

ALMA–AME–ANAMACHA-ANIMA-ANIMO-ATMA CHID VINJAN
DUSA-DUSZA-DVESELE-ENE-GYMA-HING-JAN-JIAW-KYT

Die Seele

NEFESH-NSHMH-PROLUNG-PSYCHI-RO-RUH-SEIL-SIEL-SIELU-SJAEL-SOUL-
SUFLET-TAMASHI-TENDI-UHANE-WAIRU-YEONGHAM

Ein update meiner Gedichte
Siegfried Zabransky, 15.09.2026

Impressum

Copyright Siegfried Zabransky
www.sigihom.de

Titel:

Die Seele.
Ein Update meiner Gedichte, 2026
Autor: Prof. Dr. med. Siegfried Zabransky

Verlag: Med. Verlag, Homburg
ISBN 978-3-9431 13-xxxx

Bibliographische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die DNB verzeichnet diese Publikation in der Deutschen
Nationalbibliografie.

Vorwort

Meine ersten Gedichte habe ich bereits während meiner Gymnasialzeit geschrieben. Ich beschreibe was mich gerade so bewegt, was ich in der Natur beobachte, was mich nachdenklich macht.

Lustiges, Trauriges und Nachdenkliches. Selbstbetrachtungen.

Wer bin ich, und was macht mich aus. „Die Seele“ ist dabei ein zentrales Thema.

Viele Gedichte habe ich vertont. Lyrik und Musik sind eng verknüpft. Das Wort geht in Musik über. Die Lesung der Gedichte sind auf meiner Homepage www.sigihom.de abzuhören.

Anlässlich meines 89. Geburtstages habe ich diese aktuelle Darstellung meiner Gedichte zusammengestellt.

Homburg, im September 2026

Siegfried Zabransky

Meine Seele will ich heben

Meine Seele will ich heben über mich hinaus.

Schweben, fliegen über alle Lande.

Ruhe will ich finden. Mich erkennen.

Allein und doch verbunden mit allem Sein.

Ich will ankommen.

Ich will sein.

Widmung

**Wem meine Lieder und Gedichte gefallen,
widme ich dieses Buch
in Dankbarkeit
beim Klang der Musik und der Worte
eng verbunden
nicht vergessen zu sein.**

Inhaltsverzeichnis

1	Prolog	9
	1.1 Meine Lieder	
	1.2 Ich fang sie ein, die Melodeien	
	1.3 Liebeserklärung an den Dreiviertel Takt	
2	Liebe	13
	2.01 Ich bin allein	
	2.02 Meine große Illusion	
	2.03 Die Rose des Prinzen	
	2.04 Lächeln verzaubert	
	2.05 Ihr Lächeln	
	2.06 Dein Lächeln hab ich so vermisst	
	2.07 Du hast das Herze mein	
	2.08 Ein Wunder geschah	
	2.09 Ich hab geweint	
	2.10 Ich brauch kein Wein	
	2.11 Die Liebenden	
	2.12 Was bin ich ohne Dich?	
	2.13 Ist es Liebe?	
	2.14 Wenn Du gehst	
	2.15 Die Wogen des Meeres	
	2.16 Wenn im Herbst	
	2.17 Sagst Du mir ich liebe	
	2.18 Du bist nicht allein	
	2.19 Ich will Dein sein	
3	Jahreszeiten	23
	3.1 Wenn der Frühling kommt	
	3.2 Der Frühling ist da	
	3.3 Der Flieder blüht	
	3.4 Sommer ist	
	3.5 Der Maler Herbst	
	3.6 Blätter fallen	
	3.7 Winter	

4	Natur.	27
	4.01 Ein neuer Tag beginnt	
	4.02 Fröh Morgens	
	4.03 ZauberBlumenFarbenPracht	
	4.04 Abends	
	4.05 Die letzten Rosen	
	4.06 Der Regenbogen	
	4.07 Ein grünes Band	
	4.08 Osterspaziergang 2024	
	4.09 Im Abendrot	
	4.10 Die eitle Eiche	
5	Leben. Träume. Wünsche	35
	5-01 Leben, solange ein Ton ertönt	
	5.02 Ich lebe noch	
	5.03 Als ich ein Bub war	
	5.04 Ich wollt, ich wär ein Künstler	
	5.05 Manchmal wär ich gern	
	5.06 Du musst nicht verzagen	
	5.07 Wiegenlied	
	5.08 Ein Engelchen	
	5.09 Wo bist Du?	
	5.10 Verprechen	
	5.11 Noch ein Mal	
	5.12 Der alte Mann	
	5.13 Wunderbare Träume	
	5.14 Fabel von den zwei Störchen	
	5.15 Hall of Fame (Ruhmeshalle)	
6	Trinklieder	47
	6.1 In Vino Veritas	
	6.2 Wein, Weib, Gesang	
	6.3 Lasst uns singen	
7	Nachdenkliches	51
	7.01 Die Würde des Menschen	
	7.02 Das Leben ist, so wie es ist	
	7.03 Die Zeit	
	7.04 Was bleibt	
	7.05 Bedingungslos	
	7.06 Ich bin die Seele	
	7.07 Das Leben ist kurz	

	7.08 Die Blume, der Baum, der Vogel, der Fisch	
	7.09 Die Lust am Leben	
	7.10 Meine Seele will ich heben	
	7.11 Wiederkehr und Ende	
	7.12 Die Esche	
	7.13 Das Jetzt	
8	Der letzte Tag	59
	8.01 Nicht im Frühling	
	8.02 Unterwegs	
	8.03 Dann komme ich nach Haus	
	8.04 Adieu	
	8.05 Im Kreislauf des Lebens	
	8.06 Ich lebe mein Leben vom Ende gedacht	
	8.07 Das Lied von der Nachtigall	
	8.08 Aus dunkler Nacht. Ostern 2026	
	8.09 Wenn I gestorbn bin.	
9	Mit Achtzig und älter	66
	9.01 Mit Achtzig	
	9.02 Einladung	
	9.03 Mit Achtundachtzig	
	9.04 Ausblick 2025	
	9.05 Mit Neunzig bist Du fast im Himmel	
	9.06 Lange leben, ohne alt zu werden	
10	Zum Geburtstag	72
	10.1 Alles Gute	
	10.2 Einen wunderschönen Tag	
11	Spirituelle Texte	72
	11.1 Morgengebet	
	11.2 Zuversicht	
	alphabetisches Verzeichnis der Gedichte	74
	Publikationen	78

1 Prolog

1.1 *Meine Lieder*

Meine Lieder sing ich
für mich und meine Freunde.
Ich singe von Liebe und Wünschen.
Von allem was mich bewegt
und Musik in sich trägt,
Ich beschreibe,
was meinem Auge gefällt.

Oft stehen die Worte am Anfang
Melodie, Klang und Rhythmus tragend.
Und da sind Melodien ohne Worte,
Sie erwecken Gefühle
nach eigenem Empfinden.

Musik führt über das Wort hinaus,
lässt jedem eigene Deutung,
Rhythmus und Arrangement
vermitteln Farbe, Ausdruck
und Harmonie.

Worte, Reden, Musik im Lied
oder im großen Vortrag
einer Symphonie
sind nahe Verwandte-

Wie Wort an Wort zur Rede
sich aneinander reiht
so formt der Ton an Ton
den Klang zum Lied, zur Symphonie.

Die Harmonie der Töne
im rhythmischen Vortrag
wird zum Klang-
und Musikerlebnis.

In Bewegung,
im fließenden Strom der Klänge,
nicht statisch wie bildhafte Kunst
erlebst du Musik.

In deinem Inneren,
je nach Empfinden,
entstehen Filme,
bewegende Bilder,
ganze Geschichten.

Du verlierst Körperschwere.
Durchschwebst den Raum.
Zeitlos. Ohne Ende.
Wirst zu Tränen gerührt.
Kannst weinen, auch lachen.

Wenn manches meiner Lieder
das mit dir macht,
hab´ ich es gut gemacht.

[2017]

1.2 *Ich fang sie ein*

Ich fang sie ein,
die Gedanken und Melodeien,
die mir so daher, so aus dem Nichts
in den Sinn kommen.
Ich sing meine Lieder
nur so für mich.

Die großen Poeten
und Komponisten
schwimmen im Meer
der Poesie und Musik.

Ich tauch nur
die Spitzen meiner Zehen
in kleine Pfützen.

Bin aber kein armer Poet,
Ich fühl mich
ganz reich und beschert.

Denn in mir klingt es
wie echte Musik
und nicht nur wie Skizzen.

1.3 *Liebeserklärung an den $\frac{3}{4}$ -Takt*

Der $\frac{3}{4}$ Takt lässt keine Trauer zu.
Mal langsam verträumt,
gefühlvoll dahin schwebend
mal flink und keck,
auch als Ländler
heftig und derb.

Immer aber ist er
Ausdruck von Lebensfreude.
So wie er aus heiterer
froher Stimmung kommt,
stimmt er lebensfroh und heiter.

Wenngleich er auch
Melancholie und Trauer
empfinden lassen kann.
Darum mag ich ihn, den $\frac{3}{4}$ -Takt.

[2017]

2 Liebe

2.01

Ich bin allein

Ich bin allein
und suche
dich zu finden.
Ich seh dich
vor mir sitzen.
Leise lächelnd.
Still. Ergeben.
Ich hör dich sagen
ohne dass ein Wort
von deinen Lippen kommt,
Ich liebe dich.

2.02

Meine große Illusion

Meine große Illusion,
meine Traum vom Glück
bist du.
Träumen, wachen,
küssen, lieben,
glücklich miteinander sein.
Mein Traum vom Glück
ich liebe dich.
Leben will ich, lieben,
dich berühren, spüren,
dem Rausch der Sinne
mich ergeben.
Ich liebe dich.

2.03

Die Rose des Prinzen

Da du des Prinzen Rose bist,
die er so liebt,
da du des Prinzen Blume bist,
um die er sich so müht,
vergiss ihn nicht, verlass ihn nicht,
wenn er zum Rosenstock
geworden ist.

Denn, Tod Allein sein nur bedeutet.
Das Leben aber Liebe in sich birgt.

Liebe kleine Rose
den Prinzen, der dich liebt.
Lieb ihn als Prinz so wie er ist,
doch auch im Rosenstock,
dem du doch selbst entspringst.

2.04

Lächeln verzaubert

Lächeln verzaubert,
versteht und verzeiht,
nimmt Trauer,
zeigt Hoffnung
und nimmt das Leid.
Bezauberndes Lächeln
aus dem Innersten spricht:
Verstehst du mich?
Alles wird leichter
durch den Zauber des Lächelns.
Fürchte dich nicht.
Alles, was mich traurig macht,
ein Lächeln lässt vergeh'n.
Alles, was mich glücklich macht,
ein Lächeln lässt besteh'n.

2.05

Ihr Lächeln

Sie hat mich
lächelnd angesehen.
Ihr Blick hat mich verzaubert.
Ihm konnte ich nicht widerstehen.
Ihr Lächeln war ihr Zauber.
Ich werde sie nie wiedersehen.
Ihr Lächeln aber bleibt.
Es hat sich eingeprägt.
Ihr Lächeln wird mein Zauber.

2.06

Dein Lächeln hab'ich so vermisst

Dein Lächeln
hab'ich so vermisst,
dein fröhliches Gesicht.
Dich hab'ich vermisst.
Dein Lächeln
habe ich vermisst.
Deine Nähe. Deine Wärme.
Deine Augen. Dein Gesicht.
Dich habe ich vermisst.
Deine Lippen. Deine Küsse.
Deine Stimme. Deine Lieder.
Deine Nähe. Deine Wärme.
Das alles habe ich vermisst.
Jetzt bist du hier.
Ich hab' dich wieder.
Ich halt' dich fest.
Lass dich nicht los.

Träumen?
Wachen?
Wirklichkeit?

2.07

Du hast das Herze mein

Du hast das Herze mein
ganz eingenommen dein.
Ich bin verliebt in dich,
so verliebt in dich.
Du hast verzaubert mich,
ganz eingenommen mich.
Ich bin dein, du bist mein.
Eins wollen beide wir sein.
Bleib bei mir.
Ich bleib´ bei dir.
Eins wollen beide wir sein.

2.08

Ein Wunder geschah

Ein Wunder geschah
als ich dich sah.
War so verzaubert, beglückt.
War dir ganz nah.
Ein Wunder geschah.

2.09

Ich hab' geweint

Ich hab' geweint aus Leid
als du Abschied nahmst.
Ich hab' geweint aus Freud
als du wieder kamst.
Jetzt kann ich lachen,
fröhlich sein.
Muss keine Tränen
mehr vergießen-
Du bist da.

2.10

Ich brauch' kein Wein

Ich brauch' kein Wein.
Ich brauch' kein Schnaps.
Ich brauch' nur dich allein
zum Glücklich sein.

2.11

Die Liebenden

Sie stehen sich gegenüber,
lassen vom Anderen nicht los.
Verschmelzen. Sind Eins.
Sind nicht mehr verschieden.
Das liebende Paar.

2.12

Was bin ich ohne dich?

Vogelgleich
schweb´ ich ins Tal.
Steige hoch
bis in der Berge Gipfel.
Frei von Körperschwere-
nur Gefühl.

Befreit von Allem
was bedrückt
und fern mich hält
vom Glücksgefühl,
vereint zu sein mit dir.

Schneebedeckte Hügel.
Eisbeladene Gebirge.
Tiefverschneite Pfade.

Kalte Schönheit ohne Sonne,
deren Strahlen erst beleben
und empfinden lassen
die Natur als Glücksgefühl.

Ich fang sie ein
in meiner Seele
Stunden voller Glück.

Wenn deine Wärme
mich umgibt,
dann kommen sie zurück,
die Stunden trauten Glücks.

Der Sonne Strahlen gleich
erweckt sie mich zum Leben.

Was bin ich
ohne dich.

2.13

Ist es Liebe?

Ob ich dich liebe?
Ich weiß es nicht.
Was ist denn Liebe?
Ich weiß es nicht.

Doch was ich fühle,
was mich erfüllt
im Innersten,
das ist der Wunsch,
ganz nah dir sein

und spüren
Wärme, Leidenschaft
Und Lust.

Zu reden und zu schweigen,
spüren, tasten, fühlen,
verschmelzen mit dem Du.
Eins zu sein mit dir.

Ob ´s ewig dauert,
Tage, Wochen, Jahre?

Nur, die Ewigkeit
ist nicht von dieser Welt.
Vergänglich und
Und dem Jetzt verhaftet,
das ist der Mensch und
alles hier auf Erden.

Die Liebe,
göttlich muss sie sein,
denn zeitlos ohne Ende
empfindest du das Glück,
entrückt von allem
was dich bedrückt.

Ja, es muss doch Liebe sein,
was ich empfinde.

Ich schwebe,
fliege engelgleich,
das Göttliche vor Augen,

Raum und Zeit
verlieren an Bedeutung.

Ja, vielleicht ist es Liebe,
was ich empfinde.

Vielleicht sind es aber
doch nur Triebe.

2.14

Wenn du gehst

Wenn du gehst,
meine Sonne verglüht-
bin ich tot.

Wenn du gehst,
alle Freude vergeht-
kein Lachen erklingt.

Wenn du gehst,
bleib allein ich zurück-
bin ich tot.

Keine Wärme.
Kein Zuspruch.
Kein liebevolles Wort-
Dann bin ich tot.

Wenn du gehst,
fehlt die Kraft,
fehlt der Antrieb.

Wenn du gehst-
Bin ich tot.

(2023)

2.15

Die Wogen des Meeres

Die Wogen des Meeres
rauschen vorbei
wie das Sehnen im Frühling
und die Liebe im Mai.

Die Wogen des Meeres
rauschen vorbei.
Bleib du mir erhalten
nicht nur im Mai.

2.16

Wenn im Herbst

Wenn im Herbst die bunten Blätter fallen,
alles sich zur Ruhe legt,
meine Liebe nicht vergeht.

Wenn im Herbst die bunten Blätter fallen,
denk an mich. Ich liebe dich.

Denk an mich,
ich lasse dich nicht fallen.
Denk an mich,
ich liebe dich.

2.17

Sagst du mir

Sagst du mir
ich liebe dich,
sag ich dir
ich liebe dich.

Bleibst du bei mir,
bleib ich bei dir.

Träumst du von mir,
träum ich von dir.

2.18

Du bist nicht allein

Du bist nicht allein.
Ich lache mit dir.
Ich weine mit dir.
Auch beschwerliche Wege
geh ich mit dir.

Teile Schönes und Freude,
auch Trauer und Leid
gemeinsam mit dir.

Die letzten Stufen des Lebens
möchte ich erklimmen mit dir.
Ich möchte eins sein mit dir.

Du bist nicht allein.
Ich bin immer bei dir.

(Weihnachten 2023)

2.19

Ich will dein sein

Ich will dein sein
bei Tag und bei Nacht.

Ich will dein sein
im Frühling, im Sommer,
im Herbst und im Winter.

Ich will dein sein
für immer.

3 Jahreszeiten

3.01

Der Frühling ist da

Nach des Winters
kalten Tagen
die Natur erwacht.

Der Frühling ist da
mit all seiner Pracht.
Der Frühling ist da.

Blühende Blumen,
singende Vögel,
wärmende Sonne
mit hellem Licht.

Der Frühling ist da.

3.02

Wenn der Frühling kommt

Wenn der Frühling kommt,
die Natur erwacht,
alle Blumen blühen,
alle Vöglein singen,

dann pocht mein Herz
voll Leidenschaft.

Dann möchte ich mich
verlieben, verlieben.
Dann möchte ich mich
verlieben in dich.

3.03

Der Flieder blüht

Der Flieder blüht, der Mai ist da.
Ich höre die Vögelein singen.
Das Herz geht auf.
Der Trübsinn weicht.
Der Frohsinn und Freude
das Leben jetzt bestimmen.

3.04

Sommer ist

Sommer ist,
das Leben voll im Gange.
Mit Zuversicht und Lebensfreude
lebe ich die Tage.
Singe meine Lieder.
Lausche dem Vogelgesang.
Berauscht mich an der Farbenpracht
der Blumen in meinem Garten.

Es ist mir bewusst:
Das Jetzt wird immer kürzer.
Ungewiss, was Morgen ist.
Vergänglich alles Leben.

Doch was mich beseelt,
was mich ausmacht, die Seele,
wird sich lösen und fortbestehen.

Der Metamorphose
des Schmetterlings gleich
streif ich alles Erdschwere ab.

Und aus meiner Asche
erhebt sich strahlend
das Wesentliche.

Sommer ist.
Das Gefühl von Freisein
lässt trüben Gedanken
nicht Raum.

Nur im Jetzt verspür' ich Leben.
Nur im Jetzt berührt mich die Welt.
Ich lebe fühlend, tastend, sehend.
Erahne den Wechsel.
Erahne, was nach dem Sommer
wird sein, und was mich bewegt.

3.05

Der Maler Herbst

Der Himmel blau,
die Bäume bunt.
Der Maler Herbst
macht seine Rund'.
Das mag mir sehr gefallen.

Die Blätter fallen.
Bald schläft der Wald.
Das Vögelein
dann nicht mehr singt.
Das mag mir nicht gefallen.

3.06

Blätter fallen

Blätter fallen.
Braun, gelb und rot verfärbt,
vom Wind verweht.
Der Herbst zieht ein.
Der Sommer endet.

Es ist Zeit,
Vorrat zu sammeln,
sich vorzubereiten
auf kalte, trübe Tage.

Noch weht
ein milder Wind,
noch freut
die bunte Farbenpracht der Bäume
meine Augen.

Wer sich jetzt nicht vorbereitet,
wer sich blenden lässt
von warmen Sonnenstrahlen,
wird kalte Tage nicht gut überstehen.

Ich will den Herbst meines Lebens
mit all seinen Farben und Angenehmen
freudig verbringen und mich vorbereiten
auf Tage ohne viel Licht,
auf Tage mit Kälte.

Ich will das betrachten,
bedenken, und tun.

Der Winter kann kommen.
Auch er wird dann
Schönes erleben lassen.

(07.09.2025)

3.07

Winter

Nach lebenerweckendem Frühling,
blühendem Sommer und buntem Herbst
hat der Winter Einkehr gehalten.
Rauh und kalt sind die Tage geworden.
Schnee bedeckt die schlafende Flur.
Wild und Vögel suchen nach Nahrung.
Nicht alle entkommen der klirrenden Kälte.
Nicht alle finden Nahrung genug.

An sonnigen Wintertagen jedoch,
wenn glitzernde Eiskristalle dein Auge erfreuen,
eine Rutschpartie den Hügel hinab und
ein Eislauftanz auf gefrorenem See
oder ein Spaziergang durch den Winterwald
dich an die Jugendzeit erinnern,
zeigt auch der Winter dir
die Schönheit der Welt.

(07.06.2026)

4 Natur

4.01

Ein neuer Tag beginnt

Ein neuer Tag beginnt.
Vom Schlaf erwacht
erfass ich kaum
des Lebens Wunderkraft.

Reglos lag ich da im Bette.
Jetzt, da ich erwacht
und versuche aufzustehen,
regen sich die Glieder wieder.

Ich verspüre Leben.
Langsam erst,
dann immer munterer
komm ich aber bald
an meine durch das Alter
wohlgesetzte Grenzen.

Gut gelaunt und sehr gespannt,
was der Tag wohl bringen mag,
mache ich die ersten Schritte.

Ich sage Ja
zu diesem Tag.

4.02

Frühmorgens

Frühmorgens,
wenn der Tau perlend noch
auf den Blättern liegt,
und das Morgenlicht einfängt,
geh ich in meinen Garten.

Die Tulpen halten ihre
farbenprächtigen Blüten
noch geschlossen.

Im Laufe der folgenden Stunden,
mit zunehmender Wärme
unter der mittäglichen Sonne
öffnen sie sich und zeigen
ihr wundersames Innere.

Jetzt laden sie auch Gäste ein.
Bienchen, Hummeln und
andere fleißige Sammler.

Abends,
wenn die Sonnenstrahlen
schwächer werden,
und ihre Gäste die schmackhaften Pollen
nach Hause getragen haben,
verschließen sie sich wieder.

Das ist der Lauf,
in dem die Blumen und ihre Gäste
miteinander erblühen und gedeihen
und uns dabei erfreuen.

Wir sind eingebunden
in diesen Kreislauf
des Lebens.

4.03

Zauber-Blumen-Farben-Pracht

Zauber-Blumen-Farben-Pracht
kunstvoll geformter Blüten
erfreut meine Auge,
zeigt wundersam Natur.

Rote Rhododendren,
gelbe/rote Azaleen,
weißblühender Oleander,
blaue Flieder,
und viele andere
dieser herrlichen Gebilde,
selbst der stachelige,
nicht schön anzusehende Kaktus

Öffnen ihre Blüten,
wetteifernd um die Gunst
der Bienen, Hummeln
und anderer Bestäuber.

Sie landen auf den großen,
schützenden Blütenblättern,
wandern bis auf den Grund
ins Innere der Blüte
vorbei an
zierlichen Staubfäden
zum Staubbeutel,
wo sie den begehrten Pollen finden.

Vollgepackt mit Blütenstaub
fliegen sie zur nächsten Blüte,
bestäuben sie und tragen so bei
zum Kreislauf des Lebens.

Ein Nehmen und Geben.
Wunderbare Natur zeigt sich
dem staunenden Betrachter,
der bewundernd innehält und
dies Wunder der Natur erkennt.

4.04

Abends

Abends,
nach einem langen Tag,
lass ich vorüber ziehen
an mir, was so geschah.

Morgens,
im Garten, sah ich
die Blüten der Blumen
sich öffnen.

Sah ihre Gäste:
Bienen, Hummeln und
andere muntere Gesellen,
beim Sammeln von Pollen.

Ich saß in der Sonne
bei klarem, blauen Himmel.
Kein Wölkchen verdeckte
die wärmenden Strahlen.

Später wurde es heiß,
über 30 Grad.
Im Strandkorb sitzend,
unter aufgespanntem Schirm
jedoch war es erträglich.
Ein kühles Getränk
half unterstützend.

Nachmittags war es
die Lektüre eines Buches,
die mich die Zeit vergessen ließ
und zum tiefsinnigen Denken anstieß.

Abends verhalf ich den
Pflanzen des Gartens
zu einem kühlen Bad
und schrieb nieder das Lied,
das schon den ganzen Tag
im Kopf mir herumging.

Es war ein schöner Tag.
Ich sag auch ja zu dem Tag zuvor.

Es regnete.
Ich blieb im Zimmer.
Mir ging es nicht gut.
Der Kopf tat weh.
Kein Einfall, keine Idee
zu einem neuen Lied.
Zur Lektüre eines Buches
fehlten Lust und Konzentration.
Es ist mir bewusst:
Nicht immer scheint die Sonne,
nicht immer ist der Kopf frei.
Im Wechsel von
Angenehmen zu Unangenehmen erst
wird beides bewusster empfunden.
Ich sage daher Ja
auch zu diesem Tag.
Nehmen wie's kommt
ist die Devise.

4.05

Die letzten Rosen

Als Gruß
aus meinem Garten
bring ich dir
die letzten Rosen

Sie sollen erfreuen dich
eh´ sie verblüh´n.
Sie sollen erfreuen dich
und denken lassen:

Wenn Herbst und Winter
sind vergangen,
eine neuer Frühling
und ein neuer Sommer
werden kommen,
und Rosen
werden neu erblüh´n.

4.06

Der Regenbogen

Ein kleiner Regentropfen,
unscheinbar und doch so mächtig.
Trifft ihn der Sonne Strahl
an rechter Stelle
erscheint am Firmament
ein wunderbarer Regenbogen.

Siebenfarbig.
Ohne Anfang. Ohne Ende.

Was unsichtbar vorher
ist nun vor aller Augen
klar zu sehen.

Ein farbig Band,
das von der Erde zum Himmel
im hohen Bogen aufsteigt
und wieder herab
ins Unendliche am Boden fällt.

4.07

Ein grünes Band

Ein grünes Band umziert
die wohlgeformte,
leicht braun getönte Vase.

Rosen, Tulpen, Flieder,
Blumen aller Art
trägt stolz sie,
lässt sie gepaart mit Wasser
viele Tage überleben.

Die Vase gibt Blumen das Leben.
Die Blumen lassen der Vase
Schönheit erstrahlen.

Zusammen
erfreu'n sie das Auge und
zeigen das Leben.

4.08

Osterspaziergang 2024

Noch ist Natur vom Nebel verhangen.
Nur langsam zeigt sich ganz fern
ein leichter Streif der leuchtenden Sonne.
Morgentau lässt die blauen Blüten des Eibisch
diamantengleich funkeln-

Wir spazieren in den Auen der Blies,
die sich gemächlich durch den Gau schlängelt.

Der Nebelschleier hebt sich und
weicht den wärmenden, belebenden
Strahlen der Sonne.

Wir erleben aufs Neu
das wiederkehrende Wunder der Natur-

Untergehen in der Kälte des Winters,
Schlafen zur Nacht.
Und am Morgen, im werdenden Tag,
im Frühling und Sommer
belebte Natur.

Mein Freund Hans verstarb gestern Nacht,
in der Nacht zum Ostersonntag,
dem Tag der Auferstehung.

Trauer und Schmerz
lindert die Hoffnung,
dass Leben entschwindet,
die Seele aber weiter lebt.

(31.03.2024)

4.09

Im Abendrot

Im Abendrot wird
die Schönheit des Lichts
der untergehenden Sonne
als rotes Flammenmeer sichtbar.

Es weckt romantische Gefühle.
Die Sonne verschwindet langsam
aber unaufhörlich am Horizont,
und ist bald nicht mehr zu sehen.

Beim Untergang der Sonne erst
wird sichtbar,
was wir am Tage
nicht sehen, nur spüren,
das Licht.

Nur einzelne Teile des Sonnenstrahls
vermag unser Auge wahrzunehmen.
Zerlegt an Wolken und Staub
sehn wir das Rot des Sonnenlichts.

Gebrochen in seine Teile
wird vorher Unsichtbares
nun sichtbar und erstrahlt
im ästhetischen Glanz
als Abendrot.

Wenn das Licht gänzlich erloschen,
die Sonne am Horizont verschwunden,
wird es Nacht-

Am nächsten Morgen erwarten wir erneut
den Aufgang der Sonne mit Mörgeröte.

In fernen Zeiten zwar,
doch unabweichlich,
wird sie nicht wiederkehren,
wird nicht mehr sein.
Unsere Erde wird vorher schon
zum toten Stern.

Auch der Mensch
wird vergehen
seiner Abendröte.

Seine Seele aber wird bleiben
in anderen Formen und Sphären
bis in alle Ewigkeit.

(26.01.2025)

4.10

Die eitle Eiche

Erhaben und stolz,
mehr als 100 Jahre alt,
dominiert sie den Eichenhain
gleich hinter dem Ort in meiner Heimat.
Mit weitem Umfang ihres Stammes,
dem weiten Gewölbe ihrer Äste und Zweige,
dem kräftigen Wurzelwerk,
ist sie von prächtiger, kraftstrotzender Statur.
Sie übertrifft alle mit ihrer Schönheit.

Daneben stehen bescheiden
kleine Gewächse, Gräser und Bäume
mit zarterem Bau und biegsam im Wind.

Verknüpft sind alle durch ein feines Netz,
vergleichbar den Nerven, das ihnen hilft,
Informationen auszutauschen,
um sich zu wehren bei drohender Gefahr.

Die stolze Eiche ist eitel und protzt
mit der Kraft ihres Stammes und
der Stärke ihres Geästs.

Wie dumm und töricht das ist,
zeigt ihr ein Sturm von gewaltiger Kraft.

Trotzig versucht sie die Stellung zu halten
und nicht sich zu beugen der Sturmesgewalt.
Der Stamm bleibt erhalten,
doch brechen die Krone und viele der dicken Äste.

Die anderen Pflanzen und Bäume
haben dagegen den Sturm gut überstanden.
Sie hatten gelernt, sich zu beugen, zu biegen
und auszuweichen stärkeren Gewalten.

Uns zeigt diese Geschichte:
Stolz darfst du ja sein.
doch nicht eitel und überheblich.
Was dich dazu gebracht
kannst schnell du verlieren.

Wenn der vermeintlich Starke nicht lernt,
sich dem Schicksal zu beugen,
wird er gebrochen.

(8.9.2025)

5 Leben. Träume. Wünsche

5.01

Leben, solange ein Ton ertönt

Leben, solange ein Ton ertönt.
Leben, solange Musik erklingt.
Leben, solange die Sonne scheint-
Leben, solange ich
deine Wärme spüre.

5.02

Ich lebe noch

Ich lebe noch.
Atme. Spüre.
Lache. Weine.
Liebe.
Ich lebe noch.

5.03

Als ich ein Bub war

Als ich ein Bub war
träumte ich,
mal groß und stark
zu sein.

Als Mann
war ch nicht groß,
doch stark.

Jetzt bin ich alt,
nicht groß,
nicht stark,
doch viel bewegend.

5.04

Ich wollt, ich wär ein Künstler

Ich wollt,
ich wär ein Künstler
und könnt bezaubern dich
mit meinen Liedern,
meinen Versen,
bezaubern dich.

Ich wollt,
ich wär ein Künstler
und könnt bezaubern dich
mit einem Bild.

Ich wollt,
ich wär ein Sänger
und könnte singen
dir ein Lied von Liebe.

So bleib ich stumm,
kann doch nicht singen.
Ich schreib mein Lied
für dich.

5.05

Manchmal wär ich gern

Manchmal
wär ich gern ein Vögelein
und flög zu dir.

Manchmal,
wär ich gern ein Bienchen
und würde gern
an bunten Blüten naschen.

Manchmal,
wär ich gern die Nachtigall
und trällerte meine Lieder.

Manchmal,
würde ich gern
als Fohlen

über grüne Wiesen galoppieren
und sordglos
mich des Tages freuen.

Manchmal,
würd ich gern
auf Berges Höhen wandern
und ins weite Tal hinabsehen.

Manchmal,
bin ich traurig,
bin ich doch allein.

5.06

Du musst nicht verzagen

An des Winters
kalten Tagen,
grau und wenig Licht,
kannst du leicht verzagen,
doch du musst es nicht.

Der Frühling wird kommen,
die Sonne wird scheinen
und dich erwärmen.

Der Frühling wird kommen,
das Vögelein singen ein Lied.

Der Frühling wird kommen,
die Blümelein werden erblühen.

Du musst nicht verzagen.
Die Hoffnung bleibt immer bestehen.

Du musst nicht verzagen.
Nach grauen Tagen
wird's besser bald geh'n.

Du musst nicht verzagen.
Alles wird bald gut.

5.07

Wiegenlied

Mein Mädelchen,
mein liebes Kind,
mach deine Äuglein zu.

Mein Mädelchen,
mein liebes Kind,
nun schlafe, träume.

Ich bin bei dir.
schlaf ruhig ein.

5.08

Ein Engelchen

Ein Engelchen
begleite dich
auf allen deinen Wegen.

Ein Engelchen
beschütze dich
bei allem was du tust.

Ein Engelchen
will ich dir sein,
begleiten und beschützen.

Und wenn die Zeit
gekommen ist,
sollst du mein Engel sein.

Begleiten mich,
beschützen mich.
Mein Engel sollst du sein.

Ein Engelchen
wird bei uns sein.
Und uns beschützen.

5.09

Wo bist du?

Du hast mit mir geredet,
hast oft mich auch besucht.
Hast mit mir geredet
und mir auch zugehört.

Wo bist du?
Wo bist du?

Wo ist die Zeit mit dir?
Hab lange nichts gehört.
Hast lange nicht geredet
und mir nicht zugehört.

Wo bist du?
Hast lang nicht besucht,
nicht geredet und
nicht zugehört.

Das Heute zählt.
Was gestern war
unwiederbringlich
ist vorbei.

Nutze die Zeit
eh´ es zu spät ist.

Nutze die Zeit
eh´ sie vorbei.

Sonst bist auch du allein,
wenn du nicht redest,
wenn du nicht zuhörst.

5.10

Versprechen

Leg deine Hand in meine Hand,
gebogen sollst du sein.

Sterne vom Himmel
kann ich nicht holen,
will aber hier auf Erden
dich begleiten und da sein,
wenn du mich brauchst.

Besonnenheit und Geduld,
Zuversicht und Glaube
ans Wunderbare
wünsche ich dir.

Glück kommt dann
von alleine,
wenn du mit Dir
im Einklang bist.

5.11

Noch ein Mal

Noch ein Mal möchte ich:

Über grünes Gras gehen,
in den Bergen mit dir wandern,
Blumen pflücken in den Wiesen,
lachen wie ein Kind und fröhlich sein,
den warmen Sommerregen spüren,
am endlosen Strand spazieren gehen.
Eins sein mit mir und der Welt.

5.12 *Der alte Mann*

Der alte Mann am Fenster steht.
sein linsentrüber Blick
verliert sich in den Bäumen,
die den Hof vor seinem Haus
umsäumen.

Der herbstlich kühle Wind
wirbelt zu einem Kreiselspiel
die bunten Blätter
und fegt den Hof.

Niemand
sitzt auf der Bank vor den Linden.
Keiner geht an den Ufern
des mit windgeschlagenen Wellen
fließenden Flusses spazieren.

Da ist kein Mensch zu sehen,
nur herbstliche Natur zu spüren.
Die Luft ist rau und doch so mild.
Er atmet tief. Spürt Leben.

Doch Einsamkeit umschleicht
sein Herz und sein Gemüt.

Da sieht er einen Jungen
zur Bank fröhlich hüpfen.
Und von der anderen Seite
ein Mädchen langsam kommen.

Sie nehmen Platz,
lachen und reden
lustig miteinander.

Plötzlich verdeckt eine Nebelwand
das junge Paar.

Der alte Mann erwacht
aus seinem Traum.
Er sah sich selbst,
wie er vor Jahren,
sein Mädchen dort
im Nebel verlor.

5.13

Wunderbare Träume

Wunderbare Träume
lassen mich tanzen mit dir.

Wunderbare Träume
lassen mich küssen von dir.

Wundersam tanzen,
wundersam küssen,
wundersam eins sein
mit dir.

Wunderbare Träume
lassen vergessen den Schmerz,
der beim Abschied tat weh,
lassen vergessen Alleinsein.

Wunderbare Träume bringen
Lächeln, Freude und Glück
mit dir.

(3.11.2024)

5.14

Fabel von den zwei Störchen

Zwei Störche
flogen über mich hinweg
als ich morgens
in den Auen um den Weiher
wandern ging.

Ein Frosch
hing zappelnd, quakend,
in des einen Schnabel;

In des anderen-
ich glaubt es kaum-
sah ich
ein fröhlich lachend Kindlein
wie in einer Schaukel
schwankend sitzen.

Sie flogen gar nicht hoch.
Ich konnte im Detail sie sehen.
Was war geschehen?
Das konnte doch nicht sein,
das konnte es nicht geben.
Das Auge hat mich wohl getäuscht.

Der zappelnde Frosch
im Schnabel des Storches,
das ist banal und gewöhnlich.
Sicherlich auch real.

Der Kindlein bringende Storch,
eine Fabel bisher für mich war.
Jetzt hab ich ihn jedoch selbst gesehen.

Es ist keine Fabel, keine Mär.
Es ist wahr.

Und doch, wenn ich nachdenk,
war da kein Kindlein
im Schnabel des Storches.
Es sah nur so aus.
Wer weiß, was er trug
im Schnabel der Storch.

Schöner jedoch bleibt
in Erinnerung das Kindlein
im Schnabel des Storches.

Und die Moral von der Geschichte:

Dein Auge täuscht dir gerne vor,
was zu sehen dir gefällt,
was gar nicht wirklich war.

Du siehst, was du gerne sehen willst.
Und schöner ist's zuweilen,
das der Wirklichkeit Ferne
für das Reale zu halten.

5.15

Hall of Fame (Ruhmeshalle)

Ich hab´ geträumt,
neben Hans, Michael und Paul,
Udo und Wolfgang
in die Hall of Fame, als
Sigi Poeticus, Musicus et Spiritus rectus
in die Ruhmeshalle der Besten
aufgenommen worden zu sein.

Lorber bekränzt stehen die Büsten
der Helden auf dem Podest,
von der Menge bestaunt,
erhaben, der Erde entrückt.
Triumphale Musik erklingt.
Die Menge jubelt und singt
von den Taten der so Geehrten.

Das Licht geht aus.
Die Feier endet.
Stille herrscht.
Das einzig lebend Wesen
ist nur noch eine Katze,
die nach Mäusen jagt
und sie auch findet.

Um Mitternacht
der Geist der Ruhmsucht
hält den neuen Helden
einen Spiegel vor, und fragt
nach ihren Verdiensten,
in welcher Reihenfolge sie wohl
einzuordnen seien:

1-Michael, Hans, Paul, Udo, Sigi, Wolfgang
2-Hans, Paul, Udo, Sigi, Wolfgang, Michael
3-Paul, Udo, Sigi, Wolfgang, Michael, Hans
4-Wolfgang, Michael, Hans, Paul, Udo, Sigi
5-Sigi, Wolfgang, Michael, Hans, Paul, Udo.

Auch andere Folgen seien möglich.
Lange Diskussionen ohne Ende
führten zu keinem Ergebnis.

Sie waren ja alle „Der Beste“.
Und so entschied der Geist,
die Reihenfolge der „Besten“
rotierend zu wechseln.

Zugestimmt wurde dem nicht von allen.
Und so wurde letztlich entschieden,
die Büsten der Besten
einstweilen im Archiv zu deponieren.

Nach 10 Jahren standen sie,
vergessen, immer noch da im Depot
der Ruhmeshalle der Besten.

Zufrieden bin ich aufgewacht.
Will keine Büste
in der Ruhmeshalle der Besten.
Wenn schon, dann sollte
ein Bild von mir bleiben
in euren Köpfen.

(7.10.2025)

6 Trinklieder

6.1

In Vino Veritas

In vino veritas.
Amicus verus
wer ist das?

Denk daran, mein lieber Freund,
ein kühler Tropfen Wein
zur rechten Zeit,
ein guter Jahrgang aus guter Lage,
allein das mag schon herrlich sein.

Doch mit einem Freund,
egal zu welcher Stunde,
trinkst du den Wein
in freundschaftlicher Runde.
Du fühlst dich frei und unbeschwert.
Im Paradies wirst du ´s nicht schöner finden.

Stoss an das Glas mit mir.
Wir wollen feiern.
Weihnachten ist´s.
Ein weiteres Jahr liegt hinter uns.

Nicht immer war´s nur
leicht und unbeschwert
und hat auch noch Pofit beschert.

Es waren da noch viele Stunden
trüben Sinns und ohne süßen Wein.
Das soll auch nicht vergessen sein.

Rein und alt soll er sein der Wein.
Jetzt schenk ihn ein den Wein,
der dir die Sinne schärft
und nicht vernebelt,
wenn´s darum geht zu sehen
auf den Grund der Dinge
und des Glases.

In vino veritas.
Amicus verus
wer ist das?

Wer dir die Wahrheit sagt,
so bitter sie auch schmeckt.

Wer schweigt,
wenn reden nicht gefragt.

Wer kommt,
wenn andere gehen.

Wer geht,
wenn's an der Zeit.

In vino veritas.
Amicus verus
wer ist das?

Wer mit mir trinkt,
wer mit mir singt,
und kummervolle Tränen nimmt.

Amicus verus est.
In vino veritas.
Dass nur bei Freud und leichten Sinns
die Tränen rollen dir ins Glas,
ich wünsch' dir das.

Ein frohes Weihnachtsfest,
gesund und munter,
all' deine Lieben in der Runde,
so sollst du's feiern.
Sollst fröhlich sein

Jetzt trink den Wein, stoß an.
Nicht laut, ganz leise.
Die Zeit der Stille ist.

Der Reim, so wie im Leben,
nicht immer passt.
Was macht's.

6.2

Wein, Weib, Gesang

Wein, Weib, Gesang,
wenn Lage, Jahrgang stimmen,
rücken den Himmel näher dir.

Im Rausch der Sinne
wird Schweres leicht.
Das Weib erscheint als Engel dir.

Der Wein
von Lage und dem Jahrgang
wird bestimmt, wie jeder weiß.

Beim Weib ist's ähnlich,
doch nicht ganz so leicht.
Will näher das jetzt nicht ergründen.

Das Weib bei Wein –
Ja so ist's fein-

Der Wein allein -
auch ohne Weib,
lässt den Gesang dich finden.

Doch alle drei, zu guter Letzt,
Wein, Weib, Gesang zugleich,
das ist's was wir uns wünschen.
Lasst uns mit Wein
dem Weib Gesang erfinden.

Es lebe hoch der Wein
aus gute Lag' und gutem Jahr.

Es lebe hoch das Weib
in guter Lag' und gutem Jahr.

Ich trink auf euch
ihr Freunde.

Stosst an mit mir
auf unsere lieben, holden Frauen,
die wir auch ohne Wein
ganz gut ertragen.

6.3

Lasst uns singen

Lasst uns singen unsere Lieder.

Lasst uns fröhlich sein.

Lasst uns fröhlich singen.

Hebt die Gläser und stosst an.

Es lebe die Freundschaft.

Es lebe der Freund.

Lasst juns Freunde.

7 Nachdenkliches

7.01

Die Würde des Menschen

Keiner ist ohne Bedeutung.
Keiner ist wertlos.

Erkenne dich und die anderen.
Folge beharrlich
dem Weg zu dir selbst.
Forme dich zu deinem Bilde.

Bescheidene
Selbsteinschätzung ist wichtig.
Bedeutung und Wert eines Menschen
bestimmen die anderen.

Deine Bedeutung ergibt sich
aus der Meinung der anderen.
Aus deiner Fürsorge für Mitmenschen.
Aus dem, was du für andere
erdacht und getan.

Dabei kommt jedem,
auch dem Ärmsten und Schwächsten,
die Bedeutung zu,
gebraucht zu werden,
wenn auch nur von einer Person.

Das ist die Würde des Menschen.

7.02

Das Leben ist wie es ist

Das Leben ist, so wie es ist.
Meist nicht zu ändern ist.
Mal hoch, mal tief.

Wehre dich nicht.
Las es geschehen,
was nicht zu ändern ist.

Doch wehre dich,
wenn du erkennst,
du kannst es ändern,
was dich bedrängt.

7.03

Die Zeit

Die Zeit vergeht
und eh' du dich umsiehst
ist es zu spät
für Versäumtes.
Unwiederbringlich vorbei.

Nur Erinnerungen,
wenn es welche gibt,
verbleiben.

Wenn du reden willst,
dann rede jetzt.

Wenn du zuhören kannst,
dann tu es jetzt.

Willst du bei mir sein,
dann komme jetzt
und lass uns
ein Stück des Weges
gemeinsam gehen,
bevor ich alleine
meinem Ziel weiter
entgegenschreite.

Was wichtig heut,
verblasst und wird klein.
Was später dir groß
und bedeutend erscheint,
hast du versäumt,
unwiederbringlich.

Jetzt greif zu.
Nimm und gib,
wenn du zu geben hast.

Du lebst nur im Jetzt.
Unwirklich ist das Gestrige geworden.
Das Morgen ist möglich,
muss aber nicht sein.

7.04

Was bleibt

Nackt kam ich,
nackt geh´ich.
Nichts nehm´ ich mit.

Es bleiben, vielleicht,
Erinnerungen an das,
was ich getan und gesagt,
was an Empfindung bei anderen
haften geblieben.

Es bleiben die Lieder,
wenn sie zum Klingen gebracht.
Denkst du an mich,
lass tönen meine Musik.

7.05

Bedingungslos

Das Leben bietet sich dir an,
bedingungslos.
Der Rahmen ist vorgegeben.
Wehre dich nicht. Nimm an.
Fülle ihn aus mit deinen
Gedanken, Fantasien, Ideen,
Taten und Werken.

Forme den Ton
zur Gestalt und Person,
die du sein willst.

So wirst du ganz du
nach deinem eigenen Bild
im vorgegebenen Rahmen.

7.06

Ich bin die Seele

Ich bin nicht
mein linkes Ohr,
auch nicht
mein rechter Zeh,
nicht mein Auge, meine Nase,
nicht der Bauch
und nicht die Hand.

Ich bin die Seele.

Eingeengt in dies Korsett
geh´ ich durch die Welt
mit kleinen Schritten.

Ich spanne meine Flügel aus
und fliege dann nach Haus´
wenn alles, was mich jetzt hält,
zu Ende ist, verfällt.

Ich bin die Seele.
Ich werde nicht vergehen,
nicht untergehen.

Ich bleib ein Teil vom Ganzen
für die Ewigkeit.

7.07

Das Leben ist kurz

Länger wird´ ich tot sein
als ich lebe.
Das Leben ist kurz.
So will ich keine Zeit vertrödeln.
Das Jetzt und Hier
ist das Leben.

Nicht gestern, nicht morgen,
heute will ich gestalten,
ergründen, erfragen, entdecken.

Alles um mich, alles in mir.
Alles was Freude mir macht.

Alles was mich bedrückt.
Was besser ich tu,
was lieber ich lass´.

Die Seele in mir
lässt das zeitlich Begrenzte
leichter ertragen.

Die Seele in mir,
das bin ich selbst.

Ich dirigier.
Ich treibe voran.

7.08

*Die Blume, der Baum,
der Vogel, der Fisch*

Die Blume, der Baum, der Vogel, der Fisch
haben mit mir Vieles gemeinsam.

Wir leben, vergeh´n
und kommen als Spezies
wieder in neuer Gestalt,
mit neuer Lust am Leben.

Wie es der Blume, dem Baum, dem Vogel
und dem Fisch ergeht,
wenn sie verblühen und
ihre Gestalt verlieren,
kann man verstehen.

Mein Körper durchläuft
den gleichen Prozess
des Lebens und des Vergehens.
Es geht alles auf in Eins.

Meine Seele jedoch
wird bleiben für die Ewigkeit.

Vielleicht reffe ich dann doch
die Blume, den Baum,
den Vogel, den Fisch
und wir sind alles zusammen
das Lebe.

7.09

Die Lust am Leben

Damit du wieder munter wirst,
das Herz dir hüpfet und fast zerspringt
aus Lust am Leben und der Liebe:

Schau dir den blauen Himmel an,
die Sonne, wenn sie strahlt am hellen Tag;

den Mond in lauschig stiller Nacht.
Hör auf das Lachen eines Freundes,
Musik mit leichtbeschwingten Melodien.
Hör auf den leisen Piepston
auch vom Spatz.

Dann hörst du auch
dein Inneres endlich sagen:

Ja, das ist's, was Sinn macht.
Freude und die Lust am Leben.

7.10

Meine Seele will ich heben

Meine Seele will ich heben
über mich hinaus,
schweben, fliegen über alle Lande.

Ruhe will ich finden.
Mich erkennen.
Allein und doch verbunden
mit allem Sein.

Ich will ankommen.
Ich will sein.

7.11

Wiederkehr und Ende

Heute sheint die Welt unterzugehen.
Und doch geht die Sonne
Morgen wieder auf.

Nur, einmal, niemand weiß wann,
ist alles zu Ende.

Ich lebe im Heute, genieße den Tag.
Das Ende bedenk ich.
Freu' mich aufs Sein danach.

(2026)

7,12

Die Esche

Mit starkem Stamm und dicken Ästen,
hoch gewachsen,
in der Erde tief und fest verwurzelt,
steht sie da, die Esche.

Symbol für Leben und Wachstum,
Stärke und Ausdauer.
Als Weltenesche
verkörpert sie den Kosmos.

Schmerzen der Gelenke
lindert sie und auch andere
menschliche Beschwerden.

Wind und Sturm trotzen
Stamm und Äste.
Unbeweglich übersteht sie
hundert und mehr Jahre.

Nur die Zweige werden bewegt
im Wind durch Kräfte von außen.

Auch der Mensch
wird hin und her geworfen
von äußeren Kräften wie

Wind und Wellen im Meer,
Strömungen im Fluss.

Doch vermag er auch
zu selbstgewählten Zeiten,
mit selbstgewählten Zielen
sich zu bewegen, zu gehen,
zu laufen, zu rennen,
zu verharren und stehen zu bleiben,
wenn es ihm gefällt.

Nutze diese Möglichkeit
der Selbstbestimmung.
Steuere selbst dein Ziel an.

Sei nicht nur der Spielball
deiner Umgebung.

(12.05.2025)

7.13

Das Jetzt

Das Heute und das Jetzt
ist Leben.

Was gestern war
ist längst vorbei.

Das Morgen bleibt verborgen.
Das Jetzt und Heut
ist Leben.

8 Der letzte Tag

8.01

Nicht im Frühling

Nicht im Frühling,
nicht im Sommer,
erst im Herbst,
der Zeit der Reife,
will ich geh'n
auf Reise in die Ewigkeit.

Dann legt die Asche
in ein Grab unter einen Baum
mit weitem Schirm der Äste.
Blätter, die nicht welken
und nicht fallen spät im Herbst;
die schützend auch im Winter
den Ort der Stille nennen.

Eine Bank stellt mir darüber,
wo meine Liebste mag verweilen
und Freunde rasten im Vorübergehen.

Tränen sollen hier nicht fließen.
Lachen und ein Lied
möchte ich vernehmen.

Denkt an die guten Zeiten
und wisst,
dass wir uns wiedersehen.

8.02

Unterwegs

Der letzte Tag wird kommen.
Wer weiß, wann das geschieht.
Bis dahin will ich:

Über grünes Gras gehen, und
Blumen pflücken,
mich der Natur erfreu'n.

Wenn es Winter ist, bei Schnee,
frische Luft einatmen-

Im Herbst
mich unter Bäume legen,
deren bunte Blätter
mich berieseln.

Ich will tief einatmen,
mich spüren und Leben fühlen.

Und dann werd' ich gehen.
Vorausgehen nur.
Von Trauer keine Spur.
Ins andere Leben
wand're ich nur.

8.03

Dann komme ich nach Haus

Herr, lass mich sagen,
was noch zusagen.

Herr, lass mich tun,
was noch zu tun.

Dann will ich kommen
in deine Arme,
dann komme ich nach Haus.

Herr, lass mich danken
meinen Freunden.

Herr, lass mich singen
meine Lieder.

Herr, lass mich halten
in meinen Armen die Liebsten.

Dann will ich kommen
in deine Arme.
Dann komme ich nach Haus.

8.01

Adieu

Als ich noch auf Erden war,
hat keiner mich besucht
im letzten Jahr.

Auch in der Zeit vorher
hat keiner mich gefragt,
wie es mir geht,
wonach mein Sinn auch steht.

Jetzt ist es zu spät.
Ich geh nach Haus,
ganz alleine.
Ich kenne den Weg.
Ich kenne das Ziel.

Meine Seele, das bin ich,
spannt jetzt weit ihre Flügel aus
und bringt mich heiter und
beschwingt nach Haus.

Was ich zurück auf Erden lasse,
wird bald zur Erde wieder.

Die ihr mich nicht besucht
als ich noch hier war,
müsst jetzt auch nicht
zu diesem Anlass
auf den Weg euch machen
und dabei sein wollen
an dem Grabe.

Bleibt zu Hause,
wie auch früher schon.
Lasst es euch gut gehen.
Ich grüße euch.

Sigi, ein fröhlicher Mensch
bin ich gewesen.
Die Musik hat mir- noch auf Erden-
Blicke in den Himmel erlaubt.

Spielt meine Musik.
Hört sie euch an.
Ich werde dabei sein
und mit euch reden.
Das Leben ist schön,
nur leider zu kurz.
Nutze die Zeit.
Lese die Zeichen.
Lebt wohl, und denkt daran,
keinem ist ewiges Leben
hier auf Erden beschieden.
Und nur wenig bedarf es,
um zufrieden und
glücklich zu sein.

8.05

Im Kreislauf des Lebens

Der Erde wiedergegeben,
aufgenommen von den Wurzeln
für das Wachstum des Baumes,
der Menschen das Atmen ermöglicht,
bleib ich dem Kreislauf
des Lebens erhalten.
Bin nicht verloren.
Du findest mich
im Wald bei den Bäumen,
bei den Blumen im Garten,
beim Atmen in den Bergen,
im wogenden Meer.
Du findest mich
beim Klang meiner Lieder,
und wirst mir begegnen
beim Tanz allen Seins
in Harmonie um Gott,
der das alles ermöglicht.

8.06

Ich lebe mein Leben vom Ende gedacht

Ich lebe mein Leben vom Ende gedacht.
Ich weiß um die Kürze der Zeit
verbleibender Tage.

Ich lebe bewusst, hab´ keine Angst,
nehme den Tag wie er kommt.
Schärfe die Sinne, das Auge, das Ohr,
Schmecken und Tasten.

Ich bedien´ mich des Körpers
als Gast, bin seine Seele.

Ich spüre im Alter
die schwindenden Kräfte,
den mühsamen Gang.

Das ertrag ich wissend,
ein Mensch zu sein,
dem, wie allem Leben,
ein Ende bestimmt ist.

Das stimmt mich nicht traurig.
Wissend erleb ich die Tage,
werde meiner bewusst,
erfülle mir Träume,
ordne den Ablauf des Lebens.

Zu bestimmter Zeit
verlass´ ich den Körper
und werde,
befreit von diesem Ballast,
in anderer Form,
mit anderen Sinnen,
zu mir finden.

Als Teil des Ganzen
werde ich nicht vergehen.
Ich werde sein.
Ich lebe mein Leben
vom Ende gedacht.

(1.8.2024)

8.07

Das Lied von der Nachtigall

Nachtigall,
verstummt sind deine Lieder,
farblos die Welt.
Blumen verwelken.
Die Sonne verblasst
von Wolken verstellt.
Sinnlos und leer
erscheint mir die Welt.

Nachtigall,
ich hör´ dich wieder,
deine Lieder, den Gesang.
Die Sonne erstrahlt.
Ein Lachen der Kinder
weist mir die Welt.

Das Leben erkennen
all meine Sinne.

Nachtigall,
sing mir zur Freud.

(27.7.2025)

8.08

Aus dunkler Nacht. Ostern 2026

Aus dunkler Nacht ins helle Licht,
aus einem Traum bin ich erwacht.

Osterglocken läuten.
Es ist der Tag
der Auferstehung des Herrn.

Ich lebe.
Spüre den sanften Wind.
Sehe die Farben der Blumen.
Nehme betörende Düfte wahr.
Höre das Summen der Bienen,
das Singen der Vögel.

Ich bin umgeben von Leben.
In mir ist Leben.

Ich bin aus meinem Schlaf erwacht
am Tag der Auferstehung des Herrn.

8.09

Wenn I g'storb' n bin

Wenn I g'storb' n bin,
musst nicht traurig sein.

Wenn I g'storb' n bin,
tut mir nichts mehr weh.

Wenn I g'storb' n bin,
is net alles vorbei.

Wenn I g'storb' n bin,
im Himmel bin ich dann.

Wenn du nachkommst,
sind wir wieder z'samm.

Wenn I g'storb' n bin,
musst nicht traurig sein.

(20.10.2025)

9 Mit Achtzig und älter

9.01

Mit Achtzig

Mit Achtzig
kommst du dem Himmel immer näher.
In Andechs, auf dem heiligen Berg,
bist du ihm ganz nah.

Wenn in der Klosterkirche
die Orgel spielt und
mein Ave Maria, Pater Noster und Credo
erklingen,
hör ich die Englein singen
und mein,
ich bin im Himmel.

Wenn ich danach im Klosterbräu
bayerisches Bier und Speisen genieße,
weiß ich, ich bin im Himmel.

(Siegfried Zabransky,
geschrieben am 9.8.2017
in Erwartung des Festes am 29.9.2017)

Einladung

Ich hatte sie alle eingeladen.
Alle stimmten spontan mir zu.
Das war vor zwei Jahren.
Jetzt ist es an der Zeit,
was geplant auch fest zu machen,
schleichen viele sich davon.

Das lässt sich alles gut begründen:
Reisen, unaufschiebbar.
Es ist die zehnte zwar in diesem Jahr.
Familienfeste, wichtige Kongresse
und was sonst noch gelegener
als dieses Greisenfeste.

Und so freu ich mich auf euch,
ihr lieben Gäste,
jetzt wird's ein Fest mit Freunden.

Nichts hat euch aufgehalten,
keine langen Reisewege-
die letzte Fernreise ging ja auch
nur über viele 1000 km.
Keine Mühen, keine Kosten
habt ihr gescheut.

Ich danke euch dafür und
lad euch ein zum nächsten Fest
in zehn Jahren.

(2017)

9.03

Mit Achtundachtzig

Mit 88 bist du dem Himmel ganz nah.
Erdenschwerer, schleppender Gang,
fehlende Kräfte, gemächliches Schreiten.
Die Suche nach einer Bank.

Zeit, nach dem Ich zu suchen
und es zu finden.
Ankommen. Sich einrichten.
Sich selbst betrachten.

Als Mensch, mit all meinen
begrenzten körperlichen Möglichkeiten
und geistigen Fähigkeiten
wurde ich geboren,
habe dem Rahmen Inhalt gegeben.

Das Ergebnis:

Vieles habe ich gut gestaltet,
anderes hätte besser verfolgt
auch besser gelingen können.

Im Rückblick war die Wahl meiner Ziele
und Bestrebungen nicht immer
der Suche nach mir Selbst förderlich.

Familiäre Verhältnisse, Umweltbedingungen
und Gene befrachten oder bevorzugen uns.
Misslungenes darauf zu schieben ist einfach,
entspricht meist aber nicht ganz
den inneren Zusammenhängen.

Du bist letztlich selbst verantwortlich
für alles was du tust,
aber auch für Unterlassenes.

(15.09.2025)

9.04

Ausblick 2025

Was Morgen ist, weiß keiner heut'.
Mit 88 Jahren bin ich vorbereitet
auf eine lange Reise.
Abreisen würde ich gerne,
wenn ich es mir wünschen darf,
erst nach dem 90. Geburtstag.

In zwei Jahren
würde ich dann ein update
meiner „Werke“ bringen
und ein zweites Fest
in Andechs feiern.

Doch nehme ich
gefasst und gelassen hin
die Pläne von oben-

(15.09.2025)

9.05

Mit Neunzig bist du fast im Himmel

Sollst vorbereitet sein,
an die Tür zu klopfen,
sie zu öffnen und einzutreten,
die Wahrheit zu erfahren.
Menschliches liegt hinter dir.

Alles was jetzt kommt,
entzieht sich unserem
menschlichen Vortellungsvermögen.

Du stehst dir selbst,
deiner Seele, gegenüber.
Erkennst,
was hinter allem wirkt
und alles lenkt.

Du bist angekommen.

Lange leben ohne alt zu werden

Lange leben ohne alt zu werden,
die Kraft der Jugend,
ihren Schwung und den Elan
zu behalten, wünscht jeder sich.

Mit 90 noch Berge erklimmen,
an den Küsten der Meere
stundenlang wandern,
im Schnee die Pisten heruntersausen,
im Sommer den Ärmelkanal durchschwimmen,
neue Ideen zu haben,
kluge Reden zu halten,
Bücher zu schreiben,
den Ton angeben,
davon träumen wir.

In Wirklichkeit
kracht es in den Gelenken,
wenn sie nicht schon ausgewechselt sind.
Das Gehen wird mühsamer.
Am Rollator
erlebst du einen ganz neuen Aspekt
deiner Umgebung. Entschleunigung!
Zum besseren Sehen und Hören
hilft uns die Technik.

Und doch bringt auch das Alter
neue Lebenseinsichten,
neue Selbstbetrachtungen und
neue Erfahrungen,
die uns den körperlichen Verfall
leichter ertragen lassen.

Neugierig bleiben.
Gelassen den Alltag angehen.
Unveränderliches annehmen.
Im Heute bewusster leben.
Loslassen.

Nicht alles haben wollen.
Das unvermeidliche Ende
unseres Menschseins
akzeptieren und einplanen.

Auch der gealterte Mensch,
wenn er den Humor nicht verliert,
und ihm der Sinn
für Poesie und Musik erhalten sind,
kann festen Schrittes neugierig auf Neues
zufrieden seines Weges gehen.

Auch das Alter
zeigt uns das Leben.

10 Zum Geburtstag

10.1

Alles Gute

Ich wünsche dir zum Geburtstag
einen schönen Tag.

Ich wünsche dir viel Glück.
Es soll dir gut ergehen
die nächsten Jahre.

Lachen, nicht weinen,
froh sollst du sein.
Sollst lieben und hoffen,
sollst glücklich sein.

11 Spirituelle Texte

11.1

Morgengebet

Gott,
ich danke Dir
für diesen Tag.

Lass strebend mich
das Ziel erreichen,
der zu sein,
der Deinem und
auch meinem Bild entspricht.

Gott,
ich danke Dir für diesen Tag.

Zuversicht

Gott, mein Gott,
lass mich nicht verkommen.
Lass mich nicht allein.

Reich mir die Hand, weis mir den Weg
aus dunkler Nacht ans helle Licht
mit Zuversicht und Kraft zu kommen.

Ertragen will ich alle Pein,
wie ´s Hiob einst geschah,
wenn ich mein Ziel vor Augen hab´,
bei dir zu sein und mich zu finden.

Wenn du mein Hirte bist,
den Weg mir weist,
wrd´ ich dich finden.

Gott, mein Gott,
lass mich nicht verkommen,
lass mich nicht allein.

(5.6.2025)

I

Verzeichnis, alphabetisch

04.04	Abends
08.08	Adieu
10.01	Alles Gute
08.03	Als ich ein Bub war
09.05	Ausblick 2025
08.08	Aus dunkler Nacht (Osterspaziergang 2026)
07.05	Bedingungslos
04.11	Blätter fallen
07.08	Blume, Baum, Vogel, Fisch
08.03	Dann komme ich nach Haus
07.14	Das Jetzt
07.07	Das Leben ist kurz
05.15	Das Lied von der Nachtigall
07.02	Das Leben ist so wie es ist
02.06	Dein Lächeln
05.12	Der alte Mann
03.03	Der Flieder blüht
03.02	Der Frühling ist da
03.05	Der Maler Herbst
04.06	Der Regenbogen
04.11	Die eitle Eiche
07.12	Die Esche
04.05	Die letzten Rosen
02.11	Die Liebenden
07.09	Die Lust am Leben
02.03	Die Rose des Prinzen
02.15	Die Wogen des Meeres

07.03	Die Zeit
02.18	Du bist nicht allein
02.07	Du hast das Herze mein
05.06	Du musst nicht verzagen
05.08	Ein Engelchen
04.07	Ein grünes Band
02.08	Ein Wunder geschah
09.02	Einladung
05.14	Fabel von den zwei Störchen
04.02	Frühmorgens
05.15	Hall of Fame (Ruhmeshalle)
02.01	Ich bin allein
07.06	Ich bin die Seele
02.10	Ich brauch kein Wein
01.02	Ich fang sie ein
08.06	Ich lebe mein Leben
05.02	Ich lebe noch
02.06	Ihr Lächeln
05.04	Ich wollt, ich wär ein Künstler
04.10	Im Abendrot
08.05	Im Kreislauf des Lebens
06.01	In Vino Veritas
02.13	Ist es Liebe?
02.04	Lächeln verzaubert
09.06	Lange leben, ohne alt zu werden
06.03	Lasst uns singen

05.01	Leben solange ein Ton ertönt
01.03	Liebeserklärung
05.05	Manchmal wär ich gern
02.02	Meine große Illusion
01.01	Meine Lieder
07.10	Meine Seele will ich heben
09.01	Mit Achtzig
09.03	Mit Achtundachtzig
11.01	Morgengebet
08.01	Nicht im Frühling
05.11	Noch einmal
04.08	Osterspaziergang 2024
02.17	Sagst du mir
03.04	Sommer ist
08.02	Unterwegs
05.10	Versprechen
02.12	Was bin ich ohne dich
07.04	Was bleibt
06.02	Wein, Weib, Gesang
03.01	Wenn der Frühling kommt
02.14	Wenn du gehst
08.08	Wenn I gstorbn bin
02.16	Wenn im Herbst
07.11	Wiederkehr und Ende
05.07	Wiegenlied
03.07	Winter

05.09	Wo bist du?
05.13	Wunderbare Träume
04.03	Zauber-Blumen-Farben-Pracht
11.02	Zuversicht

Publikationen

Liederzyklen nach Gedichten von

1. **GOETHE, Johann Wolfgang von**
2022, ISBN 978-3-943 113-13-6
2. **Die Sesenheimer Lieder**
von Joh. W. von Goethe
2022, ISBN 978-3-943 113-12-9
3. **HEINE, Heinrich**
2022, ISBN 978-3-943 113-12-
4. **HESSE, Herrmann**
2022, ISBN 978-3-943 113-20-4
5. **RILKE, Rainer Maria**
2022, ISBN 978-3-943 113-11-2
6. **RILKE, Rainer Maria**
Biographie, Gedichte, Noten
7. **ROMANTIK**
2022, ISBN 978-3-943 113-14-3
8. **ZABRANSKY, Siegfried**
2022, ISBN 978-3-943 113-21-1

Walzerskizzen, Teil 1

2019, ISBN 978-3-943 113-22-8

Walzerskizzen, Teil 2

2023, ISBN 978-3-943 113-22-8

Walzerskizzen, Teil 3

2024, ISBN 978-3-943 113-24-2

Meine Lieder, 2017
ISBN 978-3-943 113-19-8

Meine Walzer, 2017
ISBN 978-3-943 113-19-8

LYRIK zu den Gezeiten des Lebens
2020, ISBN 978-3-9557-018-7

LYRIK und MUSIK
2021, ISBN 979-12-201-10617

Meine Gedichte 2025
2025, ISBN 9783943113266

Die Seele, 2026,
Update der Gedichte



Annweiler, Trifelsruhe, A/16