



## Von der Unruh' und der Weisheit

Wie hab ich meine Kraft missbraucht  
und weggetrunken, weggeraucht  
und weggegessen, fortbewegt,  
was immer sich im Innern regt?

Den Kopf beladen, rumgedacht,  
mit Unterhaltung weggemacht  
und mit Beschäftigung verdeckt,  
was Stille an Gefühlen weckt?

Den Geist betäubt, das Herz verdrängt  
und in der Tiefe eingeeengt?

Die eig'ne Taubheit zelebriert  
und so die Seele ignoriert?

Was ist's, wohin die Seele führt,  
die ewiglich so abgeschnürt?

Was ist's nur, was das Herz wohl braucht,  
nachdem es stetig zugestaucht?

Den äuß'ren Lärm ge'n Stille tauschen  
und in das inn're Lärmen lauschen,  
das ist es wohl, das Frieden bringt,  
denn nur Gehörtes hier verklingt.

D'rum will ich meine Unruh'n nehmen,  
verdrängte Trauer, Zorn und Sehnen  
und tiefe Schuld und Furcht und Scham,  
das alles breche sich nun Bahn.

Einjede Form von inn'rem Leiden  
will ich nicht noch länger meiden  
und lasse sie ans Tageslicht,  
und dennoch folge ich ihr nicht.

Was immer die Gefühle weisen,  
die da schreiend nun entgleisen,  
sei mir gewahr doch nicht Gebot.

Nichts Weises spricht aus lauter Not.

D'rum lasse ich all ihre Fragen,  
wenngleich sie mich auch schmerzhaft plagen,  
wohl gänzlich ohne Antwort zieh'n,  
solange diese wär' geschrie'n.

Doch wenn der Lärm genug beehrt  
und inn'rer Gleichklang wiederkehrt,  
in dem noch Leid und Leere schwingen  
jedoch nicht mehr um Antwort ringen,  
dann weiß ich: ich bin nah bei mir  
und steh' in meiner Seelentür.

Verweil' ich hier, gewahr, verbunden,  
ist manche Antwort bald gefunden.

Denn inn're Weisheit findet sich  
im Spüren, still und inniglich.

Sie stellt sich nie auf lauten Thron.

Die Seele spricht im Flüsterton.

Und zukünftig will ich verzichten  
auf ständiges Gefühlsvernichten  
und selbsterspürend täglich preisen  
jenen innerlichen Weisen,

der tief in meiner Unruh' lebt,  
wenn sie gehört und ausgebebt.

[Arno Hohensee.de](http://Arno.Hohensee.de)