

*gefühlter Puls –  
rezeptfreie Gedichte*

Von der Heilkraft der Poesie

Anton G. Leitner Verlag

Anton G. Leitner und Markus Bundi

6

**1. ERSTE HILFE****»Dann das Kraut des Bärenklaus und du bist raus!«**

Brigitte Fuchs	Abzählvers	9
Matthias Politycki	Was dagegen hilft (♀):	
	Gesammelte Ratschläge befreundeter Damen	10
	Was dagegen hilft (♂):	
	Gesammelte Ratschläge befreundeter Herren	11
Semier Insayif	eintragungen aus einem unlängst gefundenen geheimen medizinischen tagebuch: eintragung 123 / eintragung 345	12
Mathias Jeschke	Zum Tee bei Kakuzo Okakura	14
Suleman Taufiq	djame el fena in marrakesch	15
Franziska Röchter	Tantra	16
Augusta Laar	zahnwehpamphlet	17
Christopher Ecker	heilzauber bei schweren atemwegserkrankungen	18
Ulrich Johannes Beil	Sieben medizinische Ratschläge	19
Rudolf Bussmann	Texttropfen: alabasterschale hatschi halsweh	20
Karl Otto Conrady	mängelbrause auf schütterem haar	22
Manfred Moewes	IntelligenzTest	24
Alex Dreppec	Hormonale Heilquelle	25

**2. IN BEHANDLUNG****»der bleiche gesang einer schmerztablette«**

Fitzgerald Kusz	anamnese	27
Ludwig Steinherr	Belladonna	28
Barbara Maria Kloos	zur hinteren schwärze	30
Maik Lippert	gicht	31
Anton G. Leitner	Einmal eine	32
Walle Sayer	Vollmondmedikation	34
Ole Petras	Der Tod	35
Jürgen Drews	Blickstrahlenfang	36
Christa Wißkirchen	Schrittmacher	37
Hellmuth Opitz	Erhöhtes Märzaukommen	38
Lea Gottheil	untergehen, aufgehen	39

---

### 3. AUF STATION

#### »Zum Fall geworden eine Zimmernummer«

Walle Sayer	Handtascheninhalt	41
Christoph Wenzel	nachtfahrt	42
Karin Fellner	linik, knick	43
Bernard Fassbind	Evaluation	44
Hans Eichhorn	Nirostastahl, bläulich wirkendes Tageslicht	45
Knut Schaflinger	Zweibettzimmer. Ein Krankenhaus	46
Walter Flemmer	Gut geschlafen	47
Alex Dreppec	Fiebersches Drüsenpfeifen	48
Sepp Mall	Kruzifix	49
Mario Wirz	GuteNachtGeschichte	50
Andreas Peters	Metastasen	52
Barbara Maria Kloos	ans meer geliefert	53
Walter Flemmer	Nebensitzer, Beisitzer, Schwarzruderer	54

---

### 4. DUNKLE PFADE

#### »Ich lese an der weißen Wand und höre Grabesstille«

Helmut Krausser	hoffnung zu haben, ist eine zu heilende krankheit	57
Virgilio Masciadri	Im traurigen Monat	58
Werner Lutz	Dämmerlicht	59
Wolfgang Hermann	in bleichen stunden	60
Erika Burkart	Erwachen um 2 Uhr nachts	61
Sascha Garzetti	bei Nacht	62
Jan Wagner	pandoras motel	63
Maja Peter	not fall	66
Helmut Krausser	ein schwer übernächtiger morgen	67
Maik Lippert	verfügung bei einwilligungsunfähigkeit	68
Caroline Hartge	wunder doktor	69
Johannes Kühn	Bettlägrig	70
Barbara Maria Kloos	sägewerk	71
Ulrike Draesner	als der hund starb, kaufte sie sich ein neues kleid	72
Josef Hader	Die Krankheit taut	73

---

### 5. HAND IN HAND

#### »Gehe glücklich, aber am Stock«

Melanie Arzenheimer	Handarbeit	75
Rainer Stolz	Sprechstundenhilfe	76

<b>Fitzgerald Kusz</b>	lehm und lehm loun	77
<b>Axel Kutsch</b>	Gesundheit	78
<b>Markus Bundi</b>	Reflexzonen	79
<b>Sascha Garzetti</b>	zurück bleibt	80
<b>Renate Schön</b>	Seine kleine Hand	81
<b>Maik Lippert</b>	mit dem alten jahr	82
<b>Anna Würth</b>	BabyDontCry	83
<b>Anna Breitenbach</b>	zusicherung	84
<b>Arne Rautenberg</b>	schizopanne	85
<b>Ole Petras</b>	Das Ach!	86
<b>Manfred Chobot</b>	schmerzfrei	87
<b>Gabriele Trinckler</b>	hahnemann flüstert	88
<b>Frantz Wittkamp</b>	Es geht mir schlecht. Ich bin halbtot	90

## II. ESSAY

## VON DER HEILKRAFT DER POESIE

<b>Rolf-Bernhard Essig</b>	KÖRPERTREFFER. Über Lyrik und ihre physischen Wirkungen	99
<b>Markus Bundi / Felizitas Leitner</b>	GEDICHTE AUF REZEPT? Poesie in der ärztlichen Praxis. DAS GEDICHT im Gespräch mit Allgemeinmedizinerin Dr. med. Felizitas Leitner	108
<b>Maximilian Dorner</b>	WIE UNPRAKTISCH! Zwölf Variationen über das Thema Behinderung	114
<b>Barbara Maria Kloos</b>	KLEINE PIRATIN AUF DER SCHATZSUCHE NACH LUFT. Von der Krankheit zur Lyrik	116
<b>Markus Fäh</b>	SCHLUSS MIT JAMMERN! Kurze Anleitung zur Überwindung des inneren Schweinehunds	118

## III. KRITIK

## GEFÜHLTER PULS

	Nico Bleutge, Markus Bundi, Anton G. Leitner, Gabriele Trinckler und Marlene Zöhler untersuchen wichtige Lyrik- neuerscheinungen (Herbst 2006 bis Sommer 2008)	120
--	--	-----

## AUTORINNEN, AUTOREN

152

## IMPRESSUM

167

## Die Suche nach dem guten Gedicht

treibt uns gleichermaßen um. Schon vor Jahren entstand die Idee, gemeinsam auf lyrische Entdeckungsreise zu gehen. Im Laufe der Zeit intensivierte sich unser deutsch-schweizerischer Austausch, bis wir im Herbst 2007 am Weßlinger See auf einer Bank saßen und erste Notizen über Gedichte und deren Heilwirkung machten. Wir beschlossen, die 16. Ausgabe der Zeitschrift DAS GEDICHT zu zweit herauszugeben.

### EDITORIAL

Mit der Wahl des Sujets haben wir editorisches Neuland betreten, da es bislang kein vergleichbares Anthologieprojekt gab. Es ist kein Leichtes, Gedichte zu finden, die eine therapeutische Wirkung entfalten. Und »Krankheit« ist ohnehin ein Tabuthema. »Ich bin schon krank genug«, so der Kommentator eines Lyrikers, den wir zur Mitarbeit einladen wollten. »Warum soll ich jetzt auch noch Gedichte über meine gesundheitlichen Probleme verfassen?«

### Krank sein ist unsexy

und entspricht nicht den Anforderungen einer modernen Gesellschaft, die Fitness, Leistungsfähigkeit und Flexibilität als Grundlage für eine effiziente Arbeits- und Lebensplanung betrachtet. Krank und alt werden immer nur die anderen. Die Rekonvaleszenz kostet viel Zeit und zwingt zur Beschäftigung mit sich selbst – ein Luxus, den sich keiner mehr leisten will!

Unter dem Titel »Gefühlter Puls« versammeln wir nicht nur lyrische Krankheitsbeschreibungen, d. h. diagnostische Poesie, sondern auch »rezeptfreie Gedichte«, die Heilungsprozesse aktiv begleiten. Zwischen

Krankheit und Gedichtlektüre gibt es deutliche Parallelen: Beide verlangen intensive Zuwendung und beide meinen uns persönlich. Chronische Erkrankungen prägen einen Menschen so grundlegend, dass sie sogar den Impuls für eine Schriftstellerkarriere geben können. Barbara Maria Kloos schildert eindringlich, wie sie nach ihrer röchelnden Kindheit zu dichten begann. Und das Schreiben hilft ihr offensichtlich, mit Asthma zu leben.

Im Gespräch mit DAS GEDICHT erklärt Allgemeinärztin Dr. med. Felizitas Leitner, wie sie seit Jahren erfolgreich Poesie als Katalysator einsetzt, um mit Patienten über verdrängte Probleme ins Gespräch zu kommen. Insbesondere psychosomatische Leiden können erst dann wirksam behandelt werden, wenn die Betroffenen ein Bewusstsein für ihre Erkrankung entwickeln.

### Die physischen Wirkungen der Lyrik

beschreibt Rolf-Bernhard Essig in seinem Essay »Körpertreffer«. Was begeisterte Leser schon lange ahnten, scheinen jetzt wissenschaftliche Untersuchungen zu belegen: Gedichte erweitern den Denkraum. Menschen, die Poesie lesen und schreiben, müssen dabei immer ihre eigene Situation mitreflektieren. Entgegen aller Rufe nach noch mehr Effizienz lässt sich bei inneren Dialogen keine Zeit einsparen. Ohne solche »Gespräche« bleibt das Gedicht stumm; ohne Innenschau gibt es auch keine Genesung. Eine nicht angenommene Krankheit wird sich verschlimmern und einen chronischen Verlauf nehmen.

Am Tempel des Apoll in Delphi war einst folgender Spruch zu lesen: *gnothi seautón* (»Erkenne dich selbst!«). Selbsterkenntnis erfordert tägliche Übung, weil sie Grund-

lage für jedes sinnvolle Denken ist. Diese Aufforderung ergänzte Horaz in den »Epistulae«. Sein *sapere aude* griff Kant wieder auf: »Habe Mut, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen!« Beide Imperative sind Voraussetzung für eine nachhaltige Lektüre von Gedichten wie für jede ganzheitliche Behandlung von Erkrankungen.

»Auf Krankheiten kann man nur begrenzt Einfluss nehmen. Sehr wohl aber auf die Art und Weise, wie man damit umgeht. Ich empfinde das Schweigen rund um schwere Krankheiten oder Behinderungen wie eine zweite Krankheit«, schreibt Maximilian Dörner (Jahrgang 1973). Vor einigen Jahren wurde bei ihm Multiple Sklerose diagnostiziert. Damals arbeitete er noch als Lektor für Belletristik. Seine unheilbare Krankheit schlug für ihn ein neues Lebenskapitel auf: Dörner durchbrach die Mauern des Schweigens und wurde Autor. Seitdem berichtet er schonungslos offen, ohne Selbstmitleid, über sein brutales aber vielschichtiges Leben als Behinderter.

### »Schluss mit Jammern!«

fordert der Psychoanalytiker Markus Fäh. Er hat eine »Anleitung zur Überwindung des inneren Schweinehunds« verfasst und rät, Dauerklagen in Probleme zu verwandeln, die sich konkret abarbeiten lassen.

Weil immer mehr Medien mithilfe von sogenannten Screenings den »Durchschnittsgeschmack« des Konsumenten ermitteln und zum Standard erklären, wird immer weniger Lyrik besprochen. Wer sich am Mittelmaß orientiert, trägt aktiv zur Verringerung der Allgemeinbildung bei. Um diesem Trend entgegenzuwirken, haben wir unsere bisherigen bibliographischen Kommentierungen zu Rezensionen ausgebaut. Von rund



Foto: Daniela Irina Hartmann



Foto: Jean-Marc Seiler

400 Lyrikneuerscheinungen aus den Jahren 2006 bis 2008 finden 50 bemerkenswerte Titel Berücksichtigung. Im Zuge eines erweiterten Internetauftritts sollen künftig auch unter [www.dasgedicht.de](http://www.dasgedicht.de) Novitäten online besprochen werden.

An dieser Stelle möchten wir noch an unsere Autoren Horst Bingel und Werner Dürrson erinnern. Beide sind im Frühjahr 2008 verstorben. Sie haben neben dem eigenen Schaffen auch stets die lyrische Produktion ihrer Kollegen fördernd begleitet. Horst Bingel gab die legendäre »Streit-Zeit-Schrift« und anthologische Standardwerke wie »Deutsche Lyrik. Gedichte seit 1945« heraus. Als Dozent von Schreibwerkstätten vermittelte Werner Dürrson seinen Leitspruch »Wer schreiben will, muss lesen«.

Möge Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, die Lektüre von »Gefühlter Puls – rezeptfreie Gedichte« dabei helfen, die Gesundheit zu erhalten bzw. wiederherzustellen. Bleiben Sie wohlauf! Und sollte es doch einmal anders kommen, nehmen Sie einfach erneut diesen Band zur Hand!

Viele poetische Stunden wünschen Ihnen

Anton G. Leitner und Markus Bundi  
Weßling, im Sommer 2008