

Aus'm Herz'n lebn ...

*Zualos'n, dass des,
wos rundumadum is,
di gaunz tiaf drin beriaht.*

Aus'm Herz'n lebn ...

*Zualos'n, dass des,
wos'd in dir gspiarst,
fia aundra sichtboar wiard.*

Aus'm Herz'n lebn ...

*Zualos'n, dass des,
wos'd bist und imma scho woarst,
di durch's Lebn fiaht.*

Aus'm Herz'n leben ...

© 2024 Lesley B. Strong

Verzeichnis der Bildautor_innen:

Hartmann Monika: Seite 18, 40

Hofer Roland: Seite 30, 70

Holzschuh Manuela: Seite 16, 32,

Klampf Daniela, Bad Hofgastein: 12, 22, 28, 38, 48, 60, 74, 92, 98, Coverbild (bearbeitet)

Kopschitz Katrin: Seite 56,

Mair Martina: Seite 14, 96

Müller Joe: Seite 26, 84, 88, 100

Reinke Kerstin, Seite 46, 54, 58, 68, 80

Santer Sabine, Bad Hofgastein: 20, 50, 64, 78, 82

Strong Lesley B.: Seite 6, 10, 24, 34, 36, 42, 44, 66, 76, 90, 104

Anonyme Bildspende: Seite 52, 62

Cover und Illustrationen im Buchinnenteil: Dream Design - Cover and Art

www.cover-and-art.de

Verlag: Buchschmiede von Dataform Media GmbH, Wien

www.buchschmiede.com



ISBN:

978-3-99165-274-8 (Paperback)

978-3-99165-272-4 (Hardcover)

978-3-99165-273-1 (E-Book)

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.



Berggeflüster

aus'm Herzen leb'n

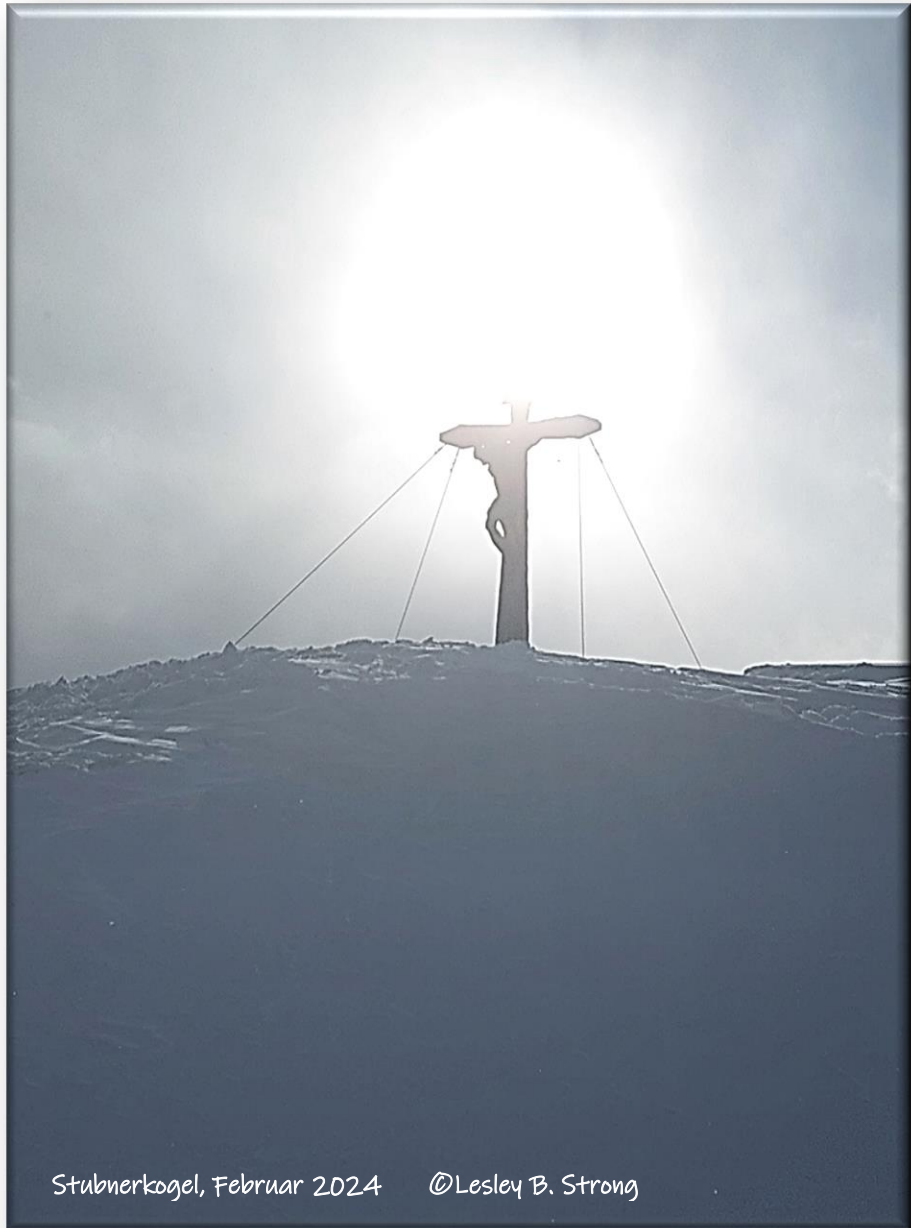
*Gedichte in Mundart & mehr
über das Leben und die Liebe*

inspiriert von der Bergwelt des Gasteiner Tals

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Fia untawegs	9
Bist und bleibst a Mensch.....	11
Schweigen is nit imma Goid.....	13
Wos moi gsogt wern muass	15
Aum Limit.....	17
Lebenspuara.....	19
Lebenswert	21
Magic Winter Wonderland.....	23
Hamstaradl	25
Waunn d'Söh schreit.....	27
Lebensbaum.....	31
Gfaunga.....	33
(Un)Berührbar	34
Spügeh Söh	37
Oafoch Mensch sei.....	39
Vawundboar	41
A Regntog auf da Schlossoim	43
Hob Vatraun ins Murgn.....	45
Wintasunn	47
Zwischen Stern und Schmettaling.....	49
Herz hinta Mauern	51
Bestimmung	53
Lebensradl	55
Üban Schottn springa.....	57
Stoarke Wurzln	59
Wundaschee	61
Der Weg des Herzens.....	63
Amoi nu oafoch Mensch sei.....	65
Wegfinda.....	67
De Aundarn.....	69
Wia kloa is doch da Mensch.....	71

A Gschenk auf Zeit	72
Wieda moi geht's um d'Liab.....	73
Schmettalingsherz.....	75
Lebenswege.....	77
Spügehherz.....	79
Zwoa und oans	81
Zeitlos.....	83
Is so bstimmt.....	85
1825.....	86
Drei Ausreissa	87
A Liachtal fia'd heilige Nocht	89
A Feiah im Herz n	91
Übarn Horizont naus.....	93
Leichtn	94
A Herz fia'd Manderleut	95
Stoark unta Tränen.....	97
Saunftes Herz	99
Stoarka saunfta Mau	101
Übas Loslossn	102
Auf a Wuart zum Schluss	103
Moch wos draus.....	105
Seelenheimat.....	106
Nachwort	107
Die Welt von Lesley B. Strong.....	109



Stubnerkogel, Februar 2024

©Lesley B. Strong

Vorwort

Wo soll ich beginnen? So vieles ist in relativ kurzer Zeit geschehen. Hätte mir jemand vor zwei Jahren erzählt, was durch „Berggeflüster“ alles entstehen würde, wäre meine Reaktion vermutlich ein skeptischer Blick und ein typisch österreichisches „Schau ma moi“ gewesen - und nun halten Sie Band 2 in Händen.

Das Leben öffnete eine Tür, ich schritt hindurch und fand mich wieder auf einer Reise ohne Plan, aber mit einem ambitionierten Ziel: 3.000 Euro an die Bergrettung im Gasteiner Tal spenden, gesammelt aus dem Reinerlös des Buchprojektes „Berggeflüster“. Bis zum heutigen Tag war und ist es eine Reise voller berührender Begegnungen, besonderer Augenblicke und jede Menge geteilter Freude. Freundschaften sind entstanden. Eine Reise, die mich darin bestärkte, etwas zuzulassen, das nicht unbedingt leicht fällt in unserer kopflastigen, digitalisiert-hektischen Welt mit Ellbogenmentalität und Symptomkosmetik: den Weg des Herzens zu gehen.

„Aus'm Herzn leb'n“ lautet der Titel von Band 2, „Lausche in dich hinein und folge der Stimme deines Herzens“ seine Botschaft.

In jedem von uns gibt es diese Stimme. Sie verbindet uns mit einer Art von Energie, die alles durchdringt, mit dem göttlichen Funken der Schöpfung. Auch wenn ich mich seit langem keiner Religion mehr zugehörig fühle, als Mensch spüre ich eine tiefe Verbindung mit dem Leben, mit allem, was mich umgibt, Menschen, andere Lebewesen und besonders intensiv mit der Natur. Da ist etwas, das wir nicht verstehen und erklären können, sehr wohl aber spüren – wenn wir es zulassen, für kurze Zeit die Stimme im Kopf auf Mute schalten und unser Herz lauschen lassen.

Für dieses Vorwort habe ich ein Foto gewählt, das manche vielleicht als religiös interpretieren werden. Es zeigt einen jener besonderen Momente, mit denen man nicht rechnet, die einfach so geschehen, wenn man seine Augen öffnet und wahrnimmt – so wie ich an jenem Tag im Februar 2024, als ich an der Bergstation der Senderbahn II am Stubnerkogel meine Skier anschnallen wollte, aufblickte und die Sonne genau über dem

Gipfelkreuz stand. Ein mystischer Moment, ein Bild voller Licht, das vielleicht niemand außer mir wahrgenommen hat, denn ich war die Einzige, die verweilte. Vielleicht hat das Leben mir diesen magischen Augenblick geschenkt, um ihn in diesem Buch mit Ihnen zu teilen – so wie all die Gedanken und Gedichte mir geschenkt wurden, um diese an Sie weiterzugeben.

Für den rationalen Kopf wird das vielleicht ein wenig schräg klingen, aber lauschen Sie mal in Ihr Herz, denn genau darum geht es hier: weniger Kopf, weniger denken und bewerten, mehr spüren und fühlen, mehr Herz. Zurück zu den Wurzeln. Jede/r von uns war einst ein kleines Wunder, das die Welt um sich herum fühlend wahrgenommen hat: Wärme, Liebe, Geborgenheit ... Wir können das Rad der Zeit nicht zurückdrehen, aber wir können uns wieder jener Sprache öffnen, die unsere erste war: Die Sprache des Fühlens, die Stimme unseres Herzens.

„Aus'm Herzn lebn“ mag vielleicht kein Programm sein, das sich praktikabel im Alltag 24/7 umsetzen lässt, aber – und davon bin ich felsenfest überzeugt – es kann ein Rezept sein, für Nischen zwischendurch, für den Umgang mit sich selbst, für manche Entscheidungen, für besondere Momente, allen voran für jene, die wir mit Menschen teilen, die uns lieb und wichtig sind.

Liebe Leserin, lieber Leser, in den Bergen über 1.000 Meter gibt's kein „Sie“, deshalb wünsche ich Dir viel Freude und inspirierende Stunden mit meinem Buch „Berggeflüster – aus'm Herzn lebn“. Begleite mich auf eine Reise ohne Plan, aber mit einem klaren Ziel: weniger Kopf, mehr Herz. Zurück zu den Wurzeln des Menschseins. Wer weiß, vielleicht wirst Du für Dich Momente der Stille finden, in denen eine sanfte Stimme Dir etwas zuflüstert, eine Stimme, die Du lange nicht gehört hast, aber die Dich von Anfang an begleitet hat.

Fühl Dich vom Leben umarmt,

Lesley B. Strong - Eine [nicht] ganz alltägliche Autorin

Fia untawegs



... wenn der Weg sich hinter Fragen zu verstecken scheint, über die der Kopf noch grübelt. Das Herz fühlt zumeist die Antwort lange, bevor unser Denken sie anerkennen will.

Lebenswege können unterschiedlich sein. Die Hindernisse, die wir antreffen, ähneln sich – wie könnte es auch anders sein? Die Zahl der Themen, die uns Menschen beschäftigt, ist limitiert, einzig unsere Fähigkeit der Verkomplizierung vermag unendlich zu wachsen – so scheint es manchmal. Türmen sich Hindernisse tatsächlich bis zum Himmel vor uns auf? Fehlen die Brücken über so manche Abgründe?

Oder wird unser Blick getrübt von dem, was wir fürchten: Unsere Berührbarkeit und damit verbunden unsere Verletzlichkeit zu offenbaren, wenn wir der Stimme unseres Herzens folgen.

Es heißt, Mut kann man nicht kaufen – aber braucht es wirklich Mut, oder Vertrauen? ... Vertrauen ins uns selbst?



©Lesley B. Strong

Bist und bleibst a Mensch

*Denk imma draun:
Du bist a Mensch, koa Maschin!
Funktionierst nit oirweu logisch,
maunchmoi goar chaotisch.
Kaunnst hackln bis zum Umfoin,
wiard den Konflikt in dir nit lösen.
Drom aum Berg findst dei Ruah
fia a Zeit laung,
bis Chaos wieda kimmt.
Suachst Heilung fia dei Söh,
muasst Frieden schließen,
zerst mit dir söba,
danoch mit da Wölt.
Gibt koan aundarn Weg.*

*Umoarm, wos da Aungst mocht
und du nimmst ehm den Schrecken.
Du kaunnst vuar oim davon renna,
nur nit vuar dir söba.
Wost brauchst um heuh z'wern
is ois in dir.
Bist a Mensch, koa Maschin!
Z'liebn und z'vatraun is dei Natur,
Nur so findst zruck.
Denk imma draun:
Mensch bleibn,
aus'm Herzen leb'n
und lächeln ...
ois aund're wird se findn.*

© Daniela Klampf



Schweigen is nit imma Goid

*Es foid nit oiweu leicht z'sogn
wos ma fñht.
Ärga kommt oam schnö üba d'Lippn,
oba s'Herz schoit oft auf Mute.
An aundarn zoagn, dass man gern hot?
Dass man vamisst und Aungst hot,
ehm z'valiern?
Unmöglich?
Vielleicht is genau des Schweigen s'Problem.
Koana kennt se aus,
waunn zwoa vasteckn spñhn mit eanare Gefñhle.
D'Woahrheit kaunn maunchmoi wos auns Liacht bringa,
wos ma nit segn wñh,
wos vielleicht sogoar weh tuat,
oba vñh ehta bringt d'Woahrheit genau des,
woas ma se erhofft.
Risiko?
Des is!
Oba s'Chaos endt duart,
wo d'Kloarheit beginnt.
Und waunn ma ehrlich san,
s'Herz gspiart d'Auntwart bevr ma nu wos sogn,
muasst nur in die eini huarchn.*

© Martina Mair



Wos moi gsogt wern muass

*Om Aunfaung woarst a Gfühl,
host kaum wos gsegn,
bist alloan nirgends hinkemma,
woar nix mit Denken,
host nur gspiart.
Späda host vastaundn
wie da Hoos rennt.
S'Denken is mächtig wuarn
und s'Gfühl hot se zruck zogn,
woar koa Plotz nit länga
in deim Lebn.*

*D'Wölt woar nit oiweu guad zu dir
Schützen host di glernt
und kämpfen.
Bist weit kemma,
gross und stoark wurn.
Kämpfst oiweu nu
in da Wölt draußen
und hinta deine Mauern,
gegen di söba,
um nit hinzuschauen
auf des, wost gspiarst,
wos oba nit sei sui.*

*Is oiweu nu do
in dir.*

*Da Aunfaung,
des Gfühl
von dem kloan Kind,
des söbst nix tuan kaunn,
des drauf vatraut,
das do wer is, der's hoit.*

*Wiard oiweu do sei
des kloane Kind.*

*Heit liegt's aun dir
des Kindl in Oarm z'nehma
und eich beiden Hoit z'gebn,
a Gfühl tief in dir drin,
des da Aunfaung woar
und oiweu sei wiard.*



© Manuela Holzschuh

Aum Limit

*Aum Limit renna is oafoch.
Imma mehr, imma schnölla.
Losst di s'Lebn intensiv gspiarn.
Füht se kroftvoih aun,
is oba nua de oane Seitn von da Medäun.*

*In da Ruhe liegt d'Kroft,
host a scho moi ghert.*

*Gaunz vüh Kroft liegt a in da Stille
de zwoa teun,
nit wei sa se nix mehr zum Sogn haum,
sundarn weus koane Wuart mehr brauchen,
den aundarn oafoch gspiarn
im Herz n drin.*

© Monika Hartmann



Lebensspuara

*Läufst in deina Spuar.
Tog fia Tog.
Passiert scho wos,
oba es ändert se nix.
Bist gfaunga im Trott.
Soi wos aunders wern,
muasst an Schritt zur Seitn mochn,
an neichen Weg fia di findn.*

*Des mocht da Aungst
S kunnt schief gehn
S kunnt weh tuan
S kunnt oba a guad gehn
Dir a Freid mochn des'd sunst nit hest.*

*Z'wissn, waunnst den Schritt mochst,
des muasst söwa gspiarn.
Huarch moi eini in di.
Kunnt guad sei,
das duart längst scho dei Herz dir wos
zuaflüstert.*

*Schieb's nit zuar Seitn.
Schau hin und huarch guad zu.
S kunnt de Spuar sei,
des'd laung scho suachst,
d'Spuar von deim Herzn.*

© Sabine Santer

