

Gute Gedanken

... geschrieben und gemalt

von Gabriele Koenigs



Inhalt

Vorwort	Seite 2	Draußen sein	Seite 34
Verwandlung	Seite 4	Das Licht dringt durch	Seite 36
Jeden Tag etwas Neues	Seite 6	Sanfte Verwandlung	Seite 38
Im stillen Kämmerlein	Seite 8	Mutterseelenallein	Seite 40
Auf das Wesentliche reduziert	Seite 10	Ich weiß, dass mein Erlöser lebt	Seite 42
Getröstet	Seite 12	Lob und Dank	Seite 44
Schritt für Schritt	Seite 14	Ein heiteres Herz	Seite 46
In der Ruhe liegt die Kraft	Seite 16	Humor ist, wenn man trotzdem lacht	Seite 48
Hallo	Seite 18	Den Mut zusammennehmen	Seite 50
Das Leben feiern – trotz allem	Seite 20	Geduldsprobe	Seite 52
Auf und ab	Seite 22	Es ist vollbracht	Seite 54
Zufluchtsort	Seite 24	Respekt	Seite 56
Mir zuliebe. Euch zuliebe. Uns zuliebe	Seite 26	Lernen	Seite 58
Heimkommen ist Erlösung	Seite 28	In guten Händen	Seite 60
Nicht zu fassen	Seite 30	Hier und Heute	Seite 62
Freudenzeit	Seite 32	Impressum	Seite 64

In die Welt hinaus

Mitte März 2020 begann ich, täglich ein Bild und einige gute Gedanken auf meiner Internetseite zu veröffentlichen. Ich wollte damit denen, die mir am Herzen liegen, in der großen Corona-Krise beistehen. Es zeigte sich bald, dass diese Beiträge von vielen Menschen regelmäßig gelesen und weitergegeben werden. Ich wurde gefragt, ob ich nicht ein Buch daraus machen könnte. Dieses Buch halten Sie nun in der Hand.

Die Corona-Krise betrifft uns alle. Keine Familie, kein Kollegenkreis, kein Freundeskreis und keine Gemeinde ist davon ausgenommen. Wir müssen auf vieles verzichten, damit die Ansteckung nicht so rasant weitergeht wie am Anfang. Wir müssen besonnen miteinander umgehen. Unser ganzes Leben steht auf dem Prüfstand. Und es ist nicht nur in Deutschland so. Die anderen Länder sind auch betroffen, zum Teil viel heftiger als wir. Es ist nötig, dass wir einander unterstützen und beraten. Niemand kommt allein durch diese Krise.

Wir werden in unserem Leben immer wieder vor große Herausforderungen gestellt. Krankheit und Sterben, Arbeitslosigkeit und Verschuldung, Trennungen und andere Krisen stellen alles in Frage, was wir gewohnt waren. Wir brauchen Unterstützung, Ermutigung und Trost. Wir brauchen Mitgefühl und gute Gedanken, die uns wieder auf die Sprünge helfen.



Ich schicke meine Worte und Bilder in die Welt hinaus. Sie werden hier und dort landen, so wie die Samen der Pusteblume. Ich habe nicht in der Hand, wo und wann und bei wem sie landen. Ich lasse sie los voller Vertrauen. Mögen sie gut landen und hier und dort hilfreich sein! .

Die meisten Bilder in diesem Buch habe ich bisher noch nicht veröffentlicht. Einige sind während der Krise ganz neu entstanden. Sie finden in diesem Buch realistische und abstrakte Bilder, Aquarelle, Ölbilder und Bilder in Mischtechnik.

Genießen Sie die Vielfalt der Motive und Stile und Themen. Lassen Sie die Bilder und Worte zu sich sprechen. Ich wünsche Ihnen viel Freude mit diesem Buch.

Gabriele Koenigs



Zum Losfliegen bereit.
Aquarell (2020), 34 cm x 24 cm

Verwandlung

Unsere jetzige Zeit ist Zeit für Verwandlung. Verwandlung ist etwas Faszinierendes. Sie geschieht Schritt für Schritt. Sie geschieht unablässig. Sie geschieht oft im Verborgenen. Am Ende ist etwas ganz anders als am Anfang.

Pustebumen sind für mich der Inbegriff von Verwandlung. Und Schmetterlinge sind es auch.

Da ist zunächst die Raupe, dieses gefräßige Wesen, welches unablässig unterwegs ist, um Futter zu suchen. Dann verpuppt sie sich, wird bewegungslos und starr. Sie ist in ihren Kokon eingesperrt. Dort geschieht die große Umwandlung. Und schließlich erscheint dieses zarte, schöne und leichte Wesen: Der Schmetterling.

Wir befinden uns zurzeit auch fast wie in einem Kokon. Wir können noch hier und da heraus, wir sind nicht bewegungslos. Und doch sind unsere Aktivitäten radikal eingeschränkt. Es dient in erster Linie der Vermeidung von Ansteckung. Und es wird auch einen höheren Sinn haben. Es entwickelt sich etwas Neues in uns. Es geschieht in jedem Einzelnen und in der ganzen Gesellschaft. Es ist nicht angenehm. Wir haben diesen Kokon so wenig gewählt wie die Raupe. Im Moment können wir nur hoffen und vertrauen, dass etwas Gutes daraus entsteht. Ein großes Umdenken, eine neue Art des Umgangs miteinander, neue Strukturen des Zusammenlebens. Wir sehen es noch nicht. Aber viele fühlen es.

Nun heißt es: Vertrauen. Nun heißt es: Sich überlassen. Nun heißt es: Wachen und Beten. Nun heißt es: Innere Bilder auftauchen lassen. Träumen. Lesen. Singen. Hoffnung bewahren. Einander trösten. Die Verwandlung geschieht. Sie hat ihren Sinn.

Das Schwierigste ist, dass wir keine Ahnung haben, wieviel Zeit das braucht. Es wäre viel leichter, wenn wir uns darauf einstellen könnten: Ab Juni ist alles wieder okay. Ab dann können wir wieder planen. Aber niemand weiß es jetzt. Wir müssen warten, wie sich alles entwickelt. Wir müssen uns überlassen. Das ist jetzt eine große Übung für uns. Eine Einübung in Geduld, Vertrauen und Hoffnung.

Möge sich die Schwere und Traurigkeit allmählich verwandeln in eine lebendige Leichtigkeit.



Fingerzeig.
Aquarell (2020). 34 cm x 24 cm

Jeden Tag etwas Neues

Das Leben ist zurzeit ziemlich eintönig geworden. Normalerweise gibt es mehr Abwechslung. Wir fahren mal hierhin, mal dorthin. Wir machen Besuche und bekommen Besuch. Wir gehen ins Kino oder ins Theater. Wir belegen Kurse und gehen zu Veranstaltungen. Wenn das nicht geht, fühlt sich das Leben eintönig an. Und doch: Es ist Leben! Vergessen wir das nicht. Wir haben genug zu essen. Strom und Wasser sind da. Das Internet läuft. Radio und Fernsehen und Telefon funktionieren. Wir können hinaus, spazieren und wandern und das Nötige einkaufen. Und wir erleben den Frühling.

Für unsere Vorfahren war das Leben viel eintöniger und viel mühsamer als für uns. Jeder Eimer Wasser musste vom Brunnen geholt werden. Jedes Kleidungsstück musste von Hand gewaschen werden. Beim Essen gab es lange nicht so viel Auswahl wie heute. Die Leute aßen, was sie auf ihren Feldern geerntet hatten. In manchen Jahren war es sehr wenig. Und sie hatten eine schlechtere Gesundheitsversorgung. Sie hatten weniger Stress. Aber sie hatten viel mehr Arbeit und viel weniger Abwechslung als wir. Ihr Radius war kleiner. Sie konnten keine Reisen unternehmen. In der Hauptsache brachten die Jahreszeiten die Abwechslung.

Frühling fühlt sich ganz anders an als Winter. Ich genieße die vielen Farben. Ich sehe die Blüten und rieche ihre Düfte. Ich trage dünnere Kleider und leichtere Schuhe. Ich spüre die Sonnenwärme auf meiner Haut. Ich pflücke Frühlingskräuter im Garten und auf den Wiesen. Es gibt wieder Erdbeeren, wie köstlich! Die Bäume tragen ein frisches grünes Kleid. Ich sehe, wie die

Insekten schwärmen und die Früchte ansetzen. Ein Milan zieht seine Kreise über unserem Städtchen. Eigentlich gibt es jeden Tag etwas Neues zu sehen. Der Garten verändert sich von Tag zu Tag. Im Sommer wird er nochmals andere Farben tragen. Wir werden ernten, was jetzt gesät ist. Und ich werde barfuß gehen. Ich freue mich jetzt schon darauf.

Manche liegen jetzt im Bett und ringen nach Atem. Sie wären froh, wenn der Atem wieder gleichmäßig ginge. Manche arbeiten im Krankenhaus und wissen gar nicht, wie sie fertig werden sollen und wo ihnen der Kopf steht. Sie wären froh, wenn sie mal ein paar Tage zum Ausruhen hätten. Manche leben auf der Straße und wären froh, wenn sie jeden Tag etwas zum Essen hätten. Manche sind auf der Flucht und wissen nicht wohin. Dagegen haben wir es sehr, sehr gut. Vergessen wir das nicht! Wir jammern auf hohem Niveau. Wir waren und sind sehr verwöhnt. Vielleicht müssen wir eine solche Zeit durchleben, um das zu erkennen.

Vielleicht müssen wir eine solche Zeit durchleben, um dankbarer und solidarischer zu werden. Vielleicht müssen wir jetzt in uns gehen. Das wird uns ganz bestimmt nicht schaden. Ganz im Gegenteil: Hier können wir aus der Quelle schöpfen.

Unerschöpflich.
Aquarell (2018). 36 cm x 35 cm

