

# *Mensch in neuer Neuzeit*

*Mensch in neuer Neuzeit*

*Deutsche Gedichte*

2020 – 2021

*Monika M. Joras*



## *Vorwort*

Am 14. Juli 2010 habe ich das erste holländische Gedicht-Bündel präsentiert „Mens en adem“ („Mensch und Atem“).

Meine Freunde fragten mich, ob ich diese Gedichte ins Deutsche übersetzen wollte. Ich war erstaunt, ich hatte nicht daran gedacht, in der deutschen Sprache zu schreiben.

Dann aber habe ich ein deutsches Büchlein entworfen, das auf meiner Website ([www.monikajoras.nl](http://www.monikajoras.nl)) steht „Mensch und Atem“.

Jetzt hat das Leben mir den Wunsch und die Möglichkeit geschenkt, deutsche Gedichte zu schreiben.

Hier liegt der erste Band vor „Mensch in neuer Neuzeit“.

Dankbar teile ich diese Gedichte mit meinen Lesern, weil ich den Dialog liebe.

Monika Joras

MJJ

©2021 Monika M. Joras, Haarlem, NL

Buchgestaltung: Sjoukje Ziel, Amersfoort, NL  
Druck: Vandenberg drukwerken, Maarn, NL  
Bindung: Boekbinderij Patist, Bilthoven, NL  
Papiertyp: Heaven 42 soft mat, 300 grs, absoluut white, Igepa  
Heaven 42 soft mat, 135 grs, absoluut white, Igepa  
ISBN/EAN: 978-90-823159-5-0  
Herausgeber des Buches: M. Jongerius-Joras, Haarlem, NL  
[www.monikajoras.nl](http://www.monikajoras.nl)

*Mensch in neuer Neuzeit*



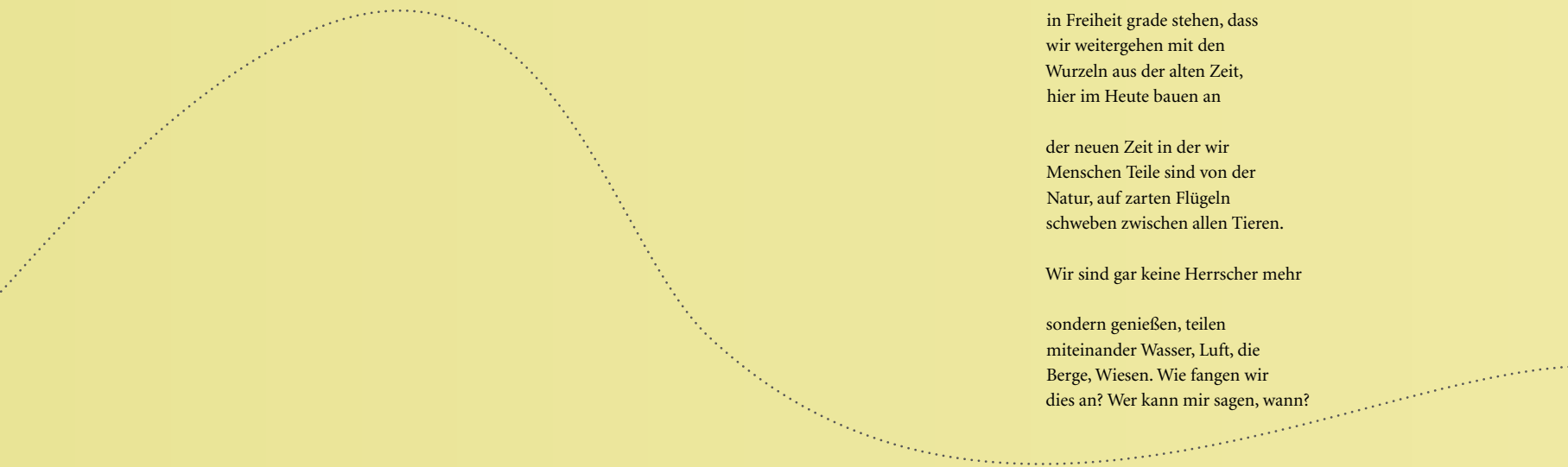
*Neuer Mensch*

Alte Bilder rühren sich,

ständig taumelt  
Atem in allen Zellen  
unseres Leibes.

Nur Ungewissheit  
hält uns lebendig,  
bewegt die zarten Saiten,

zusammen lauschen wir.



*Neue Neu-Zeit*

Haben wir begriffen  
dass wir heute schon  
beginnen mit unsrer  
neuen Zeit, der Zukunft?

Lernen wir, wissen wir  
dass neue Zeit nur dann  
beginnt wenn wir  
zusammen, miteinander

in Freiheit grade stehen, dass  
wir weitergehen mit den  
Wurzeln aus der alten Zeit,  
hier im Heute bauen an

der neuen Zeit in der wir  
Menschen Teile sind von der  
Natur, auf zarten Flügeln  
schweben zwischen allen Tieren.

Wir sind gar keine Herrscher mehr

sondern genießen, teilen  
miteinander Wasser, Luft, die  
Berge, Wiesen. Wie fangen wir  
dies an? Wer kann mir sagen, wann?

*Du*

Wer bist denn du  
der mein Herz mit  
beiden Händen fest  
umschlungen hält?

Wer wirst denn du  
wenn mein Herz sich  
tief hinein begibt in  
dich, dein Herz,  
nie wieder ohne dich  
will sein, will leben  
nur mit dir allein?

Wer bist denn du  
den meine Seele  
zärtlich liebt, der sein  
Herz in meine Hände gibt?

*Begegnung*

Ich sehe dich zum ersten Mal.  
Sehe ich dich oder sehe ich mich selbst,  
eine noch unbekannte Landschaft in mir?

Ich höre dich zum ersten Mal.  
Höre ich dich oder höre ich mich selbst,  
einen noch unbekanntem Klang in mir?

Ich berühre dich zum ersten Mal.  
Berühre ich dich oder berühre ich mich selbst  
in noch unbekanntem Zellen in meinem Leib?

Ich spüre Bilder in meiner Seele.  
Soviel Vergessenes lebt noch in mir.  
Entdecke ich dich oder entdecke ich mich?



*Erwachsene Liebe*

Mit dir leben, dich lieben  
gibt mir das Glück die Welt  
für dich zu erweitern, zu  
vergrößern und dann  
wachse ich echt mit dir  
zusammen.

Lebe ich aber mit dir  
um deine Welt zu  
verkleinern, dann flieht  
das Glück von uns.

Denn, wenn ich dich nur  
für mich alleine haben,  
selbst besitzen will, dann  
wird unsere Welt so klein  
dass wir ersticken.

Dann kannst du nur fliehen  
vor mir, um wachsen zu  
können, um glücklich zu  
sein, um mitten in der Welt  
Freundschaft und Liebe  
zu erfahren, zu leben.

*Freundschaft*

Wie einen Garten pflege ich dich,  
gleichwertig leben wir zusammen  
ohne Eros, ohne Romantik. Ganz ohne  
Schmerzen also? Nein, das gibt es nicht,  
wenn Menschen miteinander leben.

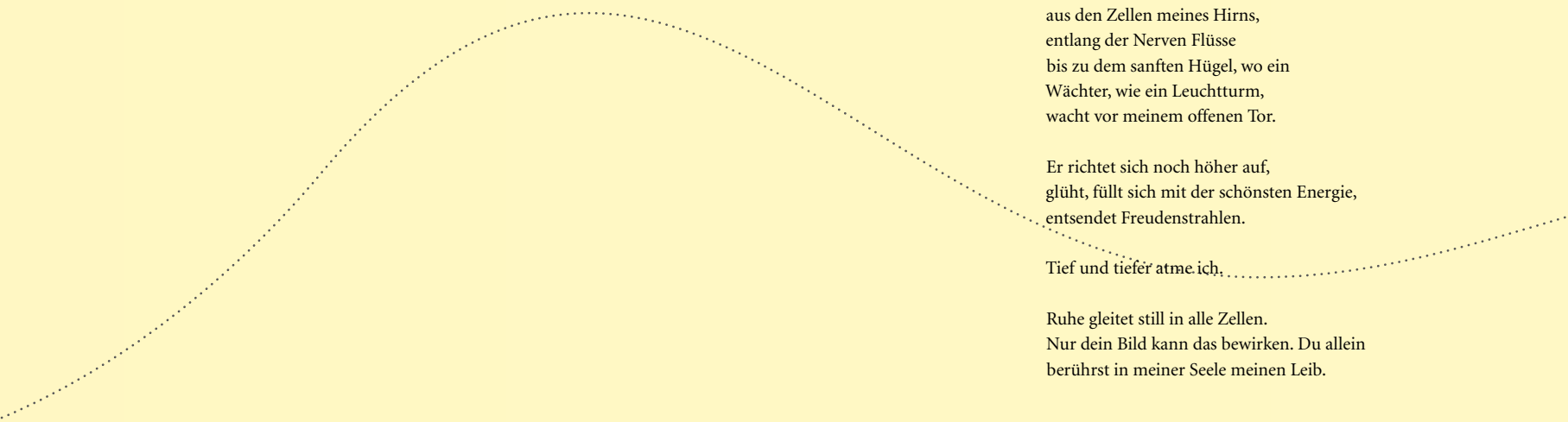
Wir lieben einander tief, einfach so.  
Begegnung, unerwartet, hat uns  
zusammengeführt. Wir ernähren  
einander, genießen unser  
Wachsen jeden Tag, ja jede Minute.

*Wortlose Liebe*

Liebe ohne Worte,  
unsichtbar für dich,  
für alle Menschen,

da spitzen Blumen  
ihre Ohren, schweigt  
still die Nachtigall.

Nur die Amsel traut  
sich, singt ihr Lied:  
Ich bin Liebe, Liebe!



### *Höhepunkt*

Dein Gesicht lebt hinter meinen Augen.  
Deine Hände, immer fühl ich sie,  
dein Mund glüht warm.

Tiefen Atem spüre ich.

Meine Lippen öffnen sich, mein Herz  
schlägt schneller. Inne halte ich, verweile still  
bei Bildern von dir, Erinnerungen an dich.

Hinab lassen sich heiße Signale  
gleiten wie Geigentöne, strömen  
aus den Zellen meines Hirns,  
entlang der Nerven Flüsse  
bis zu dem sanften Hügel, wo ein  
Wächter, wie ein Leuchtturm,  
wacht vor meinem offenen Tor.

Er richtet sich noch höher auf,  
glüht, füllt sich mit der schönsten Energie,  
entsendet Freudenstrahlen.

Tief und tiefer atme ich.

Ruhe gleitet still in alle Zellen.  
Nur dein Bild kann das bewirken. Du allein  
berührst in meiner Seele meinen Leib.

*Liebeskummer*

In der stillsten Stunde,  
früh am Morgen  
rührt mich sein Klopfen.

Ein Specht - er klingt ganz  
nahe meinem Herzen,  
voller Heimweh nur nach dir.

Deine Stimme ruft mich  
zu den Wiesen, Wäldern,  
mit dir zu wandern dort  
nur wir, still und ohne Worte.

Dein Klopfen strömt durch  
alle meine Glieder, mein  
Herz sinnt auf die Kunst

uns dorthin, ja, zusammen,  
hinzuzaubern um zu tanzen  
mit den Schmetterlingen

im Wiesenland. Der Specht  
in seinem Baum hält mich  
gefangen in einem Liebestraum.

*Minnelied*

In der Nacht rufen meine  
Seufzer deine Worte auf.

Am Tage ruhen sie in mir.

Dann suchen meine Sinne  
deine zarte warme Hand.

Worte schweigen stille.

Der Abend bringt dein Lied  
wie einen Stern, sein Lauf

strahlt tief in meine Minne.

### *Täglicher Traum*

Die Tage füllen sich mit Träumen.  
Stille und Nacht schlafen tief.  
In jeder Stunde warten alle Zellen  
im Leibe auf dich und deine Lippen.

Hinter meinen Augen schlummern  
alle Bilder, haben Erinnerungen ihre  
Bleibe: Wie du meine Hände berührst  
mit deinen warmen Fingerspitzen.

Wenn in mir diese Bilder erwachen, bei Tag,  
bei Nacht, dann strömt durch alle Fasern  
heiße Sehnsucht hin zu meinem Hügel,  
der sich erhebt, sich öffnet dir entgegen.

Keiner hört mich, niemand sieht mich.  
Fühlst du mich dann tief in deiner Seele?  
Sind wir einander nahe, dort wo du  
in dir kein Wort mehr finden kannst?



*Liebe*

Tiefer und tiefer erfahre  
ich dich, begegne ich dir.

Was du auch tust,  
was immer du  
ruhen lässt,  
nicht ausführen willst,  
wie still du auch stehst  
wie langsam  
du dich bewegst,  
welche Menschen du auch liebst,  
sogar welche du vermeidest,  
alles das beeinflusst  
mich so gar nicht.

Auch wenn ich nichts begreife,  
von dir, was begreife ich von mir,

meine Liebe findet dich dort  
wo Lava die Erde füllt.



*Sänger*

Hat mein Sänger mich gesehen?  
Schweigt er voll Verwunderung?

Kann er jemals mich verstehen,  
wenn ich mein Herz verberge, stumm?

Sing dann, mein Herz, hinauf in die Morgenröte!  
Aus deinem tiefen Brunnen springe hinaus  
an das Tageslicht. Dann wird er dich sehen.

Lausche! Jetzt erhebt auch dein Sänger  
seine Stimme, singt den stillsten,  
schönsten Gesang. Ein Leben lang

werden unsere Brunnen strömen. Dort  
hören und gehören wir zusammen.

*Morgenstund*

Sie singt so früh  
wie eine Amsel.

Ihr Herz ist voll,  
die Seele reich,

ihr Tag gesegnet.

In ihrem Geiste glüht

dem Adler gleich  
uraltes Feuer.

Ein Amselherz mit  
Adlergeist, was wird

daraus wohl werden

hier auf dieser Erde?

### *Kuss im Garten*

Auf Zehenspitzen nähert sich die Sonne  
der schlafenden Frau. Weit öffnet sie die  
Augen: Wolltest du mich küssen?

Nein, aber nein, ich will dich nicht versengen,  
nur schauen in dein Herz hinein, weil du so  
seufztest, will ich jeden Schmerz verbrennen.

Lass mir nur mein stilles Leid, weil ich liebe,  
ist mein Herz so weit geöffnet, dass es mit  
dem andern fühlen kann, wie es ist zu zweit.

Die Sonne, die allein in sich selbst gekehrt,  
ihr großes Herz verzehrt, verschenkt als Glut  
zu erwärmen alle Kalten, denkt still nach.

Sie sieht das Meer, den Ozean voll Tropfen,  
sie sendet ihre Strahlen, fühlt ihr Herz schon  
klopfen, freudvoll bei jedem Nebelhorn.

So teilt sie Liebe aus, verborgen tief in ihrer  
Hitze, Wolken steigen auf, Regen schenkt sie,  
Seelen tief berührt sie, führt hin zur Lebensmitte.

Die Frau, erstaunt, sie sieht ihn vor sich stehen, ihren  
Anderen. Wo kommst du her? Sonne lässt mich  
liebend wandern hin zu dir, will alles mit dir teilen.

*Noch ein Kuss im Garten*

Wieder nähert sich die Sonne  
auf Zehenspitzen. Jetzt sieht sie  
den Mann im Garten in seiner  
Festung sitzen. Er öffnet die Augen,  
kurz, dann schließt er sie wieder.

Keine Frage ist zu hören. Die Sonne  
nähert sich, sie schaut, sie lauscht.  
In diesem Herzen sieht sie erstaunt  
eine Burg, eine Festung mit Mauern,  
tiefe Gräben, sieh - auch eine Brücke.

Liebevoll und zärtlich wandert sie  
hinein. Er steht auf: Das kann nicht  
sein, dass du ohne anzuklopfen  
in meine Burg hereinspazierst.  
Ich war nur eben draußen, bin bei

dir, seit du hier lebst. Ich hab dich  
nie alleingelassen. - Oh nein? Wo  
warst du denn, als Menschen mich  
verwundeten? Ich war so klein, ich  
musste Mauern bauen, leben wollte ich,

musste aber überleben. - Das tut mir  
weh, mich schmerzt dein Leid. Jetzt aber  
bist du hier zu zweit, nicht mehr allein.  
Lass deine Liebe tief zu dir herein, du  
bist so sicher, wie ein Mensch der liebt

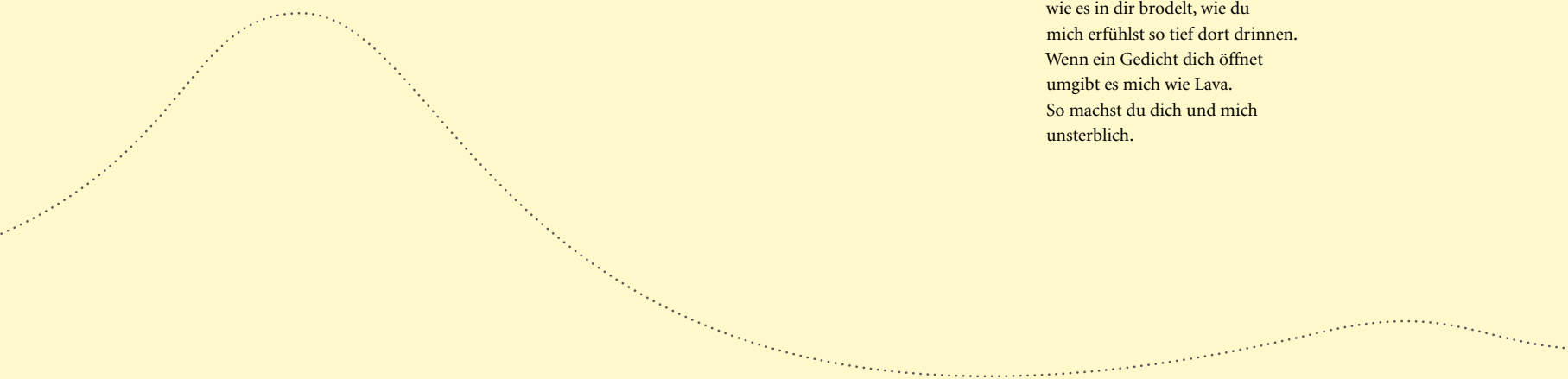
kann sein. - Er lauscht und hört auf  
seiner Brücke Schritte. Die Augen  
schließen sich. Er fühlt auf seinen  
Lippen ihre Küsse sonnig zart und warm.  
Er öffnet sich, schließt sie in seinen Arm.

*Hosenrock in mir*

Du in mir mit der Hose an.  
Ich in mir mit dem bunten Rock.  
Wir gehen fröhlich ein und aus  
in demselben Haus, meine Seele und  
mein Herz, beide in dem Leib,  
mir geliehen nur für kurze Zeit.

Auf einem Zweig,  
zusammen,  
du und ich,  
unzertrennlich

tief in mir, du bunte Hose,  
ich der helle Rock, wir sind  
ein Paar, durch Leib und Seele  
miteinander tief verbunden.  
Jeder Zwischenraum verschwunden,  
fühle es, wir bleiben dennoch frei.



*Feuer im Berg*

Wie ein Berg, so schön,  
ruhst du in meinem Land.  
Mein Strand, mein Ozean  
umsäumen dich sehr lieb.  
Sie wissen nicht, sie ahnen  
nur von deiner Feuerglut.  
Als heiße Lava ruht sie tief  
in deiner innersten Natur so  
wunderbar.

Sobald ich zärtlich sanft  
mich schmiege an deinen  
Hang dann kann ich hören  
wie es in dir brodelt, wie du  
mich erfüllst so tief dort drinnen.  
Wenn ein Gedicht dich öffnet  
umgibt es mich wie Lava.  
So machst du dich und mich  
unsterblich.

*Gedicht-Geburt*

Im Ursprung der Lava,  
tiefer als tief, höher als  
die Stimme die rief, Ströme  
zärtlich wie Tropfen, Dampf  
in den Händen der Sonne,

bunte tanzende Klänge,

geschöpft, getrunken  
aus unendlichem Ozean,  
gesunken in die Mulde  
meiner Seele, in die  
Zellen meines Leibes.

Ich öffne mich.

Worte fließen in mir,  
ein Lied erklingt in der  
Tiefe, Stille trägt meinen  
Raum, unsichtbar strahlt mein  
Traum, zusammen lesen wir.

*Hört hört ...*

(Internationale Wochen gegen Rassismus)

Ich sage euch, ich bin in der Wüste geboren,  
im Herzen der Sahara bin ich ein Königskind.  
Die Welt dreht sich um mich und um mich,  
um mich, um mich, um mich ...

Aber nein, ich sage euch, ich bin in Europa  
geboren im grünen Herzen der Länder  
am Fuße der wunderschönen Alpen.  
Hier dreht sich alles um mich, um mich ...

Wie denn, ich sage euch, ich bin in der Prärie  
geboren als Kind eines riesigen Landes voller  
Schätze, voller Berge und überströmender  
Schönheit, ich bin das Zentrum der Welt ...

Ach, höret mir zu, ich bin geboren, wo die Sonne  
brennt und nie untergeht, wo alle Tiere aus dem  
Paradies noch leben und mir gehorchen.  
Ich bin der König der Lebewesen, ich, ich ...

Nun denn, ich sage euch, meine Wiege steht  
im Osten auf höchsten Bergen im größten  
Land unserer Welt, um mich dreht sich die  
Sonne, um mich, um mich, um mich ...

Jetzt hört ihr und seht, wie wir alle unsere  
Farbe, unser Land, unsere Macht hoch rühmen,  
obwohl wir wissen, dass niemand die Meere, Luft  
oder Land kann besitzen, niemand, niemand ...

Und ja, wir haben gelernt, dass wir geboren sind,  
um zu gleicher Zeit unterschiedlich und gleichwertig zu  
leben, dass wir ganz sicher alle sterben nach unserem  
Miteinander auf diesem Planeten Erde, Erde ...

Kommt, wir wollen uns freuen, tanzen mit unserer  
farbigen Haut, rot, gelb, schwarz, weiß, cremig, braun.  
Nicht wir, nein, unsere Sonne hat sie gelegt,  
rund um unsere Herzen, unsere Herzen, Herzen ...



## *Vergleichen*

Besser sein?  
Wozu vergleichen  
wir uns miteinander?

Schon in der Schule  
lehrte mich die Ellipse

X ist ebenso wichtig  
wie Ypsilon.

In ihrer Umgebung  
und miteinander  
haben sie ihre  
eigene Funktion  
auf ihrem  
persönlichen Platz.

*Eurydike*

Schritt für Schritt  
steil ist der Pfad der Schmerzen  
eine Frau und ein Mann wandern hinauf  
hoch fliegen die Herzen.

Ihre Augen ruhend auf seinen Schultern,  
ihre Ohren, erfüllt von seinem Lied,  
der Wald rechts und links,  
gefährliches dunkles Gebiet.

Still bleibt er plötzlich stehen,  
lauscht. Jetzt steht auch ihr Schritt.  
Sein Lied bleibt hängen in Zweigen,  
ihre Hände hoch im Gebet:

schau dich nicht um zu mir!  
Lass uns nur ruhen zusammen, hier!

Sein Blick fällt auf ihr Gesicht.  
Seine Liebe umarmt ihr Liebeslicht.

Er gleitet hinab,  
greift voller Schreck ihre Hand,  
sie kann ihn nicht halten.

Jetzt reißt das Liebesband.

Schritt für Schritt  
schreitet Eurydike weiter hinauf.  
Fest halten ihre Hände seine Leier,  
die Türe dort oben im Licht  
steht weit für sie auf.

### *Schweigendes Lied*

Heut hat die Amsel mich schon früh aus meinem Traum geweckt.  
Mich beglückt ihr Lied. Verwundert ruhe ich und denke nach,

wie wir als Menschen weit entfernt uns wähnen vom Reich der Tiere,  
doch sehr oft uns nahe fühlen und verwandt und uns auch so verhalten.

Angsthasen sind wir, bauen Mauern und wissen nicht, dass Licht und Luft  
uns sehr bedauern wegen unserer Unwissenheit.

Wir schaffen Bilder, die wir tief verehren, an die wir glauben,  
und wieder schnell vergessen, dass wir ihre Schöpfer sind.

Wir lesen nicht mehr gerne und fallen dann unwissend in viele Gräben,  
stehen manchmal auf und wissen nicht mehr, wo wir sind.

Kein Wunder, dass wir froh sind, wenn wir so leicht mit unseren Augen  
sehen und glauben zu begreifen, dass wir Menschen wie die Tiere äußerlich

sehr unterschiedlich sind. Wir können dann ganz schlicht und einfach  
rufen: Du bist so fremd, lass mich in Ruhe.

Wenn wir selbst nicht wertgeschätzt und nicht geliebt auf dieser Erde  
leben, dann können wir doch sicher nicht an andere Menschen Liebe geben.

Nein, besser fühlen wollen wir uns als die anderen. Das glückt uns, wenn wir  
sie als Minderwertige beschreiben und rufen, sie sollen bleiben, wo sie sind.

Wie Löwen lieben wir die Macht so sehr, dass wir vergessen, wie  
schön, gleichwertig und wie wichtig alle Tiere sind.

Ich schweige, ja, wahrscheinlich schweige ich zu viel. Was aber kann ich tun?

Mein Lied wie eine Amsel singen? Menschen zärtlich rufen, einladen  
zum großen Erwachen aus mittelalterlichen steinernen Bildern?

Ich denke, nur der Specht kann mich noch lehren nicht zu ruhen,  
bis die Nahrung ich gefunden habe, auf die viele junge Schnäbel warten.

## *Erbe*

Erbe, ein Wort auf dem ich sitze  
und überlege, was es mir erzählen will.

„Erwirb“, so sagt der weltberühmte Dichter  
„was du ererbt von deinen Vätern hast,

erwirb es, um es zu besitzen.“

Dann erst ist es dein Eigentum. Meiner  
Hände Arbeit, meines Geistes Blitzen,

die Sorge meines Herzens, erst diese machen  
von dem Ererbten eigen Hab und Gut.

Dann spüre ich Verantwortung für das  
Geerbte und will auch, dass es wächst

weit über mich hinaus.

Jetzt aber höre ich den weltberühmten Mann,  
Häuptling Seattle aus dem Duwamish Stamm.

Er spricht: “Wie können wir die Luft, das Wasser,  
Bodenschätze, ein Land besitzen, gar verkaufen?“

Neue Freiheit, die ich fühle, gibt mir neue Worte.

Von nun an nenne ich das Erbe ein Geschenk,  
das weiter strömen soll zu vielen anderen.

Besitz wird dann ein Fluss, ein Wind, ja eine  
Wolke, die sich ausschenkt über alle Menschen.

*Klein*

Wie winzig ist das  
Bröckchen Erde auf  
dem ich lebe, sterbe.

Wie riesig ist das  
All, in dem die Erde  
schwebt, sich dreht.

Wie unsichtbar, wie  
arg wird einst mein  
Tod, mein stilles Ende

sein. Das einzigartige  
Geschenk, ein Leben  
entschwindet mir, wohin?

Woher es kam? Klein  
bin ich, aber fragen  
will ich. Wen und was?

*Schmelztiegel*

Schöne Erde,  
farbenreicher  
Planet, kreuz und  
quer ziehen wir  
Menschen umher.

Du bleibst unser  
Halt, verbindest  
uns, bis auch wir  
zurückkehren  
zu deinem Staub.

## *Atemnot*

Wie der Mensch Welten  
will beherrschen, wie er  
die Schönheit der Erde besudelt,  
ihre Luft und ihre Schätze raubt.

Wie wir Menschen einander unterwerfen,  
mit Füßen auf Menschenwürde trampeln,  
wie wir uns kleiden in Wichtigkeit:  
scheinbare Besitzer des ewigen Lebens.  
Wir tun, als wäre es selbstverständlich,  
Natur und Menschen zu erniedrigen  
und zu missbrauchen!

Mein Atem stockt, bäumt sich auf,  
ich blase ihn aus mit Kraft und voll Zorn.  
Meine Gedanken raufen sich die Haare,  
ohnmächtig, zähneknirschend.  
Meine Füße stampfen vor Wut.  
Mein Herz, erfüllt mit Schmerz und  
Traurigkeit, schreit in meiner Kehle.

Was kann ich tun? Ich, die begreift,  
auch ich bin einer dieser Menschen.  
Was tue ich? Was unterlasse ich?  
Wie lebe ich auf meinem Platz,  
kleiner als eine Briefmarke? Ist meine  
Liebe stark genug um durchzuatmen?

Wir Menschen haben doch auch Großes geleistet!  
Wir bleiben begeistert, entdecken viel Neues,  
stellen Fragen und finden neue Antworten.

Wenn unser Erfolg uns dann doch hochmütig macht,  
traue ich der Erde vieles zu: Sie erinnert uns an  
unsere Sterblichkeit, Zerbrechlichkeit.  
Sie schickt uns Krankheiten, Orkane,  
Vulkanausbrüche, Katastrophen. Dann  
fühlen wir Verbundenheit mit der Natur,  
wie nötig wir sie haben.  
Ich atme durch.

*Herbst*

Herbstzeitlosen grüßen mich,  
lassen ihre Farben strahlen.

Meine Augen trinken sie.  
Alle Qualen schrumpfen

wenn die zarten Wiesen-  
blumen mir erzählen von

eindrucksvoller Kraft in  
wunderschöner Kleinheit.



*Wissen wollen*

Was hat wohl ein Planet  
wie unsere Erde davon  
dass so viele Tiere auf ihm  
leben, ungesehen sterben?

Wozu sind alle Menschen  
doch geboren, die einander  
unterwerfen, töten, inzwischen  
noch die Luft verderben?

Und dann die Blumen, Bäume  
in ihrer großen Pracht,  
erwarte ich von ihnen  
Erfüllung meiner Träume?

In einer Nacht wie heute  
stelle ich nur Fragen. Wer  
kann mir sagen woher ich  
komme, wohin ich gehe?

Menschen, Tiere, Pflanzen  
tänzen endlichen Reigen.  
Großes Schweigen verhüllt  
noch größere Unwissenheit.

*Wehrlos*

Mein Fühlen ist mir fremd.  
Schleierhaft erfahre ich  
mich, mein Leben und  
meine Umgebung, ohne

Sicherheit, ohne Ausweg.  
Verwundbar mit zu zarter  
Haut, sprachlos, höre ich,  
dass ich noch atme.

Wie in einem Nebel, ohne  
Hand und Fuß bewege ich  
mich. Es gibt kein Voraus,  
kein Zurück, ich schwebe.

*Entsetzen*

Ich fühle meinen Arm,  
zärtlich streichelt meine  
Hand ihn warm.

Plötzlich ergreift ein Wissen mich,  
wenn ich tot bin fühl ich nichts.

Entsetzt ruht meine Hand auf meinem Arm.  
Meine Augen schließen sich. Kein Erbarmen,

kein Vergessen kann ermessen  
wie kalt und einsam ich mich fühle  
in dieser meiner Not.

*Schmerzen*

Ich klage nicht, ich trage  
meine Schmerzen in Stille.

Es ist ja nicht mein Wille  
den Leib soweit mit mir

zu tragen. Wohin soll denn  
die Reise gehen? Kann ich

verstehen, dass ich so lang  
noch lebe? Nein. Ich frage

und frage alle Tage neu  
wie bleibe ich mir treu?

Wie kann ich leben ohne  
zu klagen, wie bleibe ich still

wenn heftige Schmerzen mich  
plagen, ja beinah zerreißen?

*Aufschrei*

Aufschreit mein Herz,  
jede Zelle bäumt sich  
auf zum wolkenlosen  
Himmel, der mein Leid  
mit mir beweint! Lautlos!

Seele, Körper, Hände, Füße  
weinen Ohnmacht, Lippen  
rufen Schrei nach Schrei  
einsam liege ich dabei  
auf dem letzten Bette.

*Nacht*

Es ist soweit!  
Jede Nacht erfahre ich  
als verlorene  
Lebenszeit.

Wie lange noch  
muss ich schlafen?  
Meine Augen,  
wollen sehen, sehen.

Tag und Nacht  
verstehen mich, wollen  
zusammengehen, bis  
ich mich niederlege

für immer. Siehst auch  
du wie Sonne und Mond  
jetzt schon in meinem  
Zimmer Tango tanzen?

*Ständige Überraschung*

Täglich, ja stündlich lebe ich, entwickle mich  
von innen heraus, fühle mich jung und dynamisch,

bin kreativer dann je. Wenn ich dann aber plötzlich  
vor einem Spiegel stehe, bin ich immer wieder überrascht,

immer wieder, immer wieder.

Bin ich diese Frau, so alt? Ich fühle mich so stark, erfüllt  
von täglich neu Gelerntem das mich jung, ja

immer offen, wissbegierig hält. Ständig strömen  
neue Gedanken, Fragen, Gefühle durch meinen

Brunnen, immer neue, immer neu.

*Innen*

Äußerlich neige ich mich  
zur Erde hin.

Grau und geschmückt mit  
Falten erhalte ich Bericht  
dass sie mich empfangen  
kann.

Dann höre ich  
tief drinnen deine  
Stimme:

Gehe nicht, noch nicht.

Hier fühle ich  
dein Herz und deine Seele  
mir so nahe wie die  
Lavaglut dem Mittelpunkt  
der Erde.

Wieviel Stunden  
darf ich mit dir warten?  
Und nach meinem Tod,  
wie bleiben unsere Seelen  
tief verbunden?



*Letzter Tag*

Das Jahr neigt sich zur Erde hin  
rund wie ein Regenbogen, der ein  
Beginnen zeigt und auch ein Ende.

Aber wie ich mich auch wende  
ich sehe nicht das ganze Rund.  
So gibt der letzte Tag uns kund  
dass wir nicht alles sehen können.

Doch das Herz ist mutig, öffnet  
sich für Unsichtbares, das auf uns  
wartet auch in fremden Herzen.

*Lebensabend*

Lautlos weint mein Herz  
ich sehe euch wieder, aber  
alle seid ihr älter geworden, als  
ich erwartete, das tut weh,

weh tut, dass auch ich mit euch  
hineingewachsen bin in den Abend  
unseres Lebens, der Herbst hat  
unsern Sommer abgelöst – ungefragt.

Weinen will ich voll von Herzeleid,  
ich bin noch nicht bereit, die Abendsonne  
gehen zu lassen. Die Kinder  
umfassen meine Finger, bleibe, bleib!

In ihren Augen sehe ich Leben,  
sie geben dem Herbst seinen  
goldenen Glanz, mein Abendrot  
lässt mich nicht mehr erbeben.

*Neue Nächte*

Früher freute ich mich  
auf jeden neuen Tag,  
von Herzen mir lieb  
und willkommen.  
Abends schon hielt ich  
Ausschau nach ihm.

Heute zweifle ich sehr.  
Kann ich wohl schlafen gehen?  
Werde ich morgen das Lied meiner  
Amsel hören und das schöne  
Morgenlicht wiedersehen?

Öffnen sich meine Augen?  
Steht mein Herzblut nicht still?  
Wohnt meine Stimme nicht plötzlich  
für immer im Gästezimmer  
hoch in der Laube der Amsel  
bei ihr in den Zweigen?

Neue Nächte wiegen mich  
hin zur stillen späten Stunde  
bis der Ruf mich erreicht meines  
Todes. Sein Herz niemand erweicht.  
Ich übe mich in fragendem Schweigen.

*Hannah Arendt inspiriert*

Freue ich mich auf meine Zukunft,  
überfällt mich die Sorge keine zu haben.  
Ich lebe in ständiger Angst, dass mein Leben mich verlässt.  
Du sagst, es bestehe ja nur, weil wir es einmal verlieren können.  
Begehre ich die Liebe, die Hingabe, die Freundschaft,  
ich weiß sicher, dass ich sie einmal loslassen muss.

Doch ist mein Tod undenkbar!

Wie kann ich mir vorstellen, wie mein Schreibtisch dasteht ohne mich?  
Geburt und Tod erfahre ich nicht, Ahnungen sind es in mir ohne Inhalt,  
leer und unerklärlich.  
Was tue ich, wie halte ich meine eingeborene Angst vor dem Tod im Zaum?  
Schreibe ich Gedichte im Wahn meiner Unsterblichkeit?  
Erscheint mir das Leben so kostbar, so wichtig, dass ich es verewigen will?  
Näher kommt die Erkenntnis, grösser wird sie, dass ich sterben muss.  
Ist sie der Brunnen meiner Kreativität?

Balsam für Angst, kennst du so etwas?

Nur Erinnerung und Dankbarkeit, zwei Hände, sie tragen die Angst,  
sehr sanft und kräftig, sagst du!  
Der Tod ist gerechter als das Leben, demokratischer, er holt einfach jeden.  
Was ist denn der Sinn meines Lebens zwischen Geburt und Tod?

Die Welt zu lieben!  
Du sagst es so, als wäre sie ein Mensch zum Lieben!

Liebe ist etwas Seltsames, nicht etwas Irdisches!

Die Welt lieben heißt für dich, sie begreifen wollen, sie und mein Sein,  
mein Leben zu akzeptieren, mich zu versöhnen mit ihr und mit mir,  
menschlich.  
Sie ist so, wie sie ist, diese Welt. Ich liebe sie so, wie sie war, wie sie ist  
und wie sie sein wird.  
In meiner Liebe zur Welt, in meinen Liedern erkenne ich, was auf ihr  
geschehen ist,  
was heute geschieht und was geschehen wird.  
Ich lebe noch mit meinen Erinnerungen an ihre Schönheit und ihre Nöte.  
Ich erinnere mich. Ich liebe sie. Tiefe Dankbarkeit erfüllt mich.

*Herz in Haut*

Wenn ich mich nicht bewege  
merke ich nicht wie schwer ich  
gefesselt bin.

Spreche ich aber darüber  
beginne zu leben, ströme ich -  
Mensch auf Erde.

Lebewesen um mich herum  
begegnen einander von Haut zu  
Herz und Seele.

Verletzlich ist Haut, beherzte Seelen  
stellen mir Fragen mit Augen,  
Mund und Ohren.

Ich bewege mich, spreche als Mensch.  
Keine Fessel hindert mich zu lieben  
beherzte Haut.

*Göttliches*

Wir Menschen  
modellieren dich  
als Mensch.

Im Kopf der Tiere  
lebst du als einer  
von ihnen.

Bäume und Pflanzen  
aller Art erfahren dich  
in tiefen Wurzeln.

Winde und Wasser  
tragen in jedem Tropfen  
deine Beweglichkeit.

In jeder Zelle in mir  
fühle ich Atem, Leben  
wie eine Seele.

Unsichtbar, unbegreiflich,  
anwesend, schöpfend,  
ununterbrochen

bist du einfach da, in mir,  
um mich herum, überall.  
Immer als Überraschung.

Kein einziges Bild kann  
dich beschreiben: Du  
bist so wie du bist.

*Ebbe*

Von meinem Leben brauche  
ich mich nicht zu lösen, es zieht  
sich selbst von mir zurück,

wie das Meer den Strand  
entblößt bei Ebbe,  
so erfahre ich  
jetzt schon meinen Leib,

verlassen von Kraft, von  
Strömung, von Saft.  
Sand in meinen Gelenken.

*Zeit*

Meine Zeit steht still  
weil deine Hände sie  
für mich umfassen.

Es ist, als ob du mich  
nicht gehen lassen kannst.

Dass ich bleibe,  
ist auch was ich so gerne will.

Du begreifst es tief,  
hältst das Pendel fest  
umklammert in der Hand.

Meine Ruhe bist du  
im Getöse der Zeit  
meine Stille zu zweit.



*Bewegung in unserem Heute*

Wir verlassen die Macht  
der Mehrheit und des  
Patriachats. Raum schaffen  
wir für die Kraft des Dialogs.

Wir betreten den Brunnen  
des Lebens. Dort wogt und  
bewegt sich das Lernen-Wollen  
unbegrenzt und dynamisch.

Wir begegnen den Menschen.  
Jeder ist, weil der andere ist.  
Alle wurzeln verbunden im  
Reichtum vielfältiger Farben.

Wir glauben nicht mehr an  
Bilder von Menschenhand  
gemalt. In unserem Strom der  
Liebe glüht Menschlichkeit.

### *Danksagung*

Diese Gedichte strömen aus derselben Quelle wie meine holländischen Gedichte, die auf meiner Website stehen. Marten Janse - Dichter und Vorsitzender der „Haarlemse Dichtlijn“ - und andere Mitglieder dieser Gruppe haben mich angeregt, weiter in meiner Muttersprache zu dichten. Sie haben mich eingeladen in Osnabrück, der Partnerstadt von Haarlem, meine Gedichte vorzutragen. Mein Mut, Gedichte in deutscher Sprache zu schreiben, wuchs. Das Neu-Entdecken dieser Quelle und die Freude an ihrem Strom sind jetzt sichtbar in diesem Gedichtband.

Von Herzen danke ich auch meiner lieben Freundin Ulla Kalberg, Diplom-und Gesundheitspädagogin ([www.meridian-klopftechniken.de](http://www.meridian-klopftechniken.de)), die mit liebevoller Sorgfalt alle Gedichte gelesen hat. Ihr angeborenes Talent für Sprache und Gedichte beglückt mich immer wieder.

Sjoukje Ziel hat wie bei den sieben holländischen Gedichtbänden den deutschen Gedichten eine Form gegeben, die sich für mich wie eine Heimat anfühlt.

Herzlich danke ich jedem, der mich inspirierte und unterstützte bei der Geburt dieses Bandes.

[www.monikajoras.nl](http://www.monikajoras.nl)

MJJ

## Inhalt

Vorwort	3	Schmerzen	69
Neuer Mensch	7	Aufschrei	71
Neue Neu-Zeit	9	Nacht	73
Du	11	Ständige Überraschung	75
Begegnung	13	Innen	77
Erwachsene Liebe	15	Letzter Tag	79
Freundschaft	17	Lebensabend	81
Wortlose Liebe	19	Neue Nächte	83
Höhepunkt	21	Hannah Arendt inspiriert	84
Liebeskummer	23	Herz in Haut	87
Minnelied	25	Göttliches	89
Täglicher Traum	27	Ebbe	91
Liebe	29	Zeit	93
Sänger	31	Bewegung in unserem Heute	95
Morgenstund	33	Danksagung	97
Kuss im Garten	35	Über Monika	100
Noch ein Kuss im Garten	37	Heute	102
Hosenrock in mir	39		
Feuer im Berg	41		
Gedicht-Geburt	43		
Hört hört ...	44		
Vergleichen	47		
Eurydike	49		
Schweigendes Lied	50		
Erbe	53		
Klein	55		
Schmelztiegel	57		
Atemnot	58		
Herbst	61		
Wissen wollen	63		
Wehrlos	65		
Entsetzen	67		



Monika M. Joras ist geboren am 14. Juli 1941 in Oberwesel am Rhein, Deutschland.

Seit 1955 lebt sie in ihrer Wahlheimat, den Niederlanden, zunächst als Gymnasiastin und Medizinstudentin.

1970 heiraten Monika Joras und Ton Jongerius in Nimwegen.

Nach dem letzten Examen in der Medizin 1975 in Nimwegen spezialisiert sie sich in Leiden und Amsterdam.

Sie arbeitet als systemisch orientierte Psychiaterin, Psychotherapeutin, Supervisorin, Lehrtherapeutin und Ausbilderin in einer multidisziplinären Tagesklinik in Amsterdam.

Nach ihrer Pensionierung bildet sie noch weiter KollegInnen aus zu LehrtherapeutInnen, sowohl in den Niederlanden als auch in Rumänien.

Sie hat diese Tätigkeit abgeschlossen mit ihrem Buch „Lehrtherapie auf der Agenda“. Die Übersetzung in englischer Sprache ist zu lesen auf der Website [www.monikajoras.nl](http://www.monikajoras.nl)

Monika M. Joras bleibt aktiv in der NVRG (Niederländische Vereinigung für Beziehungs- und Familientherapie) als Vertrauensperson eines Ausbildungsinstituts der NVRG und in der interkulturellen Arbeitsgruppe.

Dass sie Gedichte schreiben kann, erlebt sie als ein Geschenk, das sie gern teilt mit anderen.

Ihre sieben Gedichtbände, in holländischer Sprache geschrieben, sind auf ihrer Website zu finden.

Sie liebt den Dialog.

*Heute*

Lautlos strömen alle Tropfen.

Ohne Ende will ich Leben  
fühlen, meinen Lebensstrom.

Keinen Boden spüren meine  
Wünsche. Schweben ich allein?

Tiefer, unter allen Brunnen  
treffen unsere Wurzeln sich.

Selbst sind wir die Tropfenströme.



