

An der Ostsee

An der Ostsee.

Eine Sonnenempfindung tanzt durch den Tag,
welche Freiheit und sinnliche Güte verspricht.

In wärmenden Wirbeln durchstreift sie die Luft,
das chemisch-hybride Gemisch in realer Natur,
und in sanften Strahlen durchwellt sie das Gas
die leichte Materie, die wir atmend gebrauchen.

Ich selber spaziere am Strand, ich schaue und staune:
Meereswellen durchrauschen die Muscheln der Ohren;
ein salziger Duft fließt mild in der flüchtigen Schwebel,
unter den Füßen, sonnengewärmt der gelblich weiße Sand
und Klänge, bemerkbar von Möwen und Menschen
durchweben schallwellengleich das fliegende Element.

Und eine riesige Weite erstreckt sich im sichtbaren Meere,
so weit wie das Auge nur wandert, noch weiter hinaus
bishin an die fernen Küsten der nicht sichtbaren Welt.
Myriaden an Tropfen dicht an dicht im Meere vereint,
beweglich und intensiviert in einem kräftigen Blau,
in der Wellendynamik, die wirklich vom Winde berührt,
spiegeln die Farben des wolkendurchzogenen Himmels
und schäumen ihren Schaum an die Ufer und Dünen.

Und die Atome, die einst im Wasser noch schwammen
Für Jahre, Dekaden, höchst wahrscheinlich noch länger,
die aus Strömen der Meere, aus den Tiefen herkommen,
in bunten Korallen, Delphinen und Walen einst lebten,
sich nun aus fluiden Gewässern und Meeren erheben
wie ein zarter Dunst, wie ein hauchzarter Nebel
und sich spürbar verbinden mit Winden am Strand,
welche wehen und sausen und winden und brausen
unsichtbar, unverzichtbar, in austauschender Präsenz,
sie durchdringen die Lungen und dringen ins Blut.

Körper durchkreisend, Formen durchlaufend
Werden sie zu dem, der sie eratmet, leibhaftig,
sie werden ein Teil unserer somatischen Gestalt.

Und im Laufe der fließenden Zeit; durchtanzt
eine Meeresempfindung mir lebendig das Herz,
die mir Freiheit und sinnliche Güte verspricht
in wärmenden Wellen durchstreift sie mein Blut

den inneren flüssig beweglichen Naturkreislauf,
der aus gebundenen Wasseratomen sicher besteht.

Und über dem Schädel - da kreisen die Möwen geflogen;
ein gefiederter Schwarm, silber- köpfig wie schön,
sie durchwirbelt den Himmel, der sich langsam bedeckt,
sich allmählich rasant ganz ohne Reue agglomeriert,
wolkenüberzogen, formenerzeugend und drohend.
Es schimmert und dämmt in grauer Betrübung
Als nun Méereswinde die Küste durchjagen,
die den lockeren Sand am Strand verwehen,
und die Gräser, die Grünen wie wild berühren,
die Kronen der Bäume übertragend durchwühlen
windend und sausend, wuchtend und brausend,
es zischt und rauscht - natürlich enthemmt,
das Sturm-Vaters Kind in Winde gestemmt
und da: Die Wellenbewegung scheint wie entzügelt,
die Fläche des Wassers ist weit durchhügelt
als seien Elemente gemeinsam am Spielen
als ob sich die Winde im Wasser gar spiegeln.

Aufgebracht durchdringt mich der Wandel
Von Wetter und Stimmung und Zeiteinhalt
ich will nicht nur schauen, will selber handeln,
von Kleidung befreit, das Wasser war kalt.
Und hinein! Hinein! In die naturstarke Flut,
gegen den Strom, zum Kampfe bereit,
ohne Bedenken mit dem Willen vereint,
Trägheit und Ängste verneint und mit Mut!
Hinein! Zum Schwimmen und kraulen,
sich selber bezwingend,
damit die schlechten Gedanken verklingen
und sich erneuern in Stärke und Kraft
soweit wie nur möglich, in Leidenschaft.

Von Möwen begleitet, von Winden durchhaucht
Wird geschwommen, gekämpft, gelebt und getaucht
Ohne zu Zögern den Fluten getrotzt,
Wasser geschluckt und Wasser gerotzt,
und die Wellen, sie toben in wilder Erregung
ohne zu Fragen und ohne Verwesung,
überschlagend wie schäumend, wellengebrochen
ward ich gefordert, begeistert, getroffen.

Und Fluten die fast Lawinen fast gleichen
Über die Grenze des Schädels gar reichen
Durchwellen gewaltig das nass-kalte Meer,
die Sprache ist leicht, doch der Kampf ist schwer.

Doch Rückzug ist feige und der Wille, der spricht:
„Höre nicht auf und ängstige nicht
was du nicht kennst, in dir ist Licht,
mach weiter, soviel du nur kannst,
und wisse, das Meeresgefühl, dass du empfandst,
wirkt kräftig in dir, nicht ohne Grund,
Sport macht dich frei, lebendig, gesund.“

Und weiter geht fließend die schwimmende Reise,
pochend mein Herz, es schwingt nicht mehr leise,
es kämpft und schlägt in erhöhter Frequenz,
ekstatisch nun auch der Körper entgrenzt,
so erzeugt mein Hirn noch Dopamin
wie Trunken vor Rausch in Endorphin
Ins Blut dringt reich noch Serotonin
Und verschüttet wird auch noch Adrenalin
Und durchkämpft die Wild-Wasser-Flut
In begieriger Weise und sportlicher Glut.

Wie von allein schwimmen die Glieder,
mal links, mal rechts, in bleibendem Takt
Arme und Beine wieder und wieder,
rhythmisch im Flow, dynamisch der Akt.
Rundherum vom Wasser umspült
Durchströmt man selbst die kalte Umgebung,
fortbewegt, euphorisch gefühlt
so spür ich selbst die wahre Erlebung.

Bis dann der Punkt vollends erreicht,
wo die Kälte im Wasser mich fast schon vereist,
so muss ich noch rasch ans Ufer zurück,
wo mich erwartet das wärmende Glück.
Und in Ausdauer schwimmt das kräftige Herz,
die Muskeln durchzieht ein zehrender Schmerz,
die Sehnen und Zellen wie belastend gespannt
so kommt immer näher der erlösende Strand.
Doch mächtige Wellen strömen stark fort

Unruhig wie brausend ohne ein Wort
und es bricht sich oben am Wellenberg
Erneut die Lawine, die von hinten erschwert.

Ein Hilfe, ein Leises, blitzte schnell durch
Den inneren Schädel, der nicht verzagt,
ich spürte den Hauch von Lebensfurcht,
Doch der Wille taucht auf und sagt:
„Nicht ohne Grund bist du geschwommen,
nicht ohne Ziel hast du begonnen,
und also halt durch, obzwar du benommen,
doch gleich, gleich hast du gewonnen.“

Und aus jedem Muskel wird noch gepresst
ein tief energetisch empfundener Rest,
der Kälte, Frust und Schmerzen erträgt,
indessen das Herz noch wuchtiger schlägt.
Und die letzten Züge kurz vor dem Ziel
Vollenden für sich das sportliche Spiel
Und erleichtern nun selbst die leibliche Qual
Endlich erreicht! Zum fünfzehnten Mal.

Und jetzt, jetzt bin ich in Sicherheit,
ich schwamm ans Ufer lebendig zurück
und endlich erlöst, erschöpft in Freiheit
so war mir die Erde ein rettendes Glück.
Und ich fühlte die innere Spannung, die Kraft,
welche die Muskeln energisch durchpulste,
wie frisch gepresster Mitochondrien-Saft,
der das Plasma der Zellen durchspülte.

Und ich danke den Wellen, der natürlichen Flut
Und sage zum Wasser, du bist mächtig und Gut!

©