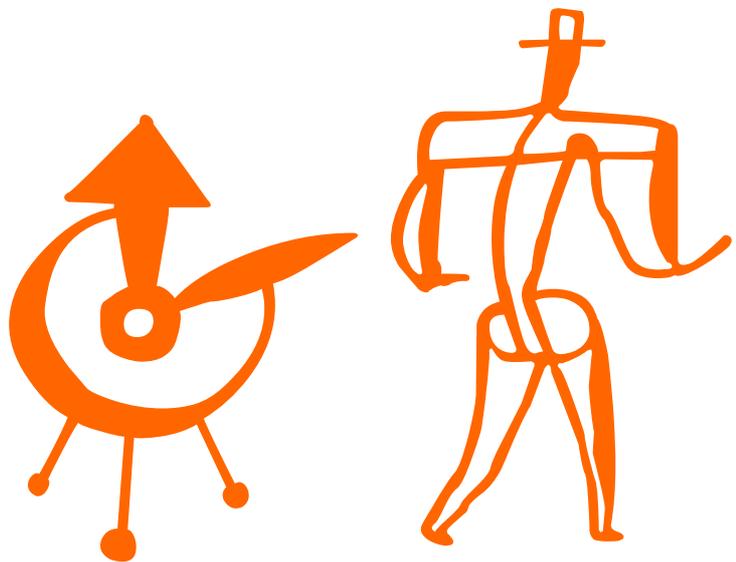




Wolff
Henschen

G e h



Z e i t e n

T e x t e 1 9 8 1 - 2 0 0 1

Dieses Buch ist meinen Eltern gewidmet,
meinem Vater
zu seinem 70. Geburtstag und Ausdruck
meiner Dankbarkeit und Liebe für die
schönen, die leichten und die schweren Zeiten in
seinem Leben, dem meiner Mutter
und auch meinem Leben, das mit den ersten beiden
seinen Anfang nahm...

30.10.2001

... so begann die Geh-Zeit



Kerze I

Lösche nicht das Licht
ich werde sonst zerbrechen
und die Maske von Lächeln
zerkrümelt zum
Staub des Todes in mir

Schüre doch das Dunkel
das mich zusammenhielt
aber das Gesicht der Tränen
fügt sich als
Fels des Lebens in mir

Kerze II

Kerzenschimmer
Gelblicht, das mein Dunkel bricht
mich fliegen lässt
sanft
schwebe ich hin zu dir
dein Gold durchwirkt
meine Gegenwart
wie Vergangenheit und Zukunft
in dir ineinander fließen...

Weiche Schatten an den Wänden
und der Pinsel von
Fantasie
malt schillernde Träume

was könnte sein, was ist...



Nahkampf

Nähe und Kampf
wie passt das zusammen:

kämpfen um Nähe
sich nähern um zu kämpfen

bedeutet Nähe das Gleiche wie
Kampf?



Blitz

Nach einer langen, ermüdenden Zugfahrt komme ich an. Ich erschrecke Dich zu sehen. Du liegst in dem Bett Deiner Ehe. Lange Jahre Gemeinsamkeit. Schläfst. Mund offen. Haut Deiner Unterlippe schwingt mit der Luft Deines Lebens. Die Decke schont mich vor der schrecklichen Gewissheit. Dein Gesicht blass; eingefallen die Wangen. Eine unbestimmbare Kraft zerrt sie knochenwärts. Mein Gruß ist leise und verhalten, ich schauere, als wärest Du schon tot und ich dürfte Deine Ruhe nicht stören. Ich freue mich über Deinen Gruß und das Lächeln, welches Du dem beißenden Schmerz abringst. Wie groß diese Freude sein muss, um auch nur einen Moment durchzudringen, zu durchdringen. Ich setze mich zu Dir.

In einer Woche vieler Mühe Dir beizustehen, lerne ich langsam und widerwillig, daß Du hilflos bist und schwach und ich wehre mich gegen diese Wirklichkeit. Du hast Dich niederknüppeln lassen in diesen Zwang angewiesen zu sein, Zuwendung zu fordern, arbeiten zu lassen und Deine Energie ist der Abhängigkeit gewichen. Du hast aufgegeben, und ich bin wütend auf Dich; meine Gedanken schreien Dich an, wehr Dich doch. Du erzählst mir von Deinem ungelösten Hass auf einen Menschen in Deinem Leben. Wie kann Dir das jetzt bedeutsam sein? Du glaubtest, Du seist hier zuhause, sagst Du, aber das stimme nicht mehr; Du müsstest wegfahren, irgendwohin; Dein Ziel ist Dir ungekannt. Mir ist unheimlich.

Dein Vertrauen, wenn wir über Dein Leben sprechen, genieße ich. So viele Hoffnungen und Wünsche, die unefüllt blieben. Dies ist Deine Botschaft an mich, nicht mit dem gleichen Fazit meinen Weg zu erinnern. Traurigkeit greift nach mir, hat mich in der Hand, wenn ich das Loch in Dir zu spüren versuche.

Der Arzt kommt zu seinem Wochenbesuch. Verzweifelt sehe ich zu, wie zwei hilflose Menschen in gegenseitigem Standesdünkel und oberflächlichem Floskelbrei abtreiben: geben und nehmen könnt ihr nicht. Wieder Wut: auf Dich in Deiner glatten Verleugnung; auf ihn hinter der unbefleckten Sicherheit ärztlicher Unverbindlichkeit. Seht Euch doch an!

Sieh auf Deinen Körper. Er verteidigt gelblich-fahl seinen Faltenwurf der Vergänglichkeit. Schwächende Scheingefechte; durchscheinende Haut. Du schläfst viel, bist stundenlang verwirrt. Ich halte Deine Hand und merke, dass ich nicht loslassen will. Noch nicht.

Vor mir eine Sanduhr. Ich erreiche Dich nicht mehr. Leise und bedrohlich höre ich das lichte Quarzklirren. Körnchen fällt auf Körnchen und Deine Zeit verfliegt.

Deine Zeit. Dein Krebs. Deine Verleugnung. Dein Tod. Dein Schmerz und Leid. Ich bin verzweifelt, und doch verzeihe ich Dir. Ich weiß nicht, ob ich mein Sterben annehmen kann.

Ja, ich werde um Dich weinen. Lüneburg und Konstanz im September 1984



Syncopation

Sometimes
I wish
I could burst all walls
Every room
is too small.

And yet
I like
this house;
even though
it's too small.

And yet
I open
the door only
when I go.

And sometimes
a someone opens the door
and I am
not alone any more.

Sometimes
I could
embrace all human beings
no proximity
can be close enough.

And yet
I feel
your hand
which tender and firm
is holding mine.

And yet
I give
my hand only
when I see you.

And sometimes
we are almost One
and I love
the whole world.

Sometimes
the next word can
be the dagger in my heart
no silence
is mute enough.

And yet
I need
the voices around me;
even though
they are without meaning.

And yet
I reply to you
and it goes on
pumping inside of me.

And sometimes
one word suffices
and I remember
who I am.



TRÄNEN | ANPASSUNG

Ich weine
wenn etwas fehlt
wenn etwas zerbricht

Ich bekomme die Schuld
Immer kriege ich die Schuld
und

Ich entschuldige mich
bin wütend
gedemütigt

Und es tut mir doch
überhaupt nicht leid
was ich tat



Tulpen

glühendes rot
atmest du in den raum
verschlossen
dein inneres
begierig saugt du
wasser des lebens

trauerndes nass
tränen gleich
tropft dein blut
aus kopflosen stengeln
gekappt
mitten aus dem leben
mit wütendem hass

liebendes verstehen
erschöpft
die blätter recken
ins gleißende licht
hoffen und wissen
leben siegt über liebe
wiegt mehr
als der tod

rätsel das du
aufgibst
kopfzerbrechen
abgeschnitten vom quell
deiner lebendigkeit
ragen die grünen
stümpfe
mahnend
in die luft.



AUF DEM WEG ZU MIR
FINDE ICH STÜCKE
VON ÄRGER
VERPACKT IN LÄHMENDE STARRE
WIE DER GEFRORENE ARCHÄOPTERIX
IM EIS DER EWIGKEIT.

AUF DEM WEG ZU MEINEM GEFÜHL
HALTE ICH VORSICHTIG
DIE FLAMME MEINER LEBENDIGKEIT
AN DIESE KALTEN VERBOTE MEINER KINDHEIT
SCHICHT UM SCHICHT
TAUE ICH MICH AUF MICH ZU
UND LASSE DAS WASSER MEINER TODESANGST
ICH ZU SEIN
MEINEN BLICK KLARSPÜLEN

LEBENSFLUß GEFÜHL
SCHWEMMT DIE ASCHE VERBRANNTER LIEBE
MIT SICH
ICH STEIGE AUS DEM TAUFBECKEN
MEINER EIGEN-HEIT
UM MIR ZU GEHÖREN.

GELIEHENE GEFÜHLE UND GEDANKEN
ICH GEBE SIE EUCH ZURÜCK
WIE DER GENESENDE SEINE KRÜCKEN

ICH WERDE ... ICH



ANGST
ZU STERBEN AN DER SORGE
DIESEM STEIN, DER MIR HALT GIBT,
NICHT ABER DIE WÄRME MEINES GEFÜHLS.

NOCH DENKE ICH MICH DURCH MEIN LEBEN,
DENKE MEIN GEFÜHL
DOCH: MEINE ANGST SIE WÄCHST
MIR ORCHIDEENEINZIGARTIG ENTGEGEN
UND DER STEIN
DER ÄRGER IST
MEINE VERBOTENE WUT
SPUCKE ICH AUS
EINES TAGES

NOCH ROLLT ER
IN MEINEM HERZEN
KALT UND GLATT
MACHT MIR ÜBEL
UND DECKELT MEINE LEBENDIGKEIT ZU.

UND DOCH: WEICHES WASSER HÖHLT DEN STEIN
UND MEINE KRAFT STRÖMT IHN FORT ...

WIE UNBESCHWERT ICH SEIN WERDE
UNBESCHWERT
ICH SEIN



Handreichung

Schützend die Hand
reichen
wir reichen uns nicht mehr
du mir keine Hand
ich Dir nicht das Wasser
handeln ist
das Gebot der Stunde

Liebe und Leid
lieben und leiden
liegen nebeneinander, sagt
das Sprichwort
wahr ist: wie liegen nicht
mehr
so nah beieinander

eine Lücke klappt

zwischen Dir und mir
zwischen Kopf und Bauch
zwischen Denken und Gefühl

das "Bei" "ein" "ander"
ist einem "Neben" "ein" "ander" gewichen:
Du und ich
neben uns
ein Anderer
schließt die Lücke

Weihnachten, was soll ich mit diesem Fest tun:
Christus wird der Menschheit geboren,
ich feiere einen Tod,
besser ein langsames Sterben

liebend leide ich
an Dir und Deiner Unentschlossenheit
Anklage
an mir und meiner Unentschiedenheit
wie können wir uns
ent-scheiden,
ganz werden voneinander

Lösung
Auflösung
Ablösung

eine Verbindung, die sich lockert,
passiv, denn keiner will die Verantwortung tragen,
wir verhärten, damit wir uns lösen,
voneinander
und kleben doch an der Vergangenheit: dem Glück,
der Nähe,
der Zärtlichkeit

Ich sitze also mit diesem Fest und feiere
ein Sterben mit mir alleine
und wünschte, daß nicht dieser Tod,
einen nach sich zöge.

Sterben als das Ende von Lebendigkeit,
Krankwerden als ein Ausweg nichtgelöster Lebenskrisen
was nützen mich alle diese Gedanken, wenn ich eines Tages
plötzlich
und
unerwartet
miterleben werde, wie Dein Leben beginnt.

Es macht mir Angst,
dieser Gedanke,
Traurigkeit in meinem Gefühl,
dass wir nicht darüber sprechen können,
nicht an Wesentlichem
festhalten
anstatt
jeder in seinem Leiden Mitleid zu suchen
nicht zu verantworten, nicht zu handeln
und keine schützende Hand füreinander
übrig
zu haben.

Geschenk
Weihnachten als Geschenk
diese Feier der Geburt als das Symbol
dem Wesentlichen zu folgen

ich vermisse Dich
jetzt schon
vorweg

Vorwegnahme
neun Monate, die neun Jahre sein können
Leben auf Zeit
betrifft jeden Menschen
nur wenige hören das Fallen
der Sandkörner,
die verrinnende Stunde,
so deutlich

Was wird kommen,
wer wird Dir zur Seite stehen
wird es Jemanden geben, der redlich
und stark genug ist
für Dich aufzustehen,
in Deinem Sinne zu handeln und zu entscheiden,
wenn Du zu schwach bist, das zu tun.
Wirst Du Dich umbringen,
wäre mein Weg, denke ich oft,
und würde ich es wissen, um Dir alles
das zu zeigen zu sagen,
was der Alltag verschluckt.
Fragezeichen.

Fragezeichen sind mein Symbol dieser Weihnacht.
Leben, das infragesteht.



Über - Legung

Ich hänge an Dir
sage ich habe Dich lieb
wieder und wieder
halte mich fest
und höre meine kindliche Stimme

Doch meine Anhänglichkeit
ist der Schutz für Dich
und mich
denn bin ich erwachsen
lasse ich Dich los
und schreie Dir meine Wut

Ent - Gegen





Mächtig | Ohn macht

Tod ist die Macht des Lebens
durch die ich erfahre
Wirklichkeit ist meine Vorstellung.

Mein Leiden und meine Verzweiflung
durch die ich gehe
Festhalten will ich, anstatt Veränderung.

Leben ist bedeutsam
durch Bewegung:
als Teil von ihr mich akzeptieren.



Vermisstenmeldung

bleigrau der himmel
sonnenschmelze
windwärts mein gedanke
ich vermisse dich

stimme am ohr
an mein gefühl
und umgekehrt
aber der vermittler ist
unfähig

unmittelbar vermissen
und doch warte ich
wie welle um silberwelle
metallen an mir vorbeiklingt.



Therapie I

Ich saß Dir gegenüber
zweimal sechzig Minuten lang
da war mir klar, was ich wollte
Du hast mir Anstöße gegeben mich zu sehen
seitdem ist mir manches unklarer

Therapie II

Ich sehe Dein Gesicht
mich mit Dir sprechen
und ich überlege
was will ich und was willst Du
und decken sich unsere Bilder voneinander
Ich will weiter als bis hierhin



Irrtum

Es ist schön Dich zu sehen
es wäre schöner Dich auch zu spüren

Es ist schön Dich loszulassen
es wäre schöner Dich zu halten

ich genieße Dein Lächeln
doch Du lachst nicht für mich

ich ertrage Dein Schweigen
doch Du schweigst gegen mich

Es ist schön bei Dir zu sein
es wäre schöner geborgen zu sein

Es ist schade sich unbemerkt
zu fühlen
ES IST...
aber bin ich ???



Wille I

Ich will, Du willst
aber wollen wir noch?

Wille II

Du willst nicht geben
ich will geben
siehst Du das Loch das
bei mir bleibt?

Wille III

Nein, zu dritt
will ich keine Beziehung
zu DIR



Music of Tranquillity

Caressing gentle tune
the glare of candle-yellow gold
burning holes into my sadness
so that, when daylight comes
the rays of sun
will enter my heart
an have it hum
the mild medody of madness



Selbstwert

Schau ich mir so an
womit ich ringe
dann komme ich
immer irgendwann
auf Dich:

aber der Anfang
meiner Lösung ist
zu erkennen
Ich bin mir
selbst wert



Gitterstäbe

an die ich stoße
sie vor Augen habe
mich damit verletze

Muss ich erst
klein und bescheiden
werden
um
durch
zu
steigen

und die Flügel auszubreiten?



Metapher

Manchmal wär' ich gern' wie Holz:
würde Jahr um Jahr innerlich wachsen
und die älter werdenden, äußeren Schalen
als das Bollwerk gegen die Welt um mich haben.



Über-legen

Mein Gehirn ist ein Fluch ---
hat es einmal wieder einen kleinen Anlass gefunden
spinnt es fort, denkt weiter, wünscht, plant, lehnt ab,
und quält mich unablässig mit dieser schier unerschöpflichen
Energie ...
es mach mich unglücklich.

Es oder ich?



Rettung

Sehen, spüren
die blaue ferne
die heiße nässe

telefonzellengelber
scherbenklebeversuch

deine ferne stimme
deine trockene kälte
hören, fühlen



Er Zähl Reim

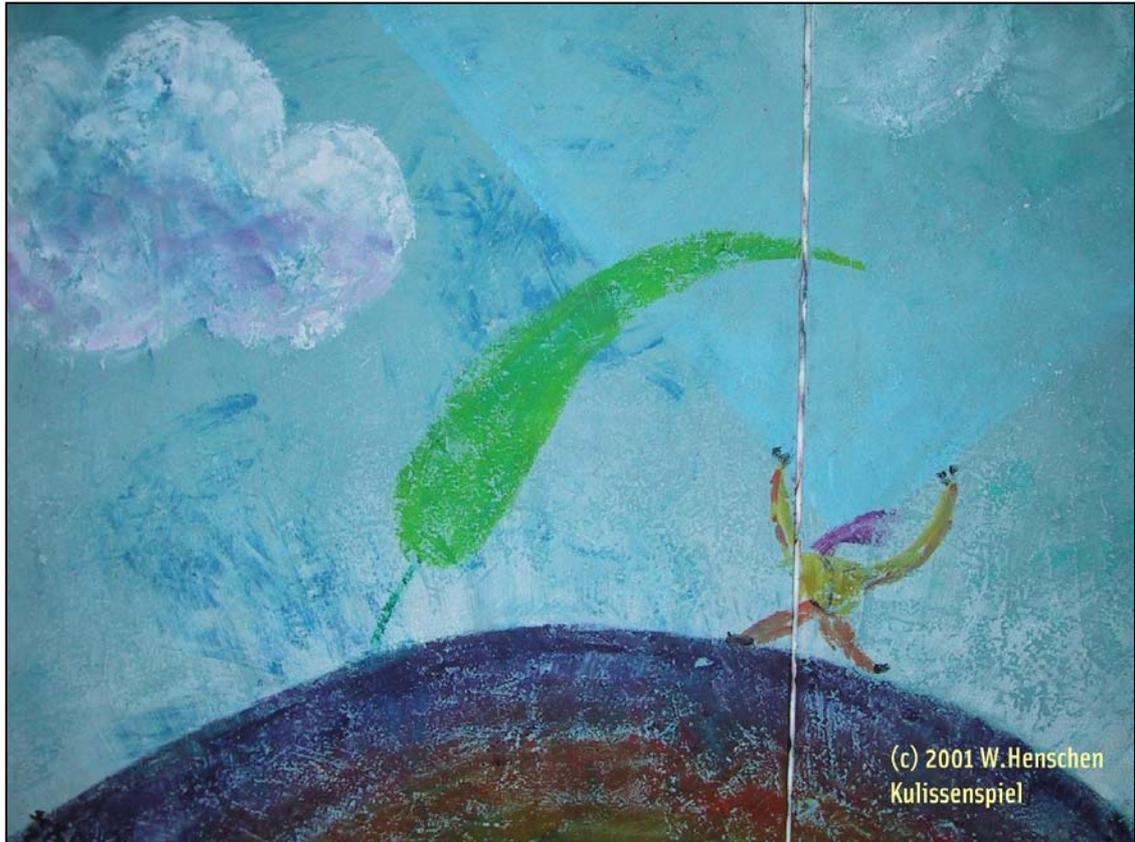
trauerweide bin ich nicht
tränennasses mondgesicht
sonne trifft auf schwarzasphalt
ich wärme mich, denn mir ist kalt
gedicht, ich schreibe dich behende
liebeszeit ist nun zuende
alleine lebe ich mein leben
komm zurück jetzt
nehmen, geben



vor der vertreibung aus dem paradies

blütenrausch windumspielt
schwarzes haar
leuchtblitzaugenblick
bartkußzartes glücksgefühl
wortleeres sattheitsgefühl
sommernacht dunkelzufriedenheit
weiche haut
windspiel blätterparadiesisch



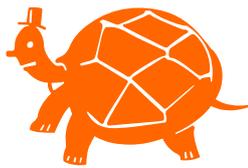


frage

allein

all-ein

kann ich das jemals lernen



schreck

einen menschen verlieren
aus meinem gefühl
mein gefühl zurückgewinnen
für mich

erschrecken:

was da alles ist
und mir gehört
meine lebensangst
meine selbstzweifel
mein zorn
meine verstellung
merken, wie ich mir im weg stehe
und mir der stein bin
der mich
meinen weg
nicht gehen lässt.

trennung III

abstand
zu dir
perspektive
mein hoffnungsbild
ist der weißen
wand gewichen.

jetzt hängt sie
stattdessen da
und ich sehe meine
leere.

kalter schnee
der sterbenden beziehung
auf den trümmern
der wand
die dich
und mich
trennt.



Sommerliebe

Freiheit soweit die Luft
reicht
Kirsch kernspuckend
auf die Probleme
sonnengeflutete Küsse
am Wegrand
suchen wir unseren Weg
jeder für sich



Traum

Bett.

Ich träume von
deiner hand, die zärtlich
meine wunden heilt
sehne mich geborgen
in der wärmenden
krümmung deines
körpers



Versuch

liege ich
bleistift lippennaß
sinne nach
wort
wechsel mit meinem gefühl

was als lava
glut aus ritzen dringt
lastet basaltschwer
auf dem papier
bin mir fremd
in meiner sehnsucht
erkenne mich an
gedanken
mache gehversuche
auf den tränen
meiner ungelbten
gefühle

wie lange noch
bis ich ihrem fingerzeig
folgen kann
dahin wo ich bin
dahin wo ich mich
ich selbst
sein lasse



Abrechnung

Mich verleugnen
ich tat es oft
in dem glauben
liebe fordere das -

jetzt

will ich
meine gefühle
leben

da liebst du mich weniger:
vielleicht
hast du
meine anpassung geliebt
nicht mich?



Versöhnung

draußen
fenstergerahmt
der obstgarten
mein freund
drinnen
körperversiegelt
die verzweiflung
mein feind

be
greifen
was es heißt
mich zu lieben:
garten und verzweiflung
als meine lebendigkeit
verstehen





Ziel | Suche | Reise | Leben

mein bestimmungsort: ich
mein weg: unbestimmt
mein gepäck: vergangenheit
mein gebirge: zukunft
meine entfernung: abnehmend
meine kraft: begrenzt
mein fortbewegungsmittel: gefühl
mein anhaltspunkt: gegenwart
am ziel: noch lange nicht



Trennung

Die Trennung:
Gratwanderung
zwischen Schlucht
und Leben
der Chance Dich und mich
zu erleben
und
der Leiche des "wir"



Weg

Ich liebe Dich
und gehe fort
ja, ich **gehe**
versuch's mit meinem eigenen Weg
Ich liebe Dich
und halte fest
an Dir
in meinem Herzen
damit Du mich nicht
zurückhältst
meinen eigenen Weg zu gehen



Trennung II

Klaffende Wunden
und
einsame Tage
Schonfrist
bis die Kraft versiegt
Steine sind zu überwinden

Ich vermisse Dich
und
doch bist Du bei mir
ich hoffe
Dich hinter einem Stein
wieder zu finden

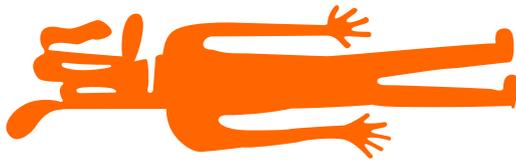


Was bleibt:

ist Angst, eine Tüte voll mit Stücken von Gemeinsamkeit,
ist der Impuls "zurück, zurück, mach' doch alles ungeschehen",
ist der Schmerz, das Loch in mir, sind Tränen,
geweinte und ungeweinte, ist die Hoffnung "wir kämpfen weiter",
nicht gegeneinander, sondern miteinander,
ist Liebe und die pochende Frage, ob es ein "zurück" gibt,
ist ds Gefühl zu fliehen aus einer Umgebung, in der Alles
an Dich erinnert in eine Umgebung in der mich alles an Dich
erinnert ...

Was bleibt frage ich!?

Zunächst der Abschied und eine Seite im WG Buch ...



Frühlingsgefühl

Aprilwetterlaunisch
hänge ich meine Gedanken an
die klamme Leine meiner Vernunft
problemschwer

Verliebtheitsgespalten
blicke ich
aus dem Auge "Gefühl"
und der Linse "festhalten"

Lichtgrell
blendet mich
die Kontour meiner Gehirnwäsche
und ich ende
aprilwetterlaunisch



Bruch | Stück

meine Beziehung zerbricht

In mir bröckelt ab
kleine und große Teile
was uns ausmachte

liebende Begegnung der Augen
kein Leuchten mehr
Blicke
Berührungen
verfallen zu vergeblicher Zärtlichkeit

lustvolle Zweisamkeit
erschüttert durch
abgerungene Treue

In mir sind
Löcher
große und kleine
schmerzhafte
denn
ich liebte dich



Leben

Lebendigkeit durch
Deine Nähe
In der Ferne
Dein Leben
in meiner Nähe
der nahe Tod

Lieben
nur ein Buchstabe
Orakel der Germanen
Buchenstäbe als Hellseher
der Zukunft

Gefühle
fühlen wie Du in der Ferne
mir nah bist und
Deine Lebendigkeit mir
zur Liebe gerinnt,
die ich Seite für Seite
lese
Saite für Saite
in einer zarten Melodie
in mir wachsen spüre

Wirklichkeit

wahre lebendige Liebe
scheut keinen Tod
und wächst stetig
der Sonne entgegen,
die an einem orangen
Himmel, sternblau
scheint

sehnsüchtig

Coming out

Schlachtfeld von Gefühlstrümmern
die Explosion noch in allen Sinnen
graben sich die Splitter der zerschmetterten
Hoffnungen, Lügen, Wünsche, Träume, Illusionen
mit Hass und Wut vergiftet
ins Fleisch unserer Seelen

Schreie blinde Hilflosigkeit
stumme Betroffenheit des Schocks
der betäubende Schmerz
der Blutspur nicht geweinter Tränen

Langsamer Qualtod in Gefühlskälte
schaler Pestgeruch in Briefkuverts
mein Lebenswille ist stark

Ich bin so wie ich bin
und
Versöhnungsbereit



Désir (v. Magritte)

Sanftes Nachtblau, Kühle
die Endlichkeit nicht fürchten
Liebe erfüllend und wie diese Farbe
der Gedanke an die fernen Sterne.

Dich finden und verlieren
lieben und lügen
und die Ungewißheit fürchten

der Stern dort
glänzender Strahl
existiert vielleicht schon lange nicht mehr
Lichtband, Augenblick, Riß
ich glaube an Dich

da stehst Du

Träumst Du auch of
es ist schön
gemeinsam, nebeneinander
dort den Stern noch sehen



REIFER GEWORDEN

in mir der alte
ausgelassene Teil
 irre lebendig
auch in mir der kluge
bedenkende Teil
 logischerweise vernünftig
und auch in mir der
wertende einschränkende Teil
 übergewichtig begrenzt
Und reifer geworden bin ich
weil es Zeiten gibt
in denen ich genau spüre
daß ich nicht nur
im Bruchrechnen gut bin.





Erzählung | Kind

Weißt Du, ich möchte Dich festhalten, Dich an Deinen Händen, mich an Deinen Augen und Lippen und für grenzenlose Tage meine Zweifel vergessen können.

Wir sind doch so ungleich, dass die Schönheit der glitzernden Facetten ein wildes Farbenspiel in die Luft zeichnet; und doch ist diese Buntheit auch jener Feuerstrahl, der Dir und mir die Luft nimmt.

Und geben, weiß Du, nur zeitweise, aber doch immer erneut, und immer wieder Alles. Dabei Ganz zu bleiben ist die Kunst, deren Handwerk ich gerade lerne; nicht zersplittern, wie Glas sondern elastisch zu sein gegen die harte Fläche dieser Welt.

Spüren welchen Raub meine Erziehung an mir begangen hat, wie unschuldig und selbst beraubt mir die menschlichen Instrumente Wissen und Dinge gaben, mir aber auch viel Schönes genommen haben. Weißt Du, und ich habe mir, noch meiner Schätze unbewusst, auch viel nehmen lassen. Aber ich erkenne ihre Worte wieder, ihre Blicke, ihre Hände, wenn ich sie heute auf mich treffen spüre, um mich auszurauben.

Weißt Du, mein Kind, ich habe lange gebraucht, um Dich in Schutz nehmen zu können und ich kann Dir das jetzt sagen. Ich fühle mich frei, Dir dies alles sagen zu können, spreche zu Dir, halte Deine Hände, mit Blicken Deine Lippen und Augen fest: Dein Baum des Lebens kann jetzt seine Zweige und Äste ungestutzt in den Wind strecken.

Weißt Du, ich bin bei Dir und habe Dich lieb.

Solange Du lebst.



Großstadt

Straßenwüste bevölkerter Einsamkeit, über allem die Sommersonne, die ihre bleiträgen Strahlen auf feiste Eisesser gießt. Die Straßen erglühen unter der Reibung hektischer Unmenschlichkeit, Cafés der gierig saugenden Blickprostitution, ich fühle mich sicher wie die Stecknadel im Heuhaufen, daß keiner mich hier finden kann.

Und ich suche nach lebendigen Gesichtern in diesen großstadtgestählten Larven geschäftstüchtiger Unverbindlichkeit; wo sind die strahlenden Augen blitzender Neugier, "wer bin ich? - wer bist Du?", wo das erwiderte Schmunzellachen des Passentenflirts?

Sonnenuntergang mit hartgekanteter Silhouette, ich irre durch den sinntauben Lärm der blinkenden Neonbuntschrift; ich bin müde des Suchens, habe satt, mich mit dieser Pestluft fassadenhafter Falschheit zu verletzen.

Ich komme heim zu Dir, zu mir, fliehe in die ruhige Geborgenheit Deiner Umarmung, lasse mich auftauen durch Dein liebendes Lächeln, schüttle sie ab, diese ...



21.02.1986

Nach Hause kommen; merken wie die Einsamkeit wie eine große Woge über mir zusammenschlägt; meinen hungernden Augen ein Stück Schokolade in den Mund schieben. Ich nehme mir vor, zu den Menschen in die Kneipe zu gehen, sehe durchs Fenster bunte Pullover, die tratschenden Bundfaltenhosen leerer Gesichter. Es liegt an mir; ich gehe vorbei anstatt hinein. Ich sinne, weshalb mich immer das Gefühl des Sprunges in eine Arena wilder Raubtiere beschleicht in solchen Momenten. Ich bin eben nicht zum Dompteur geboren; genauso wenig wie zum Einzelgänger. Letzteres schaffe ich aber besser zu verkörpern. Kälte frisst sich an meinem Handgelenk aufwärts, herzwärts. Neben mir läuft geschäftig ein leeres Cellophanpapier sich eckenspringend überstürzend her: so offensichtlich. Der Wunsch nach Haut und Wärme flammt hoch, ich lass ihn aber in der Jacke stecken, wo ihn keiner sieht. Sehnte mich, Dich bei mir zu tragen, wie das gestochene Metall in meinem Ohr. Streife in mein Zimmer, die dicke Schutzhaut ab, und bin wieder wund dem langsamen Alleinsein ausgesetzt. Höre Heinz-Rudolf singen, lasse ihn brüllen statt mir. Ich träume mich an Meer und Strand, bin Vogelschwarm, Realität ist nur der Sand im Glas vom letzten Jahr

...



Eine Geschichte

Und nachts, wenn draußen der Nebel seine stumme Decke über alles Leben gehängt hat, strahlt ein einziges Licht durch die Scheiben golden auf den feuchtschwarzen Gehsteig. Alleine sitzt ein schreibender Mensch bei Kerzenlicht in einer warmen Stube und wacht an gegen die Müdigkeit, die ihn sanft gemahnt, es sei Zeit, Ruhe zu suchen für die Nacht.

Aber gerade nachts, wenn die See seine Wasser in bleischweres Dunkel gegossen hat, ist die Zeit, in der Träume lebendig werden können, und sich die Fantasieelfen freuen an der Ruhe und Freiheit, die Ihnen zuteil wird. Jetzt ist das Rattern der Pflichtmaschine, der Anforderungssäge und der Verstellungskulissen, die überall den Blick verwehren, vorbei und eben jenem lebendigen, weichen Klima der Vertrautheit gewichen, in dem Mensch-Sein auch Offenheit und Gefühlsausdruck bedeutet.

Jetzt sollt Ihr Euch ansehen, berühren, mitteilen, miteinander sein und gemeinsam in der Wärme einer Behausung ungeschützt Euch aufhalten. Jetzt ist es Zeit zu üben, was tagsüber unter dem Eifrigkeits- und Konkurrenzschutt verschüttet wird, und nur wenige vermögen: wirklich sie selbst sein, zu zeigen, wer Mensch ist und wie Mensch fühlt. Und solange ich, die anderen, viele Menschen sich nicht die Bedachtsamkeit und das Vermögen erwerben, viele Nächte ihres Lebens das zu üben, was für unsere Welt das Wichtigste ist, solange wird Ruß, Drohung und Pestgeruch uns weiterhin einander verderben.

Deshalb schreibe ich diese Geschichte auf. Ich will mich verpflichten, weiterhin gegen Müdigkeit und Lähmung an, das zu üben, was mir so bitter Not tut. Mich anschauen, damit ich andere sehen kann; mich fühlen, damit ich empfindsam bin; offen sein, um andere einzulassen; schmecken, um Schädliches auszuspucken; vor allem aber mich selbst lieben lernen, damit ich Liebe geben kann.



Standpauke

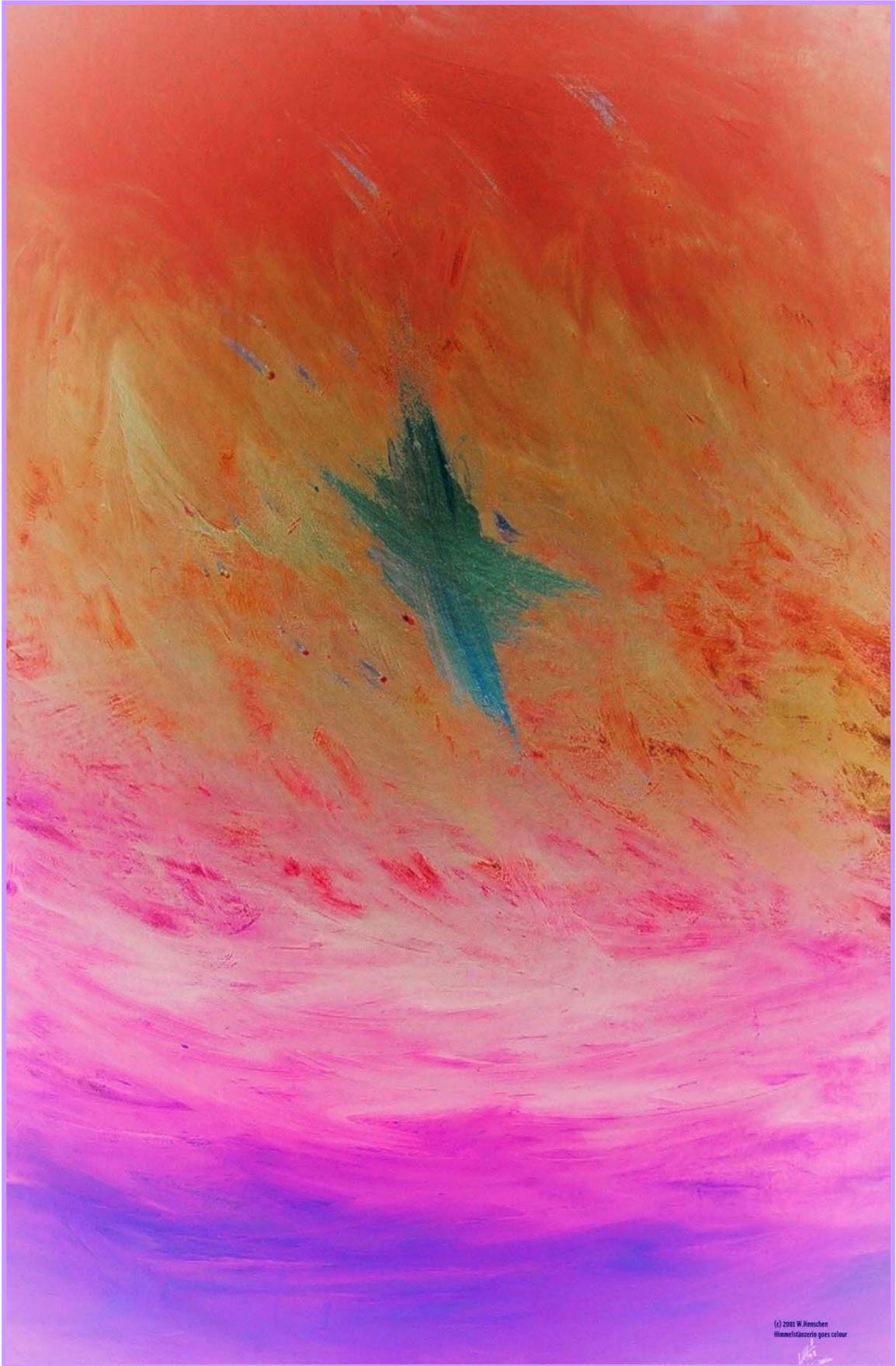
Was gibt Menschen das Recht, davon auszugehen,
Alter, Erfahrung, und Es-gut-meinen sei genug,
eine bereits eigenständige Person nicht ihr eigenes
Leben in die Hand nehmen zu lassen.

Kind, im Sinne von Abstammung, denn während ich das
hier niederschreibe, habe ich das Stadium des
Beschützt-sein-müssens oder Nicht-den-rechten-Weg-wissens
schon hinter mir gelassen. Der rechte Weg liegt doch in jedem
Selbst, in dem was er aus seinem Inneren zu machen in der
Lage ist; und er wird auch erkennen, wenn der Weg der falsche
gewesen ist. Er hat seinem Inneren dann nicht zugehört, als
er sich entschied.

Ich erwäge vieles, denke pausenlos,
reibe mich auf zwischen den Mühlsteinen von
Gedanken und Gefühlen:

ich bin reif genug, Sorgenfalten zu
bekommen.





"Einer Taube den Kopf umdrehen ..."

Die Zeit der Stille ist vorbei,
der Krieg mit den Gegebenheiten
hat längst begonnen

Schützengräben gibt es schon lange
Palisadenzäune
Tretminen in der Tarnung des Alltags

Die Zeit der Liebe ist angekommen,
sie muss sich beweisen jetzt
nach innen und nach außen.



Panne

Meine Gefühle stottern ohne Benzin
und es rüttelt mich
durcheinander
das reibungslose Verliebtsein
ist der holprigen Realität
gewichen
ich bin unentschlossen:
soll ich auftanken oder
die Straße wechseln?



Alphabet | zwei Buchstaben

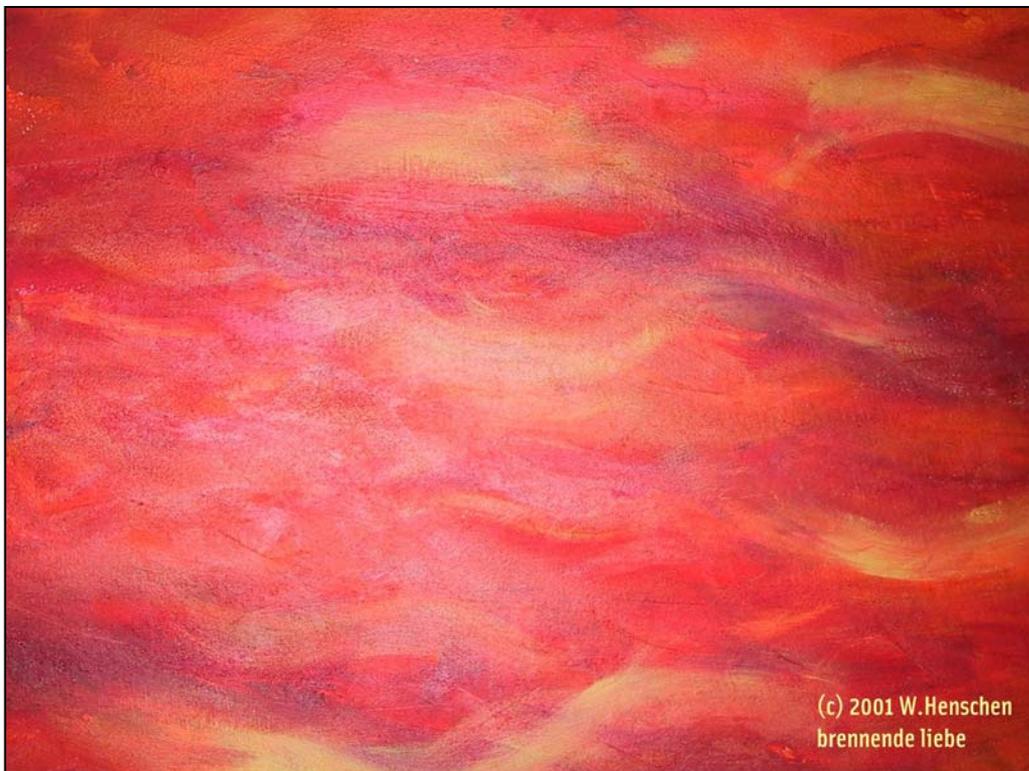
Anziehung
Beziehung
und da heißt es immer
wer A sagt, müsse auch B
sagen. So eine ...

Verzerrung.



Belehrung

bei mir geht's
drunter und drüber
sagst du
und erkennst nicht
daß es nur so ist
weil du drunter
nicht von drüber
unterscheiden kannst.



(c) 2001 W. Henschen
brennende liebe

Dein Sterben | Drei Möglichkeiten

Du stirbst,

langsam, quälend
schmerzvoll

für Dich und mich

trotzdem

verweigerst Du
Deine Wahrheit

fliehst Du vor dieser
Tatsache

die Dich längst
eingeholt hat

und deshalb kannst Du
nichts mehr ändern

an Deinem Schmerz

in meinem Schmerz

Trauer zu empfinden, zu
wissen, daß Dein Leben bald

von Deinem Körper

und Dir

Allein

leiblos

beendet sein wird.

Vergangenheit



Forderung

Will Dich halten
Nähe jetzt
später, sagst Du

Will Dich streicheln
durchs Telefon
Gefühle per Elektronik
sozusagen

und unsere Beziehung
auf Distanz
zerstört sich selbst

Vielleicht ist sie noch
nicht
automatisch
genug?



Frage an Dich

Kannst Du mir
verdammst nochmal
einen Grund nennen
weshalb

ich und Du
uns nicht
mehr an

Anerkennung unserer
Individualität
geben, uns zeigen
Wir mögen einander so
wie wir sind, oder so
wie wir werden, wie
wir wachsen

das wäre für mich
Menschlichkeit



All | ein |

Dein Zimmer
herrenlos
Dein Geruch

hinter einer Schranktür
tickt die Zeit
in verschiedenen Sprachen

Sekunde für Sekunde
minutenschwer
daneben die Medikamentenschachtel

Tränen in meinen
Augen
schließe ich die Tür
die Deine Zeit
in einer Schachtel
enthält

portionsweise
weiß-blau



Einsamkeit

Augenleer
Gesichtslos
Menschen

die Kaufautobahn
PS-strotzend
rauf und runter
laufen

Flucht vor
dem Selbst
den Anderen

leere Augen
lose Gesichter
keine Begegnung





(c) 2001 W.Henschen
strömung

Sabotage

im Körper tickt die Bombe
lautlos und unsichtbar
in Gedanken wächst
der Wahnsinn
Fantasien der Realität

scheinbar ist alles normal
leben auf Zeit
Leihgabe
geliehen, gegeben, genommen

ohne Wissen
Dich sehen, Dich halten,
mit Dir lachen und weinen
wann das Ende
anfängt

Wir sind mittendrin
Lüge

diese Krankheit konfrontiert
die Lüge, immer bei mir zu
sein
die Lüge, dass Liebe nie
aufhört
die Lüge, zu leben als sei's
nie endlich

ob es hilft zu lügen?
wem hilft's?
wie lange mag's wohl helfen?

jede Hilfe hier ist eine Lüge
noch!
bis jetzt!

Wahrheit



Die Kraft

haben, das zu tun, was
nötig ist und mein
Gefühl

Der Weg

ist klar, nur ihn gehen
ist ein beschwerliches
Unterfangen

Das Licht

sehen am Ende des
Abschieds und wissen
wie

Das Ziel

ist Liebe



Augen

Deine
schauen mich an
berühren mich
ihre Zartheit versprechen

Liebe

unsere
ein gemeinsamer Weg
Hand in Hand
und wenige Worte

Wärme

meine
für Dich zu empfinden
das unmöglich Geglaubte
und wissen es ist wahr.



Komplizenschaft

So stehe ich nun mitten
in meinem Geheimnis
mit seinem Geheimnis und
spüre wie die Trennung wächst.
Gedanken an ein Leben
ohne Dich schon jetzt, um
wieder mit mir zu leben, mich
in meinen ganzen Gefühlen
wieder zu finden.

Ich stehe mittendrin in diesem
Gefühl von Liebe, das ich so
lange nicht mehr empfand,
stehe neben einem anderen
Paar Augen, fühle mein
Glück und meine Verzweiflung
und hebe die Restauration
meiner Lebendigkeit aus dem
Grab von zwei Jahren.



Meer

das Licht und der Wind
der Sand und das Wasser
als pulsierender Wechsel
von Lebensnatur

leuchtend wiegen sich die
feuerroten Blüten im
dunkelgrünen Nest
und sind geborgen unter
dem himmelblauen
Dach unendlicher Be-
wegung

Wege sind gangbar:
der Wechsel von Geh-
Zeiten und der Ruhe
stiller Sammlung



Pause

Ich genieße diesen Zustand:

eine Mischung wie guter Kaffee aus verschiedenen Sorten und Anbaugebieten, wie der Sand am Strand mit seiner Vielfarbigkeit aus schwarz, beige, kupferfarben, hellgelb und ockerbraun. Es ist eine tiefe Ruhe eingekehrt, seit langem, seit 2 oder 3 Jahren wieder ein Gefühl, dass ich mich verlassen kann: ohne Anstrengung in eine Mitte pendeln und wissen, dass es meine ist. Ganz Sein ohne Ver-Rückung mich spüren in meinem Gefühl und meiner Situation anstatt auf andere zu achten und dort auf eine (Er-)Lösung zu hoffen.

Mich verlassen:

einerseits ein Stück Sicherheit haben in mir und andererseits auch dieser wohlthuende Abschied davon, mit mir fast dauernd beschäftigt zu sein, um klarzukommen. Verlassen, nicht als Wort für im-Stich-lassen oder Einsamkeit, sondern als Bild dafür, eine schützende Schale zu öffnen und hinauszugehen in eine Welt voller Dinge, voller Leben, voller Menschen und dort mich zu verknüpfen mit allem, was dort geschieht: Teil-Nehmen, Teil-Geben und für die Ausgewogenheit von Beiden Sorge zu tragen. Lassen: ich lasse es, mir den Kopf und mein Gefühl darüber zu zerbrechen, wie andere wohl ohne mich zurechtkommen: sie kommen zurecht. Jeder der gehen kann, kann seinen Weg gehen; jeder der atmet, kann sich verändern; zu gehen, zu wachsen, zu lassen: fürwahr die schwersten drei in diesem Leben. Dagegen steht die Erziehung zur Heimat, dem Standpunkt, dem Erwachsensein (so als wäre Entwicklung irgendwann an einem Ziel angekommen!), und zur Haltung, die es einzunehmen oder zu bewahren gilt, statt mit wachem Sinn wahrzunehmen, daß meine Lebendigkeit sich einen Weg sucht, wenn ich sie nur lasse. Ich will mich weniger anstrengen mit mir (und stattdessen Schönes haben) und für andere, und lieber fühlen, wie ich bin, wie andere sind, ob ich und sie gemeinsam eine Resonanz bilden. Du siehst nur mit dem Herzen gut, steht bei St. Exupéry, und der kleine Prinz als Sinnbild von Geben und Nehmen, Haben, Halten und Lassen. So zu leben ist das Ziel.



Projektion

"Du bist doch verliebt",
sagst Du, und mit einem Lächeln,
das ich gemein finde, fügst Du hinzu "und läufst in
den Dünen herum".

"Du hast wohl keine Lust
mehr", sagst Du, und ich soll mich wohl anstrengen,
was Du wohl meinst, wozu ich keine mehr habe.

"Dir ist es doch egal, ob ich
mit in diesem Urlaub bin", sagst Du, und wartest da-
rauf, dass ich etwas von mir sage - vergeblich.

Kurze Zeit später sehe ich Dich am Strand liegen
mit einer Bekanntschaft, Handtuch an Handtuch,
die Hände auf Tuchfühlung. Ich erinnere mich daran,
wie oft Du mir schon gesagt hast "ich liebe Dich", um
mich sicher zu halten, wie oft Du schon Lust hattest
auf andere und wie Du in Urlauben, wo die Liebe
noch mitfuhr, sie für Sex verraten hast.



Ich habe Lust auf Liebe, auf Ruhe, Erholung, auf
eine Perspektive, Lust auf Leben, das ehrlich sein
kann und statt Abhängigkeit Entwicklung bringt.

Ich habe keine Lust mehr, Gefühle wegzulügen, egal
welche, keine Lust mehr mich mit Widersprüchen
schwer zu machen, keine Lust mehr, meine Lust
zu verstecken.

Solange ein Gespräch aus Spiel, Ironie, Stacheln
und Vorwürfen wachsen soll, bleibt's eine Totgeburt.

Soviel sage ich Dir von mir!







Angst vor Wut

Wut auf meine Verlassenswünsche
kein Neid auf mein Verliebtsein
Angst um Dich allein, um mich
mit einem anderen
Liebe? wo
ist die?
Vielleicht
ist sie schon
länger fort,
als wir
beide je
dachten!
Wut weil
sie uns ver-
lassen hat, Neid
weil andere sie haben.
Angst sie könnte
nicht wiederkommen.



Gute Laune

singen mit der Sonne
der helle Ton
vor Freude auf
den Tag

Gute Laune

denken an Dich
Nähe wissen
auch wenn noch
Fremdheit ist

Gute Laune

Sonne trinken
Wind bewegen
und in Deinen
Augen versinken



Lebenswunde

Dein wunder Blick
Deine zärtlichen Hände
auf dem Katzenfell
die Angst in Deinem
Gesicht

Ich tu's nicht, um
Dir wehzutun
ich fühl's nicht, um
Dir etwas wegzunehmen

es ist wie es ist



Alphabet II | ein Buchstabe

Beziehung
Beachtung
Begleitung
Bewegung
Bedeutung
Beglückung

und so werden wir hin- und
hergezogen und gleiten achtlos
auf Umwege, deuten unser
Verständnis von Glück
anstatt

zu fühlen
zu tragen
zu schützen
zu gehen
zu sprechen
zu lieben





Erfahren, wie es ist frei zu sein:
jeman(n)den zu sehen, zu
mögen, zart zu sein, obwohl kein
Kennen die Basis bildet; einem
anderen den Vertrauensvor-
schuß des Menschseins geben
und zu spüren, dass dies alte
anerzogene Misstrauen ein
verstaubtes Relikt ist. Viel
an Verständigung und Verständ-
nis mit Anne und Ingrid, die
mir mit ihrem Frau-Sein zur Zeit
näher sind, als Michael, der
innen und außen weit weg ist.
Nicht Mann-Sein, Frau-Sein,
Schwul-Sein, Hetero-Sein
sind die entscheidenden
Faktoren, sondern, dass jede/r
zu seinem/Ihrem So-Sein
findet. Dann ist Maske, Lüge,
Angst und Spaltung unnötig,
denn das was IST, ist gut an
sich, weil es diese Basis von
Menschlichkeit berührt. Und
zur Zeit - in diesem Urlaub -
erlebe ich, wie zu einer
körperlichen, psychischen,
sozialen auch noch eine
seelische Geburt kommt.
Mit 35 mein erster Geburtstag
in dem empfundenen Bewusst-
sein von All-ein-s sein:
Teil eines Ganzen, aber auch
Ganzes in einem Selbst-
tragenden Sinn.

Selbst sein ist der Sinn.



Sich verlassen

Ich mache Dich einsam, weil ich mich nicht mehr einsam machen will. Und zugleich tut's mir leid, für Dich weh, fühle ich mit Dir. Ich fühle nicht mehr für Dich, nicht mehr stellvertretend, habe aber Gefühle für Dich, Du bist mir nicht egal.

Ich mache, was ich will, um zu spüren, wie das ist, wenn ich meinen Impulsen folge: meine Fehler, meine Umwege, meine Abwege, mein Weg: meine Autobahn, meine Landstraße, meine Rastplätze.

Ich spüre Deine Isolation, die Wand gegen mich, gegen Dich, gegen alle Gefühle.

Gefühle sind nicht Überlegungen, sind nicht Vorwürfe, sind nicht Abwertungen, sind nicht Verschlossenheiten, sind nicht "an" und "aus".

Gefühle sind dem Denken überlegen, sind immer einen Wurf voraus, sind ein unabhängiger Wert, sind der Schlüssel, sind einfach da, sie sind.

Ich spüre mein Tasten an

dieser Wand in Dir, in mir,
zwischen uns und hoffe
eine Tür oder ein Fenster
zu finden durch das/die
mein Gefühl Dir begegnen
kann.

Und je mehr ich mir dabei
begegne, durch mein Baum-
haus streife, hier eine Tür
und da ein Fenster mehr
öffne, desto mehr verliere
ich Dich dabei, weil Du
Dein Haus fast nicht mehr
verlässt.

Merkst Du, dass meine
Tür nicht nur zum Steine-
werfen offen steht?



Marktplatz
der Gefühle

alle preisen ihre Waren
dieser eine Kiste Gutausssehen
jener eine Tüte Witz
dieser die Lust im Blick
jener seine Lieblichkeit

aber
solange die Preise
im Vordergrund stehen
kaufe ich nichts

ich merke
meine Gefühle
haben ihren Platz



Nebel
in der kalten Luft
die kleinen Tröpfchen
die gefrieren und sich
absetzen: Natur mit
Zuckerguss. Das Watt
ist gefroren und knistert
unter dem Schritt der
Menschen, die Ebbe
leckt mit feuchter Zunge
an die Sandbank.

Die Welt im Dunst
verhangen und im Haus
brennt Licht, ist Wärme
und klarer Schein aus
dem Kamin in dem die
Scheite knistern:
Herz



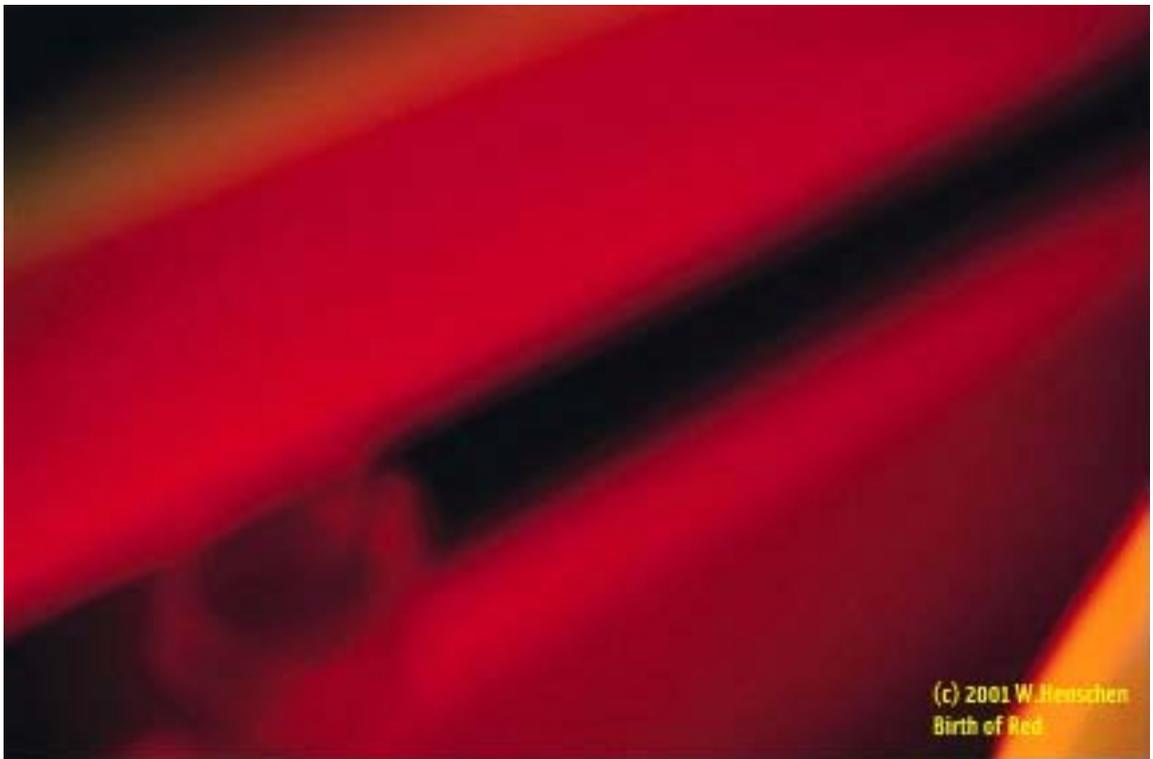
Strandgut

Treibgut der Gedanken
Gezeiten der Gefühle
Wind der Zeit
Beziehungswinter
Sandkörner von Bitterkeit
Glücksgefühl
Sterne von Sehnsucht
kaltes Herz

warmer Körper
Himmel der Erfüllung
Selbsthaß
Zuckerwatte der Illusion
Sommertrennung
Stille der Ewigkeit
Meer der Gedanken
Reise der Gefühle

Land in Sicht?





Tarotkarten

Veränderungen und die
Stärke sie zu vollziehen.
Unterbewusstsein und die
Fähigkeiten es zu nutzen.
Intuition und der
Glaube ihr zu glauben.
Wissen und die
Gewissheit zu entscheiden
Entscheidung und die
Sicherheit sie zu treffen.
Zukunft und die
Kraft ihrer Gegenwart.

Jeder Schritt ohne Karte.



Beziehungsblues

nicht gegeben
mir

Erlaubnis zu sein
Schutz
Wärme

nicht genommen
mir

Angst
Wut
Verbot zu spüren

genommen
mir

Lebendigkeit
Beweglichkeit
Gefühle

gegeben
mir

Nahrung
Dach
diesen klaren Kopf

was ihr mir nahmt, hole ich mir mit
was ihr gabt;
was ihr mir nicht gabt, hole ich mir mit
was ihr mir nicht genommen.



Selbst gestanden

Loslassen von dem Kind
damals: es brauchte Deinen
Schutz, Deine Liebe, Deine Ver-
teidigung, Deine Nahrung,
Deine Sorge, Deinen Blick
und Deine Hand.

Du hast ihm gute Wachstums-
bedingungen gegeben.

Begrüße diesen Mann heute:
er lebt mit diesem Kind von
damals und sorgt, wie Du früher,
dafür. Er wünscht sich Deine
Liebe, Deine Anerkennung, Deine
Begleitung, Dein Vertrauen in
seine Kraft und Fähigkeiten.



Moonlighting

Mitten in den Zeiten
tiefster Herzensrezession
brenne ich den
Schnaps meiner
Liebe gegen die Prohi-
Bition der Oberflächlichkeit

Nachts, heimlich.

Im Herz und im Kopf
die Trunkenheit
vom hochprozentigen
Ergebnis -
scheinbar so rein,
dass der Kater aus-
bleibt am Morgen
danach.





Schweigen

Schalgrau hängt Regen über dem Land
Wasser leckt kraftlos an der Deichsohle
Du liegst und schläfst Deine Seele gesund

In meinem Kopf wogen die Gedanken
In meiner Seele heult der Wind
Meine Gefühle sind Berg und Tal

Und der riesige Deich des Schweigens
trennt die Nähe von uns
und bricht nicht

11.08.94



Abrakadabra

Blumenzauber

Paketgewitter

Telefongefunkel

es könnte wie ein Edelstein sein...

... stattdessen

spüre ich Deine Angst

erlebe ich Deine Bedürftigkeit

wehre ich mich gegen die Einflußnahme

Ich kann nichts von dem was ist wegzaubern

Ich kann nichts von dem was nicht ist herzaubern

11.08.94



Gedichte gibt es manchmal...

Augen in die ich schaue, nicht um mich nur selbst zu sehen
Hände, die ich ergreife, nicht um nur Halt zu finden
Haut, die ich rieche und spüre, nicht nur um es warm zu haben
Gedanken, die wir tauschen, nicht nur um uns zu beschäftigen
Gefühle, die wir nur zeigen, um uns nicht ganz bloßzustellen

Deine Aufmerksamkeit mag ich
Deine Nähe ist mir angenehm
Deine Freiheit für mich nehme ich wahr
Deine Sehnsucht spüre ich
Deine Bereitschaft nehme ich ernst

Augen, die Dich anschauen, um Dich mehr zu entdecken
Hände, die Dich berühren, um Dir zu sagen ich bin auch da
Haut, die sich Dir zuwendet und wärmende Grenze respektiert
Gedanken, die zu Dir fliegen, um Dich einzuladen
Gefühle, die entstehen und eine Basis werden können



Raum

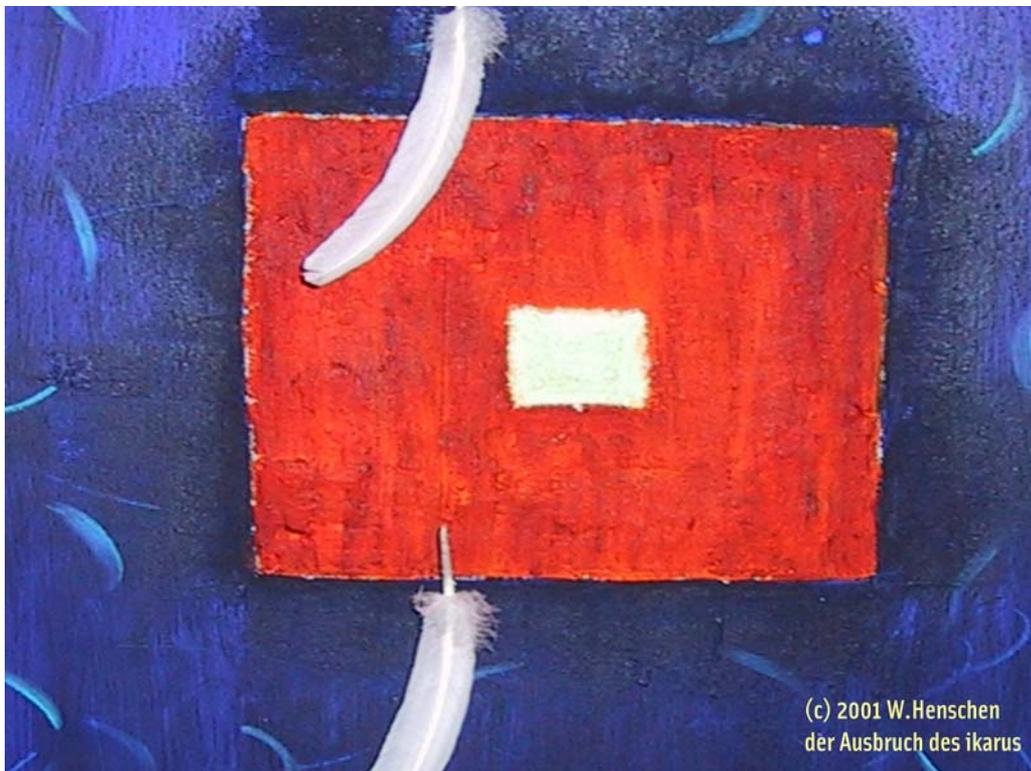
Das Leben ist ein weiter geräumiger Platz...
Menschen laufen aneinander vorbei und sehen sich nicht...
Die Luft ist klar und das Licht hell...
Sie sehen sich nicht...
Verstehst Du: weil sie sich nicht sehen, sich nicht, sehen
Sie einander eben auch nicht...
Sie begegnen sich als jene, die sie sich zu treffen
Wünschen und erschaffen dabei jene, die sie nie zu treffen
Wünschten...
Wünschen hat in diesen Zeiten noch nie geholfen...
Es ist an der Zeit, wahr und wirklich zu werden...
Nicht der Augensinn und nicht der Wunschunsinn sind
bedeutsam, sondern es geht darum zu fühlen, zu tasten, zu glauben



Rätsel 1

Er ist alt geworden – steht auf der Anhöhe seines gelebten Lebens, seine Haut ist verwittert und mutet an wie grauer Stein. Unzählige Stürme haben an ihm gezerrt, der Regen und die Kälte der milden und harten Winter haben seine Erscheinung gezeichnet: Denkmale: gelebte und ungelebte Sehnsüchte, zu seinen Füßen der gehäufte Sand der verronnenen Zeit, jedes Korn ein Gedanke, ein Gefühl, eine Liebe, ein Schmerz, verwitterte Hölzer aus den grünen Bäumen seiner Jugend, am strand die angetriebenen Ikonen anderer Existenzen, mittlerweile bleich wie riesige Knochen, ausgewaschen vom Wasser der Gezeiten, das sie von einer Küste des Lebens zu einer anderen trug. Seine Augen strahlen hell in die dunkle und rhythmische rauschende Nacht, sind Warnung, Mahnung und Fingerzeig in einem: Ruhepol und pulsierendes Lichtblut zugleich unter der finsternen Decke, punktiert von unsichtbaren Stichen mit kleinen und großen Nadeln. Er ist alt geworden und steht aufrecht: gerade und ungebrochen im Lebensrhythmus. Der Wellenschlag zählt gleich einem Metronom. Er atmet in seiner Zeit; sie ist ihm Eigentum geworden und er fürchtet sie nicht, da er in ihr und nicht gegen sie lebt. Epilog der Gegensätze: er eint und entzweit sie, schichtet sie unablässig aneinander und ist ihr Mittelpunkt. Er ist allein, er ist unabhängig, er steht dort: mitten im Leben und auch tot; überdauernder Monolith der Vergänglichkeit. Es war schön ihm zu begegnen, dort mitten auf der Halde der Zeit: Unendlichkeit im Inneren der Sanduhr. Sie läuft. Er steht. Ich entferne mich von beiden, zurück schrittweise in meine Lebenszeit. Ich danke Dir für diese Begegnung: Leuchtturm.





(c) 2001 W. Henschen
der Ausbruch des Ikarus

Mandala

- > Gleichnis für die Reise der Seele von den Randbereichen ins Zentrum der absoluten Wirklichkeit
- > Die konzentrischen Kreise stehen für die um den Mittelpunkt gelagerten Erde und Himmelswelten
- > Sie symbolisieren z. B. die Gesellschaft um den Thron des Königs, die Welt um den zentralen Berg, unseren Körper um den Punkt der Wirbelsäule



Rätsel 2

Sie steckte fest; mittendrin; plötzlich und mit allen fünf Fingern; körperlich unwohl war ihr und sie fühlte sich, neben der ihr so gewohnten Starre, unbeweglich. Hilfe heischend schaute sie hinüber: zu ihm; ach, grade, glatt und mit majestätischem Silberglanz glitt es über die edle weiße Porzellanfläche, die in aristokratischer Kühle den Gegenpol zu seiner Schärfe bildete. Sie dachte, ihm sei wohl, doch in Wahrheit: es haderte damit, immer nur zu trennen, oder zum Glätten missbraucht zu sein, so als sei es ein harmoniesüchtiger Ministrant eines metallenen Gottes, der aufgerufen war, sich alles antun und für alles benutzen zu lassen, nur um seinem Vorsatz zu dienen. Es fühlte sich kraftlos und müde und ständig unter Druck zu sein, um in gebotener Schärfe zu existieren, war beileibe für es nicht genug im Leben. Es beneidete sie: sie, die von jedermann verziehen bekam, dass sie spitz war, piekig und immer auf den Punkt; sie, die zielstrebig und in fester Reihe immer neuen Stoff bekam, um Kontakt und Neugier zu pflegen, die Reisen von toter Materie zu lebendiger Existenz unternahm, ihre Sehnsucht nach Transzendenz und Metamorphose nähren konnte. Und doch: in Unterschied und Ergänzung liegt ihre wahre Bestimmung: nur gemeinsam sind sie stark: ein Team, das zu halten und zu trennen weiß, das die rechte Menge bestimmen kann, das verbinden und strukturieren wird, was ungeformt und unzusammengehörig ist. Wie schön eigentlich, in solcher Gegensätzlichkeit ein Paar zu sein. Messer und Gabel.



Gleichnis> Die drei Siebe

Ganz aufgeregt kam ich zum weisen Sokrates gelaufen:

"Höre, Sokrates, das muss ich dir erzählen, wie dein Freund...."

"Halt ein!" unterbrach der weise Sokrates.

"Hast du das, was du mir sagen willst, durch die drei Siebe gesiebt?"

"Drei Siebe?" frage ich voll Verwunderung.

"Ja, drei Siebe. Das erste Sieb ist die Wahrheit.

Hast du alles geprüft, was du mir erzählen willst, ob es wahr ist?"

"Nein, ich hörte es erzählen und..."

"So, so. Aber sicher hast du es mit dem zweiten Sieb geprüft, es ist die Güte.

Ist, was du mir erzählen willst - wenn schon nicht als wahr erwiesen - so doch wenigstens gut?"

"Nein, das nicht, im Gegenteil..."

Da unterbrach der Weise: "Lass uns auch das dritte Sieb noch anwenden und fragen ob es notwendig ist, mir das zu erzählen, was dich so erregt."

"Notwendig nun gerade nicht."

"Also", der Weise lächelte mir zu, "wenn das, was du mir erzählen willst, weder wahr noch notwendig ist, so lass es begraben sein und belaste dich und mich nicht damit!"

Der Autor ist mir unbekannt



ein großes Mögen und ein großes Ängstlichsein

ein großes Mögen und ein großes Ängstlichsein begegneten sich im Wald. sagt das große Mögen "wissen sie, das leben ist doch schon ein verrückter platz; da glaubt man dass etwas nicht mehr wieder geschehen kann und plötzlich passiert es doch und wirft einen aus der bahn; aber ich freu mich drauf und kann es schön finden so....". das große Ängstlichsein schaut skeptisch und ein wenig ungläubig drein und meint dann, den kopf langsam hin und her wiegend: "ja, da mögen sie schon recht haben, aber mir geht doch nichts über meine Sicherheit; für sie habe ich ja so lange gekämpft, mit viel kraft und aufwand, und ich würde niemals wie sie, mich einfach so aus der bahn werfen lassen, sondern warten und schauen, abwägen und sichten, wiederum nochmals bedenken, bevor ich mich endgültig für oder gegen etwas entschiede". dem großen mögen missfiel dieser Standpunkt deutlich, das war zu sehen, und es sagte etwas gereizt: "ach, diese Polaritäten; was im leben ist denn schon eindeutig frage ich sie; geht es nicht darum, das leben zu verstehen, einzusehen, dass es Veränderungen gibt, mal kleine, mal ganz große, und dass das glück höchstens zwei drei mal vorbeikommt in einem leben und man weiß, das (!) ist es... unter uns es kommt bestimmt öfters vorbei, aber schließlich merkt man's ja nicht immer deutlich genug." das große Ängstlichsein war sprachlos vor so viel Dummheit, schüttelte angewidert den kopf, wurde ein bisschen rot um die Wangen, kratzte sich noch einmal am Kopf; dann blickte es auf seine Uhr, kramte seinen Einkaufszettel hervor, sagte kurz: "ja, ja, und auf wiedersehen" und wollte schnell gehen. das große Mögen, das schon lange verstanden hatte, was es ausgelöst hatte, blickte der großen Ängstlichkeit unverblümt und fast ein wenig frech in die grünen Augen und erwiderte: "sehen sie, genau das weiß man eben nie". so verlief diese Begegnung von der ich dir hier erzählt habe.



Schlusswort

„Aber es gibt nichts zu sagen. Das Leben ist doch keine Geschichte, die man erzählen könnte; es ist allenfalls eine Geschichte, die man selbst erleben kann. „wenn ich es aber mit meinen Augen nicht sehen kann?“ – „Man sieht nur das, was man auch versteht! Und man versteht nur das, was man auch liebt. Zuerst muss man sich hingeben, einlassen, dann erhält man dafür auch etwas zurück. Aber Du wartest immer nur, Du wartest, dass irgendetwas auf Dich zukommt... Du weißt nicht, worauf Du wartest; irgendein namenloses, unbestimmtes Glück, das Dir plötzlich zufallen und Dich ausfüllen soll... Da aber nichts von alleine auf Dich zukommt, verzweifelst Du. Deshalb wolltest Du sterben. Dabei war schon alles da... Du selbst musst lieben, Du selbst musst leben. Etwas vom Leben zu fordern heißt, es von sich selbst zu fordern“. Die Berührung mit diesem leidenschaftlichen Frieden hatte heilende Wirkung auf Sie.

Aus einem mir unbekanntem Buch von einer Freundin 1999



© 2001 Dipl.-Psych. Wolff Henschen

Der Autor

1957 ins Leben gekommen, weiß blaue Luft atmend und sicher mit obligatorischem Geschrei; ein bisschen davon erworben nach und nach in mein Erwachsenenleben hinein, wo sich bemerkbar machen nicht immer leicht, aber umso wichtiger ist. Schule in Bayern und Norddeutschland, Abitur und Zivildienst in Bayern, dann Studium der Psychologie in Newcastle-upon-Tyne und in Konstanz am Bodensee; seit 1987 in freier Praxis tätig und in verschiedenen Institutionen der Erwachsenenbildung; langjährige Tätigkeit im Mehrfachbehindertenbereich der Rehabilitation und im Leitungsteam einer Werkstatt für Behinderte. Ausbildungen in Gestalttherapie und tiefenpsychologisch-fundierter Psychotherapie in Berlin; Supervisorenausbildung, dreijährig in Hannover; Lehrsupervisor EAS; Fortbildungen in Transaktionsanalyse, Systemtherapie, Neurolinguistischem Programmieren, Verhaltenstherapie und autogenem Training; Kassenzulassung und Tätigkeit in der Gesundheitsversorgung BRD; Anerkennung des National Health Service GB als Chartered Clinical Psychologist (BPSoc). Mich beschäftigen Fragen, Menschen, Perspektiven und die Auseinandersetzung mit Autoritäten und Macht, Geschlechtsrollen und ihre Infragestellung, ich bin parteilich für Schwächere und wünsche mir eine angstfreie Begegnung von Menschen; der Weg ist das Ziel...