

Ilona Anderegg

**Mittelstücke des
Alltags**

**Texte,
ungeschüttelt, ungemischt
und unverrührt**

Ilona Anderegg, „Mittelstücke des Alltags“

Texte: © Copyright by Ilona Anderegg

Satz: Simon Anderegg

Umschlaggestaltung: Ilona und Simon Anderegg

Umschlagfotos: © Copyright by Ilona Anderegg

© 2019 Verlag Ilona Anderegg

info@ilonaanderegg.de

Homepage: www.ilonaanderegg.de

Druck: epubli ein Service der neopubli GmbH, Berlin

Printed in Germany

Inhaltsverzeichnis

| | |
|------------------------------------|----|
| Vorwort | 9 |
| Baum des Lebens..... | 11 |
| Gemeinsam | 14 |
| Gedanken und Träume | 16 |
| Regen | 17 |
| Schmetterling..... | 21 |
| Im Fluss der Zeit | 22 |
| Freunde..... | 25 |
| Des Lebens Würze | 28 |
| Getragen | 29 |
| Liebe..... | 33 |
| Der Mensch ist wie eine Nudel..... | 35 |
| Ein neuer Tag..... | 36 |
| Schreiben | 43 |
| Rot | 47 |
| Heimatlos | 51 |

| | |
|---------------------------|-----|
| Heimat | 54 |
| Wärmend..... | 59 |
| Ich laufe | 63 |
| Stimmung..... | 67 |
| Kranke Gesellschaft | 69 |
| Kehrt um..... | 71 |
| Lärm..... | 75 |
| Liebeskummer | 79 |
| Zug fahren..... | 81 |
| Das Mittelstück..... | 83 |
| Verwandlung..... | 92 |
| Pfeife | 93 |
| Pfad des Lebens..... | 94 |
| Wärme | 98 |
| Wahrnehmung..... | 100 |
| Umhüllt..... | 102 |
| Hochnebel | 104 |
| Abend..... | 105 |

| | |
|-------------------------------------|-----|
| Grauer Himmel | 106 |
| Kälte | 110 |
| Grau | 112 |
| Trinität der Farben | 120 |
| Schreiben, um zu bleiben | 122 |
| Bleiben - vergehen..... | 129 |
| Gedankenland | 131 |
| Ich sehe hinauf an den Himmel | 134 |
| Der Baum | 138 |
| Wellenrauschen | 139 |
| Dank..... | 140 |
| Widmung | 141 |
| Hinweise..... | 142 |
| Weiterführende Informationen..... | 148 |

Vorwort

Das Leben ist vielfältig, interessant und facettenreich. Es gibt so viele Dinge, die wir jeden Tag sehen, aber oft nicht bewusst wahrnehmen.

Es gibt Sachen, die wir erleben, die wir aber nicht hinterfragen oder über die wir nicht länger nachdenken.

Und doch gibt es so vieles, was interessant ist, genauer betrachtet zu werden und auf sich wirken zu lassen. Das Leben ist nicht immer so, wie es auf den ersten Blick erscheint, das Leben ist kostbar und findet nicht an der Oberfläche statt, auch wenn es einem oft so vorkommt.

Leben heißt aufmerksam sein für unser Umfeld, für unser Handeln, für unser Unterwegssein, für unser Empfinden und Denken.

Themen zum Aufmerken gibt uns das Leben genug. Diese Texte sind ein kleiner Auszug davon. Lassen Sie sie auf sich wirken.

Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit damit.

Ilona Anderegg

Baum des Lebens

Zart, weich und zerbrechlich
ist das kleine Pflänzchen,
das aus der Erde ans Tageslicht kommt.

Der Wind biegt es nach links,
der Wind biegt es nach rechts
und es kann sich nicht dagegen wehren.

Aus dem kleinen Trieb
wird mit der Zeit
ein immer stärkerer Stamm.

Der Wind kann ihm nichts mehr anhaben,
leicht lässt er sich hin- und herbewegen
und er muss keine Angst mehr haben
zerstört zu werden.

So wächst der Baum mit den Jahren
immer weiter
bis er grösser und kräftiger wird.

Die Vögel setzen sich auf seinen Ästen nieder
und Blumen und Pflanzen spendet er Schatten.

Alles wäre gut,
würde nicht der Mensch kommen
und versuchen
den Baum nach seinen Wünschen zu gestalten.

Der Mensch möchte einen geraden Baum,
daher beginnt er ihn zu richten.

Er sägt ihm seine Äste ab
um ihn zu formen.

Der Mensch mag nicht viele Blätter
im Herbst zusammenrechen,
daher wird der Baum gestutzt.

Der Baum muss leiden,
er kann nicht mehr er selbst sein.

Geht es uns selbst nicht genauso?
Müssen wir uns nicht auch ständig stützen

und zurechtbiegen lassen,
bis es unserem Umfeld gefällt?

Sollten wir nicht die Stürme des Lebens
aushalten, ihnen standhalten
und ganz wir selbst sein können?

So wie wir sind, sind wir gut,
egal ob wir gerade gewachsen sind
oder krumm,
ob mit vielen Blättern
oder wenigen.

Wir sind wir
mit all unseren Lebensringen
und das ist gut so.

Schmetterling

Ich blickte vom Balkon herab
und sah einen wunderschönen Schmetterling.

Er flog nicht einfach so,
sondern schien regelrecht
durch die Lüfte zu tanzen.

Er genoss den schönen, sonnigen Herbsttag.

Er war so unbeschwert fröhlich,
denn er lebte im Hier und Jetzt.

Er machte sich nicht Gedanken um morgen,
denn sonst hätte er erkannt,
dass er in dieser Daseinsform
nicht mehr lange Bestand haben wird,
da der kalte Winter nicht mehr fern.

Pfeife

Warum ist eine Pfeife eine Pfeife,
obwohl man mit ihr nicht pfeifen kann?
Also ich meine damit,
dass man mit ihr nicht trällern, tröten,
pfeifen kann.

Eigentlich zieht man doch an einer Pfeife.
Warum nennt man sie nicht „Zieh“?
Oder „Zug“,
denn einen solchen nimmt man doch aus ihr.

Aber was wäre dann mit dem Zug,
also der Eisenbahn,
die müsste dann ja auch anders heißen,
zum Beispiel „Fährt“,
aber der Zug fährt ja nicht immer.
Hieße er nicht besser „Steht“?

Hochnebel

Der Hochnebel
schmiegt sich wie ein weißer Pelzkragen
um den Tag.

Die Sonne durchbricht das Dunkel.

Der Tag legt ab den weißen Schal.

Bunte Blätter, mantelgleich,
trägt er nun,
der Tag.

Sie reichen bis an den Boden,
mit einer Schleppe in grün, gelb und rot.

Der schwarze Asphalt
lässt die Farben deutlich sich zeichnen.

Die Natur,
ein stetig sich änderndes Theaterstück.

Bleiben - vergehen

Bleiben – vergehen.

Kommen und gehen.

Vertrieben – verwurzelt.

Zuhause – Heimat.

Loslassen – neu beginnen.

Das Alte lassen – das Neue wagen.

Unsicherheit im Rücken – Hoffnung im Vorne.

Wagen, fragen, tragen.

Worte werden zu Tragwerken,

zu Fundamenten,

zu Aufbauten,

zu Burg und Festung.

Ausgerissen wie eine ungewollte Pflanze,

wie Unkraut verworfen,

nicht wirklich betrachtet.

Knospe,
entfaltet,
Blütenpracht.
Gesehen und bestaunt.
Geliebt statt verworfen.

Ankommen, bleiben.
Sich öffnen,
angesehen werden,
Freude,
erblühen.

Innere Schönheit und äußere Pracht.

Erkannt sein – ich sein – da sein.