

Bitte, nenne mich bei meinen wahren Namen

Sag nicht, dass ich morgen scheide –
denn ich bin noch gar nicht ganz da.

Schau genau hin: jede Sekunde komme ich an,
als frische Knospe am Frühlingszweig,
als kleiner Vogel mit Flügeln, die noch nicht tragen,
im neuen Nest lern ich gerade erst singen,
als eine Raupe im Herzen der Blume
als ein Juwel, verborgen im Stein.

Ich komme immer neu an, um zu lachen und zu weinen,
zu fürchten und zu hoffen.

Der Rhythmus meines Herzens ist die Geburt und der Tod
von allem, was lebt.

Ich bin eine Eintagsfliege, die vielgestaltig schillert auf der Oberfläche des Flusses.
Und ich bin der Vogel
der die Eintagsfliege schnappt und verschluckt.

Ich bin ein Frosch, der munter hin- und herschwimmt
im klaren Wasser eines Teichs.
Und ich bin die Ringelnatter,
die sich lautlos vom Frosch ernährt.

Ich bin das Kind aus Uganda, nur Haut und Knochen
meine Beinen sind so dünn, wie Stöcke aus Bambus.
Und ich bin der Händler,
der tödliche Waffen nach Uganda verkauft.

Ich bin das zwölfjährige Mädchen, Flüchtling in einem kleinen Boot,
das sich in den Ozean wirft, nachdem es von einem Seepiraten vergewaltigt wurde.
Und ich bin der Pirat, mein Herz ist noch nicht fähig, zu sehen und zu lieben.

Ich bin ein Mitglied des Politbüros mit reichlich Macht in meinen Händen,
und ich bin der Mann, der seine „Blutschuld“ an sein Volk zu zahlen hat,
langsam sterbend in einem Arbeitslager.

Meine Freude ist wie der Frühling, so warm,
dass sie die Blumen überall auf der Erde erblühen lässt.
Mein Schmerz ist wie ein Fluss von Tränen,
so voll, dass er die vier Meere füllt.

Bitte nenne mich bei meinen wahren Namen,
damit ich all meine Schreie und mein Lachen zur selben Zeit hören kann,
damit ich sehen kann, dass meine Freude und mein Schmerz eins sind.

Bitte nenne mich bei meinen wahren Namen,
damit ich aufwachen kann,
und das Tor meines Herzens offen bleiben kann.
Das Tor des Mitgefühls.

Thich Nhat Hanh

Please Call Me By My True Names

Don't say that I will depart tomorrow – even today I am still arriving.

Look deeply: every second I am arriving
to be a bud on a Spring branch,
to be a tiny bird, with still-fragile wings,
learning to sing in my new nest,
to be a caterpillar in the heart of a flower,
to be a jewel hiding itself in a stone.

I still arrive, in order to laugh and to cry,
to fear and to hope.

The rhythm of my heart is the birth and death
of all that is alive.

I am a mayfly metamorphosing
on the surface of the river.
And I am the bird
that swoops down to swallow the mayfly.

I am a frog swimming happily
in the clear water of a pond.
And I am the grass-snake
that silently feeds itself on the frog.

I am the child in Uganda, all skin and bones,
my legs as thin as bamboo sticks.
And I am the arms merchant,
selling deadly weapons to Uganda.

I am the twelve-year-old girl,
refugee on a small boat,
who throws herself into the ocean
after being raped by a sea pirate.
And I am the pirate,
my heart not yet capable
of seeing and loving.

I am a member of the politburo,
with plenty of power in my hands.
And I am the man who has to pay
his "debt of blood" to my people
dying slowly in a forced-labor camp.

My joy is like Spring, so warm
it makes flowers bloom all over the Earth.
My pain is like a river of tears,
so vast it fills the four oceans.

Please call me by my true names,
so I can hear all my cries and laughter at once,
so I can see that my joy and pain are one.

Please call me by my true names,
so I can wake up
and the door of my heart
could be left open,
the door of compassion.

Thich Nhat Hanh

Quellen

Please Call Me by My True Names

[Eine Seite auf plumvillage.org](#) mit dem Originaltext, einer Aufnahme von Thich Nhat Hanh, in der er das Gedicht liest, einer Version, gesungen als Lied, und der 'Geschichte' wie das Gedicht entstanden ist.

Song: [Please Call Me By My True Names](#) ... mit Lyrics

Video: [Bitte, nenne mich bei meinem wahren Namen!](#) ... meditativ, mit Bildern

Buch: [Nenne mich bei meinen wahren Namen](#) (Link zur [Leseprobe als PDF](#))