

Inhaltsangabe:

Gastfreundschaft-Seelenverwandtschaft	2
Sonnenmorgen	6
Ficulle	9
Terra	10
tu terra Umbria	12
Gottesmorgen	16
Regenwetter	18
Neujahrstag	20
Sonnengeschenk am Trasimenosee	24
Umbria - Sonne, Mond und Sterne	28
Frühling in Umbria	30
Frühling Abend und Morgen	32
Himmelbett	36
Lebensluft-Frühlingsduft	38
Morgenröte	40
la terra di rose	42
Spaziergang über die Berge Umbriens	44
Olivenbaum	46
Grotta de Diavolo- Parrano	48
Porto St. Stefano	52
Kraftort Orvieto	54



Inmemoriam

I N M E M O R I A M  
Lebensdialoge  
G a b e n

Umbria



Im Namen Der L i e b e  
nel nome Dell' a m o r e

Kraftort  
Orvieto

Alte, kraftspendende Erdzentrale  
Deine Ähnlichkeiten mit Siena,  
unverkennbar

der Dom der Madonna  
mit einzigartigen Malereien  
und dem Rosettenfenster

Lebenslinien über die  
Erde verteilt, reichen sich die Hand:  
Orvieto, Siena, Chartres, Brüssel, Paris,  
Notre dame, Straßburger Münster,  
Maria-Laach, Schweriner Dom, Roma,  
Florenz, Marien-Dom Andernach,  
Mailand, St. Maria della Angelie - Assisi  
und alle die Ungenannten Stätten

um den Dom herum  
lauter dreieckige Steine in  
Blumenornamenten gelegt -

verschiedene Symbole vor dem  
Eingangsbereich, zieren die Erde -

so lassen sich  
die wunderbaren Energien  
von Himmel und Erde  
schon dort spüren  
und

Goldgelbe Weintrauben  
verstecken sich unter  
herbstlich gelbem Weinlaub -

rotgoldene Reben  
glänzen im Sonnenlicht

der Weinberg speichert  
der Sonne Wärme für  
kühle Nächte und seine Früchte,  
von denen wir naschen;

in der Nachmittagssonne  
mundet ihr köstlicher Saft  
unseren Gaumen wie

frische, warme Milch -

Weintrauben - Sonnenmilch

+

Porto St. Stefano

Sonntag  
an der Riviera -  
Einlass in die  
Welten des Meeres

Felsteinküsten -  
das weite, blaugrüne Meer,  
smaragdfarbene Wasser,  
grazie Dio -

Herzensweite, die in den  
Gesang der Wellen mit einstimmt,  
die auf steinigen Strand rollen  
mit sanften Wogen im steten Lied

laue Winde treiben die Nebelwolken,  
die sich in der Sonne auflösen -  
Möwen gleiten gelassen auf ihren  
Schwingen durch die Lüfte -  
Segelboote, Jachten  
auf dem Wasser, im Hafen -

unvergängliche Glücksmomente -  
eingepägt den Sinnen,  
Erfahrung, die die Seele speichert

die Chiesa St. Stefano  
bietet einen Raum  
für Stille - Besinnung

Gastfreundschaft -  
Seelenverwandschaft

lädt uns ein ins  
Heim nach Ficulle, von  
A-M und B und  
zum köstlichen Mahl  
mit herrlichen Früchten,  
Pasta, Brot, Salaten, Wein

Gott läßt die Menschen  
göttlich fein doch speisen !

Danke - grazie  
für der

Erdengabe Fülle

HERR,  
Es geschehe Dein Wille!

+++

Bizarre Felsenformationen, in  
Jahrtausenden von stetig  
fließenden Wassern, Erdstößen  
und Eruptionen geformt als  
mächtige Brücken, die die ausgehöhlten,  
offenen Grotten überspannen -  
miteinander verbinden

Wundergarten Erde -  
in dessen  
Schönheit, Vielfältigkeit,  
in dessen  
geheimnisvolle Winkeln wir finden,  
um uns am letzten Maitag an  
dem sich stets erneuernden -  
dem sich stets wandelnden Leben  
der Schöpfung zu erfreuen -

Kleine Bucht  
mit sonnenwarmen Wassern,  
zu der wir wandern, um Einlass  
in die Heimat von kleinen Fischen,  
lustigen, vom Sonnenbaden ins Wasser  
springenden Fröschen zu erbitten,  
damit auch wir dort baden können

herrlich erfrischendes Nass, das uns  
kühlend umfängt und unter dessen  
kleinen, warmen Wasserstrahlen  
Körper, Geist, Seele jublieren -  
wunderschönes Refugium der Natur,  
in dessen Dasein wir dankend daheim  
sind

Ein kurzer, kleiner Augenblick  
in Ebenen ihres Universums und  
die Erde, am äußeren Rand ihrer Welt,  
erwacht mit Freudenklängen aus  
ihrem Schlaf

die Nacht verabschiedet sich  
auf leisen Sohlen

die Seen fangen das Licht ein  
um wieder zurück zu strahlen,  
was sie empfangen

die junge Morgensonne  
beginnt sich dann hinter  
den Wolken zu verstecken,  
reckt ihre Lichtarme in den  
Wolkenhimmel

und die Welt bleibt  
in grauem Kleid zurück

+

Grotta de Diavolo  
Parrano - Umbrien

Abseits der Straße  
ein holpriger Steinweg,  
hier und da von  
kleinen Wasserläufen durchzogen,  
wild wucherndes Gebüsch,  
bewaldete Berghänge und  
uralte, riesige Felsen, in denen  
Grotten schlummern -

brausender Wasserfall,  
der mineralhaltiges Trinkwasser  
mit sich führt, es uns spendet  
an einer kleinen Tränke zum  
Wasserschöpfen, von der wir  
Vorrat für daheim mitnehmen:  
Gesundbrunnen -

Der Weg führt weiter in die  
schützende Dunkelheit des Waldes -  
am Ende der Schlucht  
verwünschtes Dickicht, das  
einen Blick auf hohe Felsen freigibt -

die rauschenden,  
fallenden Wasser klingen zusammen  
mit dem Gesang der Vögel,  
dem Summen von Insekten,  
dem Wispern des Windes  
in den sich wiegenden Blättern -

Ficulle

Sonne im Herbst  
ist für die  
Olivenernte da

Kleine Lichter,  
die warm strahlen, hüllen  
Ficulle am Abend ein,  
vorweihnachtlicher Laternenschein  
traumhaft schön

die alten, am Hang  
hingekuschelten Feldsteinhäuser  
und über ihnen

la Luna - der Mond -  
der bei Nacht auch  
südliche Erde bescheint

Die Sterne sind ihr  
Schmuck im Nachtmantel

buona notte  
Ficulle

+++

## Olivenbaum

Du wachst  
mit Deinen Geschwistern in den  
Zonen der mediterranen Welt,  
und ich lebe mit Dir in Umbrien -

Dein knorriges Geäst  
hat immergrüne Zweige  
die aus der Erde Tiefe, in der  
deine Wurzeln sich ausbreiten,  
Neue Arme ausstrecken, um  
emporzuwachsen in den Ätherstoff -  
sich hinwenden zum Licht -  
sich erheben

mit dem Rauschen des  
erneuernden Lebensstromes im Frühling  
steigen starke Säfte auf in Dir, in Deinen  
Stamm, die Äste, die Zweige, die Blätter

der Mai treibt dünne Blütenrispen  
zwischen Deinen Blätterrock,  
kleine Adern, die hellweiß sich abheben  
vom dunklen Geäst, den milchig grün  
schimmernden Blättern -  
daran winzige Punkte, winzige Knollen  
die wachsen, sich mehr und mehr füllen

dann schiebt  
anhaltender Sonnenschein die  
unscheinbaren, fülligen kleinen Bälle  
hinaus ins Blütenmeer des Frühlings

Des Ackers Krume  
frisch gepflügt,  
streckt sich am Morgen in  
sattem, braunen Ton dem  
Tag entgegen,  
zieht auch rote Farben an und  
wartet auf die Sonne, die als  
Töpferin eine Jede von ihnen als  
individuelle Skulptur über das  
Land verteilt

so singt  
der Wind zwischen  
Tälern und Hügeln mit  
der Erde Ton gemischt  
Neue Lieder um in

Freude die Samen für eine  
Neue Generation von Erdengaben  
zu empfangen -  
auf das sie wachsen und  
gedeihen im Gottes- Erdengarten

+++

Spaziergang  
über die Berge Umbriens

Ausruhen  
in der Frische des  
beginnenden Tages auf der  
Kuppe des Berghanges

Blicke, die schweifen  
über Hügelketten im Morgenlicht,  
blaue, rosefarbene Berge in der Ferne  
und

eintauchen in ein Meer von  
glitzerndem Morgentau

Jeder Tropfen  
eine Welt strahlenden,  
reflektierten Sonnenlichtes -

jeder Tropfen  
ein Lichtdiamant der blinkt  
und s e i n Lied,  
von der Sonne angestimmt,  
in unsere Welt schickt

Grasmeereswellen  
singen mit den Wogen Choräle  
von

Freude, Stille, Heiligem  
im Angesicht eines Neuen Tages -

Deine Berge,  
unter denen Grotten schlummern

deine Hügel,  
die weich und sanft gerundet

Hügel und Berge öffnen sich  
wie

Rosenblätter der Sonne,  
die mit südlicher Kraft  
hinter jedem Bergblütenblatt,  
in die tief abstürzenden Täler  
ihre Strahlen fallen läßt,  
um so die Wälder zu verzaubern,  
die dort geschützt wachsen

Bunte Herbstblätter  
färben die Hügel, die Tiefen und  
auf ihrer Wanderung steigt die  
Sonne über Berg und Tal

selbst die Wolken  
türmen sich in  
unwirklichem Blau und  
die Nebel fließen in ihrem  
taubengraublauen Kleide

+

la terra di rose

Rosenerde

Aus der Tiefe der Erde -  
aus der Tiefe Deines Herzens  
steigt Dein pochendes Lebensfeuer -  
steigen Deine reinen Quellwasser,  
steigt reine Atemluft für uns empor

unsere Herzen füllen sich  
mit dankbarer Freude,  
einem stillen Lächeln für  
die Geborgenheit, die Du uns gibst,  
die Lebensgaben, die Du uns schenkst,  
Deine Schönheiten, an denen wir  
Anteil haben:

Dein Leben - Deine Fruchtbarkeit  
das uns gebärt - das uns nährt -  
das uns trägt bis an der Zeiten Ende,  
an dem Du unser Körperkleid zurück erhältst,  
gerade so

wie unsere Seele  
zurückfindet in Gott



Madonna della seggiola

Raffaello  
Galleria Palatina - Firenze

+++



## M o r g e n r ö t e

Engel der Morgenröte  
ziehen die Sonnenbarke  
in blassblaue Wellen -  
durchfluten mit ihrem Licht  
die Stille des Himmelsmeeres,  
das sich an Erdenufern in weichen,  
rosenfarbenen Wolkenwellen bricht

je näher das Sonnenschiff  
den Tag ins Land trägt,  
desto weiter dringen  
die singenden Strahlen -  
erfüllen das Wolkenmeer mit  
sich wechselnden Farbtönen -  
erklingen die Gesänge  
der Morgenröte am Osthorizont  
und wecken so - leise, ganz leise  
die Erdenkreaturen -

in der andächtigen, innewohnenden Stille -  
in der geborgenen, innewohnenden  
Dunkelheit, jubiliert Erwachendes Sein -  
beginnt ein Neuer Morgen  
voller Lichtwellen -

Oranges Kumulusgewölbe  
schwimmt über der Erde -  
zieht sich in eine schwere, graue  
Wolkennebelwand zurück, um  
eine Prachtstraße mit zwei Lichtstreifen  
zu schmücken, auf der das Tagesgestirn  
an die Gestaden der Erde gezogen wird

Frieden und Stille  
im Universum

anhalten  
staunen  
wundern

atmen mit dem Leben

im Morgentanz schweben  
mit Nebelgeistern

geheimnisvolle Berührung  
eingehüllt in das

A m e n  
der  
Schöpfung

+++

Lebensluft - Frühlingsduft

Bewusstes Atmen  
in schwangerer Luft -  
in Wolkenfeldern unzähliger Düfte

atmen des Lebens Fülle -

atmen die Essenzen der Blüten  
die die Erde uns schenkt

atmen:  
Gräser, Gänseblümchen, Veilchen,  
Löwenzahn, Traubenhyaazinthen,  
Flieder, Tulpen, Kamelie

atmen:  
Pfefferminze, Rosmarin,  
Lorbeer, Kamille

atmen:  
Mandel-, Kirsch-, Birnen-,  
Pflaumen-, Apfelblüten

Exkursion in Frühlingsluft

In seinem Reich, das  
wolkengleich, schillert  
die Mondin als Laterne,  
beleuchtet uns den  
Weg ins Schlafgemach

eine Regendusche  
reinholt uns und erfrischt schlüpfen wir  
ins wärmende Nachtgewand

Unter den  
Schutzflügeln des Kaiserdrachens  
ruhen wir aus, singen ein  
Gute Nacht Lied und legen uns,  
ganz müde, schlafen -

Wolkenschäfchen hütet  
unseren Schlummer -  
Wolkenbäume hütet  
unsre Träume -  
Sternenkinder spielt Verstecken  
braucht uns nicht zu wecken !

Welche Freude doch kann machen,  
Bruder Wind mit Wolkensachen

da können wir nicht widerstehn  
Natur so schön

Auf Wiedersehen

+++

## Himmelbett

Strahlende Mondin,  
eingebettet in Wolkendaunen  
schwebst du in deinem Himmelbett

ab und an blinzelt dir  
ein Sternlein zu,  
das deine Wolkendecke  
schmückt

gemächlich  
schüttelt Bruder Wind  
ihren Daunenflaum und  
so schlafwandelt ihr  
übers Himmelszelt

die Lichter  
in den Fenstern  
gehen aus -

die Menschen  
gehen schlafen  
und

Ich atme tief, bewusst -  
schicke meine Wünsche für  
das Neue Jahr in die Weiten des Alls:

Segen  
für die Erde und alle ihre Wesen

Spüre  
die Kraft der Grotte, der Erde  
in meinem Rücken - unter mir

Sonnenschein - Stille - leiser Wind

Frieden mit Gott und der Welt

Die Erde so warm,  
ich kann auf ihr sitzen -  
Sonnenstrahlen umarmen mich -  
Blicke in weite Fernen -  
alles darf ich genießen

Kraft aufnehmen  
in der Natur tut gut

In geheimnisvollen Farben  
ertönen die Neuen Lieder, die  
die Dienerinnen der Nacht singen,  
nach den Noten der Sternbilder  
unseres Universums, des  
Jahrtausends auf Erden, von

Wassermann - Fische - Widder - Stier -  
Zwilling - Krebs - Löwe - Jungfrau -  
Waage - Skorpion - Schütze -  
Steinbock und

der Hintergrundmusik der Sphären,  
in immer Neuen Chorälen, um  
mit den Nornen zu weben die  
Neuen Gewänder eines gemeinsamen Lebens -

Das Leben erwacht  
erquickt mit den ersten Sonnenstrahlen,  
um mit erfrischendem Grün im zarten Blütenreigen,  
den Tanz des Morgens zu beginnen

sprossende  
Gräser, Büsche und Bäume  
strahlen junges Leben in  
sehnsüchtige Menschaugen,  
erfreuen das Sein -

locken mit Düften  
fliegende Wesen, die ihr Gesumme,  
ihr Gezwitscher zur  
Frühlingsmusik beitragen

MM  
G e s c h e n k

Ich wende mich h i n  
der Not, dem Leiden,  
den Schmerzen, die  
die Menschen, die Tiere,  
die Pflanzen, die Steine,  
die Erde, das Universum  
immer noch in sich bergen

ich erbitte  
und bekomme  
Hilfe - Kraft - Heilung

im L i e b e s f l u s s,  
der hinfließt in  
U n s a l l e,

damit wir  
im Licht der Sonne  
gesunden, heimfinden

in L i e b e s e i n -

Den Ozean unseres Lebens

Danke

Frühling -  
Abend und Morgen

Am Abendhimmel  
feuertragende Regenwolken,  
die vom Wind gepeitscht übers  
Himmelstal ziehen

spärliche Strahlenreste  
zaubern Fragmente des Lichtes,  
das eine hinter Wolkenwänden  
versteckte Sonne aussendet,  
ans Himmelstor, das aufspringt,  
damit  
die Nacht hervortritt und  
die ersten Sterne auf ihrem  
Mantelsaum glitzern lässt

dunkle Wolken  
beweinen den Abschied  
des Sonnengottes und

la Luna träumt,  
in Dunkelheit geborgen,  
ihren tiefen Traum  
hinter der Erde Sein

Sonnenuntergang  
in der Nähe von Magione  
am Trasimenosee

Bergeshügel,  
die in blauen Nebeldunst gehüllt,  
den Abend erwarten -

Sonne  
über dem stillen See -  
ein Boot auf dem  
der Fischer die Netze einholt -  
Haubentaucher die  
lustig in die Tiefe tauchen -  
Gräser, die wie Ikebana  
aus dem Wasser ragen -

Goldener Sonnenglanz  
beginnt den Tanz der Nacht,  
scheint in die Tiefen des Sees -

lebendiges Gemälde  
in klaren Formen auf  
ruhigen, unbewegten Wassern  
lotet die Tiefen aus -

Gefühle in Japan,  
dem Land der Zengärten zu sein,  
Heimatklänge aus alten,  
längst vergangenen Tagen -  
+

## Frühling in Umbria

Leise, leise  
flüstert die Luft,  
ich bin durchtränkt mit jenem Duft,  
der aufsteigt aus der Erden Träume,  
hin in aller Welten Räume

Frühlingsblüten schwer,  
schenken mir ihr Liebesmeer,  
welches tosend in des Windes Gesang,  
stärker wird durch Sonnenklang -

Gräser, Blumen, Bäume  
stehn verzaubert da im Neuen Jahr

es klingen die Töne,  
die zarte Blüten streun,  
damit sich alle daran freun

ein Duft, so kostbar, rein und klar,  
weil Leben neu geboren war -

die Fruchtbarkeit, des Lebens Fülle -  
der Duft der Blüten sprengt  
die Hülle von Knospen,  
die im Winter schlafen -  
nun wach sind und geschwind,  
zu Früchten werden für  
der Erde Kind

Der Vögel Schwarm  
zeigt mir die  
kaiserliche Mandarinente,  
die im alten China die  
Unendliche, Unvergängliche Liebe,  
die Unstillbare Sehnsucht  
der Geliebten nach Dem Geliebten bewahrt -  
Treue und Einssein auf ewig -

Die Erde  
verneigt sich dankend  
vor der Sonne und  
so schwindet ihr Licht  
aus den Tiefen der See,  
neigt sich hinter die Berge,  
sagt Buona Notte -

grüßt mit den letzten  
rot-goldenen Farbstrahlen  
südliche Erde - alles Leben,  
dem sie die hellen Sterne  
in klarer Nacht schenkt

Buon' anni -  
ein gutes Neues Jahr

+++

Umbria -  
Sonne, Mond und Sterne  
im Februar

Heute begleitet  
die schmale, zunehmende  
Sichel der Mondin  
die Sonne auf ihrer Tagesreise

frei schwebend im All  
ziehen Beide ihre vorgegebenen  
Bahnen im Weltenmeer

Menschenkind auf Erdenball -  
hör' Euch zu ich - überall

Bruder Wind  
treibts bunt mit uns,  
pustet Böen, stark und frisch,  
treibt Wolkenwellen ins Gesicht

der Abend kommt,  
die Sonn' geht schlafen,  
doch wandern  
droben Ihre Schafe -  
Ihr Nachtgewand  
mit Sternen fein,  
im Himmelsmeer soll  
Frieden sein

Mondin  
ruht in goldner Schale,  
die heut' Engelflügel tragen,  
kleine Wiege, strahlend rein,  
wiegst uns in den Schlaf hinein

Sonnen- Monden- Erdenball  
spielen schön im Weltenall

mitspielen auch die Sterne  
bringen Leben gerne,  
das

wie Staub herniederfällt

in Gottes weite Welt

Wir danken IHM  
für Seine Gaben  
die wir  
liebend weitertragen

+++

Schweigend mich finden  
in der Tiefe meiner Seele

spüren -  
dort und hier bin ich -

einschwingen  
in die Atmosphäre, die  
zu mir gehört seit Ewigkeit

Leise, leise  
ich bin auf der Reise

ich bin auf dem Weg  
ich bin auf dem Steg

ich sitze am Rande des Ufers  
das mich über des Lebens Meer  
in Die Liebe trägt

empfange  
die Strahlen des Abendlichtes  
das mir den Tag, das Leben schenkt

tief eintauchen darin -  
Meditation des Seins

Das sättigt sich  
am Wohlgeruch - am Farbenmeer:  
grün, blau, gelb, rose, weiß,  
da es auf Inneres Geheiß  
der Stimme folgt, die ruft:

„ G e d e i h e -  
Du trägst des Lebens Weihe,  
in jedem Blatt, in jeder Blüte,  
schimmert MEINE Güte “

Am Abend  
schließen sich die Augen von  
Blüten, die wie Trauben  
an Zweigen wachsen ohne Zahl' -  
die Amsel singt den Nachtchoral

und in der linden Luft  
sammelt sich der Duft,  
durchströmet unser'n Atem,  
damit wir uns an Ihm berauschen  
und Blütenträume tauschen

für diesen Atem danken wir,  
dem Schöpfer unseres Lebens hier

+++



Sonnengeschenk  
am Trasimenosee

Geschenke des Himmels  
auf einem Ausflug ins  
alte Perugia

Sonne am Mittag  
ruhige Straßen  
freundliche Menschen

Ausblick über die Stadt  
von der Piazza -  
Rundblick über Perugia  
Berge und Hügel, Dom und Kirchen  
altes Etruskerland -  
über das weite Tal bis hin  
zu den schneebedeckten Apennin

offenes Herz,  
Sehnsucht nach dem Liebsten

Fahrt zur Trasimenosee

Klingen und Singen -  
schwingen in Sphären  
die mich zu sich ziehen,  
einbetten in ihre Liebe

Tiefblaues Gewand -  
tropfendes Nass fällt auf  
der Erde dürstenden Leib

und dann funkeln  
auf dem klarem Himmelsmeer  
Lichttropfende Sterne -

bergen in ihren Booten  
die Diamanten der Nacht,  
die sie auf uralten  
Sternenstraßen im  
Rhythmus der Zeiten,  
gemäß ihrer Weisung,  
den Himmelsgöttern anbieten

Weihevollle Stille -

Crescendo der Engelchöre

+

Ort der Kraft

Ort der Ruhe

Ort der Stille

Ort des Friedens

Ort der L i e b e

Zitat:

Der Geist der  
allen Dingen  
Leben verleiht  
ist die

L i e b e

Tschu Li

+

So eint sich

Sonnenlicht - Windgebräus  
Sonne- Mond- und Sternenklang  
Sphären gesang

Farbenton - Blütenluft,  
Vogelsang - Mückentanz

die Freude der Menschen,  
ihr Lachen und Scherzen

zum Frühlingslied auf Erden

+++

Neujahrstag 2000

buon Anno 2000  
ein Gutes Neues Jahr 2000

Spaziergang im  
Mittagssonnenschein des  
Neuen Jahres über  
Täler und Hügel

Blick, der streift durch  
Weinberge, Olivenhaine,  
Wälder und Täler Umbriens -

S t i l l e -

die mit mir wandert, da die  
Menschen nach der langen,  
festlichen Nacht ausruhen

wandere zur Grotte,  
füttere zwei Katzen, die  
maunzend um mich streichen -

setze mich ins Gras,  
auf die Erde -  
wärme mich im Sonnenschein -  
höre den leisen Wind,  
der mir zuflüstert:

„ Ruhe Dich aus - genieße “

Ihr hütet  
der Sonne Licht  
in der Nachtbarke -

fahrt mit Ihr,  
deren Glanz Euch erhellt,  
um die halbe Welt

Weltenmeer -  
Weltenklang -  
Wellenrauschen überall



M o n d -

Holzschnitt A.Dürer

+++

Regenwetter

Böige Winde  
spielen im Himmelsmeer mit  
regenschweren Wolken

treiben sie zusammen -  
wirbeln sie auseinander  
und so schwimmen Wolkenfische,  
Seepferdchen, Rochen in Scharen  
an seine Gestaden

übers Wolkenwüstenland  
ziehen Karawanen wiegenden Schrittes -  
in der Steppenwolke  
galoppieren Wildpferde -  
den Urwald durchdringen  
Elefanten

Als Abschiedsgeschenk  
des Tages erscheint in  
majestätischer Größe  
der Drachen -  
grüßt sanft und friedvoll  
in die Runde, erhellt mit seinem  
Feuerstrahl den Abendhimmel,  
öffnet den Eingang  
zur Wolkenhöhle und lädt uns ein,  
sein Gast zu sein

E i n a t m e n und mit  
dem Wind schwimmen  
im Blütenmeer des Frühlings

E i n a t m e n und Leben schöpfen  
im Blütenmeer des Frühlings

E i n a t m e n und Düfte trinken  
im Blütenmeer des Frühlings

E i n a t m e n und tanzen im Reigen  
im Blütenmeer des Frühlings

E i n a t m e n und mich berauschen  
genauso wie Wespen, Bienen, Hummeln  
im Blütenmeer des Frühlings

Erdenhügel in Ficulle,  
Reich der Natur, in der  
ihre Wesen sich entfalten,  
öffnen unter dem Schutz der  
Schöpfung, die mit liebendem Herzen  
Es mir darbietet, Es mit mir teilt und  
so können wir die Geschenke der Erde  
mit der Freude unseres Erlebens  
bereichern

E i n a t m e n und D a n k e n  
für Einssein im Blütenmeer  
des Frühlings

+++

Gottesmorgen

Sonntag

im Dezember in den Weinbergen,  
in den Olivenhainen von Ficulle

den Wegrand  
säumen noch herbstliche Blätter  
tragende Büsche und Bäume -  
über den Wolken wohnt  
die Sonne im Himmelszelt

die Nebel fließen  
- Milchstraßengleich -  
zwischen den Tälern,  
bewegen sich im Rhythmus  
des sie erwärmenden Lichtes,  
teilen die Welt in Oben und Unten -

bilden Nebelmeere,  
in denen sie hinausschwimmen  
in endlose Fernen und  
tauchen zwischen die blauen  
Morgenberge und -hügel mit  
ihrem weißen Wasserfluss

Dankbar neigen sich  
Berge, Bäume, Blumen,  
Felder, Auen, Tiere, Menschen

Im wiedergekehrten Licht  
sich aufrichtend, beginnt  
der Lebenstag mit  
Bewusstheit im Atemschnappen,  
der belebend erfüllt -

Alles erweckendes Sonnenlicht  
durchflutet Himmel, Erde, Luft  
und Meer -  
taucht uns Ein in die  
Unendlichkeiten des  
Universalen Ozeans, in  
dessen Wellen wir als Tropfen  
in Ihren Strahlen aufleuchten

S o n n e -  
Licht des Tages - Licht des Lebens

schimmerst als Leuchten  
in unseren Augen -  
strahlst als Lebensfreude und  
Dank aus unseren Herzen -  
singst geeint mit SEINEN Chören  
und unserem Liebeslied

E h r e dem Angesicht Gottes

+++

Mit strahlenden  
Rändern fasst die Sonne  
Wolkenberge, Hügelketten,  
mächtige Trutzburgen und  
die kleinen, am Hang  
gebauten Feldsteinhäuser ein

Flammendes Licht  
taucht in sein Meer alles Leben  
und verschwindet mit einem  
lila Nachtgewand in die  
Dämmerung

der Wind  
säuselt ein Gute Nacht Lied  
und begrüßt so die Dunkelheit -  
la notte

die Sterne  
überziehen ihren blauen Mantel  
mit Glitzerlicht und  
la luna schaukelt ihre  
orangerfarbene Wiege

buona notte -  
dormi bene  
tu terra santa Umbria

Gute Nacht  
schlafe gut  
du heilige Erde Umbria

la terra di rose

Tief in Dir geborgen  
das Antlitz der L i e b e,

Die gibt seit Anbeginn -  
Die wandelt im L i c h t -  
Die wandert im Kosmos der  
Formen

Die strahlt und duftet -

Die singt und klingt  
im Lied des Lebens

la terra di Rose

amore del cuore

Liebe des Herzens

+++

tu terra  
U m b r i a

tu terra del colle  
du Erde der Hügel  
tu terra del monte  
du Erde der Berge  
tu terra della pietra  
du Erde der Steine  
tu terra dell' argillo  
du Erde des Lehmes

tu terra degli alberi  
du Erde der Bäume  
tu terra delle foreste  
du Erde der Wälder

tu terra del vino  
du Erde des Weines  
tu terra delle olive  
du Erde der Oliven

tu terra santa  
du Heilige Erde

tu terra bella miracolosa  
du schöne, Wunder enthaltende Erde

Die junge, starke Sonne  
wendet sich der Erde zu,  
die sie mit Ihrem Licht  
auf tausendfältige Weise  
erwärmt, umarmt

und im Herzen

Dankesagen für dieses Sein



S o n n e

Holzchnitt A.Dürer

+++

## T e r r a

Der Erde Scholle wendet  
der Bauer -  
in Feldern und Auen ist  
fleißig der Held, der für uns  
die Erde bestellt

der Garten Toscana in weite  
Ebenen sich reckt und  
fruchtbares Land den Menschen  
auf Hügeln entgegenstreckt

im Tal von Chianti,  
Weintrauben ohn' Zahl'  
und

Rebensaft,  
der es schafft, wird  
rot - goldener Wein -  
uns lädt zum Trunke ein

Chirio, chirio

Sternenblüten  
schmücken Dein Festkleid überall,  
übersäen es mit Sternenstaub

vier kleine, zarte Blütenblätter  
- für jede Himmelsrichtung Eines -  
umschließen Deine hellgelben  
Blütenstände im Inneren und  
auf Deine subtile, feinfühlig Art  
webst Du einen Duftmantel, der wie  
honigsüßer Wein unsere Atemluft  
erfüllt

einatmen und mich berauschen -  
annehmen den heilenden Hauch  
Deines Wesens -

Deinen Blütenduft trinkend -  
mit Deinen Miniblüten in das Strömen  
Deiner Duftscheier gleitend,  
schwebe ich mit in Unendlichkeit

das ist wunderbar  
und

im Dankesagen  
wiegt sich  
das Glück des Lebens

+++



die Berge und Hügel,  
Seen und Täler  
tun es ihr nach -  
verstecken sich im  
Morgendunst

die Lichter der Nacht  
gehen aus und

Regentropfen  
fallen auf dürstende Erde -

trockene Krumen freuen sich -  
die Wurzeln der Büsche,  
Gräser, Bäume  
trinken erfrischendes Nass

Danke für den Tag,  
den der HERR gemacht

+++

Wir öffnen  
freudig unsere Ohren, unsere Sinne  
dem gemeinsamen Lied, stimmen im  
Herzen ein - atmen die Frische  
des Grüns und  
feierliche Stille - Einssein

wir durchwaten  
einen winzigen Tümpel  
mit blühenden Wasserpflanzen,  
klettern über einen kleinen Felshügel,  
der vom Wasserspiegel eines schönen,  
eisblauen, eiskalten Sees  
umflossen ist -

Farbreflektionen  
bis in die unergründlichen  
tiefen Wasser -

Sonnenstrahlen,,  
die die Tiefe nicht erreichen,  
zeichnen Baum-, Blätter- Schattenbilder  
auf kahle Felswände -

+

## Sonnenmorgen

Die Sonne durchbricht mit  
rot flammenden Feuerzungen  
den noch mit dunklen Wolken  
verhangenen Himmel

das Tal wird eingetaucht in  
rosafarbenen Schein und  
die Hügel schwimmen mit  
Goldstrahlen im Meer des Morgens,  
tauchen auf und nieder in den Farben,  
mit denen die Sonne die Erde bemalt

mit einem Fingerzeig voller Licht  
beginnt sie zwischen Toskana- und  
Umbriabergen aufzusteigen  
in den Morgenhimmel,  
bietet uns ihr goldenes Leben an,  
damit

alles L i e b e n kann und

alles Leben  
sich hinwendet zu ihr  
um umarmt zu werden von  
ihrem wärmenden Sonnenlicht



+++

Der Wald bietet  
unseren geblendeten Augen  
angenehme Dunkelheit und Kühle

Maronen in ihren stacheligen Hüllen  
purzeln uns auf dem Wanderweg  
vor die Füße

„ Tragt uns nach Hause “  
rufen sie uns zu und so  
bücken wir uns, um sie mit  
unseren Schuhen und Händen aus  
ihrem picksenden, stacheligen Kleid  
zu befreien

wie sie wohl schmecken werden ?

Wir freuen uns über  
die Gaben des Waldes, der uns  
auch erfrischende Atemluft anbietet  
und danken

Die Küstenstraße voller Leben,  
Menschen, die Erholung suchen  
am Wasser - in der Sonne

o ke bello - come mi piatsche  
das ist schön - das gefällt mir

Danke für einen Tag am Meer  
Grazie - molte grazie

-

Bei der Rückfahrt  
erstrahlt der mächtige Felsen  
mit der Stadt Orvieto,  
im strahlenden Sonnenschein

glänzender Dom mit goldenen  
Dreiecken über seiner Rosette,  
um das Bild der Madonna sendet

Ihren und Gottes Segen  
über die Stadt und das weite Tal  
unvergessliche Gnadengaben -

Augenblicke,  
die die Seele erheben und  
in Dankbarkeit schwingen  
für einen Sonnentag auf Erden

+++

Gastfreundschaft -  
Seelenverwandtschaft

Spaziergang  
auf den Hügeln von Ficulle, durch  
dichtgedrängt stehende Häuser mit  
freundlichen Menschen, vielen Katzen  
und Hundegebell -

Weiter Blick bis zu den Apennin,  
nimmt unser Herz mit in die Ferne -  
Pinienwäldchen mit grünem Garten,  
Holz- und Steinbänken zum Ausruhen,  
ein alter Oelmühlenstein als Tisch -  
blendende Sonnenstrahlen  
hüllen uns und alles Leben ein

Sonnenmeditation im Herzen wandelt  
hell weißes Licht in Rosafarben

Capella der Madonna umarmt  
das Leben in schweigender Stille

Der Winzer Luca  
lädt uns ein, gibt seinen  
Weinberg fürs Besuchen frei

Im Inneren

S t i l l e  
Nichts  
Frieden

Alleinsein mit unserem  
Höchsten Göttlichen Selbst

Anbetung des Allerheiligsten

einfach nur  
Atemschöpfen in diesem Sein

danken mit jeder Zeile  
die mir geschenkt wird,  
jeden Tag aufs Neue

Vino Santo - Heiliger Wein

Gabe Gottes Chirio

+++