

# Hast du den Mut gesehen?



## Das Mutmacherbuch

Erzählungen, Märchen und Gedichte,  
die Zuversicht geben

Martina Meier (Hrsg.)

Impressum:

Besuchen Sie uns im Internet:  
[www.papierfresserchen.de](http://www.papierfresserchen.de)

© 2019 – Papierfresserchens MTM-Verlag  
Mühlstraße 10 – 88085 Langenargen  
Telefon: 08382/9090344  
[info@papierfresserchen.de](mailto:info@papierfresserchen.de)  
Alle Rechte vorbehalten.  
Erstauflage 2019

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.

Herstellung + Lektorat: Redaktions- und Literaturbüro MTM  
[www.literaturredaktion.de](http://www.literaturredaktion.de)  
Coverillustration: © alphaspirt - Adobe Stock lizenziert

Druck: Gedruckt in der EU  
ISBN: 978-3-86196-871-9

Martina Meier (Hrsg.)

# Hast du den Mut gesehen?

## Das Mutmacherbuch

Erzählungen, Märchen und Gedichte,  
die Zuversicht geben



# Die Autor\*innen

Jerusha Präpst	7
Renate Irina Eidenhardt-Ach	9
Katja Lippert	11
Gudrun Güth	13
Ingeborg Henrichs	16
Dani Karl-Lorenz	17
Sieglinde Seiler	19
Carina Isabel Menzel	21
Dörte Müller	24
Kay Ganahl	26
Thomas Trauth	29
Dr. med. Barbara Bellmann	31
Susann Scherschel-Peters	35
Wolfgang Rödiger	39
Heiko Ullrich	40
Bettina Schneider	44
Luna Day	48
Carola Marion Menzel	52
Jürgen Heider	55
Regina Berger	56
Susanne Horn	59
Ingrid Baumgart-Fütterer	63
Kristina Plenter	66
Christian Hinnah	67
Anja Zachrau	71
Margret Küllmar	79
Angie Pfeiffer	81
Alizé Siffleur	85
Robin Royhs	87
Barbara Acksteiner	89
Susanne Weinsanto	93
Ruth Weisel	95
Simone Hänel	99
Juliane Barth	103
Pawel Markiewicz	104

# Inhalt

Der Nudelsuppenmann	7
Mut zum Leben	9
Die herzliche Mutter	11
Meine Schwester Mia	13
Leben	16
Meine Erzählung, Geschichte oder Erfahrung!	17
Seelischer Hunger	19
Hast du den Mut gesehen?	21
Der Akkordeonspieler	24
Achim	26
Der Mann mit dem Dachschaten	29
Wünschen leicht gemacht	31
Das kleine Schnitzelchen	35
Rosalie	39
Der Stinkstiefel	40
Der Duft von Orangenblüten	44
Sich auch mal was trauen	48
Am Ende	52
Die Zeit	55
Leon und Max	56
Mut zur Liebe	59
Regie im eigenen Leben führen	63
Eine Melodie aus zauberhaften Klängen	66
Mutbringerin in der Not	67
Die Zauberblume	71
Omas Foto	79
Tanze mit mir in den Morgen	81
Deshalb liebe ich ihn	85
Kurt wacht auf	87
Kleine Emmi	89
Niklas mit den Glupschaugen	93
Tanze, Herz!	95
Konfrontation	99
Liebe – Stark wie ein Baum	103
Im Feenland mitten im Stern	104



# Der Nudelsuppenmann

Diese Welt ... hat viele traurige Geschichten. Viele Tränen. Viele Lebewohls. Viele Liebende, die wieder zu Fremden werden.

Aber sie hat auch viele wunderschöne Geschichten. Viele Lächeln. Viele Hallos. Viele Fremde, die zu Freunden werden.

Manche Begegnungen verändern unser gesamtes Leben. Manche schönen Zeiten werden zu traurigen – und manche traurigen werden wiederum zu schönen. Manchmal scheint das Licht aus unserem Leben verschwunden zu sein. Aber das ist es nicht. Es ist nicht fort. Es ist nur verdeckt, wie die Sonne von düsteren Wolken.

Vielleicht wird jemand zu dem Wind werden, der diese Wolken wegbläst. Vielleicht wirst du zu dem Wind werden, der die Wolken an jemandes anderen Himmel wegbläst und ihn wieder die Sonne sehen lässt. Ich nehme an, nur die wenigsten von uns wissen es, wenn sie für jemanden zum Wind werden.

Der Nudelsuppenmann jedenfalls wusste es nicht, da bin ich mir sicher. Ich denke auch nicht, dass er vorhatte, meinen Himmel von Wolken zu befreien. Inzwischen hat er sie vermutlich vergessen, die Begegnung mit der seltsamen kleinen Frau im Regen. Aber für mich veränderte sie mein gesamtes Leben. Ich erinnere mich nicht an sein Gesicht, aber seine Stimme hat sich in meinem Kopf festgesetzt. Und wenn das Leben hart zu mir ist, erinnere ich mich an den wärmenden Klang seiner Worte und das fürsorgliche Lächeln, als er mich ansah, wie ich da mitten auf der Brücke auf dem Boden saß, vom Regen durchnässt, mit nur einem Schuh. Meine Augen brannten vom vielen Weinen und mein Hals schmerzte.

„Komm, Mädels“, sagte er. „Ich geb’ dir ’n Essen aus. Wenn das Leben hart ist, musste essen. Du musst stark sein, um gegen den Scheißkerl zu kämpfen.“

Ich weiß, ich weiß. Seine Worte waren nicht voller Weisheit und seine Taten waren nicht großartig. Er konnte die Liebe, die aus meiner Beziehung zu verschwinden schien, nicht zurückgeben, und er

konnte mir meinen Sohn nicht wiedergeben, der viel zu früh gestorben war. Das Einzige, was er tun konnte, war, mich in dieses warme, behagliche Restaurant zu bringen und mir eine Nudelsuppe zu kaufen. Aber so klein seine Taten waren, so waren sie doch von Bedeutung für mich. Weil er sich sorgte, weil er nicht wegsah. Weil er mich nicht aufforderte, ihm alles zu erzählen, weil er mir keine Vorwürfe machte und mir keine Sprüche aufsagte darüber, dass alles bald wieder gut sein würde.

Manchmal wird das Leben nicht so einfach besser. Manchmal müssen wir kämpfen, manchmal müssen wir durchhalten und ertragen. Und in diesen Zeiten brauchen wir jemanden, der uns ermutigt. Jemanden, der uns hilft, wieder aufzustehen. Es kann eine offen gehaltene Tür sein, die uns sagt, dass wir nicht alleine sind. Der mit einem Fremden geteilte Regenschirm oder das fehlende Kleingeld, das uns ein anderer an der Kasse schenkt. Ein kurzer Moment, der uns zum Lächeln bringt. Der es uns wagen lässt, ein weiteres Mal zu lächeln. Und noch einmal.

Ich habe den Nudelsuppenmann nie wieder gesehen, aber dieser Tag ist tief in meiner Erinnerung verankert. Damals erschien es mir, als würde mein Leben enden. Aber seine Freundlichkeit half mir, an diesem einen Tag standzuhalten. Ich hielt stand und ertrug. Diesen Tag. Einen weiteren. Und noch einen. Und irgendwann ... wurde eine traurige Geschichte zu einer schönen.

***Jerusha Präpst** wurde 1998 geboren und studiert in München Buchwissenschaft. Neben dem Schreiben gilt ihre Liebe vor allem dem Gesang. Sie schrieb bereits als Kind kurze Geschichten und später als Jugendliche Gedichte, bevor sie ihre Liebe zu Kurzgeschichten fand. Im Rahmen einer Schreibwerkstatt entstanden die ersten Texte. 2018/19 wurden die ersten Geschichten in Anthologien veröffentlicht.*



# Mut zum Leben

Mein kleiner Paul kuschelt sich fest an mich. Ich ziehe ihm die Decke über und drücke seinen Schnuffelhasen in seine kleinen Arme. Danach lege ich meine warme Hand auf den wuscheligen Kopf und streichle sanft mit den Fingern über seine Stirn.

„Ich hab dich lieb, Mama.“

„Und ich dich.“ Zärtlich hauche ich ihm einen Kuss auf die Nase.

„Bis zum Mond und zu den Sternen und zum lieben Gott.“

„So weit? Bis zum lieben Gott?“

„Ja, Mama, ich weiß das. Ich war ja schon mal da. Der liebe Gott ist wirklich nie böse.“

„Woher weißt du das?“

„Das weiß ich einfach, Mama. Ich hab ihn zwar noch nie gesehen, aber er hat mir gesagt, ich soll zu dir gehen.“

„Wie meinst du das?“

„Der liebe Gott hat dich ausgesucht, dass du meine Mama werden sollst. Ich hab dich schon vom Himmel aus gesehen.“

„Und dann?“

„Dann bin ich durch ein helles Licht gewandert.“

Ich drehe ungläubig den Kopf etwas zur Seite und sehe meinen kleinen Sohn verwundert an. Woher sollte er das denn alles wissen?

„Ich bin dann in deinen Bauch. Und ich habe deine Stimme gehört. Es war so schön in deinem Bauch. Ich möchte so gerne wieder da hinein.“

Verwirrt sehe ich Paul fragend an. „Warum siehst du so traurig aus?“

„Ach Mama, ich vermisse sie alle so?“

„Wen vermisst du?“

„Na alle aus dem Himmel“

Mir schnürt es die Kehle zu. Mit solchen Worten hatte ich nicht gerechnet. Plötzlich überkommt mich eine unglaubliche starke Liebe zu meinem Kind. Ich halte Paul noch fester denn je im Arm. Ich

habe das Gefühl, als würde mir der kleine Kerl das Buch des Lebens aufgeschlagen. Vor mir liegt der schönste Engel, den ich je gesehen habe. Dieser kleine Mann erzählt mir gerade vom Himmel.

„Wir hatten Flügel und weiße Kleider, wir spielten den ganzen Tag. Es ist so toll im Himmel, Mama. Ich will wieder nach Hause.“

Mir fehlen die Worte. Mein kleiner Sohn will weg von mir? Ich nehme meinen ganzen Mut zusammen und schlucke die Tränen hinunter. „Paul, ich verspreche dir, irgendwann kommt die Zeit und du wirst alle deine Freunde aus dem Himmel wiedersehen. Und sie werden sich freuen, wenn du wieder da bist. Aber jetzt wollen wir erst einmal ein Stück zusammen durch die Welt gehen, das wollte ja auch der liebe Gott so.“

„Aber, Mama, dann bin ich sehr traurig, wenn ich im Himmel bin und du nicht. Dann bist du nicht mehr bei mir.“

Ich kämpfe mit meinen Tränen. „Paul, du weißt doch von unserem unsichtbaren Band? Ich habe dir schon viel davon erzählt. Unser Band ist immer zwischen uns und hält uns fest zusammen. Ob du im Kindergarten bist oder bei Oma und Opa, das Band ist immer da. Und wenn du im Himmel bist und ich auf der Erde oder ich im Himmel bin und du hier unten auf der Erde, unser Band wird niemals reißen. Es ist immer da. Das verspreche ich dir.“

Paul bekommt große Augen. „Genau, Mama, und wenn ich im Himmel bin und du hier unten, dann warte ich auf dich und halte dir einen Platz auf der Wolke frei.“ Ich vergrabe mein Gesicht in seinen Lockenschopf. Tränen laufen ihren Weg. Auf einmal hatte ich das Gefühl, da ist noch mehr. Es gibt noch viel mehr, was wir Menschen vielleicht noch gar nicht wissen. Wir müssen den Kindern lauschen, damit wir vom wahren Leben etwas lernen können. Auf einmal merke ich, wie mir der Mut zum Leben wächst. Jede Angst – wie weggeblasen. Ich brauche vor nichts Angst zu haben, denn die Kinder lehren uns, mutig zu sein. Ich lasse Paul langsam aus meinen Armen los, reibe meine verheulten Augen. Neben mir liegt der schönste Engel, der aus dem Himmel gefallen ist, und schläft tief und fest.

***Renate Irina Eidenhardt-Ach ist Mutter von zwei Kindern.***

# Die herzliche Mutter

Es ist leer, still und kalt.  
Tröstend sagt man dir: „Sie war alt!“  
Im Herzen ein verdeckt bleibendes Loch  
und du weißt, es quält dich doch!  
Schwebend in Gedanken reist du in die Vergangenheit,  
hoffst, dass es dich vom Grübeln schnell befreit.  
Traurig schließt du deine Augen,  
was du nun siehst, kannst du kaum glauben.  
Glückliche Bilder vergangener Tage,  
sie strahlen Freude aus, keine Frage.  
Schon als Kind trägt sie dich auf dem Arm,  
kuschelt dich im Winter warm.  
Die ersten Schritte an der haltenden Hand  
verbinden wie ein starkes Band.  
Immer zur Stelle mit tatütata,  
wenn wieder ein Pflaster nötig war.  
Der erste Tag in der Schule ein großer Schritt,  
du spürst, wie sie jeden Tiefpunkt mit dir durchlitt.  
Der Schulabschluss ein großes Fest,  
was ihr beide nie vergesst.  
Danach spanntest du deine Flügel weit auf  
und sie ließ dir immer freien Lauf.  
Sofort zur Stelle, wo es brannte,  
wie man es von einer herzlichen Mutter kannte.  
Nun öffnest du wieder deine Augen,  
jetzt ist sie weg – noch kannst du es kaum glauben.  
Aber plötzlich wird dir klar,  
es ist nicht mehr, es war.  
Du blickst verträumt in den neuen Tag  
und fragst dich, was er bringen mag.  
Da greift eine Kinderhand nach dir,