

### **Allein – endlich**

Ich kann meinen Gedanken nachgehen ...  
muß mich nicht mehr rechtfertigen

für einen zu starken Atemzug,  
für einen zu schwachen Atemzug,  
für einen zu lauten Atemzug,  
für einen zu leisen Atemzug;

für zu viele Tränen,  
für zu wenige Tränen;  
für zu heftiges Lachen,  
für zu albernes Lachen;

für mein Schreien,  
für mein Schweigen,

für mein Sein, so wie ich bin.

Und so bin ich!

Ich kann atmen, weinen, lachen, schreien, schweigen.

### **Standortsuche / Standpunktsuche**

zerrissen – gerissen  
zerfahren – erfahren  
naiv – kreativ  
realistisch – idealistisch  
pessimistisch – optimistisch  
destruktiv – konstruktiv  
labil – stabil

alles oder nichts  
nichts oder alles

Gegensätze in sich vereinen

Ich springe –  
mache Gedankensprünge  
hierhin, dahin, dorthin –  
denke nichts zu Ende –  
geht denn das überhaupt?

Warum setze ich meinen Gedanken oft selbst ein Ende?  
Das muß Gründe haben.  
Ich habe Angst vor der Konsequenz der Gedanken.

Ich springe –  
nicht nur in Gedanken  
ich springe auch in meinem Tun:  
tue dies, tue das, tue jenes  
tue nichts zu Ende  
in meinem Handeln fehlt die Konsequenz.

Ich mache auch Seitensprünge:  
mal hierhin, mal dorthin.  
Ohne an die Konsequenzen zu denken.

Sprünge sind ja auch schnell.  
Man kann kaum dabei denken,  
so schnell sind sie vorbei.

Warum gefällt mir das?  
Warum liebe ich das Springen?  
Spring heißt Frühling auf Englisch...

Ich mache auch Luftsprünge.  
Mal darum, mal deshalb.  
In die Luft, ohne Halt –  
ohne Konsequenz  
nur so.

Was mir noch fehlt ist ein Todessprung.  
Wohl wegen der Konsequenz.

### lieben – Liebe

Ich liebe meine Kinder  
ich liebe einen Mann  
ich liebe mein Haus  
ich liebe meinen Garten  
ich liebe meinen Hund  
ich liebe mein Auto  
ich liebe meine Waschmaschine  
ich liebe meine Gitarre  
ich liebe meine Kleider  
ich liebe meine Bücher  
ich liebe meinen Schmuck

Was ist Liebe?

Besitz?

Ich liebe meine Träume  
ich liebe meine Gedanken  
ich liebe meine Gefühle  
ich liebe meine Hoffnungen  
ich liebe meine Wünsche

ich liebe die Sonne, den Mond  
die Erde, das Wasser, den Sand ...

Was ist Liebe?

### **Depression**

Kloß im Hals  
Leere im Bauch  
Schwindel im Kopf  
Nebel vor den Augen  
Zittern in den Beinen  
Kälte der Hände  
Starre in den Augen

Alles Umschreibung für Todesgefühl –  
todähnliches Empfinden

### **Mein Schreibbuch**

in das ich mich flüchte,  
wenn meine Gedanken  
nicht mehr weiter wissen,  
nicht mehr weiterkönnen,  
wenn ich sie festhalten will,  
schreibe ich,  
um Klarheit zu bekommen,  
den Nebel zu zerschreiben,  
mich schreibend zu finden  
schreiend.

### **Schlußstrich**

Worunter?  
Schluß  
schließen  
beschließen  
abschließen  
verrschließen

Ende  
beenden  
vollenden  
verenden