Wenn das Unsagbare heimkehrt

Gedichte aus dem Raum zwischen Atemzügen

Über Einsamkeit

Markus Bodenmüller

Nicht das Alleinsein

Du fragst,
was Einsamkeit ist.

Doch du kennst die Antwort.
Du spürst sie –
auch wenn du sie verdrängst.
Wie ein Schatten,
der sich in dein Lächeln legt.

Einsamkeit,
höre ich mich sagen,
ist nicht das Alleinsein.

Nicht das Fehlen von Stimmen,
nicht das Schweigen der Welt.

Sie beginnt,
wenn du dich selbst verlässt,
um anderen zu gefallen.

Wenn du Ja sagst
während dein Inneres
nach einem Nein ruft.

Wenn du in Gesellschaft bist –
und doch niemand da ist,
der dich wirklich sieht.

Einsamkeit
ist kein Ort,
sondern ein Zustand.
Ein zarter Spalt
zwischen dem, was du fühlst,
und dem, was du zeigst.

Aber vielleicht
führt dich genau dieser Riss
zurück.
Zu dir.

Dort,
wo du dich hörst,
noch bevor du sprichst.
Wo du bleibst,
auch wenn andere gehen.

Dort,
wo du ganz bist –
alleine.
In dir ruhend.

Nicht einsam.
Bei dir.

Manche Sätze in diesem Band
wollen nicht verstanden werden –
sie wollen gespürt werden.

Vertraue deinem Herzen.
Vertraue deinem Gefühl.

Es geht nicht ums Denken.
Es ging selten darum.

Dies ist ein Raum zum Spüren.
Zum Sein.

Fühlst du es?

www.sein-und-leben.de