

Ursula Schleiner-Tietze

Heilende Geschichten und Gedichte

agenda

Ursula Schleiner-Tietze

Heilende Geschichten und Gedichte



agenda Verlag
Münster
2026

Bibliografische Informationen der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

3. erweiterte Auflage

© 2026 agenda Verlag GmbH & Co. KG
Drubbel 4, D-48143 Münster
Tel.: +49(0)251-799610, Fax: +49(0)251-799519
www.agenda-verlag.de, info@agenda-verlag.de

Umschlagabbildung: Monika Knoop-Tausch

Autorinnenportrait: Sybille Ostermann

Druck & Bindung: TOTEM, Inowroclaw, Polen

ISBN 978-3-89688-600-2

Inhalt

Einleitung	9
Der Seelen-Atheist	10
Die Seele	11
Körper und Seele im Gespräch	13
Körper und Seele	15
Das Orchester der Teile	16
Ablösung - Neuwerdung	17
Der kleine Löwe und die Höhle	18
Die Persönlichkeitsanteile	20
Gefesselte Seelen	23
Das Kreuz mit dem Kreuz	24
Die Gesichter des chronischen Schmerzes	25
Lebensretter	27
Umbruch	28
Die drei Schattenwesen	29
Das Gewicht	30
Die Kinderseele	33
Angekettet	34
Das Labyrinth	36
Die Kinder	37
Wurzelschmerz	40
Es war einmal ein Kind	41
Generationen	44
Trauer	45
Wie eine Meerjungfrau vom Baum herunterkommt.....	46
Der Dämon	48
Das Böse	49
Licht und Schatten	50

Die Schein-Heiligkeit	51
Erlösung	52
Hoffnung	53
Die gefangene Liebe	54
Krieg und Frieden	56
Ja und Nein	57
Engel	59
Die Seele auf der Suche nach ihrer ganzen Gestalt	60
Heilung	62
Endlich frei	63
Loslassen	65
Die kleine Robbe	67
Elternschaft	69
Zu Hause	70
Glück	71
Die Himmelspforte	72
Regenbogen	73
Ankommen	74
Märchen von einer Prinzessin, die erwachsen wird	75
Die Perle	83
Neuer Morgen	84
Die Königskinder	85
Zukunft	87
Warum?	88
Ein Engel für mich selbst	89
Frei und gebunden	91
Die Kränkung	92
Der Weg zur Lösung	95
Das SELBST im Schatten	97
Abschied	99
Endlich Leben	100

Die Erkenntnis	101
Die Kraft der Imagination	102
Kindliche Magie	104
Träume	104
Die endlose Suche	105
Die Narbe	108
Das Geschenk	109
Die Wahrheit	110
Die Schuld	112
Das offene Herz	114
Der grüne Vogel und der gelbe Elefant	116
Weihnachten	119
Endstation	123
Die Krankheit	124
Abschied und Neubeginn	126
Das „ungewohnte“ Glück	127
Geliebter Boden	131
Die Chance und das NEIN	132
Ohnmacht	134
STELLA - der kleine helle Stern	135
Verletzungen	138
Die liebende Hand	140
Herbst	141
Die Mauer	143
Die Freiheit	144
Geschichte vom neugierigen kleinen Löwen	149
Vom Umgang mit der übermächtigen Macht	151
Der Friedhof	153
Danke	155
Dank	156

Einleitung

Heilende Geschichten und heilende Gedichte...
Was verspricht dieses Buch dem Leser?

Geschichten erzählen von frei erfundenen Wirklichkeiten und doch sind sie unabhängig von Ort und Zeit dem Leben des Lesers so nah, dass jeder sich in ihnen wiederfinden und spiegeln kann.

Seit Ur-zeiten werden Geschichten gelesen und erzählt. Sie übermitteln Botschaften, Weisheiten und Lebenserfahrungen von Mensch zu Mensch, von Generation zu Generation. Geschichten schaffen Verbindungen, regen zum Nachdenken an, verhelfen zu Ruhe und Entspannung, zu Selbsterkenntnis. Sie wecken Hoffnung und ermutigen, neue Wege zu suchen und zu gehen. Gedichte vermitteln solche Inhalte in besonderer Form, sind oft etwas verdeckter und lassen der Interpretation des Lesers mehr Spielraum.

Die heilenden Geschichten und heilenden Gedichte in diesem Buch sind therapeutischer Natur. Es sind Geschichten, die das Leben schrieb. Sie beleuchten innere Zustände und Situationen von Menschen, die nach Lösungen und neuen Wegen fragen und suchen. Menschen auf dem Weg zu sich selbst, zum Glück, zum Erwachsenwerden.

Der Leser sei herzlich eingeladen, diese heilenden und heilsamen Wege mitzugehen und für sich nutzbar zu machen!

Recklinghausen im Februar 2018

Ursula Schleiner-Tietze

Der Seelen-Atheist

Seele!
Für mich nicht!
Glaube!
Für mich nicht!

Sichtbares, Fassbares, Messbares
ist meins!

Unsichtbares - Gedanken und Gefühle –
ist nichts für mich!

Was ich nicht sehe, ist nicht da
für mich!

Körper - JA!
Seele - NEIN!
Fragezeichen - unbequem und anstrengend.

Psyche,
„ein Buch mit 7 Siegeln“,
Phantasien, Theorien,
keine Realität!

Seele!
Gibt es für mich nicht!

(2017)

Die Seele

Die Seele, gibt es sie?
Die Seele, wo soll sie sein?
Die Seele, daran muss man glauben!

Die Seele

Die Seele ist reine Bewegung, feinstoffliche Energie.
Die Seele umgibt uns wie eine Hülle, ein unsichtbarer Mantel.
Die Seele ist nicht sichtbar, nicht messbar, nicht fassbar.
Die Seele ist spürbar, unsere feinste Antenne nach innen und außen.

Die Seele

Die Seele zeigt sich nicht unseren Augen, sie ist vielmehr fühlbar und hörbar.
Du fühlst sie in Wut, Trauer, Angst, Freude, Leid, Liebe und Hoffnung.
Du hörst sie mal lauter, mal leiser durch deine innere Stimme.

Die Seele

Die Seele ist untrennbar mit deinem Körper verbunden,
vom Zeitpunkt der Zeugung bis zum Tod.
Sie begleitet dich ein ganzes Leben,
in guten wie in schlechten Zeiten.
Die Seele ist untrügbar, unbestechlich und lässt sich nicht bewusst steuern oder lenken.

Die Seele

Die Seele ist nie allein, sie ist verbunden mit anderen Seelen.
Seelen derer, die eng zu dir und deinem Leben gehören.

Die Seele

Die Seele macht mit dir eine lebenslange Entwicklung,
am Ende des Lebens verlässt sie deinen Körper,
der vergänglich ist.

Die Seele

Die Seele bleibt.
Sie ist unvergänglich und lebt weiter
in einem uns Menschen nicht erschließbaren Raum.

Die Seele

Die Seele, es gibt sie!

(2004)

Körper und Seele im Gespräch

„Gibt es außer mir noch etwas anderes?“, fragt der Körper. „Ich spüre mich täglich in ganz unterschiedlichen Facetten: Wohlbehagen, Entspannung, Aktivität, Druck, Schmerz, Schwäche, Erschöpfung, Tatkraft, Bewegungseinschränkung, Beweglichkeit, Wärme und Kälte. Ich weiß oft nicht, warum ich gerade das und nicht etwas anderes spüre und erlebe. Ich drücke es einfach aus, wie automatisch und lebe es einfach!“ -

„Das ist doch mal wieder klar, dass du solch eine Frage in den Raum stellst!“, antwortet leise und zaghaft - so als befürchte sie eine unangenehme Reaktion - die Seele. „Nach mir fragt und schaut der Mensch nicht! Ich finde wenig bis gar keine Beachtung, sogar Ärzte übersehen mich meistens, sie konzentrieren sich auf dich und deine vielfältigen Gesichter!“ - „Ja, wo man nichts sieht, ist eben nichts zu sehen und damit auch nichts zu holen!“, erwidert leicht überheblich der Körper. „Der Mensch braucht MICH, um zu leben, zu wachsen und für seinen lebenslangen Weg auf dieser Erde. Ich diene ihm treu und brav bis zum Tod und ver helfe ihm sogar dann aus dem Leben heraus! Ich bin fassbar, messbar, sichtbar sogar auf Bildern. Die Technik der Menschen lässt sie alles über mich erfahren. Das ist phänomenal. Darauf bin ich stolz und fühle mich wichtig!“ - „Du bläst dich ganz schön auf, finde ich!“, wirft die Seele erneut zaghaft ein. „Was ist mit deiner offenen Frage, auf die du keine Antwort findest? Was ist, wenn du mal wieder Zeichen sendest, dass etwas nicht in Ordnung ist und sich die Ärzte fragen, was mit dir los ist? Wenn du Medikamente nehmen und Untersuchungen über dich ergehen lassen musst, ohne wirklichen Erfolg. Die Fragezeichen um deine Signale bestehen weiterhin, viele werden nie wirklich beantwortet. Der Mensch und auch du Körper bleiben im Ungewissen, in Unruhe und Unsicherheit. Die Frage bleibt: „Woher rühren die Störungen, obwohl deine Körpermaschine so phantastisch ist und so gut durchleuchtet werden kann!“ - „Na, ja! Da ist was dran, was du da sagst!“, antwortet der Körper nachdenklich. „Du hast recht, ich fühle mich dann nicht verstanden, verspanne mich zunehmend, bin unsicher und irritiert, verbiege mich in unterschiedliche Richtungen

und weiß letztendlich nicht weiter! Mir bleibt dann nur das Aushalten und eine leise Hoffnung, dass meine Störungen von allein verschwinden.“ - „Da wäre es öfter mal sinnvoll, nach mir zu schauen!“ Die Stimme der Seele wird lauter und eindringlicher. „Ich bin nicht sichtbar, nicht zu messen und nicht auf ein Bild zu bannen. Ich bestehe aus unzähligen Gedanken und Gefühlen. Diese Schwingungen sind immer da, Tag und Nacht, ein Leben lang, ohne Pause. Selbst im Schlafmodus des Menschen bin ich aktiv. Ich fülle die Traumwelt des Menschen, verschaffe dir Körper dadurch Entlastung und helfe, zu verarbeiten. Das ist oft sehr tiefe und stille Arbeit, der Mensch bemerkt vieles davon nicht. Er erinnert nur einen Teil, manche Menschen gar nichts von all dem. Um mich auszudrücken brauche ich oft dich, den Körper. Manche Menschen spüren mich schnell und deutlich, sie haben eine gute Verbindung zu mir und ihrer inneren Stimme. Sie können meinen leisen Hinweisen Ausdruck geben in ihrer Körperhaltung, ihrer Stimme und ihrem Verhalten. Viele Menschen jedoch - vielleicht sogar der größte Teil - brauchen andere Wahrnehmungskanäle. Und da kommst du ins Spiel. Ohne dich und deine Ausdrucksmöglichkeiten, die sichtbar und messbar sind, geht es oft nicht.“ - „Ich wusste gar nicht, dass du mich so wichtig findest!“, antwortet der Körper, nachdenklich geworden und deutlich weniger überheblich. „Und du meinst, dass ich dann etwas von dir und deiner Botschaft auszudrücken vermag? Ich dachte immer, ich wäre allein. Jetzt sehe ich: wir sind immer zu zweit! Immer dann, wenn Fragezeichen auftauchen, bist du im Hintergrund meiner messbaren Ausdrucksmöglichkeiten. Du brauchst mich als „Sprachkanal“! Verstehe ich es richtig: der Mensch braucht uns beide, niemand existiert ganz allein für sich?!“ - „Ja, genauso ist es!“, nickt zustimmend die Seele und blickt fast liebevoll auf den Körper. „Ohne dich wäre ich oft verloren! Gut, dass es dich gibt mit deinen so unzähligen Möglichkeiten des Ausdrucks! Du bist und bleibst mir wichtigster und treuester Begleiter ein Leben lang! Erst am Ende des Lebens trennen wir uns, ich verlasse dich dann und lasse dich als vergänglichen Teil des Menschen zurück.“ Unter dem liebevollen Blick der Seele spürt der Körper eine neue Bewegung, eine sanfte innere Berührung, ganz leicht und doch fest. „Ab heute

achte ich mich und dich gleichermaßen und danke dir für deine so aufschlussreichen und aufrichtigen Worte“, antwortet der Körper zustimmend und wohlwollend.

(2016)

Körper und Seele

Zwei Gesichter des Menschen.

Zwei Seiten
der Medaille des Lebens.

Eng miteinander verwoben
und doch getrennt und einzeln.

Spürbar und doch nicht sichtbar.
Stetiger Dialog und Resonanz.

Verschiedene Sprachen.
Wechselwirkungen.

Eigentlich selbst - verständlich.

Warum dann so viele Missverständnisse
und
Fragezeichen?

(2016)