

### III. Natur – Erleben

Morgens abends nachts

Morgens höre ich dem beginnenden Tag zu.  
Aus der Stille vernehme ich in einem Moment Vogelgezwitscher,  
und spüre: Du bist da, das Leben begegnet mir jeden Tag neu,  
es holt mich ab, mit ihm zu gehen. Das Gezwitscher ist das Zeichen:  
Lebe diesen einen Tag, das ist genug.  
Morgen kommt von selbst.

Abends spüre ich den zu Ende gehenden Tag.  
Ich erinnere mich an alles, was war,  
versuche es innerlich zu ordnen.  
So kehrt die Ruhe ein,  
auch wenn ich manchmal unruhig bin.

Nachts fehlt manchmal der Schlaf,  
Gedanken erfüllen den inneren Raum.  
Dort dürfen sie sein, bis sie sich auflösen.  
Der Schlaf befreit und führt mich wieder sicher  
zum morgendlichen Vogelkonzert.

*Dagmar Spiegel*

---

Wildbirnenbaum

Kinderfriede  
spürbar in mir  
spannenlanger Hansel  
mit nudeldicker Dirn  
selbstvergessen wild  
unbegrenzter Raum  
Rascheln im Wind  
kleine harte Früchte  
naturegeborgen im hohen Gras  
Kinderglück  
All-eins-Sein  
Schaukeln zwischen den Bäumen  
weiches Licht  
Streifzüge jenseits von  
Beton und Asphalt  
urversunken in Natur  
Wespengesirr  
Bienenesumm

Erntezeitwärme  
birnbaumglücklich!

*Martina Kallrath*

---

Ihr Seelenkleid

voller Kontraste  
ist dünn  
so dass sie beinahe friert.  
Und dennoch  
Es passt ihr  
ist nicht zu groß  
nicht zu klein  
Vielleicht braucht sie noch eine Mütze  
und einen Schal  
für die ganz kalten Tage.  
Doch jetzt ist Sommer  
und wenn sie will  
bleibt er sogar

*Mareike Rautenbach*

---

Oktober

Wunsch, den Herbst voller Farben  
hüpfend zu durchwandern  
dem Wald entgegen  
Streicheln und Zausen des Windes  
beschwingt das Gesicht den Strahlen entgegenstrecken  
zerrissenes Herz  
voller Liebe umarmt

Sende Dir alle Rot-, Gelb- und Grüntöne des Herbstwaldes  
den Duft der Maronenröhrlinge  
Sonnenstrahlen  
welche Leib und Seele erwärmen  
das Zwitschern der Vögel  
sanftes grünes Licht  
den Waldboden fester Grund  
Schwung gebend Deinen Schritten

Alle Sinne Dir entgegengestreckt  
dem Leben

in Liebe

*Angelika G.*

---

Herbst

Im Herbst zeigt sich die Natur noch einmal von ihrer schönsten Seite, bevor sie zu Mutter Erde zurückgeht. Ich möchte das Leben auch noch einmal in den schönsten Farben sehen, bevor meine Zeit zu Ende ist.

Durch Schauen auf den Grund meiner Seele verstehe ich und verstehe auch nicht. Sehe ich die Enge und erahne die Weite. Die Enge zeigt mir, dass ich meine Grenzen nicht überschreiten soll und dennoch eine Freidenkerin bleiben will. Dann erwacht die Königin und wilde Frau in mir, die gefühlsmäßig und intuitiv handelt. Dadurch verarmen die Lebensgefühle nicht, es können wieder Glücksklee und Sonnenblumen sprießen.

*Andrea Schumacher*

---

Licht

Ich sehne mich nach Licht und setze mich immer so, dass ich aus dem Fenster schauen kann. Ich freue mich, wenn die Bäume und Blumen im Licht leuchten. Ich freue mich, wenn ich nach einiger Zeit der Dunkelheit wieder Licht am Ende des Tunnels sehe. Ich sitze gerne im Schatten und schaue ins Licht. Wenn die Vielfalt an Bäumen und Pflanzen im Licht leuchtet, habe ich das besonders gern.

Auf der Arbeit sitze ich immer so, dass ich aus dem Fenster in die Natur schaue. Die Fenster auf der Arbeit sind mit Sonnen und Schmetterlingen geschmückt. Dahinter sieht man draußen die Vielfalt der Bäume. Das ist ein besonders schönes und liebevolles Bild, an dem ich meine Freude habe. Da macht die Arbeit gleich viel mehr Spaß.

Ich freue mich an einem schönen Anblick, der in der Sonne leuchtet, sitze aber lieber im Schatten und schaue ins Licht.

Konrad Folkmann

---

Segen

Sonne  
durchdringendes Licht  
tief bis in die vergangene Zeit  
wo alles im Keim schlief.

Himmel  
wieder blau  
Wolken, schüchtern und scheu  
weiß zitterndes Reh



Das Meer  
hellblau, dunkelblau  
dass seine verborgenen Schätze  
ans Ufer spült  
und dir schenkt.

Reichtum  
in Fülle und Vielfalt.  
Die unsichtbaren Reichtümer  
die nicht Gesehenen  
die nicht Beachteten  
die am Rande Erschienenen  
die Vergessenen!

*Kamran Djahangiri*

