

Unke T. Abendroth

**Es ist Zeit**

Gedichte über die Liebe

6.11.84

Ich liebe Dich heute.  
Heute bin ich voller Lachen reiner Schwerelosigkeit,  
Heute habe ich keine Angst,  
Bin stark, Dir nur so nah zu kommen,  
Wie Du es magst,  
Erwarte nichts,  
Lass' mich einfach nur fallen in Deine Gegenwart,  
Heute- und weiß,  
Dies Heute ist ein Geschenk,  
Nichts, was sich festhalten, fordern lässt,  
Und ich weiß, dass es Gestern gibt  
Und Morgen auftauchen werden,  
Da bin ich nicht Hingabe, bedingungslos,  
Bin nicht liebend aus Freiheit,  
Sondern ängstlich, gleichgültig,  
Unsensibel, lauter Dinge,  
Die Dir schwer sind.  
Liebe ist vergänglich,  
Aber heute, heute liebe ich Dich  
Und vielleicht wird uns immer wieder  
Dieses Heute begegnen,  
Vielleicht.

10.11.90

Wie Phönix hebt in diesen Tagen  
Sich eine neue Liebe voller Kraft empor.  
Die kalten schwarzen Steine, die auf dem selbstzerquälten Herzen sich gesammelt,  
Die ich verwandt,  
Um oft mit einem stummen Schrei voll Not, voll Pein  
Ein andres Herz zu treffen, zu verletzen,  
Die ganze tote Last  
Hat kein Gewicht,  
Schlägt keine Wunden mehr.  
Und Phönix fühlt in seinem tiefsten Sein  
Beharrlich einen Quell voll Licht, voll Zärtlichkeit.  
Die Liebe macht ihn strahlen  
Und Blick und Flug zur Sonne hingewandt.  
Weit breitet er die Schwingen über diese Welt  
Und ist ein einzig Staunen  
Im ewig'en Tanz des Lebens.

26.7.02 Höre Musik, habe gebügelt und schau nach Innen, fühle sehnsüchtig etwas Vertrautes, Verschrecktes, Verborgenes, lang Ersehntes,...

**Es wird Zeit...**

Habe noch keine Worte, hör´ der Musik zu, fühle die Räume in mir,  
Weit sind sie,

Ach, so sehnsüchtig, und so wortlos,-

Tief eingesenkt, das Empfinden, eine Frau zu sein,

Eingebunden in eine lange Geschichte von Frauen, vom Menschsein schlechthin.

Dies beharrliche Suchen,

Suchen nach was?

Was?

Fühl´ eine Liebe, eine Ruhe,

-ist es das,

Was man sucht, über so viel trübem Leid,

Über Schmerz, den man meidet, bang, verzagt und doch wissend.

Liebe, die mich traurig macht, Tränen sehr, so sehr nah und doch noch näher der Freude.

Weiß es nicht,

Bin staunend am Rande der Nacht und ihrer Stille,

Bewegt,

Lauschend dem Echo der Worte, Echo aus Räumen der Weite und Einsamkeit und - doch nicht Einsamkeit.

Was ich such´, tastend und nicht mehr stumm, ist der Strom,

Der auftaucht aus mir, Zeit ist es, vielleicht,...

Dem nachzugeh´n, was wartet, so geduldig wartet, und es immer getan hat.

Immer noch Stille, aber da, die Musik und die Geräusche der Nacht,

Ich bin nicht allein,

Und, -es wird Zeit.

13.1.03

### **Mein Wesen ist Schrecken und Lieblichkeit**

Ich bin der Vulkan  
Und mein Wesen ist von zweierlei Gestalt,  
Und der Du an meinen Hängen wohnst,  
Vergiss das nicht.  
Wenn Du den Wein trinkst  
Trinkst Du den verwandelten Tod  
Und wenn Du im Schatten der Bäume liegst,  
Trägt der aufsteigende Saft in sich,  
Was mit Gewalt aus den Tiefen der Erde kam.  
Jetzt ist es still und das Land atmet Frieden.  
Das ist die eine Seite meines Wesens,  
Kraftvolle Fruchtbarkeit  
Und sinnliche Schönheit.  
Ja, das bin ich, Lieblichkeit und Fülle.  
Aber sie wächst auf dem,  
Was glühend aus dem Schoß der Erde kam.  
Nicht sanft und nicht behutsam.  
Sondern unerwartet  
Und zerstörerisch.  
Zerrissen dieses dünne Gebilde scheinbarer Sicherheit  
Felsen umherfliegend und zerschlagend  
Asche bedeckend und erstickend  
Glühende Lava verbrennend, vordringend langsam und unerbittlich.

Schönheit auch hier,  
Diese *Glut* in der Nacht,  
Das bewegte Feuer,  
Wenn Du nicht zu nah,  
Zusehend nur  
In Erschrecken und Staunen.  
Der Du hier wohnst, jammre nicht,  
Wenn die Zerstörung kommt,  
Das ist der Preis.  
Aber traure um das, was tot ist, vernichtet.  
Dein Schmerz ist schön  
Und die Tränen  
Berühren den erkaltenden Mantel der Lava.  
Bringen zur Ruhe,  
Vereint mit Regen und Sonne und Wind  
Werden sie alles Harte sachte  
Zerbrechen, zerfallen lassen,  
Bis die Zeit reif ist,  
Für Leben,  
Für Neubeginn.  
Wisse, ich bin der ich bin.  
Und mein Wesen ist Schrecken und Lieblichkeit.  
Wisse.  
Das bin ich.

29.1.03

### **Eine traurige Sehnsucht**

Einmal, einmal nur möchte ich in Deinen Augen  
Meine eigne Sehnsucht wieder finden,  
Einmal nur möchte ich erleben,  
Dass Du mich vermisst, so sehr wie ich es tu,  
Du, - wer auch immer Du sein mögest.

Einmal meine Tage leben, aus dem Wissen,  
Geliebt zu sein und Bedeutung zu haben für Dich,  
- den ich nicht kenne, nicht jetzt.  
Und Lachen zu tauschen und Blicke  
Aus Freiheit und Zuneigung.

Einmal nicht meine Gefühle befrieden müssen,  
Einmal ankommen dürfen bei Dir,  
Ankommen nach Suchen und Suchen  
Und Warten und nie aufhören zu warten.  
Einmal, nur einmal lieben dürfen, Dich.

22.8.04

### Der Kaktus

Er ist genügsam, aber er schwelgt im Übermaß  
Von Licht und Wärme.  
Er greift niemanden an, aber er sticht  
Jeden, der ihn angreift. Und berührt  
Jeden, der dies begreift: Die Stacheln sind Luft-  
Wurzeln, eine filigrane Vermählung  
Mit der Atmosphäre. Fühler.  
Wie der Liebende lebt er von Nichts, lange,  
Wie kein Liebender ist er geduldig. Und  
Wie der Künstler schenkt er der Welt  
Das Schönste, seine Blüten, wenn er am meisten  
leidet.  
Sein Nektar nährt die Kreatur, destilliert  
Beflügelt er den Geist der Menschen.  
Wer gelernt hat, ihm beim Wachsen zuzuschauen,  
Hat das Schwierigste gelernt: Die Gelassenheit,  
Die Ruhe und die Sicherheit, noch zu wachsen,  
Wo nichts mehr wächst.  
R. M.

### Vielgestalt dankt

Genügsam bin ich, maßlos ebenso,  
Von Sehnsucht frei und voller Sehnsucht nach dem nirgendwo.  
Ich träum´ von Nähe und schaff´ Berge von Distanz,  
Ich werd´ berührt, doch niemals ganz-  
Durchlässig, ahnend, fühlend, heut, mit jedem Atemzug  
Und morgen blind und taub, nicht weise und nicht klug.  
Vielleicht hab ich geliebt, vielleicht auch nicht,  
Der Liebe Wesen liegt für mich im Dunkeln, nicht im Licht.  
Geduld ist mir nicht fremd, doch Ungeduld ist auch ein Teil von mir,  
Sie lagen lang im Kampf, nur wegen Dir.  
Nun, jetzt ist Ruh, der Schmerz schon lang vorbei.  
Und ob mich jemand tanzen sieht, ist einerlei.  
Zerstört, ein wenig nur, und trotzdem völlig neu zusamm´ gefügt,  
Lieb ich das Leben, - das genügt.  
Beflügelt hast Du meinen Geist, das fehlt, das fehlt mir sehr,  
Wird immer fehlen, dieser Platz ist leer, bleibt leer.  
Ich wachse, lustvoll, Gleiches wünsch ich Dir,  
bewahrt in Kopf und Herz, das bleibst Du mir.

20.1.05

Sacht hat der Morgen gegraut,  
Ich steh mit dem Rücken zu Nacht,  
Der beschützenden, stillen,  
Schwer noch die Glieder vom Traum.  
Wach macht der Morgenwind,  
Tränkt erstes Morgenlicht  
Meine Augen, mein Haar, mein Gesicht.  
Wach bin ich,  
Und mein Herz, wie die Dämmerung,  
Halb noch dem Traum und der Nacht verfallen,  
Doch bereit, mich dem Tag zu stellen.

19.6.05

Wie ein Bogen gespannt  
Ist mein Lieben,  
Die Sehnsucht,  
Gespeist aus dem Gestern,  
Drängend zum Augenblick  
Neuer Nähe,  
Zum Moment des Fühlens, Berührens,  
Grenzen auflösender Lust,  
Folgend den Worten in Deinen Armen,  
Bilder teilend mit Dir  
Und nicht nur den Leib.

Ruhe find ich heut´ nicht,  
Auch wenn der Sommer duftet und wärmt  
Und das Fest mit Musik und Trommelgesang  
Sich vollzieht, den Träumen gemäß,  
Denn ohne Dich,  
Werden die Stunden schmerzhaft lang.

Ich soll nicht warten,  
Hast Du gesagt.  
Sag mir, wie Sehnsucht vom Warten sich löst,  
Sag mir, wie Freiheit ich finden soll,  
Wenn Wünsche mich einholen, zwingend und stark.

Du antwortest nicht,  
- mein Antworten ist,  
Bejahen das Sehnen und Wünschen,  
Vollziehend das Lieben  
Und dann freigebend Bild um Bild,  
Mich hingebend, bedingungslos,  
An das Sein, das nun kommt.

28.6.05

Ruhig tauch ich in Deine Augen ein,  
Furchtlos,  
Bis zu ihrem Grund folg ich Dir,  
- der Du entfliehst.

Schaue nur,  
Greif nicht nach Dir,  
Halt´ Dich nicht fest,  
Niemals.

Aber schaue Dich an  
Im Ansehen unerbittlich.  
Unerbittlich und  
Liebevoll.

29.6.05 und so schnell werden wir uns nicht los... besser weil fakt: uns wird´s immer geben

30.6.2005

## **I M M E R**

Immer,  
Das ist gebogene Zeit,  
Gebogener Raum,  
Nirgendwo hinführend, fortwährend da.  
Ist ein Wort,  
Das Abrieb erfährt  
In der Oberfläche der Ewigkeit.  
Das geformt wird von Tag zu Tag  
Das zermahlen von Jahr zu Jahr  
Ausgelöscht in Jahrzehnten vielleicht.  
Und doch eine Spur hinterlässt  
Im Gemälde der Zeit  
Eine stehende Welle im Kosmos,  
Im Sein,  
In Unendlichkeit.

3.7.05 Hab gebügelt. Bilder von Erlebtem vor dem inneren Auge. Bilder von Möglichem, Empfindungen von dem, was dies alles in mir verändert.

### **Es ist Zeit**

- für das Lieben

Nichts ist mehr still in mir,  
Kraftvoll das Denken,  
Ist das Gefühl.  
Frei wird, was schön ist,  
Was Lust sein will,  
Frei ist der Zorn,  
Und nichts ist zu viel.

Ungebärdig in jedem Moment,  
Frag ich mich,  
Wollt' jemals anders ich sein,  
Anders, als frei?  
Heut find ich keine Angst.  
Machtvoll die Zuversicht  
In meinem Tun,  
In meinem Sinn,  
Machtvoll fühl ich mein Ziel.

Lieben,  
Lieben ist wunderbar  
Frei von der Angst,  
Frei von Zwang.  
Aus dem tiefsten Inneren  
Drängt das Lieben empor,  
Lässt hinter sich jedes Nein.

Breitet sich aus  
Kühn, klar und stark,  
Fragt nicht mehr nach Moral.  
Fragt nur danach,  
Was die Liebe will  
Fragt nur, was sein soll,  
Fragt, was sein will.

Liebe steigt auf bis ins Firmament,  
Weitet sich grenzenlos,  
Ungebändigkeit kommt zur Ruh,  
Friede breitet sich aus.  
Und die Liebe,  
Versöhnt, sanft, voll Zärtlichkeit  
Senkt sich über das Du.

24.7.05 du vertraute, danke für dein vertrauen, vertrauend. eine so schöne bildhafte sprache, aber in wirklichkeit ist die wirklichkeit nicht wirklich wirklich, bis bald

Wirklichkeit, ist das was wirkt und das was ist.  
Und ist nicht das, was wirksam nicht und was nur scheint.  
Wirklichkeit ist mehr, als nur Essenz.  
Und ist nicht zwingend gleich mit dem Geschehn.  
Ich fühl die Wirklichkeit in Deinen Zeilen, nicht im Tun.  
Fühl eine andre Wirklichkeit als die, von der Du schreibst.  
Sacht trenn ich all dies „Wirklichsein“  
Von allem, was Du intendierst und niemals tust,  
- vielleicht niemals-  
Und fühle etwas Tiefes, etwas, das ganz wirklich ist,  
Nur ahnend, fadendünn und dennoch stark.

Bis bald, - was immer das auch heißen mag.  
Ja, das Vertrau'n, es gründet nicht auf Zeit und nicht auf Tun.  
Und dennoch geht der Riss durch mich hindurch, und schmerzt,  
Weil die Idee, sie möchte sein und nicht mehr ruhn.  
Sie möchte Ganzheit, möchte sein.  
Sieh, ohne Wirksamkeit ist sie nur Keim,  
Ein Keim, der wirklich ist und wachsen will,  
Drum wird der Schmerz in mir nie, niemals still,  
- vielleicht niemals-  
Weil diese Wirklichkeit nicht wirklich wird,  
Nicht wirksam wird durch Dich, durch Dich.

22.5.05 warum meine antworten so spät kommen und so stichwortartig sind: nutze den wind zum segeln; nachts wieder mehr zeit (um nicht alle zeit der welt zu sagen)

12.8.05

Gesegelt bist Du eine ganze Weile  
Im Gewässer meiner Seele,  
Und der Wind der trug dich fort und fort  
Durch die Nacht und durch den Tag.  
Trug Dich durch Momente meines Fühlens  
Sacht das Wasser unter Dir zerteilend.

Alle Zeit der Welt war ein Versprechen,  
Das mich ganz bezaubert hat,  
Alle Zeit der Welt am Rand des Alltags,  
Alle Zeit der Welt, zumindest nachts,  
Alle Zeit der Welt für mich...  
Danach hab ich mich gesehnt.  
Hab´ ich mich gesehnt,  
- damals

27.5.05 hi; wir werden weder dich noch mich enttäuschen, fühle in den bauch, denk an dich, in der umarmung gibt's dann keine enttäuschung

13.8.05

In meinem Herzen ist es still,  
Und tief im Bauch sitzt Traurigkeit,  
Das einzige Gefühl.

Lang ist es her,  
Dass ich in Deinem Arm  
Geborgen war,  
Und dass Dein  
Tun mir Hoffnung gab,  
Lang ist es her.

Enttäuscht,  
Wer hat hier wen enttäuscht?  
Ich weiß es nicht.  
Weiß nur, dass mein Gefühl,  
Mein Bauch,  
Ganz anders spricht,  
Als Du.

25.5.05 melde mein einrücken in der kaserne, gute nacht vertraute

15.8.05

Gut´ Nacht Vertraute,  
Sagtest Du,  
Ein Gruß  
Voll Achtsamkeit.  
Vertraute sein,  
Gesehen sein,  
Gefühlt,  
Erahnt,  
Erkannt.

Die Nacht  
Hat´ s Dir ins Herz gelegt,  
Ich hab gefühlt wie Du.  
Vertraut warst Du,  
Vertraut,  
Vertraut,  
Warst meinem Herz verwandt.

Die Nacht verging,  
Noch wusst´ ich nicht, wie sehr.  
Was folgte, war ein Echo nur,  
Vertraut war ich nicht mehr.

28.8.05

KEIN GEDICHT

Warm ist die Haut

Warm vom Wasser.

Und flüchtig der Duft, fort, fort, fort, im Moment.

Fort bist Du.

Und trotzdem sind Spuren da.

In der Erinnerung Spuren von Duft hinter dem Ohr, dem linken.

Und Deinem Hals.

Duft an den Händen von Deinem Haar.

Und mehr noch.

Die Erinnerung rinnt über die Haut,

Die Brüste, föhlsam, sie föhlen alles, den Stoff, den schwarzen, den Wind.

Sinkt tief hinunter,

Sammelt sich.

Hört das Versprechen, „Du kriegst meinen...“

Hört nicht auf, zu begehren.

Mehr als, Du weißt schon.

Mehr.

Deine Stimme.

Die Augen, die beweglichen.

Und das Hingezogensein zu den Bildern.

Ein schöner Tanz in der Ruhe der Räume

Im verborgnen,

Verborgen vor wachsamen Augen, verborgen das Lächeln teilend mit mir.

Die Lippen, die weichen und zärtlichen, schön ist das.

Will ich mehr?  
Das Schicksal, ich hader,  
Oft und oft.  
Heute nicht.  
Weil ich immer noch fühl,  
Weil das Echo zärtlich ist.  
Weil ich Schönheit fühl in dem Ungebundenen, Freien.  
Schönheit in dem, was nicht festgelegt.  
Kein Nein und kein Ja,  
Daran steigt eine Lust empor, neu,  
Neugierige und volle Sinnlichkeit, so fühl ich heut.  
Heute.  
Und weiß nicht, was morgen ist.

29.8.05

Nachts um halb drei ist das Niemandsland.  
Wach, viel zu früh,  
Wandern Gedanken zu schlafenden Menschen,  
Hör ich die Stille,  
Den Atem darin,  
Die Träume weit fort, in anderen Welten.  
Fühl ich den Schatten der Nacht  
Schon am Rückzug.

Kühl betastet die nächtliche Luft  
Meine Haut.  
Ich betaste die Worte von gestern.  
Denke nach über das wirkliche Leben,  
Das unwirkliche, das befühle ich auch.

Unwirklich,  
Du.  
Unwirklich,  
Ich.  
Nicht mehr ganz Nacht  
Noch nicht ganz Tag,  
Stell ich Fragen nach Liebe  
Und Fragen nach Frauen,  
Denn ich wappne mich.

Wenn die Nacht weicht  
Und das Niemandsland,  
Wenn die Wirklichkeit ausstreckt den Arm  
Und Dich fortnimmt,  
Dann will ich die Unwirklichkeit  
Mit Dir ausgetrunken haben,  
Will ich zu meinem gemacht haben,  
Was Du in mir angerührt hast,  
Und mein Herz  
Wird sehend,  
Und es muss immer sehen,  
Aufrichtig sehen,  
Lächeln,  
Auch, wenn Du mich  
Schon lang´ nicht mehr siehst.

26.9.05

Auch ich bin Wind,  
bin stark und doch nicht fassbar.  
Wenn Du mir standhältst,  
Dann berühre ich dich.  
Wenn Du standhältst,  
Dann werde ich innehalten  
Und Du kannst entdecken,  
Wie sich meine Leidenschaft anfühlt.

Ich bin wie der Wind,  
Ich kehre wieder  
Verflechte mich mit Deiner Bewegung  
Und es gibt Donner und Blitz.  
Es wirbeln Gedichte in unsere Energie hinein,  
Frag mich nicht, woher sie kommen,  
Sie kommen aus der Verschmelzung  
Und aus einem Geheimnis.

Wenn Du stark bist,  
Dann finde ich das aufregend,  
Wenn Du schwach bist, dann entferne ich mich innerlich.  
Ich möchte niemals MACHT über Dich haben.  
Aber wenn du mir freiwillig begegnest,  
Werde ich dich lieben, wirklich lieben.  
Was Du daraus machst,

Ich weiß es nicht.

Was ich mache?

Ich, ich strecke meine Fühler in alle Richtungen,

Ich berühre die Welt, ich entdecke mich selbst.

10.10.05

Am Anfang war alles Eins.  
Und dann kam die Trennung von Licht und Schatten  
Und Himmel und Erde.  
Und die Sehnsucht nach Einheit,  
Die ein stetes Streben nach Gleichgewicht nach sich zieht.  
In der ersten Nacht,  
Da waren wir eins,  
Und dann kam die Trennung zwischen geträumtem Leben und wirklichem Leben,  
Und zwischen uns traten der Raum und die Zeit  
Und die Sehnsucht blieb in mir, ganz in mir.  
Um dem Leid zu entgehen, bekämpfe ich Dich.

11.11.05

Der Atem strömt,  
Bewegt mich sacht,  
Wie das Gezweig vor mir.  
Und mit dem Atem  
Ist die Traurigkeit,  
Auch sie bewegt sich hier.  
Geht hin und her,  
Ich stör sie nicht,  
Ich lass sie einfach sein,  
Ergebe mich,  
Und wehr mich nicht,  
So ist sie einfach mein.

19.11.05

Mein Lieber, Du, so müde,  
Ich bin im Herz bei Dir.  
Ich komme Dir ganz nahe  
Schau an, jetzt bin ich hier.

Fühl schwer Dich ruh´n in meinem Schoß,  
Das ist mir keine Last,  
Richt´ meinen Blick ins Land hinein,  
Und bin in Deinem Müdsein Gast.

Fühl, wie der große Himmel  
Das weite Land berührt,  
Und wie uns dieser Himmel  
Still beide schützt und birgt.

16.8.06

Wenn...

..ich zaubern könnte, dann würde ich mich zu Dir hinzaubern, ganz leise. Um Dich anzusehen.

Und Deine Lippen berühren, ohne daß Du es merkst. Und dich küssen. Überall.

Ohne daß Du es merkst.

Nicht Dir zuliebe.

Nur mir zuliebe.

Aber ich kann nicht zaubern.

Und so bleib ich fern.

Und bleib sehnsüchtig.

Heute besonders.

Manchmal fast gar nicht.

Aber heute,

- eben -

sehr.