ch
Umschlaggestaltung: [schreibnet](http://schreibnet.ch), A. Troyer, CH-8153 Rümlang
Fotos: Aline Sylvant
alle Rechte vorbehalten

Inhalt

I

Die Freude	8
Das Leben.....	9
Der Humor.....	10
Die Launen des Lebens	11
Das Licht	12
Das Horchen	13
Die Natur	14
Halte durch	15
Das Lachen	16
Unsere heimlichen Träume	17
Kennst Du?	18
Die Sehnsucht	19
Das Haus Deines Lebens.....	20
Weiss / Schwarz.....	21
Die Pflanze	22
Zuhören können	23
Was ist das Leben?.....	24
Deine Kinder	25
Gefühle und Fantasie haben	26
Ein Lächeln.....	27
Romantik pur	28
Die Zeit.....	30
Das Warten	31
Die Tränen.....	32
Das Wechselspiel.....	33
Wir Menschen.....	34
Das Mahnmal in Berlin	35
Die Realität.....	37

Pause machen	38
Die.....	39
II	
Die Musik.....	41
Was ist «gütig» sein?	42
Was ist der Geist?	43
Die Stille.....	44
Das Kerzenlicht	45
Das Schicksal.....	46
Unheilbar	48
Der Abend	49
Die Innere Stimme	50
Die Sonnenblume.....	51
Warum?	52
III	
Der Krieg.....	54
Der Traum aus der Tiefe	55
Der Planet Erde.....	56
Sommer / Herbst	57
Der Weg	59
Was ist Liebe?	60
Die Angst.....	61
Die Krankheit	62
Im Leben braucht es beides	63
Fehlende Worte.....	64
IV	
Arm sein	66
Gesichtsfalten / Graue Haare.....	67
Die Geburt und der Tod	68
Das «Suchen» und der «Zyklus»	69
Oh schön.....	71
Die Geduld	73

Wenn	75
Jung / Alt	76
Die Depression	77
Tageserwachen	78
Die Trauer.....	80
Trost geben	81
V	
Die Lebenswende.....	83
Die graue Phase	84
Der Kreis	85
Die Elfe Frühling	86
Jetzt	88
Das Träumen	89
Auf Erden	90
Fast eine Pirouette.....	91
Der Herbst	92
Der kurze Atem.....	94
Die Gedanken	95
Das goldene Band	96
Die Seele	97
Wunderbar	98
Verzeihen können	99
Zur Erinnerung	100
Die Autorin.....	101



Die Freude

Erlebst Du eine Freude
Lass sie ganz tief in Dir glühn.
Dann werden Deine Augen leuchten
und Dein Gesicht wird strahlen.
Freude sind,
erquickende Tautropfen, für Deine Seele.

Das Leben

Das Leben,
ist ein einzigartiges Abenteuer.

Das Leben,
strebt nach vorn.

Das Leben,
lockt uns.

Das Leben,
verführt uns.

Das Leben,
lockt und lockt uns.

Das Leben,
zeigt sich oft widerspenstig.

Das Leben,
ist wie ein reissendes Wasser.

Das Leben,
wird eines Tages,
ein stiller, immer leiser werdender Atem.

(Wie siehst und empfindest Du das Leben?)

Der Humor

Der Humor ist,
wie eine seltene Pflanze.
Der Humor,
bringt Farbe und Leben ins Leben.

Die Launen des Lebens

Das Leben,
rupft und zerrt,
an uns herum,
bereitet oft grosse Schmerzen.

Um plötzlich, eines Tages,
ganz versöhnlich, uns etwas,
so Schönes zu schenken,
welches uns wiederum,
fast den Atem nimmt.

Das Licht

Das Licht,
ist die Nahrung der Seele.
Das Licht,
verdrängt das Dunkle um Dich herum.
Das Licht,
stoppt das Böse.
Das Licht,
---LEBEN---

Das Horchen

Die Tage sind nebelverhangen und kurz.
Die Nächte lang und dunkel.
Deshalb,
eine gute Zeit,
in sich hinein zu horchen.

Die Natur

Der Mensch,
kann die Natur,
zu nichts zwingen.

Denn:

Die Natur,
wird immer die Stärkere,
somit, früher oder später,
die Siegerin bleiben.

Die Natur,
hat ihre eigenen, unwiderruflichen Gesetze.

Halte durch

Bist Du mitten in einer Lebenskrise,
schau ganz bewusst nach vorn
und «Halte durch».

Musst Du in Deinem Leben,
neue Wege gehen, mach das
und «Halte durch».

Hast Du gesundheitliche Probleme,
rede oder schreibe darüber,
bewege Dich vermehrt
und «Halte durch».

Ist Deine grosse Liebe zerbrochen,
dann weine, schluchze,
und freue Dich,
dieser einmaligen Liebe,
überhaupt einmal, begegnet zu sein
und «Halte durch».

«Durchhalten» braucht:
Einsicht, viel Mut, viel Kraft.
Aber Dein Körper, Dein Geist, Deine Seele,
gehen gestärkt hervor
und «Halte durch».

Das Lachen

Das Lachen,
ist das Spiegelbild,
Deiner Seele.

Unsere heimlichen Träume

Unsere heimlichen Träume,
lassen sich meistens nicht erfüllen.
Weil die Zeit, das Geld oder die Begabung dazu fehlt.

Versuche, Deinen heimlichen Träumen näher zu
kommen,
indem Du ähnliche,
oder andere Alternativen dafür suchst.

Versuche, alle Deine schönen, guten positiven,
heimlichen Träume zu durchleben,
auch dann:
Wenn Du diese Träume,
nur in Gedanken Dir erfüllen kannst.

Solche heimlichen «Lebensträume», haben wir alle.
Diese heimlichen Träume verhindern,
dass unsere Seele verarmt, verbittert, erstarrt.

(Was sind Deine «heimlichen Träume»?)

Kennst Du?

Kennst Du,
die Augensprache,
Deines Kindes?
Wenn seine Lippen stumm sind?

Die Sehnsucht

Die Sehnsucht,
hat so viele Gesichter, wie es Menschen gibt.
Die Sehnsucht,
ist ein Hilferuf des Körpers und der Seele.
Sehn / sucht heisst:
Ein «Sehen» wollen und möchte «Gesehen» werden.
Sehn / **sucht** heisst:
Ein «Suchen» wollen, ein «Finden» wollen.
Sehnsucht heisst:
Dich fühlen können.
Möchte Wärme, Geborgenheit erhalten.
Ich möchte etwas tun.

Das Haus Deines Lebens

Wichtig:

«Schön langsam und bedächtig aufbauen».

Das Fundament besteht, besteht aus:

- Ziel haben.

Der Aufbau besteht aus:

- Fünf Säulen.
- Zeit haben – einander respektieren und achten
- Vertrauen haben – Hoffnung geben – verzeihen können.

Die Wände bestehen aus:

- Menschlichkeit.

Die vier Fenster, bestehen aus:

- Miteinander reden – zuhören können
- Fröhlich sein – etwas dazu lernen.

Das grosse Fenster, besteht aus:

- Ganz viel Licht
- Für die schweren Stunden des Lebens.

Die Türe besteht aus:

- Nicht «Klammern».

Das Haus wärmen:

- Mit der Ausstrahlung Deines Herzens.

Das Dach des Hauses;

Soll die Liebe sein...

Weiss / Schwarz

Der Optimist,
sieht alles weiss (hell)
Der Pessimist,
sieht alles schwarz (dunkel)

Das Leben,
hat aber die eigene «Farbe».

Die Farbmischung,
mit viel weiss und wenig schwarz,
entsteht dann die Farbe «Hellgrau».

Diese «Hellgraue» Farbe,
mahnt zur VORSICHT,
macht bedächtiger, mit dem Leben umzugehen.

(Welche Farbe macht Dich «vorsichtig»?)

Die Pflanze

Ein kaum sichtbarer Schleier,
welcher «Sie» umhüllt.

Das Licht,
legt einen matten Schatten,
über «Sie».

Ein kühler Hauch,
lässt «Sie» frieren.
Die zarte, kaum erblühte Pflanze,
---zittert---

Zuhören können

Zuhören können,
gehört in die Sparte Kunst.

Zuhören können,
daraus auch, das Unausgesprochene,
heraus hören und erkennen können,
ist:
Wichtig, zur Verständigung unter den Menschen.
Das ist der erste Schritt zum Frieden.

Was ist das Leben?

Das Leben ist für mich:
Ein Himmel der Freude,
Ein Tal der Tränen,
eine grüne Wiese der Hoffnung.

(Was ist das Leben für Dich?)

Deine Kinder

Hab Deine Kinder lieb,
sei gut zu Deinen Kindern.
Damit Deine Kinder,
das Liebhaben,
das «Gut» sein,
weiter verbreiten können.

Gefühle und Fantasie haben

Gefühle und Fantasie haben,
ist das Wichtigste im Leben.
Gefühle und Fantasie,
können Dich sehr glücklich machen.
Gefühle und Fantasie,
können lebensrettend sein.
Gefühle und Fantasie,
können Dich in Gefahr bringen.
Gefühle und Fantasie,
können Dich zerstören.

Ein Lächeln

Ein Lächeln,
kann voller Zärtlichkeit sein.
Ein Lächeln
kann Dich verzaubern.
Ein Lächeln,
kann ermutigend sein.
Ein Lächeln
kann verbindlich sein.
Ein Lächeln
kann hilfesuchend sein.
Ein Lächeln
kann Verzweiflung sein.
Ein Lächeln
Kann eine Fratze des Bösen sein.

Romantik pur

Ich sitze auf einer alten Holzbank,
über mir ein zauberhafter, ein
hellblauer, dunkelgrauer, rötlich, goldener,
in vielen Formen gestreifter Himmel.

Vor mir eine intensive, noch strahlende,
tief gelbliche, rote Abendsonne.
Sie färbt nochmals mit all ihrer Kraft,
den leicht gewellten See vor mir.

Hinter mir lispelt der Abendwind leise,
durch den dunkler werdenden, nahen,
Tannen und Buchenwald.
Ein Knacken hier, ein Knistern dort.

Dann erklingt, von irgendwo her,
leise – ein Wienerwalzer.
Plötzlich bist Du da, bei mir,
Wir nehmen uns an den Händen,
dann in den Arm und fangen zu Tanzen an.
Unsere Herzen klopfen voller Lebensfreude,
wir tanzen, tanzen, tanzen...

Dann sanft übergehend,
hören wir einen langsamen Tanz,
aus einer Hawaii-Gitarre.
Und wir tanzen, tanzen, tanzen weiter.
Unsere Herzen klopfen laut und im Gleichtakt.

Wir tanzen weiter auf dem breiten Feldweg,
zu «Unserer weltentrückenden Musik»...
Jedoch die Dämmerung naht.
Die Abendsonne versank soeben,
in die Arme der Nacht.

Und wir tanzen, tanzen, leise mitsummend,
zu «unserer Musik», die längst verklungen ist.
Wir tanzen, tanzen, schweben...
Mit wild klopfenden Herzen weiter.
Wir fühlen beide,
eine sehr tiefgreifende Nähe,
--- auf Distanz.

Ich rieche das Wasser vom nahen See.
Den herben Duft des Waldes.
Der Abendwind streichelt meine heissen Wangen und
wir tanzen, tanzen und tanzen immer weiter...

Jetzt ist Nacht,
die Lichter am anderen Seeufer gehen an.
Mir ist plötzlich kalt, ich friere,
und Du bist fort.
Ich wollte noch tanzen,
aber ich konnte nicht mehr.
Die Realität löste auf harte Art,
meine Romantik – ins Nichts auf.

Die Zeit

Am Anfang vom Leben,
tropft die Zeit, tropft, tropft, tropft.
Langsam vor sich hin.

Später:

Wird «Sie» zu einem Rinnsal,
wird zu einem immer schneller werdenden Bach.

Wird zu einem noch,
viel schneller werdenden, sprudelnden Fluss.

Stopp:

Aber Zeit haben, ist so wichtig, wie das Atmen.
Zeit haben, kann Schöpferisches bewirken.

Dennoch:

Eines fernen Tages,
wird der sprudelnde Fluss, wird «Er»,
zurück zu einem gemächlichen Bach werden.
Um sich zurück,
zu einem leise, säuselnden Rinnsal zu bewegen.
Um sich langsam, in tropf, tropf, tropf
zu verlieren, zu versickern, zu verdunsten.

Das Warten

Das Warten,
macht einen unruhig.
Das Warten,
ist wie eine,
unregelmässig tickende Uhr.
Das Warten,
man weiss nie genau,
wann die Stunde schlägt.

Das Warten,
ist ein unsicheres Gefühl.
Das Warten,
gibt Zeit,
zum Nachdenken.
Das Warten,
ist ein Pendeln zwischen,
aufsteigenden Tränen,
Selbstzweifeln, Bangen, Hoffen.

Die Tränen

Tränen der Rührung,
sind wie ein Sonnenaufgang.

Tränen der Freude,
sind wie ein zarter Regenbogen,
von der Erde,
wärmend einfließend in Dein Herz.

Tränen können befreiend sein.

Tränen der Enttäuschung, des Schmerzes sind,
wie ein eisiger Wind, der Deine Tränen,
auf Deinen Wangen,
in Eisperlen verwandelt.

Tränen des Zornes,
sind wie ein zischender Vulkanausbruch.

Tränen der Trauer, sind wie ein entfliehender
Lichtschein,
in eine kalte uferlose Finsternis.

Das Wechselspiel

Ein Anfang,
ohne Ende?

Ein Ende,
ohne Anfang?

Ein Anfang,
mit Ende?

Ein Ende,
mit Anfang?

Wir Menschen

So, wie wir Menschen sind,
stelle ich mir immer öfter,
drei Fragen:
Was hindert uns Menschen eigentlich,
endlich, endlich «etwas»,
«Dazu» zu lernen?
Ist es die Bequemlichkeit
oder die Angst vor der Realität?
Was nur, was hinterlassen wir bloss,
einmal unseren Nachkommen,
was nur?

(Was sind für Dich die Menschen?)

Das Mahnmal in Berlin

(Durch den Zweiten Weltkrieg und Vernichtung)

Aus jedem der Betonblöcke,
erahnt man bei jedem Millimeter,
die grosse Not, der damals armen Menschen.

Aus jedem der Betonblöcke,
sieht man bei jedem Millimeter,
die Ängste, die Qualen, der damals armen Menschen.

Aus jeder Unebenheit in den auf den Betonblöcken,
erspürt man bei jedem Millimeter,
die Schmerzen, die Demütigungen, die Gewalt,
zu den damals armen Menschen.

Aus jeder Kante, jeder Pore der Betonblöcke,
erlebt man, erlebt man jeden Millimeter,
die Folterungen, mit den damals armen Menschen.

Aus jeder Höhe, Breite, Tiefe, dieser Betonblöcke,
hört man jeden Millimeter,
die verzweifelten, lauten Schreie---
und man sieht und hört darin auch,

den kraftlosen, stummen Schrei,
der damals armen Menschen!

Was, ich frage nochmals,
was ist heutzutage mit den Menschen?

Siehst Du die Not der Menschen?
Siehst Du die Angst der Menschen?
 Siehst Du die Schmerzen, die Qualen der Menschen?
 Hörst Du den lauten Schrei der Menschen?
Erkennst Du den kraftlosen,
stummen Schrei der Menschen?
Kannst Du Dir vorstellen,
einen «Aschenberg», der damals verbrannten Menschen?
 Ich zweifle oft daran, dass die Menschen heutzutage,
 das erahnen, sehen, erspüren, hören,
sich vorstellen können---

Die Realität

Die Realität,
kann wunderschön sein!

Die Realität,
trägt keine Maske,
das ist sehr gut.

Jedoch:

Die Realität,
ist auch voller Kanten,
ist auch:

hart,
ist auch kalt,
ist auch rücksichtslos,
ist auch unerbittlich,
ist auch kompromisslos.

(Wie siehst Du die Realität?)

Pause machen

Pause machen heisst:

Dein «Ich» wieder fühlen zu können.

Pause machen heisst:

Wieder durchatmen zu können.

Die

Die besten
Ratgeber bleiben:
Deine «Innere Stimme»
und
Die Zeit.



Die Musik

Allein das Wort «Musik»,
erklingt in meinen Ohren, wie – Musik.

Musik komponieren können,
Musik spielen können,
nach Musik tanzen können,
nach Musik singen können,
gibt dem Leben,
etwas Geheimnisvolles.

Musik komponieren können,
ist die Schrift,
aus einer anderen Welt.

Musik spielen können,
ist der Ausdruck,
Deiner Gefühle.

Zur Musik singen können,
sind Töne und Worte,
aus Deiner Seele.

Zur Musik tanzen können,
führt uns ins Land,
der Hoffnung.

Musik hören, spielen, singen, tanzen,
verbindet uns,
mit allen Menschen dieser Erde.

(Was ist für Dich Musik?)

Was ist «gütig» sein?

«Gütig» ist:

Wenn Dein «Ich» und Dein «Herz»,
einen Schal «gewoben» haben.

Damit einem körperlich und seelisch,
frierenden Menschen,

Du beschützend, wärmend,
diesen «gewobenen» Schal,
über die erkaltete Schulter
und frierende Seele legst.

Was ist der Geist?

Der Geist ist:

Das unaufhaltsame Wissenwollen.

Der unaufhaltsame Strom der Neugierde.

Sich tausend Fragen stellen,

aber nur selten,

aber nur selten, wage Antworten finden.

Die Stille

Die Stille,
ist was Wunderschönes.
Die Stille,
ist wie ein Streicheln Deiner Seele.

Das Kerzenlicht

Das Kerzenlicht,
legt behutsam den warmen,
hauchzarten Schleier der Illusion,
über die Realität.

Das Schicksal

Man kann,
sein Schicksal nicht aussuchen.
Was aber fast immer,
möglich ist:
Dem Schicksal die Stirn zu bieten,
trotz allem und jetzt erst recht.

Hat das Schicksal,
Dich sehr hart angefasst,
dann weine und schimpfe laut.
Damit machst Du Deiner Seele Luft.

Jetzt sage laut und deutlich,
Zum bitteren Schicksal:
«Das man das, was passiert ist,
nicht mit Dir machen kann».

Versuche,
auch wenn es viel Kraft braucht,
das Beste,
aus dem Schicksal heraus zu holen.

Dazu musst Du,
ganz ruhig und konzentriert sein.
Benutze:
Jetzt Deine Intelligenz, Deine Gefühle, Deine Fantasie.
Habe Mut,
zum «Neuen» und handle JETZT.

In Dir steckt sehr viel Kraft.
Benütze diese positive Eigenschaft.
Habe Mut,
zum «neuen Weg».
Und niemals aufgeben, niemals!

Auf diese Weise,
nimmst Du,
dem Schicksal,
die so schmerzende Spitze,
aus dessen Hand,
welche Dich zu zerstören droht.

Unheilbar

Diagnose: Unheilbar.
Weine, Schreie, Schimpfe.
Mach dennoch,
----- jetzt erst recht,
Dein erschüttertes Leben,
zu Deinem Freund.
Mach das Beste,
aus der Situation.
Noch ist Dein Atem da.

Der Abend

Die «noch» strahlende, goldene Abendsonne,
versinkt in die nahe Dämmerung.
Die kommende Nacht umarmt sanft,
den gelebten, den verblichenen Tag.

Die Innere Stimme

Die «Innere Stimme»,
beachte und behüte sie, immer ganz fest,
denn es ist,
die Stimme der höheren Macht.

Die Sonnenblume

Schwer ist ihr Köpfchen,
steht aber ganz gerade da.
Wie kann «Sie» das,
noch gerade stehen?
Weil «Sie» sich
der Sonne zuwendet,
immer dorthin,
wo «Sie» gerade am Himmel steht.

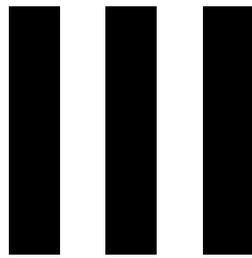
Wenn es regnet,
versucht die Blume,
ihre goldgelben Blumenblättchen
leicht einzurollen.
Lässt den Regen
über «Ihr» dunkelbraunes
Kernchen-Gesicht ergehen.
Egal,
ob die Sonne scheint, oder es regnet,
wichtig ist der Blume «nur»,
immer das Helle, das Schöne zu sehen.
Diese Sonnenblume ist ein Vorbild für uns Menschen.
Ich denke dabei, dass wir Menschen,
trotz «Schwerem» in unserem Leben das «Gewesene»,
das Helle, das Schöne des Lebens
nicht vergessen dürfen.
Somit der Sonnenblume,
ganz einfach nacheifern.

Warum?

Warum?

Ist ein nicht Enden wollendes,
alles umfassendes Wort,
von fünf Buchstaben.

Ist ein nicht Enden wollendes,
sehr oft stummes Gebilde,
von fünf Buchstaben.



Der Krieg

Das gefährlichste Lebewesen auf Erden,
ist der Mensch.

Das Tier tötet, weil es Hunger hat.

Der Mensch aber,
zerstört Pflanzen, tötet Tiere, tötet Menschen,
aus Macht – und Geldgier.

Der Mensch verliert, verliert täglich mehr,
das höchste Gut eines Menschen,
«Seinen Geist».

Was ist der Mensch ohne «Geist»?

Ein – irgendwelches Lebewesen,
ohne Namen, somit namenlos.

Das ist das Ende, der Menschheit.

Denn: Was das Menschsein, ausmacht ist:
«Sein Geist und seine Seele».

Was mir noch Hoffnung macht,
dass es auf der ganzen Welt die Musik gibt.

Lasst uns neue Musikinstrumente erfinden.

Lasst uns aufmerksam die Musik anhören.

Lasst uns noch viel Musik komponieren.

Lasst uns Musik spielen.

Lasst uns zur Musik singen.

Lasst uns miteinander tanzen zur Musik!

Lass uns umarmen, lass uns spüren,
dass wir den Namen:

Menschsein zu dürfen, noch verdienen,
mit einem Geist, einer Seele!

Der Traum aus der Tiefe

(Der Wiederholungstraum)

Ist ein Botschaftstraum,
aus der Tiefe Deiner Seele.
Solch ein Botschaftstraum,
sollte man sehr ernst nehmen,
intensiv darüber Nachdenken,
ohne aber, ins «Grübeln» zu verfallen.

Ein Botschaftstraum will uns immer,
etwas Wichtiges sagen oder zeigen.
Oder auf etwas aufmerksam machen.
Oder ist eine Lebensberatung.
Oder wie eine helfende Hand.
Kann aber auch Dein «Handwerker» sein,
zur Aufarbeitung Deines bisherigen Lebens.

Um den Botschaftstraum zu entschlüsseln,
brauchst Du die «Stille»
und sehr viel Zeit.
Absolute Ehrlichkeit zu Dir selber.
Und das Beachten Deiner «Inneren Stimme».
Denn nur dort, nur dort,
findest Du den Schlüssel zum Botschaftstraum.
Der Schlüssel bedeutet:
Sich Fragen zu stellen und zu beantworten.

Der Planet Erde

Frage:

An was denkst Du,
was empfindest Du,
was geht in Dir vor,
wenn Du an unseren Planet Erde denkst?
An die Pflanzen, an die Tiere, an die Menschen?

Sommer / Herbst

Der schöne Sommer,
versucht noch festzuhalten,
was er sah, erlebte an Schönerem in «seiner» Zeit.

Jetzt ist er ein Spätsommer geworden.
Kann nur noch wenige Tage wärmende Sonnenstrahlen,
auf die Erde schicken.
Der Spätsommer,
weint viele Tränen, das eine lange Zeit.

Dennoch,
tapfer reicht der Spätsommer,
seinem Freund, dem Herbst die Hand,
sagt leise zu «ihm»:
Ich, der Sommer habe alles getan, damit
Die Menschen eine schöne Sommerzeit erleben.

Habe die Pflanzen mit meiner Wärme,
zum Reifen gebracht.
Vielleicht leider oft zu viel beschenkt,
mit meinen heissen Sonnenstrahlen,
für die Pflanzen, Tiere, für die Menschen.

Der – Herbst – erwiderte:
«Komm lass Dich trösten, umarmen.
Du hast alles richtig gemacht. Wenn Du willst,
kannst Du ab und zu noch,

Deine warmen Sonnenstrahlen,
auf die Erde schicken».

«Ich, Dein Freund wäre sogar froh darüber,
denn mir bleibt nur wenig Zeit, die vielfältige Natur,
mit meinen schönsten Farben zu bemalen,
bevor die Blätter fallen».

«Dir verspreche ich, lieber Sommerfreund,
ich werde alles tun,
um den Menschen Freude zu machen.
Und dass die Pflanzen und Tiere,
in Ruhe auf ihren Winterschlaf,
sich vorbereiten können».

«Meine zwei Helfer,
sind der weisse Nebel und der Wind,
denn die Trauben müssen noch reifen».

«Deshalb wäre ich froh, lieber Sommerfreund,
wenn Du ab und zu noch,
einige wärmende Sonnenstrahlen,
zu den Trauben noch schicken könntest.
Alle vier zusammen, werden wir alles schaffen.»

Der Weg

Der

Lange

Weg

Zu

Meiner

Mitte.

Was ist Liebe?

Liebe ist:

Miteinander über alles Reden können.

Zuhören können.

Zeit für einander haben.

Einander achten, respektieren.

Einander helfen.

Vertrauen haben.

Hoffnung geben.

Aneinander glauben.

Verzeihen können.

Alles andere ergibt sich dann von selbst.

(Was ist für Dich Liebe?)

Die Angst

Umklammert und verkrallt sich,
Die Angst an Dir,
Dann schau nach oben.
Denn die würgende Angst,
erträgt den Blick zum Himmel nicht.

Die Krankheit

Vertraue Deinem Körper,
der zur Zeit krank ist.
Dies Vertrauen weckt,
den Selbsterhaltungstrieb.

Glaube an Deine innere Kraft,
dem zur Zeit kranken Körper.
Dieser Glaube weckt,
die Selbstheilung.

Weine, wenn der Druck,
auf Deiner Seele zu schwer wiegt.
Weine, wenn die Schmerzen,
zu stark sind.
Jedoch versinke nicht in Selbstmitleid.

Sei freundlich,
zu Deinem zur Zeit kranken Körper,
er wird's Dir danken.

Sage niemals,
ich kann nicht mehr.
Es geht immer,
zur Zeit nur anders.
Denn noch ist Dein Atem da!
VERTRAUE UND GLAUBE!

Im Leben braucht es beides

Kritik zwingt uns,
darüber nachzudenken.

Lob schenkt,
Freude, gibt Mut, spornt an.

Fehlende Worte

Die Schmerzen und die Liebe,
kann man nur spüren,
beides ist nicht beschreibbar.

IV

Arm sein

Arm sein,
an materiellen Gütern,
ist keine Schande.

Aber:

Arm sein,
an Menschlichkeit,
an «gütig» sein,
das ist furchtbar und schrecklich.

(Wie denkst Du über das Armsein?)

Gesichtsfalten / Graue Haare

Fragst Du Dich als Frau,
auch ab und zu:
Was mach ich nur,
«Mit den» vermehrt kommenden Gesichtsfalten?
«Mit den» vermehrt kommenden grauen Haaren?

Für eine Frau,
können Gesichtsfalten und graue Haare,
mühsam sein, oder werden.

Ein Mann bleibt meistens,
mit kommenden Gesichtsfalten,
mit kommenden grauen Haaren gelassener.
Ein Mann ist mehrheitlich,
auch dann noch immer interessant und attraktiv.

Ob Frau, ob Mann, denke ich:
Nehme Deine Gesichtsfalten an.
Nehme sie an, das sind die Spuren Deines Lebens.
Nehme Deine grauen Haare an,
Nehme sie an, denn die sind,
der Schönheitsrahmen Deines Gesichtes!

Denn:

Die Falten und Deine grauen Haare,
sind die «einmalige» Lebensgeschichte Deines Lebens.
Beides prägt jeden Menschen,
zu einer
«einmaligen» Persönlichkeit!

Die Geburt und der Tod

Geboren sein heisst:
Leben zu dürfen,
um das Leben zu erleben,
um zu lieben,
um auf irgend eine,
erfüllende Art aktiv zu sein.
Um zu denken, um zu reden, um zu hören,
um zu fühlen, und, und, und...

Der Tod ist unser Lebensbegleiter.
Der Tod ist und bleibt ein Rätsel,
denn «ER» spielt mit der Zeit.
Rede mit dem Tod, sei aber distanziert zum Tod.
Erkläre dem Tod, dass Du noch Leben willst.
Wenn der Tod Dich dennoch mitnehmen will,
dann lass das Erdenleben los,
denn:
Geburt, Tod ist eine Einheit.

Das «Suchen» und der «Zyklus»

Das Leben schenkt uns einige Höhen an Freude.
Das Leben legt uns aber auch ab und zu,
schweres und Traurigkeit auf unseren Lebensweg.
Getränkt mit Tränen,
umschlungen oft mit Hoffnungslosigkeit.

Verzweifle nicht, wenn der «Schatten»,
zur Zeit über Dein Leben sich legt.
Steh auf, verzage nicht. Steh auf.

Das Menschenleben ist ein Teil der Natur.
Dazu gehören auch:
Die sonnendurchfluteten Tage.
Die glitzernden, funkelnden Sterne der Nächte.
Der milde Wind, der uns umschmeichelt.

Grund genug, nicht zu verzweifeln. Steh ganz einfach
auf.
Denn in Dir leben viele positive,
gute Kräfte und Eigenschaften.
Nutze all das
----und steh auf.----

Suche einen neuen Weg, habe Mut dazu.
Steh auf. Nehme Dein Leben
Erneut in die Hände. Steh ganz einfach wieder auf.

Warum soll ich das denn noch tun, fragst Du mich?
Ich sage Dir – warum.
«weil Du geboren wurdest! Darum.
Deshalb hast auch Du,
wie alle anderen Menschen auch,
eine, Deine wichtige Aufgabe zu erfüllen».

Steh jetzt ganz einfach auf. Denn Du bist wichtig.
Nimm Dir ganz bewusst Zeit dazu.
Denke nach, suche nach Deiner Lebensaufgabe.
Suche nach Deinem Zyklus.
Suche, Du wirst dies finden.
Habe Mut und steh auf.

«Nimm Dir ein Beispiel an der Natur.»
Der Zyklus der Natur ist vergleichbar mit dem Leben
der Menschen.
Die Sonne (Energie) = «Mut».
Der Wind (Blütenstaub und Samenzerstreuer)
= «Neubeginn».
Der Regen (Wasser und Gedeihen) = «Die Kraft».
Die Zeit (brauchen alle Lebewesen) = «um zu Reifen».

Oh schön

Endlich,
ging mein grösster Wunsch,
in Erfüllung.
Ich erwarte ein Kindlein.

Leider wurde ein Kaiserschnitt notwendig.
das vor 47 Jahren.
Nach der Operation,
konnte ich nur eines Denken:
«Oh schön, Du Bub, Du Freude meines Lebens».
«Oh schön, Du Bub, Du Licht meines Lebens».
«Oh schön, wir haben ein Kindlein».

Eines Tages gab es einen,
tiefgreifenden Wandel,
im Leben unseres Sohnes.
Unser Sohn ist cerebralgelähmt.
Hilfe gibt es nur begrenzt,
mit Physiotherapie.

Du und ich, mein Sohn Peter,
wir sind jetzt allein.
Mein Sohn und ich,
zusammen werden wir diese Hürde schaffen.

In mir, als seine Mutter,
gab es auch einen tiefgreifenden Wandel.
Mein Sohn ist sechs Monate alt – ist,
körperlich behindert, vielleicht sogar mehr.

Nach Peters Geburt, die gleissende Freude,
wandelte sich in eine besinnliche, innigere,
stille Freude.

Nach Peters Geburt, das blendende Licht,
wandelte sich in ein warmes, inniges tiefes Leuchten.
Ich liebe meinen Sohn mit meiner ganzen Seele.

Mein Sohn hat trotz körperlicher Behinderung,
in jeder Beziehung sein Leben positiv,
selbständig gestaltet,
und hat sein Leben voll im Griff.
Ich bin sehr, sehr stolz auf meinen Sohn Peter,
«Mein Peterlein, ich hab Dich lieb,
vergiss das nie, Peterlein».
Bitte Peter, pass immer gut auf Dich auf.

Die Geduld

Nichts im Leben,
strapaziert uns so sehr,
wie Geduld haben müssen!
Geduld haben müssen,
kann unser Leben total verändern.
Geduld haben müssen, kann die Liebe erschüttern,
sogar verschütten.
Aber wir müssen «Da Durch»,
es ist unser aller Weg!

Wie nur ertrage ich,
«Das Geduld» haben müssen?
Werde,
Dein eigener Baumeister und baue in Dir,
eigene und ganz viele Freuden auf.
Das ist schwierig, aber machbar.
Freuden,
ohne die Wurzeln zu verletzen, oder zu vergessen
Triff Dich,
mit Menschen Deines Vertrauens,
erzähle Ihnen, was in Dir vorgeht.

Was Dir sehr schadet:
Sind alle Arten,
was eine Droge sein könnte,
oder zu einer Droge werden könnte.

Versuche nicht,
noch mehr Arbeit Dir aufzuladen,
das schadet Deiner Gesundheit.

Halte Dich:

An Deiner aufgebauten «Freude» fest.

Und erinnere Dich an schöne Zeiten,
in Deiner bisher gelebten Zeit.

Und geh einfach «Deinen Weg»,
und habe Geduld.

Denn Du bist wichtig.

Dazu kommt, Du wirst gebraucht.

Wenn

Wenn Dein Leben.
mit dem Auf und Ab (was ganz normal ist)
ausser Kontrolle gerät...
Wenn ein starker Wind
über Dir weht,
zum Sturmwind wird,
zuletzt zu einem Orkan sich entwickelt...
Sei stark.
Weine, wenn Deine Seele zu sehr zerzaust,
fast erdrückt wird.
Weinen entlastet Deine Seele,
Deinen erschöpften Körper.
Gebe Dich aber nie auf!
Jeder Wind, Sturm, Orkan, geht einmal vorbei.
Denk daran, Du wirst gebraucht und Du bist stark.
Glaube an Dich.
In Dir schlummern ganz tiefe Kräfte.
Wind, Sturm, Orkan zu überstehen, das ist oft schwer,
aber möglich.
Denn du bist wichtig, einmalig.

Jung / Alt

Jung sein, ist ein wertvolles Geschenk!
Alt sein,
dies auszuhalten,
bis zum letzten Atemzug,
ist eine Höchstleistung.
Dennoch,
lass Dich ganz einfach,
in Träume fallen.
Dann spürst Du,
damit den Leistungsdruck weniger.

Die Depression

Die Depression ist,
wie ein graues, dünnfädiges Spinnennetz,
das einen fest umgarnt, umschlingt,
bis man zu ersticken droht.

Meine persönliche Erfahrung, damit umzugehen:
Frage Dich,
was ist der Grund zur Depression?
Dann rede, rede darüber,
schreibe immer wieder darüber.

Geh bei jedem Wetter,
hinaus in die Natur.
Erlebe ganz bewusst,
die Geräusche der Natur,
beobachte ihre Vielfalt!
Und versuche, wieder zu beten.

Tageserwachen

Für heute,
verabschiedet sich der bleiche Mond,
in der Ferne, hinter den sanften Hügeln.
Er legt das,
Schwarzblaue Tuch der Nacht jetzt ab.

Der in Silber glänzende Fluss,
wird kurz jetzt dunkel.
Die Wiesen, die Blumen,
sehen jetzt aus wie dunkle Striche.
Alles sieht jetzt aus wie ein «Scherenschnitt»,
dies wurde von der Natur gemacht.

Am Horizont,
leuchtet ein schmaler,
orange-goldener Streifen auf.
Aus dieser leichten Krümmung der Erdkugel,
gleitet langsam die Morgensonne,
aus der Umarmung der Nacht.

Diese wunderschöne Sonne,
übergießt den Himmel,
mit einer einzigartigen Farbenpracht.
Die vielen bunten Blumen,
öffnen jetzt langsam ihre verschlafenen Kelche.

Der erste Vogel, die Amsel, flötet,
voller Begeisterung ihr Morgenlied.
Die Wiesen zittern voller Vorfreude,
dem Tageserwachen entgegen.

Die langen Gräser,
wiegen sich hin und her,
im leisen, milden Morgenwind.

Die Bäume verneigen sich voller Ehrfurcht,
vor der jetzt strahlenden Sonne,
dem jetzt endlich ganz erwachten, schönen neuen Tag.

Die Trauer

Die Trauer ist:

Wie ein dunkler, wie ein schwarzer,
unersättlicher, alles verschlingender,
trichterförmiger Schlund.

Was Dir helfen kann:

Höre «tausende» Mal,
Deine Lieblingsmusik.
Oder weine, schluchze, schreie,
Deinen Schmerz,
aus Dir heraus!

Diese Tätigkeiten:

Verhindern,
dass Deine zutiefst verwundete Seele,
verbittert, verdurstet, erkaltet.

Trost geben

Trost geben,
ist eine Hand,
die sich dir entgegen streckt,
sanft Dich aus Deinem Kummer,
Deinen Schmerzen, raus zieht.
Dich still und behutsam,
solange begleitet,
bis Du «Deinen Weg»
wieder alleine gehen kannst.

V

Die Lebenswende

Nun ist das «Ende» erreicht, überschritten.

Vom Tal des:

Bangens, der Schmerzen, der Tränen.

Jetzt:

Geht es Schritt um Schritt,

den neuen, noch unbekanntem Weg.

den, der Lebenswende.

Die graue Phase

Bei allen Menschen,
gibt es im Leben,
immer wieder Phasen, wo man,
nicht mehr «weiter» weiss.
Dennoch:
hinter jedem, noch so hohen Berg,
blüht immer eine Blume,
auch für Dich,
diese Blume heisst Hoffnung.

Der Kreis

Der Kreis,
ist ohne Anfang,
ohne Ende wie ein Ring,
das faszinierte mich.

Mit gelben Fäden,
spielte ich, einfach so.
Dadurch entstand,
ein Kreis, ohne Anfang,
ohne Ende.

Aber dort wo,
der Kreis sich schloss,
entstanden einige, ganz kurze, gelbe Fäden,
sahen aus wie Goldtropfen.

Die Elfe Frühling

In einen zartgrünen Schleier gehüllt,
schwebt sachte und leise,
die «Elfe Frühling»,
durch den noch kahlen Wald.

Sie schwebt durch die Lüfte,
über Felder und Wiesen,
die vom starren Winter,
noch leicht gezeichnet sind.

Ein hellblauer Himmel,
mit weissen Schleierwolken,
begleitet diese schöne «Elfe Frühling».
Ihr langes, schwarzes Haar,
zerzaust voller Zärtlichkeit, der milde Wind.

Die «Elfe Frühling» schwebt,
über die Felder und streichelt,
die noch harten Ackerböden.

Schwebt durch die Wälder,
streichelt die Bäume,
streichelt die Sträucher und Büsche.
Sie tanzt die Ameisen, Spinnen, Käfer, Bienen,
aus ihrem Winterschlaf.
Die wärmende Sonne lacht und strahlt.

Die gestreichelten Äcker
brechen ihren harten Acker auf.
Die Bäume, Sträucher, Büsche,
sprengen ihre Knospen,
entrollen ihre hauchzarten, hellgrünen Blätter.
Um Tage später, ein Blütenkleid wie ein Brautbouquet,
den Menschen ihre Pracht zu zeigen, zu erfreuen.

Die «Elfe Frühling» küsst alle,
die noch zögernden Blumen wach.
Haucht den vielen Blumen Leben ein,
solange, bis daraus ein Blumenmeer entsteht.
Umgeben von saftigen, grünen Wiesen,
vielen stolzen, hellbraunem Zittergras.

In den Wäldern,
erklingt ein fröhliches Konzert,
die Grillen zirpen.
Die Vögel, sie zwitschern, pfeifen,
flöten, kreischen um die Wette.

Die «Elfe Frühling»,
berührt ganz zärtlich, auch die Menschen,
mit ihren weissen, schlanken Händen,
den zwei Zauberhänden.
Vielleicht begegnet Dir,
die grosse Liebe Deines Lebens?

Jetzt

Orientiere Dich, - Jetzt -.

Habe Zeit, - Jetzt -.

Habe Mut, - Jetzt -.

Versöhne Dich, - Jetzt -.

Liebe, - Jetzt -.

Hoffe, - Jetzt -.

Und nicht erst Morgen.

Das Träumen

Von «etwas» träumen,
kann aufbauend und sehr schön sein.

Aber von «etwas» träumen,
kann Dich vielleicht auch in Gefahr bringen,
vielleicht sogar zerstören.

Auf Erden

Auf Erden,
wurde zwei Mal,
eine fantasievolle Milchstrasse gestreut,
sogar mit Sternen.

Fast eine Pirouette

Ein zartrosa farbiges
Geraniumblatt fiel auf einen,
von der Sonne beleuchteten,
silbrig glänzenden Spinnenfaden.

Dies Blütenblatt begann,
auf «ihm» zu tanzen.
Je nach Windstärke,
bewegt es sich nach rechts, links,
oder ganz hoheitsvoll nickend,
nach oben, nach unten.

Bei sehr starkem Wind,
bewegt, zittert dies Blumenblatt so,
als ob dies den ersten Schritt,
sich zu einer «weichen» Pirouetten-Figur,
vorbereiten, ansetzen möchte.

Der Herbst

Hörst Du,
das seltsame, knisternde Rauschen des Waldes?
Siehst Du,
den tiefblauen Himmel,
mit den zerrissenen, ausgefransten,
weissen Schleierwolken?
In der Mitte davon,
wieder ein kleines Stücklein blauer Himmel?
Umrandet mit ganz kleinen, Kumuluswölklein?

Heute,
vom wilden Sturmwind arg gebeutelt,
schütteln die zerzausten Bäume, Sträucher,
ihre prachtvollen, gefärbten, roten, goldgelben,
den bereits schon verdorrten, braunen Blätter,
voller Temperament jetzt endgültig ab.

Der Waldboden freut sich,
über den wunderschönen, bunten Blättermantel.
Dieser farbige Mantel wärmt im Winter,
den Bäumen, Sträuchern, deren Wurzeln.
Wärmt und beschützt auch alle kleinen Tiere,
die im Waldboden leben.

Emsig springen auch die lieblichen,
Eichhörnchen hin und her.
Vergraben im Waldboden, unter grossen Wurzeln,
ihren gesuchten, gesammelten Notvorrat:
Bestehend aus Buchnüssen, Eicheln, Haselnüssen,
Baumnüssen.
Damit, wenn die Eichhörnchen ihren Winterschlaf
machen,
der Hunger sie weckt, sie etwas zum Futtern haben.

Die Vögel, Rehe, Hirsche, Füchse, Hasen,
Luchse, Igel, Mäuse,
fragen sich voller Sorgen:
Werden wir den kalten, starren, mit viel Schnee,
den harten Winter überleben?

Der Herbst, der Winter ist nicht ein Sterben der Natur,
es ist immer ein,

«Sein» für einen – Neuanfang.

Der kurze Atem

Das lange Sterben,
eines liebevollen Menschen,
der kurze Atem trifft mein Gesicht.

Ich denke und sage Dir:
Lebe täglich ganz bewusst Dein Leben.

Die Gedanken

Die Gedanken,
sind Buchstaben,
die unser Geist,
nach Belieben,
aneinander reiht,
daraus dann die Wörter entstehen,
umrahmt von Träumen, Gefühlen,
abgerundet,
mit der markanten Realität.

Das goldene Band

Voller Schönheit,
liegt ein langes, goldenes Blätterband da.
Nicht vom Winde hingeweht,
«SIE» wurden ganz gezielt hingelegt.

Auch ein bezauberndes, goldenes Blätterkissen,
wurde voller Zärtlichkeit gemacht.
Verziert mit noch wenigen kleinen Blumenblättchen.
Sorgfältig bereichert mit einem,
noch grünen, schönen Blätterzweig.
Dies alles sieht aus als umarme,
das grüne Blatt das goldene Blätterkissen.

Sinnbildlich könnte das heißen:
«Ich lege Dir alles Gold der Welt,
zu Deinen Füßen, denn ich liebe Dich.»
Oder es kann bedeuten:
Vergänglich – (Herbstblätter).
Voll im Leben – (der grüne Blätterzweig).

(Was würde für Dich das «goldene Blätterband»
bedeuten?)

Die Seele

Die Seele,
ist so etwas Rätselhaftes.
Niemand findet passende Worte,
was
--- und wo ----,
die Seele ist.
Wir fühlen ganz einfach nur die Seele,
das macht die Seele so geheimnisvoll.

Die Seele,
erlebt jeder Mensch anders.
Die Seele ist ein sehr,
empfindliches, sensibles, zerbrechliches «Etwas».
Das alles macht die Seele,
so einzigartig in ihrer Kostbarkeit!

Wunderbar

Das Schöne erleben zu können,
das Glückliche sein, fühlen zu können,
ist:
ganz einfach,
wunderbar, wunderschön,
wie das Funkeln der Sterne,
am nachtblauen Himmelszelt.

Verzeihen können

Verzeihen können,
ist oft sehr schwer, fast unmöglich.
Besonders dann,
wenn sich «dasselbe» stets wiederholt.

Dann bedenke:
Wenn sich «dasselbe» stets wiederholt,
dass dieser Mensch,
nicht aus Bosheit so ist,
sondern, weil er schwach und krank ist.

Glaube mir,
man kann immer erneut vergeben,
auch dann,
wenn man das «Schlimme»,
niemals vergessen kann.

Verzeihen können,
zeigt Deine «Grösse»,
Deine innere Kraft,
und Deine Menschlichkeit.

Vergeben,
verzeihen können,
entlastet,
Dein Denken, Deine Seele.
Macht Dein Leben,
wieder heller und erträglicher.

Zur Erinnerung

An Deine,

Gedankenwanderung,

lege ich Dir,

eine Schale,

gefüllt mit Hoffnung,

in Deine Hände.



Denn: Hoffnung ist der Harfenklang der Seele.

Die Autorin

Ottilia Flury, geboren 1934, meint: «Gemeinsam lässt es sich besser nachdenken!» Statt Vergangenem nachzutrauern, hat Ottilia Flury persönliche Ressourcen mobilisiert und sich neue Ziele gesetzt. Seit sie vor ein paar Jahren an Osteoporose erkrankt ist, schreibt sie Gedichte. Einige ihrer Gedichte erinnern an schwierige Zeiten und Veränderungen, andere zeigen neben Gedanken des alltäglichen Lebens auch Gefühle, die wir alle kennen. Ottilia Flury möchte Menschen dazu anregen, über das eigene Leben nachzudenken. Sie lebt heute in einem Betagtenzentrum in der Umgebung von Bern.

www.schreibmitmir.ch

Von der Idee zum Buch:

- Sie schreiben, wir verlegen
- einfach erfolgreich veröffentlichen
- Autorenservices und Buchverkauf

Aus unserem Programm

