

## Du bist der geliebte Mensch

„Ich habe dich bei deinem Namen gerufen, von allem Anfang an.

Du bist mein und ich bin dein.

Du bist mein geliebtes Kind, an dir habe ich immer Wohlgefallen.

Ich habe dich in den Tiefen der Erde geformt und dich im Schoß  
deiner Mutter gewoben.

Ich habe dich in meine Hand geschrieben, habe dich im Schatten  
meiner Flügel geborgen.

Ich blicke auf dich mit unendlicher Zärtlichkeit und Sorge mich um  
dich mit einer Sorge, die noch viel tiefer geht als die Sorge einer  
Mutter um ihr Kind.

Ich habe jedes Haar deines Hauptes gezählt und jeden deiner Schritte  
geleitet.

Wo immer du hingehst, gehe ich mit dir, und wo immer du ruhst,  
wache ich über dich.

Ich will dir Nahrung geben, die all deinen Hunger sättigen wird, will  
dir einen Trank geben, der all deinen Durst stillen kann.

Ich will mein Angesicht nicht vor dir verbergen.

Du weißt, dass ich dir gehöre, und ich weiß, dass du mir gehörst.  
Du gehörst zu mir.

Ich bin dein Vater, deine Mutter, dein Bruder, deine Schwester, dein  
Liebhaber und dein Gemahl.

Ja, ich bin sogar dein Kind.

Wo immer du sein wirst, will auch ich sein.

Nichts wird uns jemals trennen können.

Wir sind eins.“

Aus dem Buch von Henri Nouwen

„Du bist der geliebte Mensch“

## Aufhebung

Sein Unglück ausatmen können  
tief ausatmen  
sodass man wieder  
einatmen kann

Und vielleicht auch  
sein Unglück sagen können in Worten  
in wirklichen Worten die zusammenhängen  
und Sinn haben  
und die man selbst noch verstehen kann  
und die vielleicht sogar irgendwer sonst versteht  
oder verstehen könnte  
Und weinen können  
das wäre schon fast wieder Glück

Erich Fried

## Rezept (Mascha Kaleko)

Jage die Ängste fort  
und die Angst vor den Ängsten.  
Für die paar Jahre wird wohl alles noch reichen.  
Das Brot im Kasten und der Anzug im Schrank.

Sage nicht mein.  
Es ist dir alles geliehen.  
Lebe auf Zeit und sieh, wie wenig du brauchst.  
Richte dich ein.  
Und halte den Koffer bereit.

Es ist wahr, was sie sagen:  
Was kommen muss, kommt.  
Geh dem Leid nicht entgegen.  
Und ist es da, sieh ihm still ins Gesicht.  
Es ist vergänglich wie Glück.

Erwarte nichts.  
Und hüte besorgt dein Geheimnis.  
Auch der Bruder verrät, geht es um dich oder ihn.  
Deinen eigenen Schatten nimm zum Weggefährten.

Feg deine Stube wohl.  
Und tausche den Gruß mit dem Nachbar.  
Flicke heiter den Zaun und auch die Glocke am Tor.  
Die Wunde in dir halte wach unter dem Dach im Einstweilen.

Zerreiß deine Pläne.  
Sei klug und halte dich an Wunder.  
Sie sind lang schon verzeichnet im großen Plan.  
Jage die Ängste fort  
und die Angst vor den Ängsten.

Jesus sagte zu Maria, warum weinst du?  
Wen suchst du?  
Sie meinte, es sei der Gärtner, und sagte zu ihm:  
Herr, wenn du ihn weggebracht hast, sag mir,  
wohin du ihn gelegt hast! Dann will ich ihn holen.  
Jesus sagte zu ihr: Maria! Da wandte sie sich um und sagte auf  
Hebräisch zu ihm:  
Rabbuni, das heißt: Meister.

„ich habe dich gesucht  
Du hast mich gefunden  
meine tränen  
machten mich blind.

Du hast mir  
die augen geöffnet  
da sah ich den gärtner  
Du hast mir  
das ohr geöffnet  
da hörte ich  
meinen namen  
da war ich neu geboren

deine liebe drängt mich  
zu denen die noch  
todesbeschattet

ich öffne ihr grab  
und rufe sie heraus  
Du atmest dich  
in sie ein  
da leben auch sie.“