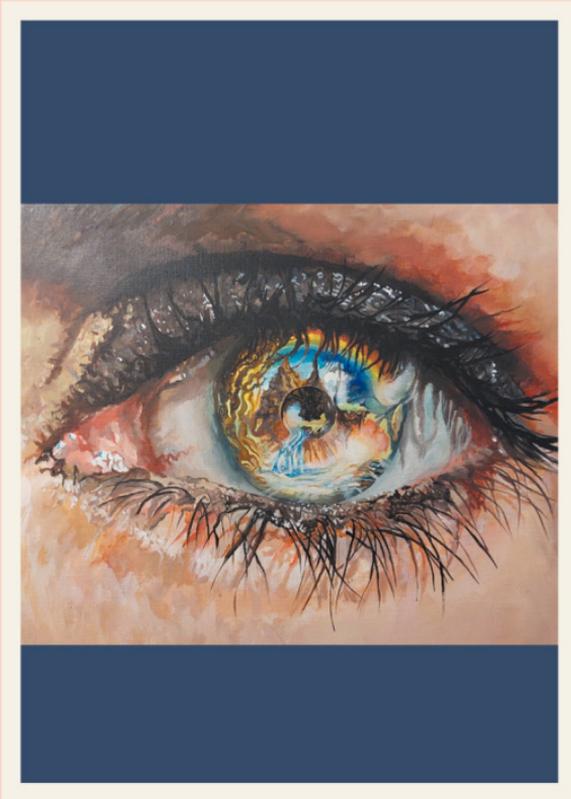


# "ZWISCHEN DEN ZEILEN LIEGT DAS VERBORGENE"

Zwischen den Zeilen  
verbirgt sich so viel  
mehr



Ulrike Michaela Böttcher

*„Zwischen den Zeilen liegt das Verborgene,  
zwischen den Zeilen verbirgt sich so viel mehr.“*

*Ulrike Michaela Böttcher*



*Herstellung und Verlag*

*BOD- BOOKS ON DEMAND*

*Norderstedt*

*Die Urheberrechte verbleiben bei der Autorin.*

*Die Umschlaggestaltung erfolgte durch Ulrike Michaela Böttcher, die kreative Umsetzung durch DAnalden.*

*Fotos: Ulrike Michaela Böttcher*

*Sophia Stricker*

*Texte: Ulrike Michaela Böttcher*

*Herstellung und Verlag:*

*BOD- BOOKS ON DEMAND Norderstedt*

*Bibliografische Informationen*  
*Der Deutschen Nationalbibliothek*

*Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet dies  
Publikation in der Deutschen Nationalbibliothek,  
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über:  
<http://dnb.dnb.de> abrufbar.*

ISBN: 978-3-7557-8940-6



*Über mich...*

*Mein Name ist Ulrike Michaela Böttcher. Geboren wurde ich, am 19.10.1967, als Ulrike Michaela Scheer, in Burg, bei Magdeburg. Mein Leben, aufgewachsen in einer Großfamilie, war geprägt von Geborgenheit, Zuwendung, Versorgung, Regeln, Ängsten, Zuversicht, Verlässlichkeit, Werten.*

*Unspektakulär verlief es, bis zu jenem Zeitpunkt, kurz vor meinem 50. Geburtstag, an dem mich eine tiefe Lebenskrise hinaus katapultierte, aus meiner Komfortzone, hinaus aus meinem kleinen, begrenzten Leben. An diesem Wendepunkt, alles stand buchstäblich Kopf, fasste ich einen Entschluss. Um meinen Themen auf die Schliche zu kommen beschloss ich, mein Leben radikal zu verändern. Ich beschloss, mich meinen Themen zu widmen, näher hinzuschauen, und ich beschloss, zu fasten. Ich verspürte den Wunsch dazu. Er kam*

tief aus meinem Innern. Ich wollte ergründen, wozu ich bereit war, wieviel ich ertragen konnte. Wieviel Schmerz, Wat und Trauer in mir waren.

Es taten sich Welten auf, Dinge kamen ans Licht, aus den dunkelsten Tiefen meines Selbst, von denen ich dachte, die gäbe es nicht in meinem Leben. Wow... interessant, was sich da zeigte. Ich stellte mich meinen Themen und vieles erschien mir in einem anderen Licht. Heute weiß ich, dass es noch lange benötigt, um aller Themen habhaft zu werden. Eines erfeate mich sehr und brachte mein Herz zum Singen. Ich entdeckte ein Talent, eine Gabe, die mir zu eigen war. Ich entdeckte, dass ich über das Schreiben mit mir in Kontakt kommen kann, dass ich mein Herz öffnen kann und Dinge wahr nehme, die vorher im Verborgenen lagen.

Ich lade dich jetzt ein, in die nächsten Seiten einzutauchen. Nimm dir Zeit, für dich, fühle dich, nimm wahr, nimm an, ziehe deine Grenzen, schüttel den Kopf, über das Gelesene, leg das Buch beiseite, nimm es wieder auf, lache herzlich, schwelge in deinen Erinnerungen, weine, schreie, schmeiß Feudel in die Ecke... gebir dein neues Leben, so du bereit dazu bist. Sei mutig und vertraue dir!

Tu einfach alles, was dir jetzt, in diesem Moment, gut tut. Und vergiss nicht, vor dem Lesen, sanft über den Buchrücken zu

*streichen. So kannst du deine Energie in die richtige Richtung lenken. Betrachte es von allen Seiten. Lass dieses Buch dir Anker sein, Begleiter und Gefährte, ein Schlüssel, zu deinem Innern, deinem Herzen. Alles kann, nichts muss. Du entscheidest, zu jedem Zeitpunkt. Lass dich sanft anstoßen, bewusster das wahr zunehmen, was dich in deinem Innern bewegt.*

*...von Herzen, Ulrike*



Leben heißt, Liebe  
leben heißt, Zuversicht  
leben heißt, Mut  
leben heißt, atmen  
leben heißt, Vertrauen  
leben heißt, Verlässlichkeit  
leben heißt, zulassen  
leben heißt, umarmen  
leben heißt, fühlen  
leben heißt, Grenzen ziehen  
leben heißt, Präsenz  
leben heißt, bewusst- sein  
leben heißt, träumen  
leben heißt, wünschen  
leben heißt, Glück  
leben heißt, lieben  
wahrhaftig  
leben heißt, Annahme  
dessen  
was ist  
leben heißt, ja sagen  
in erster Linie zu mir, zu meinem Leben!

ganz oben am Berg  
da ist endlich Schluss  
zu Erde der Weg  
auch steinig der Pfad  
bis oben  
hinauf  
stets hielten Klöttern  
den Reisenden auf  
er bückte sich emsig  
zu bauen aus Stein  
ne Höhle zum Schlafen  
zum Ruhen ein Ort  
geschützt vor den Winden  
die stärker geworden  
der Wanderer mutig  
geht weiter den Weg  
verändert sich  
fühlt es  
'nem Ankommen gleich  
bei sich  
auf der Route  
die ihm nicht bekannt  
er feuert sich an  
je höher er steigt  
die Luft wird ihm knapper  
verlangsamt den Schritt

Augen verzehrend  
schauen links und auch rechts  
die Stimme im Innern  
sagt  
ängstige dich nicht  
schau hin  
in dein Herz  
in dir liegt es  
tief  
die Karte  
der Kompass  
vertraue auf dich  
bleibt nichts erspart dir  
nicht Not und nicht Pein  
schreite mutig voran  
ich werd dich begleiten  
dein Schöpfer dir sein  
und wachen  
nie ruhn  
da bist stets gehalten  
und sicher dabei  
dein Licht ist so mahllos  
s'wird nie dunkel nich sein  
es leuchtet den Weg  
ganz helle dir aus

*Sternenfunkeln  
Glitzerfäden  
Universum  
unendlich  
kann die Weite nicht erfassen  
erahne ich  
was sich verbirgt  
mitrichten  
sehendes Auge  
eingeschränkter Geist  
sich nicht bewusst  
der Göttlichkeit*

Mein Inneres ist angefüllt, von golden glitzernden Funken. Sie toben wie wild in mir herum, nicht zu bändigen. Sie hüpfen und tanzen. Lächelnd gebe ich meinen Gefühlen Raum.

Ich bin vom Nacken bis in Nacken durchflutet. Tränen umhüllen meine Augäpfel. Tränen der Seligkeit und Freude. Ich erinnere mich, als ich ein Mädchen war, das erste Mal verliebt.

Es ist piep egal wie alt ich bin. Dieses Gefühl des Verliebtseins ist zeitlos. Im Innern werde ich nicht älter.

Da ist das Kindliche in mir, das mich führt und verführt. Es spricht zu mir: „Nimm mich an die Hand. Komm mit auf meine Schaukel. Du kennst sie doch. Oft hast du darauf gesessen und dich hinaufgeschwungen, hoch in die Lüfte.“

Haar, vom Wind zerzaust und Augen, die funkeln wie Diamanten. Ich werde hinaufgetragen.



*Wer bin ich?*

*Es ist interessant und spannend zugleich, hier zu sitzen und darüber nachzudenken. Blicke ich zurück, dann kann ich heute sagen, ja, ich habe mich gefunden.*

*Du wirst dich jetzt fragen, wie ging das? Ich werde es dir erzählen. Mach es dir doch in der Zwischenzeit bequem. Ein gut duftender und aromatischer Tee kann dir beim Entspannen helfen. Leg deine Beine hoch, wenn du magst, und überschlage sie mit einer Decke. Ich lade dich ein, meine Geschichte zu lesen und dich inspirieren zu lassen... und ich wünsche mir, dass das vertraue „du“, für dich, keine Hürde darstellt, weiterzulesen.*

*Es gab eine Zeit in meinem Leben, da war ich ganz anders. Es war die Zeit, in der ich mich nicht sah. Das taten nur die anderen. Und was sie sahen, so weiß ich jetzt, war ein angsterfüllter, ohnmächtiger und wütender Mensch. Ein Mensch, der ungerecht war und nicht in der Lage zu lieben. Wie sollte das auch gehen? Das mit dem Lieben? Es hatte mir niemand beigebracht. Meine Kindheit war, so dachte ich immer, wundervoll. In meiner Erinnerung war sie es auch.*

*Bis sich sacht die Schubladen in meinem Innern öffnen konnten, durften viele Jahre vergehen. Und was da zum Vorschein kam, war alles andere als schön. Sie öffneten sich nicht einfach so. Nein, ich hatte den zweiten Entschluss meines Lebens gefasst. „So wie ich war, wollte ich nicht mehr sein. Eine tiefe Lebenskrise hatte mich auf den Weg gebracht, den Weg zu mir.“*

*In einer Zeit gezeugt, in der der Status einer Familie die wichtigste Rolle spielte, es eine Schande war, wenn die werdende Mutter noch minderjährig war, begann mein Leben. Ein Entstehen mit Ablehnung.*

*Ich sehe mich noch immer, wenn ich in Gedanken in diese Zeit reise, als Fötus. Im Leib meiner Mutter war es warm. Niemand im Außen konnte sehen, dass sie schwanger war. Sie hatte es auch geschickt verbergen können. Fest eingeschnürt hatte sie sich.*

*Das ging lange gut. Bis zu jenem Zeitpunkt, an dem das Offensichtliche zutage trat. Da war es um meine Mutter geschehen. Es prasselte aus allen Rohren, voller Wut, auf sie nieder. Und ich konnte, in ihrem Leib, in meiner Blase, alles hören. Ich hörte meine Großeltern, die von Scham und Schande sprachen. Dass sie es so nicht hinnehmen würden. Wie würden denn die Leute reden? Und, was würden sie denken? Sie sagten eindeutig: „Ist das Balch auf der Welt, kommt es weg.“ Was sollte ich da tun, außer meine kleinen Fäustchen ballen und mich schützen? In diesem Moment fasste ich den ersten Entschluss. „Ich bin hier, im Bauch meiner Mutter und ich werde in dieses Leben kommen.“*

*Es begann für mich eine Zeit der ersten Erfahrungen. Ich durfte erfahren, wie es ist, Angst übergestülpt zu bekommen, Wut und Machtlosigkeit, Zorn und Aufruhr, sogar Hass. An einem Tag, an dem die Verzweiflung sehr groß gewesen sein musste und meine Mutter keinen anderen Ausweg mehr sah versuchte sie, uns das Leben zu nehmen. Es gelang ihr nicht. Eine gute Seele hat uns gerettet.*

Ich entwickelte mich im Leib meiner Mutter, wuchs. Mittlerweile hatte ich mich gewappnet und eine Mauer um mein Herz gebaut. Schließlich sollte mich niemand mehr verletzen. Mein Schutzschild gegen alles und jeden, der mir zu nah kam. Wie sich später herausstellen sollte, waren es sogar zwei Mauern.

Die Geburt, in einem hiesigen Krankenhaus, verlief nicht glatt. Wie sollte es auch? Ich wollte noch nicht in diese Welt. Hier wartete kaum etwas Schönes auf mich. Niemand wollte mich haben und deswegen, Rückzug und bleiben, wo ich war. Nervenzehrende Stunden und ich erblickte das Licht der Welt. Und dann, ein Wunder? Den Zauber meines Anblicks konnte sich wohl kein Familienmitglied entziehen. Vor: „Das Balch muss weg.“ war keine Rede mehr. Ich hatte das grobe Los gezogen und konnte mit trara Einzug halten, in die Herzen meiner Familie. Was für eine Welt, was für Menschen um mich herum. Voller Hingabe begegneten sie mir. Ganz anders, als alle Voraussagen waren. Es entbrannte sogar ein regelrechter Kampf, wer denn nun die erste Geige spielen sollte. Diese Aufgabe übernahm mein Großvater. Er war mein Vormund, bis meine Mutter volljährig war. Wohl behütet und genährt entwickelte ich mich zu einem rundlichen Kind, das eher sprechen als laufen konnte. In einer Großfamilie aufzuwachsen, war fantastisch. Es gab, neben meinen Eltern, auch meine Großeltern und Urgroßeltern. Und alle lebten wir unter einem Dach. Schnell lernte ich mich anzupassen. Liebe gab es nur, wenn ich sie mir auch verdient hatte. Sei ein braves Mädchen. Liebe Mädchen machen einen Knicks und sagen immer schön guten Tag. Du darfst das nicht tun, das ziemt sich nicht und tu lieber das, das schickt sich.

Sollte das alles gewesen sein? Wo war die Kuschelzeit mit Mutter und Vater? Diese Stunden waren so spärlich, dass ich mich nicht einmal daran erinnern kann. Schließlich war ich ja versorgt. Und mein Vater? Gefühlt war er immer weg.

Ich habe schnell gelernt, mit mir zu sein. Ich war so gern im Garten meiner Großeltern, hatte dort eine Schaukel, die ich immer noch vor meinem geistigen Auge sehen kann. Um mich herum gab es viele Menschen, die sich kümmerten. Ich hatte alles. Ich liebte es, als Kind, die jungen Gurken zu essen, wenn sie noch stachelten. Und die Erdbeeren, aus Opas Garten, waren ein Genuss.

Geht es im Leben immer um die Liebe? Fragst du dich das auch manchmal? Ja, das geht es.

Mit all den auferlegten Regeln konnte ich mich nicht immer anfreunden. Und so kam es, dass ich aufmüpfig wurde. Ich tat Dinge, die ich besser hätte bleiben lassen. Denn es gab schon das eine oder andere Mal was an die „sogenannten Löffel“. Kennst du das Gefühl, einfach weggesperrt zu werden? Und die Angst ist so groß, dich zur Wehr zu setzen, dass du eigene Strategien entwickelt hast? Ich begann mit dem Nägel beißen.

Der erste Meilenstein in meinem Leben war der, dass meine Eltern den Entschluss fassten, die Großfamilie zu verlassen. Sie wollten ihren eigenen Hausstand. Im Ort sind Wohnblöcke entstanden, die es so vorher noch nicht gab. Wir hatten eine 2,5 Zimmer- Wohnung.

Und mittlerweile hatte ich auch ein Geschwisterchen, meinen Bruder.  
Im Jahr des Auszugs kam ich zur Schule.

Von Stunde an war ich nicht mehr das kleine Mädchen.

Meine Aufgaben waren klar und ich erfüllte sie so gut ich konnte.  
Schließlich musste ich meine Mutter unterstützen, es waren ja keine  
Großeltern mehr da. Ich liebte die Schule und war eine gute Schüle-  
rin. Es gab Täler, die ich durchwanderte und Berge, die ich erklim-  
men konnte.

Für alle Erfahrungen, die ich in meinem Leben machen konnte, bin ich  
unendlich dankbar. Das kann ich heute so sehen, als die Erwachsene.  
Denn alles, was ich erleben konnte, hat mein Sein geprägt, hat mich  
zu dem gemacht was ich bin. Ich liebe meine Eltern und bin ihnen  
dankbar, dass sie mich gezeugt haben. Sie haben es zu jedem Zeit-  
punkt so gut gemacht, wie sie es konnten. Hätten sie es besser ge-  
wisst, dann hätten sie es auch besser getan.

Warum erzähle ich dir das alles?

Die Frage ist berechtigt. Ich zeige dir, mit meiner Geschichte auf,  
woher die Glaubenssätze kommen, die auch du in dir hast. Dass genau  
diese Muster über dein Sein entscheiden, dein Jetzt beeinflussen und  
tief in deinem Innern verankert sind. Wohl wissend, dass alles ganz  
anders ist, als es zu sein scheint. Fein säuberlich weggesperrt, in  
Schubladen und der Schlüssel ist vorsorglich nicht in Reichweite.  
Was du sehen kannst, ist immer nur die Spitze des Eisbergs. Tief  
unter der Oberfläche schlummert der Rest. Es erfordert Mut und

Hingabe, sich den eigenen Themen zu widmen. Zu tief waren die Verletzungen in der Kindheit, um sie noch einmal erleben zu wollen.

Ich hatte eine tiefe Lebenskrise. Hervorgerufen durch mein So-Sein, durch mein Zutun, meine Nicht-Liebe, weder zu mir noch zu anderen Menschen. Ich war verletzend und konnte es perfekt, anderen zu sagen: „So wie du bist, bist du nicht richtig.“ Ich habe Menschen, die mir nahestanden, mit Nichtachtung gestraft und sah bei allem was ich tat immer nur mich. Mein Ego war mein bester Freund. Ich trieb es so weit auf die Spitze, dass der Tag kam, an dem ich mich verantworten durfte. Ich wurde bestraft für mein Tun. Es war demütigend und ich war voller Angst. Nie in meinem Leben hatte ich Angst in dieser Intensität fühlen müssen. Und heute, Jahre später weiß ich, es sollte genau so kommen und ich bin dankbar für diese Erfahrungen.

Das erste Mal in meinem Leben bat ich um Hilfe. Ich kam an dem Punkt an, bei meinem ersten Entschluss: „So wie ich war, wollte ich nicht mehr sein.“ Dazu war ein radikaler und konsequenter Richtungswechsel von Nöten. Ich stand an einer Weggabelung und wusste nicht, welchen Abzweig ich nehmen sollte. Und für die Hilfe, die ich hatte, war ich sehr dankbar. Ich entschied mich und wusste, dass ich mich jeder Zeit umentscheiden konnte. Nach und nach spielten mir alle Begleiter die Schlüssel für die Schubladen in meine Hände. Und ganz schnell erkannte ich, welcher, zu welchem Zeitpunkt, der richtige Weg war. Ich konnte die ganze Bandbreite der Emotionen erfahren. Manchmal dachte ich, dass es der Tränen doch auch mal genug

sein durfte. Mit der Auflösung meiner Herzmauern kam ich ein ganzes Stück voran. Und bis zum jetzigen Zeitpunkt sind sie aufgelöst und nicht mehr da.

Fliehen heute die Tränen, dann aus Freude und Mitgefühl, aus Liebe und Zuversicht. Ich habe nun, als die Grobe, die Möglichkeit, mit meinem kindlichen Kern Kontakt aufzunehmen. Ich kann mein „inneres Kind“ in den Arm nehmen, es heilen. Ich kann all die Gefühle für es fühlen und verwandeln. All die Dinge, die ich in meiner Kindheit erlebte, vom Sein im Mutterleib, bis jetzt, sah ich mir nach und nach an. Ich weiß nun genau, wann ich all die Nicht-Liebe in mir verankert hatte, all die Wut. Alles kommt zu seiner Zeit. Ich darf mir Raum geben, denn ich habe mein ganzes Leben Zeit für mich und die Transformation. Ich habe gelernt, mein So-Sein zu akzeptieren. Ich sehe mich als Frau und liebe mich genauso wie ich bin. Für die Erfüllung der Erwartungen anderer bin ich nicht zuständig. Das darf jeder für sich selbst. Und mein Ego? Ja, es ist noch da, aber ich kann es nun geschickt in seine Schranken weisen.

Tief in meinem Innern ist die Gnade verankert, dass ich ein göttliches Wesen bin, gehalten und getragen und niemals allein. Ich vertraue auf eine höhere Macht, die ich jederzeit um Hilfe bitten kann. Lange Jahre habe ich es nicht verstanden was es heißt, mit Gott verbunden zu sein. Nun fühle ich es... Ich habe gelernt zu vergeben, vor allem und in erster Linie mir selbst! Ich gehe meinen Herzensweg.

Auch du kannst dich jeder Zeit entscheiden, deinen Herzensweg zu gehen. Dafür ist es nie zu spät und das Alter spielt keine Rolle.