



Samstag, 28. September 2019, 13:00 Uhr
~14 Minuten Lesezeit

Die Macht des Wortes

Rubikons Leserinnen und Leser haben die Feder ergriffen.

von Manovas Leserinnen und Leser
Foto: Nata Bene/Shutterstock.com

Der Sommer ist zu Ende gegangen und mit ihm unsere Aktion „**Die Macht des Wortes**“ (<https://www.rubikon.news/artikel/die-macht-des-wortes>)“. Wir hatten dazu aufgerufen, Trauriges,

Dunkles, Bedrohliches in Worte zu fassen und ins Licht zu schicken. Ein riesengroßes Danke an alle Teilnehmer! In allen Texten ist Licht zu spüren, Zuversicht, Vertrauen, Zärtlichkeit, Liebe. Alle tragen eine wunderbare, persönliche Note und alle wären es wert, hier abgedruckt zu werden! Wir hatten die schwierige Aufgabe, vier Texte auszuwählen. Ihre Verfasser bekommen je ein Exemplar des Buches „Das Licht fließt dahin, wo es dunkel ist“ von Kerstin Chavent, die uns der Europa-Verlag großzügig zur Verfügung stellt.

Petra Zeller: Die Schwalben sammeln sich

Sie hat sich entschieden, den Weg zu Fuß zu gehen. Sie schaut in den Spiegel, hebt ihr Brustbein, schiebt den Hinterkopf nach oben. Jetzt steht sie ganz gerade. Mit beiden Händen gibt sie ihrem Kopf eine Begrenzung. Zum rosenholzfarbenen Rock trägt sie ein Shirt, dazu eine schwarze Lederjacke und Seidenleggins. Die flachen Schuhe sind nicht ganz passend für den entscheidenden Termin bei dem angesagten Start-up, aber sonst wäre der Weg nicht zu schaffen.

Ihre braunen Haare mit dem rötlichen Schimmer sind zu einem Pferdeschwanz gebunden. Tief zieht sie die kühle Morgenluft in ihre Lungen. Am übervollen Apfelbaum ist in der Nacht ein Ast heruntergekracht. Sie läuft an der alten Scheune mit den vielen Schwalbennestern vorbei und weiter durch den Ort mit den wenigen Häusern. Ein paar Kinder warten auf den Schulbus.

Sie werden sagen, erzählen sie etwas über sich. Beginnen wird sie damit, wie sie heißt. Ich heiße ... Sie stockt. Also, mein Name ist ... Sie atmet schneller. An der Wiese mit den Herbstzeitlosen geht sie langsamer. Früher hat sie oft nach anderen Namen für sich gesucht. Ihr Vater rief Hildegard, Elisabeth, Ursula, nie ihren Namen. Wie hatte ihre Mutter sie genannt? Es oder Das. Für Mädchen und Frauen nicht unüblich im Dorf.

Der Riemen ihrer Tasche drückt an ihrer Schulter, sie schiebt ihn in eine bequemere Position. Vor ihr bewegen sich ihre Hände, als würde jemand anders sie steuern. Die rechte Hand hat keine Verbindung zum Arm, der Arm ist ihr fremd, wie aus Wachs. Irritiert streicht sie darüber, rupft mit der Linken ein Büschel feuchtes Gras aus und reibt ihr Handgelenk ab. Wenn sie dem Vater im Winter draußen geholfen hat, waren ihre Hände immer eiskalt und blau. Alle mussten mitarbeiten, und mit zusammengebissenen Zähnen hielt sie durch. Sie versucht zu lächeln. Sie sieht den Blick der Mutter und dahinter den Abgrund. Der Wind streicht über ihre Haut, hält sie. Ihre Hände kommen ihr vor, als befänden sie sich auf getrennten Teilen der Erde.

Sie wünschte sich, jemand würde ihr über die Wange streicheln, über ihr Haar, über ihre Hände. So wie Carl, wenn es ihr nicht gut ging. Sie hört Carl, wie er zärtlich Luisa zu ihr sagt. Da ist er wieder, ihr Name. Carl, der jetzt in Afrika ist und eine Meerwasserentsalzungsanlage in einem Fischerdorf baut, weil ein großer Konzern die Wasserrechte aufgekauft hat und das Grundwasser abpumpt. Er hätte sie gerne mitgenommen, aber sie hatte sich nicht entschließen können, von hier wegzugehen.

Ein Zweig schlägt ihr ins Gesicht. Sie ist längst im langen Waldstück. Tief von unten kriecht die alte Angst vor dem Wald bis hoch in ihre Kehle. Keuchend zieht sie Luft in ihre Lungen. Hier ist niemand, sagt sie laut. Stille. Die Mutter hat sie früher immer zur Oma geschickt, und sie musste durchs Wäldchen hinterm Haus, das ihr

damals wie ein riesiger dunkler Wald vorgekommen war. Rotkäppchen, sagte die Oma zu ihr, da sie eine rote Mütze hatte. Wie sie es hasste, so genannt zu werden. Die Oma war ja nicht dabei, wenn sie dem Wolf begegnete.

Die Luft will nicht mehr aus ihren Lungen. Sie braucht alle Energie, um wieder normal zu atmen. Kein Wolf ist zu sehen, auch sonst niemand. Sie stolpert, fängt sich gerade noch. Das hätte noch gefehlt, dass sie schmutzig wird und die Leggins einen Riss bekommen. Sie kramt in ihrer Tasche, findet die Streichhölzer. Es beruhigt sie. Ihr fällt der Traum ein, den sie in der Frühe nicht hat fassen können. Sie ist gefangen in einem Verlies. Ab und zu geht die schwere Tür auf und jemand wirft Kartoffelschalen herein. Sie ist angekettet, es ist feucht, und es herrscht völlige Stille. Ihre Haare sind verfilzt. Sie liegt schon ewig da.

Sie fühlt nichts, ihr Kopf ist leer. Die Zeit ist stehengeblieben. Sie atmet flach, sinkt in sich zusammen. Durch die dunklen Wolken ihrer Stirn schaut sie wie durch ein Tor in den hellen Himmel. Sie nimmt kein Geräusch mehr wahr, es ist so still wie das Universum. Die Zeit läuft, als wäre sie nie da gewesen, läuft mit dem Wind vorbei. Läuft durch die Weidenzweige, setzt sich in sie hinein. Tief versucht sie Luft zu holen. Langsam dringen Geräusche von draußen durch, sie öffnet die Augen. Sie findet sich mitten im Gestrüpp. Reglos sitzt sie auf dem weichen Waldboden, lehnt sich an einen Stamm.

Ein Eichelhäher flattert, kreischt. Sie spricht ihren Namen laut aus, Luisa. Kein Gefühl stellt sich dazu ein. Sie sucht in sich nach einem Ton, der mit ihrem Namen verbunden ist. Sie schiebt sich am Stamm empor, drückt ihr Gesicht an den Baum. Rock und Schuhe sind schmutzig geworden.

Sie findet den vertrauten Weg wieder. Mittlerweile ist es auch im Wald hell. Es ist ein milder Herbsttag, Sonne fällt auf ihre Haut. Sie

schüttelt die Bilder ab, versucht sich zu konzentrieren. Ihre Beine laufen wie von allein, als würden sie von etwas gezogen. Ihr wird bewusst, dass sie gerade wieder die Herbstzeitlosen gesehen hat.

Jemand sagt etwas zu ihr, sie hört nur Gesumme und Gemurmel, lächelt automatisch und nickt mit dem Kopf. Dann steht sie wieder vor der alten Scheune. Sie sieht die Streichhölzer vor sich, die sie als Kind immer bei sich hatte. Der Vater war gekommen und hatte mit einer alten Pferdedecke die Flammen ausgeschlagen. Sie greift nach der Schachtel in ihrer Tasche. Reglos steht sie da.

Die Schwalbennester an der Scheune sind verlassen. Im Frühjahr hatten die Schwalbeneltern die ausgebrochenen Stellen wieder verklebt. Alle paar Minuten kamen sie mit Futter zu ihren Jungen. Sie hört noch das zarte und doch energische Piepsen der Schwalbenkinder. Ein Schwälbchen lag auf dem Boden. Sie hielt ihm kleine Würmer hin und versuchte ihm Wasser zu geben, aber es öffnete sein Schnäbelchen nicht. Zart und ruhig lag es in ihrer Hand. Die anderen Jungen stürzten sich aus dem Nest, begleitet von den wachsamen Augen der Eltern.

In der Ferne sieht sie die Schwalben sich sammeln. Sie wendet sich ab, geht zum Haus und in das kleine Zimmer im Dachgeschoss. Sie holt ihren Rucksack hinter dem Schrank hervor, packt ein paar Kleider hinein. Die bunte Dose mit dem Ring von Carl steckt sie neben die Streichhölzer in den Rucksack. Sie geht die Treppe hinunter, zieht die Haustüre hinter sich zu und geht hinein in den hellen Tag.

Lea R. Söhner: Der runde Tisch aus Buchenholz

„In eurem Sterben soll noch euer Geist und eure Tugend glühen, wie

das Abendrot um die Erde“ – Friedrich Nietzsche.

Die tiefste Liebe im Leben meines Mannes war zweifellos die zu seinen Töchtern Hanna und Katharina. Diese Liebe war nicht immer sichtbar, vor allem wurde sie nicht immer vollendet kommuniziert. Doch sie war in den Wurzeln seiner Seele verankert und dort in der Tiefe hat sich ein Schmerz mit ihr verschmolzen, ebenso groß wie die Liebe selbst.

Die frühe Scheidung im Vorschulalter der Kinder, die räumliche Entfernung zwischen Hamburg und Stuttgart, die Sprachlosigkeit des getrennten Elternpaars, die Unsicherheit Wolfgangs gegenüber seinen Kindern, wenn sie zu Besuch waren, aber auch seine Ungeübtheit darin, ein zuhörender Vater zu sein – all das ließ in seinen Töchtern nach und nach eine Entfremdung entstehen und damit verbunden das Gefühl, ihr Vater sei nicht anwesend, schlimmer noch, er sei niemals anwesend gewesen. Groll wuchs in ihnen heran. Sicher haben die beiden auch etwas von der Bitterkeit ihrer Mutter übernommen.

Wolfgang war kein einfacher Mann. Nicht immer hatte er ein Gespür für die Balance zwischen Zuhören und Reden und mir schien, dass er, je unsicherer er gegenüber seinen Töchtern war, umso mehr geredet hatte, wo er hätte zuhören sollen. Und er blieb stumm, wo es klarer Aussagen bedurfte hätte. Das Schweigen oder Hinwegreden über das Wesentliche gewann überhand und irgendwann brachen die Töchter den Kontakt völlig ab.

Für ihn folgten Jahre der Trauer, der Verzweiflung, der Suche nach neuen Möglichkeiten, der Therapie. Als Hannas Kinder geboren wurden, nahm sie, die Ältere, den Kontakt wieder auf und zu seinem ganz großen Glück durfte Wolfgang seine Enkelkinder heranwachsen sehen. Katharina, seine jüngere Tochter, blieb hart auf Distanz.

Für mich, als seine zweite Frau, ist Wolfgang gar nicht zu denken ohne die Sehnsucht nach Versöhnung mit seiner Familie, die auch die Versöhnung mit seiner ersten Frau miteinschloss. Immer lebte dieses Bild in ihm, dass einmal alle, die zu ihm gehörten, unbeschwert um unseren großen runden Esstisch aus Buchenholz sitzen sollten und lachen und essen und schwatzen.

Dieses Bild war es dann auch, das er offensichtlich mit in sein Sterben genommen hatte.

Nach einer aussichtslosen Operation lag er im Koma und wurde durch Medikamente und Geräte dauerreanimiert. Die Narkosemittel der OP sollten abgebaut sein, bevor man über das Abschalten der Maschinen entscheiden konnte. Für mich waren das gesegnete Stunden der Stille an seinem Bett.

Es schien, als ob er mich aus seiner Zwischenwelt heraus begleitete und mir half, seinen Tod zu akzeptieren. Sterbebegleitung von seiner Seite aus. Mein innerer Aufruhr legte sich und von Stunde zu Stunde wurde ich ruhiger.

Bald wäre es soweit und die Geräte sollten abgeschaltet werden. Dieses feine Hinhören der Ärztin, den richtigen Moment abzuwarten, ihn aber auch nicht unnötig lange am Leben zu erhalten, hat mich zutiefst berührt.

Zunächst wurden die Medikamente reduziert. Die Ärztin meinte, Wolfgang würde dann womöglich von selbst langsam absinken und wir bräuchten die Entscheidung nicht zu fällen.

Er sank und sank. Recht schnell. Da kam Hannas SMS:

„Wir kommen morgen. Katharina und ich. Um 13.00 Uhr sind wir im Krankenhaus.“

Zu ihm sagte ich: „Wolfgang, deine Mädels kommen morgen. Alle beide. Hältst du durch?“ Sofort stabilisierte sich sein Zustand. Er lag im Koma, natürlich. Noch immer.

Am nächsten Morgen sah ich sofort: Jetzt will er gehen. Das Gefühl war überdeutlich und die Ärztin teilte es. Nachdem ich mich vergewissert hatte, dass die Töchter ihren Vater noch aufgebahrt sehen durften, stellten wir die Maschinen endgültig ab.

„Jetzt hat er seinen natürlichen Tod. Wir greifen nicht mehr ein, er darf selbst entscheiden, wann er gehen will, egal wie lange es dauert“, sagte die Ärztin. „Manchmal dauert es Minuten, manchmal zwei Stunden.“

Das war um 9.30 Uhr.

Ich saß neben ihm, immer wieder tief entspannt, dann wieder aufgeregt, ob die Töchter es wohl noch schaffen würden. Er blieb stabil! Über Stunden.

Die Töchter sind da. Überglücklich, fast euphorisch, reiße ich mich auf und überlasse den beiden den Platz bei ihrem Vater.

Nach einer Stunde komme ich wieder und sehe Katharina allein bei ihm sitzen. Leise ziehe ich die Tür wieder zu.

Katharina war es dann auch, die das Privileg hatte, bei seinem letzten Atemzug dabei sein zu dürfen. Dies war Wolfgangs Geschenk an seine jüngste Tochter.

In meinen ganzen Schmerz mischte sich dieses Glücksgefühl. Welch ein großer Liebender war Wolfgang.

Am Abend vor der Trauerfeier kam der Besuch aus Hamburg. Alle

waren da: die Töchter, die Enkel, auch seine erste Frau, der Schwiegersohn und eine Freundin der Familie. Hanna kochte Pellkartoffeln mit Quark und alle saßen wir um den runden Tisch aus Buchenholz und wir aßen und weinten und scherzten und schwatzten. Irgendwann sagte die kleine Lisa zu Hanna:

„Nicht wahr Mama – wenn man lacht und gleichzeitig weint, gibt es im Herz einen Regenbogen!“

An dem Tisch, den Wolfgang vor vielen Jahren für seine erste Familie selbst gebaut hatte, ging an diesem Abend in unserer aller Herzen ein Regenbogen auf.

Harald Jorkowski: Das Licht im Schatten bin ich selbst

schwermütige Kolosse
kleine huschende Wesen
Schattengestalten
die wie Wind und Wolken
durch mein Leben ziehen

ihre vereinnahmende
und eindringliche
Dunkelheit
sucht ihren Weg
zu mir

ich schaue
nach dem Licht
das sie verbergen

das Licht

in mir
aus mir
aus einer tiefen
inneren Quelle
meines seins

lässt die Gestalten
verblassen

die Lichtbegleiter
meiner schöpferischen Fähigkeit
meines inneren Potentials
sind die Freude
die Hoffnung
die Begeisterung

sie sind Teil der Kraft
die dem Schatten
ein Licht entgegengesetzt

die Kraft
meiner Lebenslust
lacht im hellen Schein

das Licht im Schatten
bin ich selbst

Petra Jaeger: Verwandelndes Selbstgespräch – oder: das (all)tägliche Wunder

Liebes grumpelndes Ich,

ich, die in dir lebendig ist, in dir lebt, neben den vielen anderen Teilen deines „Ich“, die alle in dir wohnen und wirksam sind, ich spreche nun zu dir, du wütendes „Grumpel-Ich“.

Damit du weißt, mit wem du es zu tun hast, stelle ich mich dir vor.

Eigentlich kennst du mich ja, aber manchmal bin ich dir nicht so präsent, und deswegen möchte ich dir noch mal vor Augen führen, was mich ausmacht.

Ich bin die in dir, die in der Fülle lebt und im Vertrauen, die sich freut an allem, was an Schönem um sie herum zu erfahren und zu erleben und zu fühlen ist.

Ich bin die in dir, die liebevoll und großzügig ist, gerne bereit, zu schenken, zu geben, zu teilen.

Ich genieße das, was gerade ist, auch das allertäglichste: Ich singe beim Tun, ich tanze beim Aufräumen, ich spiele mit den Händen im Spülwasser, ich bewundere die Formen der Gegenstände, die ich dabei in den Händen halte –
kurz: Ich lebe in der Leichtigkeit und in der Freude und Fülle!

Und ich treffe manchmal auf dich, Grumpel-Frau, die unglückliche, zornige, so sehr bedürftige, vorwurfsvolle, die, die ach so sehr, so sehr im Mangeldenken und Mangelerleben steckt, die traurige, müde, freud- und lustlose.

Dann sehe ich dich in deinem traurigen, müden Zorn und möchte dich in den Arm nehmen und trösten und dir sagen: „Du darfst traurig sein. Schau hinter deinen oberflächlichen Ärger und sieh die Traurigkeit darüber, dass du gerade jetzt nicht das bekommst, was du dir wünschst von denen, mit denen du hier unter einem Dach lebst. Und du hast die Freiheit, dem Ganzen den Rücken zu kehren,

dich zurückzuziehen, traurig zu sein, gut für dich zu sorgen, für dich allein!!

Du brauchst nicht anstandshalber in solchen Momenten dich aufopfern, sondern darfst einfach nur an dich denken: dich gut um dich kümmern.

Lass mich dir dabei helfen!

Ich decke dir fein den Tisch, ich stelle dir ein Blümchen hin, ich lege dir schöne Musik auf ...

Ich – ein Teil von dir – kann dir das geben, was du brauchst und dir wünschst...

So kannst du aufhören, gekränkt zu sein, wütend und enttäuscht, sondern dich auf uns besinnen und einfach gut für dich da sein!

Und ich helfe dir, zu spielen ...

gehe spielerisch mit dem um, was dir missfällt ...

vielleicht ist es ja herrlich, in der Badewanne zu duschen, statt in der Dusche mit dem – nicht durch dein Verschulden – verstopften Abfluss.

Oder das Chaos in der Küche verwandelt sich in deinen Augen zum Kunstwerk, das die Fülle zeigt, in der wir hier leben, die Lebendigkeit aller derer, die hier unter einem Dach leben ...

Und das, was du nun tust als Reaktion auf das, was dich ärgert:

Tue das aus ganzem Herzen.

Wenn du dich ärgerst, dann lass den Ärger zu und erkenne ihn als

einen Botschafter, der dir was Wichtiges zu sagen hat!! Unterdrücke ihn nicht, sondern schreie laut „Scheiße“ und hau mit der Faust auf den Tisch – wenn Dir danach ist.

Und dann wende dich dem zu, was du wirklich brauchst.

Wenn es sein muss, dann stimme ein lautes Klagegeheul an ...

Tue alles dafür, den Ärger nicht in dir zu lassen als etwas, was es zu bekämpfen gilt, sondern verwandle ihn in einen deutlichen Hinweis darauf, was dir nun gerade wirklich und ganz dringend fehlt.

Wenn du ihn, deinen Ärger, dann ordentlich angeschaut und gewürdigt hast und seine Botschaft verstanden hast, dann entlasse ihn freundlich, denn dann hat er seinen Job gut erledigt. Dann ist es Zeit, auf das zu schauen, was dir wirklich fehlt.

Dann nehme ich dich zuallererst mal in den Arm und wiege dich tröstend und streichle dir über den Kopf und würdige, was dich traurig macht: Du bekommst nicht die Fürsorge, die du gerne hättest, das vorausschauende Mitdenken ...?

Und nun: Was brauchst du nun? Was tut dir jetzt gut? Ich helfe dir, das zu tun ...

denn ich bin immer da für dich, wenn du mich brauchst.

Du brauchst mich nur zu rufen!

Ich bin da, ein Teil von Dir, und nichts und niemand kann mich dir rauben.

Du möchtest nun endlich meinen Namen erfahren?

Ich habe viele: Selbstfürsorge, Leichtigkeit, Selbstliebe, die, die mit dem Leben tanzt ...

Suche dir einen aus und nenn mich beim Namen –
und rufe mich, wenn du mich brauchst, ich bin für dich da.

[\(https://www.rubikon.news/spenden\)](https://www.rubikon.news/spenden)

Dieser Artikel erschien bereits auf www.rubikon.news.



In Manova veröffentlichen die **Leserinnen und Leser** auch selbst.

Dieses Werk ist unter einer **Creative Commons-Lizenz (Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 4.0 International)**

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>) lizenziert.

Unter Einhaltung der Lizenzbedingungen dürfen Sie es verbreiten und vervielfältigen.