

Sonja Pistracher



UNSER LEBEN
ein Wimpernschlag

Gedanken um Augenblicke im Jahresreigen

Illustrationen Katja Berndt



Autorin: Sonja Pistracher
Unser Leben - ein Wimpernschlag
Gedanken um Augenblicke im Jahresreigen
Coverdesign: Katja Berndt
2019
ISBN: 978-9-4634-2048-8
© Sonja Pistracher

Nachdruck und Vervielfältigung jeder Art, auch auf Bild-, Ton-, Daten- und anderen Trägern, insbesondere Fotokopien, sind (außer zum privaten Gebrauch unter Angabe der Autorin) kommerziell nur nach Absprache mit der Autorin erlaubt und möglich.

INHALTSVERZEICHNIS

Cover

Impressum

Einleitung

Ein Moment gleich einem Wimpernschlag

Zwiesgespräch

Spüre dich

MOMENTE - Ich bin

Traurigkeit

Leid

Gute Gedanken

Glück

Seele

Traum

Hoffnung

Bitterkeit

Gefühle

Tun

Wut

Ekel

Geben

Neid

Verzeihen

Vertrauen

Besserwisserei

JÄNNER - ich lebe
Jänner

Gut, dass ich ein Baum (1)

Der Winter

Wie wird a Schneemann zum Schneemann?

Frostiger Winterspuk

Die Weisen

Krähen und Raben

Bauernregeln für den Jänner

FEBRUAR - Ich wachse
Februar

Fröhlichkeit

Kleine Glücksmomente

Maskerade

Valentinstag

Freiheit

Lebensfreude - Übermut

Lostag Valentinstag

Kälte

Maria Lichtmess

Bauernregeln für den Februar

MÄRZ - ich erblühe

März

Fasten

Auch das geht vorbei

Wach sein wider Willen

Spür den Duft, der dich ruft!

Hier bin ich

Erkennen, entfalten, vertrauen

Tag- und Nachtgleiche

Mein Traum

Bauernregeln für den März

Bauernregel zum Frühlingsanfang

APRIL - Ich erwache

April

Der Osterhase

Hin- und hergerissen sein

Aprilscherz

Frühlingsdüfte

Himmelhoch jauchzend, zu Tode betrübt

Frühlingserwachen

Das immer wiederkehrende Wunder der Natur

Der Frosch in Nachbars Garten

Bauernregel für den April

Ich bin ein Baum (2)

MAI - Ich liebe

Mai

*Der Liebe wegen
Weil ich dir so verbunden bin
Mit dir
Mütterg'schichten
Alles neu macht der Mai
Der Maibaum
Heiratswillige vor
Geborgenheit
Liebe bedingt auch den Schmerz
Ich hab geträumt....
Ein Leben mit dir
Maikäfer
Ein Liebesbrief
Dies....
und Jenes
Bauernregel für den Mai*

JUNI - Ich genieße
Juni

*Vatertag - Gedanken an meinen "Papa"
Es beginnt
Kindermund (Leonie mit 2 ½ Jahren)
"Ich sage DU"
"Oma, bitte Auto foahr'n"
Dschungelbär
Mein erster Abschlag*

Junikäfer

Ameisengleich

Bauernregel Juni

Ich bin vernetzt

JULI - Ich erlebe

Juli

Schulschluss

Neue Freundschaften

Wenn der Platz an der Sonne besetzt ist....

Die perfekte Welle

Gartenplauderei

Die zweite Hälfte

Bauernregeln für den Juli

AUGUST - Ich entspanne

August

Freundschaft "Für Marianne"

Im Krankenhaus

Freundschaft "Für Brigitte"

Mitgefühl

Lebensfreude im August

Grenzenlos frei

Statt Urlaub ins Krankenhaus?

Freundschaft "Für Sylvia"

Erntezeit

Kurzbeschreibung August

SEPTEMBER - Ich ernte
September

Wehmut

Nüsse und Kastanien

Weinlese

Obst

Herbstanfang

Wanderehrgeiz

Septembergefühl

Schulanfang

OKTOBER - Ich lasse los
Oktober

Der Stein im Schuh

Sei ein Baum (3)

Pension - Rente - Freiheit

Streit und Versöhnung

Zurück in die Kindheit

Mein Zuhause

Heimat

In Weimar

Dresden mit Freunden

Welttierschutztag

Herbst

Igel & Co

NOVEMBER - Ich leide
November

Es gibt Tage

Trauergedanken - Anteilnahme

Frieden

Frieden kontra Krieg

Gute-Nacht-Zeilen für meine Enkelkinder

A graues Hoar

Totenstille

Depression

Besitzanspruch

Verzeih?

Altern, doch immer jung

21. Nov. - Tag des Gebens

Weil ich ein guter Mensch ja bin

Älter werden, begleitet von Demenz

Der Spätherbst

DEZEMBER - Ich glaube

Dezember

Unser Christkind

Es war da - in der Nacht davor

Was uns die Krippe sagt

Familientage

Ich war ein Baum (4)

Weihnacht, hab ´ Dank!

Silvester

Nimm diese Gedanken ins neue Jahr mit

***Gedanken
Glück ist das Lächeln der Seele***

Danke

Einleitung

Es geht mir um Momente, die sich aneinander reihen und ein Jahr ergeben.

Aber auch ein Leben, das dem Jahr gleichgesetzt ist. Anhand der, unseren Vorstellungen klar zugänglichen Monatseinteilungen innerhalb eines Jahres, lassen sich diese Momente aneinander reihen. Ich wollte sie sichtbar machen. Darum habe ich unter jede Überschrift des Monats auch einen Hinweis gestellt. Allerdings nur zwei, maximal drei Worte, um auch das Leben einfließen zu lassen. Das Jahr mit all seinen Facetten, den festgelegten Bräuchen, den immer wiederkehrenden Vorgängen in der Natur, den Fixpunkten und den daraus resultierenden Zusammenhängen, soll das Gefühl erlebbar machen, sich wiederzufinden. Aber es soll auch aufzeigen, was wir überzeichnen, wo wir an uns arbeiten müssen und welche Rätsel es zu lösen gibt. Der Bezug auf ein ganzes Leben, reduziert auf nur ein Jahr, ist der Ursprung des Moments, dem wir täglich begegnen. Das zu vermitteln habe ich als meine Aufgabe in diesem Buch gesehen. Mit Worten, die man versteht, mit Vergleichen, in denen man sich entdeckt und in Gedanken, die wachrütteln sollen, um dem Gleichklang des Ablaufs zu entkommen.

Das Buch wird dadurch auch mit offenem Auge durch die Monate führen. Bei genauer Betrachtung erkennt man in einem Auge eine Generation. Wobei dieses Auge ab Juli darzu übergeht, mit römischen Zahlen das Vergängliche unserer Lebenszeit darzustellen.

Da ich mich seit meiner Kindheit mit Goethe auseinandersetze und seine Reimformen und den Ausdruck, der durch diesen periodischen Ablauf von in sich immer wiederkehrenden und unterbrochenen Kreuzreimen zu

faszinierenden Erzählungen, Dramen und Geschichten geführt hat, liebe, war mein ganzes Denken oft so beeinflusst, dass es nur eine Sprache für dieses Buch geben konnte: Lyrik – auf meine Art.

Lass dich überraschen und tauche ein in die Welt der Momente.

Ein Moment gleich einem Wimpernschlag

Es ist der Moment,
der erkennt,
dass er vorbei
ohne "verzeih"
und kehrt nicht wieder,
sondern müder
wird der nächste Schritt,
der an seine Stelle tritt.

Ein guter Moment,
der nennt
dir die Sterne,
sagt: "Lerne
aus mir,
denn was dafür
ich dir gebe,
erhebe
sich über dein Tun,
verlässt dich im Ruh'n".

Ein schlechter Moment,
der überrennt
dich mit allen Sinnen
binnen
dem spürbaren
und wahren
Augenblick
in einem Stück
und lässt zurück
in dir finden
ein warnend Empfinden.

Beunruhigt bist du fortan,
wo voller Elan
gerade dein Denken war
und starr
bist du bewegt,
wenn sich legt
die Schwere
und Leere
auf dein Gemüt,
die dich hinunterzieht.

Doch ist es so leicht
erreicht,
dass nur ein Wort
zieht fort
dies Empfinden,
das ohne zu ergründen
sich dem Augenblick ergibt,
wenn der nächste Moment
dich wieder liebt.

Zwiegespräch

Es macht mir Sorgen,
wenn ich lese
deine These
fast bizarr
vom fix verwobenen Jahr,
da wird mir schlecht.

In echt?

So wenig Zeit

Tut mir leid

Sodass nur verweilt
dazwischen gekeilt
mein Tun
darf ruh'n.

Gut erkannt,
bleib entspannt,
sei gescheit,
nutz die Zeit!

Aber nur aktiv
ist attraktiv
und ich mag kein Leben,
das so vorgegeben.

Aha, keine Faschingszeit
oder dass es mal schneit,
kein Feiertag,
versteh ich die Klag?

Ich fühl mich getrieben,
wenn festgeschrieben
das ganze Jahr
und die Tage starr.

War das nicht immer so
Und du warst dabei froh,
nur weil ich´s gesagt,
ist die These gewagt?

Du hast aufgedeckt,
und mich erschreckt,
was ich geahnt,
dass so viel verplant,
und so viel Zeit verronnen,
schon bevor das neue Jahr
begonnen.

Fasching, Ostern, Feiertage
Urlaub, Bräuche, Familientage,
Wetterabhängigkeiten
bereiten dir Angst,
du schwankst
zu deiner Pein
zwischen Wollen und Sein
oder verkenne ich dich?

Was fragst du mich?
Es ist der Frust
an der Lust
der mich zweifeln lässt
zu tun, was ich will
ohne Drill,
ohne Vorgabe des Tages,
ich mag es

nur zu leben
und selbst anzustreben
den Ablauf
ich hau den Hut drauf.

Bräuche geben uns Halt,
weil sie dergestalt
uns führen,
um nicht zu verlieren
den Rhythmus vom Jahr
und mir ist klar,
dass bewusst
wir glauben und tun
ohne auszuruhen,
selbstbestimmt zu sein,
doch ist es
tatsächlich eine Tristesse,
dass so viele Momente
eine latente
Vorgabe sind?

Doch das sind lind
gesagt
und angeklagt
zu viele Vorgaben -
Jahreszeit und Brauchtum,
ein zu großes Spektrum,
die das Jahr beschreibt,
dass viel zu wenig für mich
bleibt.

Eine Frage:
Wer stopft die Tage zu,
bist das nicht du,
Terminkalender übervoll,
vollgebucht ist jeder Zoll,

gejagt, getrieben,
Arbeit mit Erreichbarkeit
am Tag, des nachts, zu jeder Zeit,
Familie muss warten,
das sind deine Karten.
Und wenn ich dir dann sage,
zum Glück gibt's Feiertage,
die beenden deine Hast,
empfinde sie nicht als Last,
gut, wenn das Jahr durchbrochen
mit Tagen und auch Wochen,
die du dann nicht verplanst,
weil sie vorgegeben
für dein Leben.

Du meinst wohl, dass du recht
bekämst,
wenn ich derart ausgebremst?

Du glücklicher wohl wärst,
bevor du dich beschwerst,
und sind sie sicher nicht
für jeden eine Pflicht
sondern kleine Helfer
der Gemeinsamkeit,
drum sei gescheit
und sei weiser,
tritt einfach leiser.
Denn ist das Jahr vorbei
hilft keine Quengelei.

Ist gut, ich hab's kapiert,
auch wenn ich garantiert
nicht jeden Brauch mitlebe,
so strebe
ich als Ziel nur an,

dass dann und wann
ich es genieße,
wenn meine Füße
barfuß und entspannt
völlig unerkant
auf leisen Sohlen,
sich ihre Freiheit holen
und sie im Jahr,
das meinem Leben gleicht,
völlig planlos unerreich
den Wert der Zeit erkennen
und ihn beim Namen nennen.

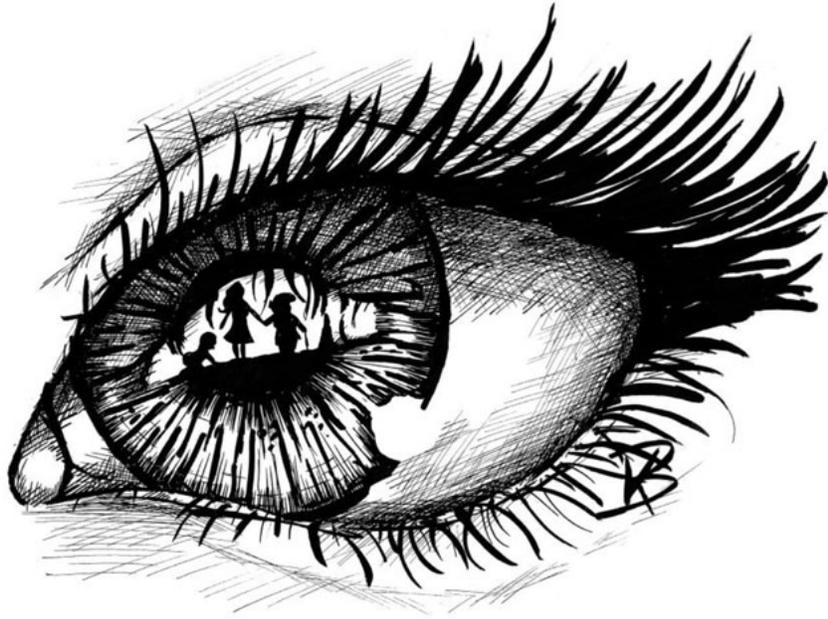
Spüre dich

Lass lächeln dein Gesicht
und nicht
wie so oft
unverhofft
dieses Runzeln
der Stirn,
nicht erzürn,
lass bloß
etwas los.

Du bist,
was ist
in deiner Seele,
darum wähle
die Liebe,
lass trübe
Tage und
jede Klage
nicht widerhallen,
sondern fallen
ins Leere,
gewähre
dem Glück
ein Stück
deiner Sonne,
um voll Wonne
zu erleben
ein Geben,
ein Nehmen
von Träumen,
die überschäumen

und im Licht,
das hell und dicht
sich erbricht,
beginnen zu atmen,
sich erstrecken,
nicht mehr verstecken,
vereinen und keimen
im Frieden der Welt,
sodass sich gesellt
die Freude dazu
und zur Ruh
sich begibt,
weil jeder jeden liebt.

Es liegt an dir
und an mir,
an der Sehnsucht,
die mit Wucht
und Eifer findet
und kündigt
an eine Zeit,
ohne Streit,
ohne Zank
Gott sei Dank!



MOMENTE

Ich bin

Traurigkeit

Wenn scheint,
dass verweint
vorn über gebeugt
du dich fühlst
und wühlst
in Gedanken,
die alles umranken,
dann spüre in dich hinein -
du fühlst dich klein
und wer dich kennt
auch nicht magenresistent,
Schmerz potenziert mit Kälte
kroch in dich hinein,
als sich Traurigkeit einstellte.

Gelebtes Empfinden
will finden
den Fluchtweg heraus -
Applaus der Stille,
dem dein Wille
sich nicht ebenbürtig erweist,
weil er "hilflos" verweist
auf den Schmerz,
der sich krümmt
und dir die Luft zum Atmen nimmt,
ein dunkles Kleid
voll Bitterkeit,
trägt dein Leid.

Gute Gedanken

Ein guter Tag ist wohl daran zu erkennen,
wenn Gedanken ihm nachhängen
und ein Lächeln sich einstellt,
das den Abend dir erhellt,
wenn man nachdenkt, was so war,
war vieles richtig und ganz klar,
es erscheint beim näheren Betrachten,
dass die Momente näherbrachten
dir das Leben – eben.
Dieser Tag, er hatte Sinn,
wofür ich dankbar bin.

Einen Zauber gespürt,
Sterne kreierte,
tief eingeatmet,
abgewartet,
ein Empfinden
in dir zu finden,
das dich belebt,
die Stimmung hebt
voll Kraft und Ruh,
die Augen zu,
komm erzähle,
Glück ist das Lächeln der Seele.

Eine Seele,
die weint
ist vereint
mit tiefer Traurigkeit,
die in sich spürt,
dass sie das Glück verliert.
Eine Seele,
die lacht
erwacht
und will sacht anstreben
ein glückliches Leben.

Traum

Ach Traum,
den ich geträumt
und kaum
durchlebt mit Bangen,
sei nicht versäumt,
lass mich zu dir gelangen.

Hoffnung

Manchmal erahne ich
den Hintergrund,
um in derselben Stund'
ihn zu verdammen,
weil viel zu wund
mein Herz,
aus dem die Hoffnung
und die Wünsche stammen.