

*Miriam Pereluk*

# Was will das Huhn in meinem Bett?

516 Haikus geben Antworten auf Ihre Fragen



*Miriam Pereluk* 

Trainerin in der persönlichen Entfaltung - Schriftstellerin

Sichterheidestr. 45, 32758 Detmold, Tel: 05231/34175, [miriam@pereluk.de](mailto:miriam@pereluk.de), [www.pereluk.de](http://www.pereluk.de)

Um meine Bücher für Sie einfacher und erfolgreicher zu machen, freue ich mich über Rückmeldungen und Anregungen

© 2015, Detmold, Miriam Pereluk

Alle Rechte liegen bei der Autorin. Das Ebook und alle Haikus dürfen – auch teilweise – nur mit der Genehmigung der Autorin wiedergegeben werden.

## Inhaltsverzeichnis

|  |     |
|--|-----|
| Einleitung:.....   | 4   |
| Vorinformationen:.....                                       | 4   |
| Was ist der Sinn von Haikus?.....                            | 5   |
| Holen Sie mehr aus diesem Buch heraus:.....                  | 5   |
| Das Haiku-Frage- und Antwortspiel:.....                      | 5   |
| Das Haiku finden, indem ich eine Zahl denke:.....            | 6   |
| Das Haiku-Kartenspiel:.....                                  | 6   |
| Ein Haiku würfeln:.....                                      | 7   |
| Ein Haiku aus Münzen zusammenrechnen:.....                   | 8   |
| Haikus zum Thema “Liebe”:                                    | 8   |
| Eine kleine Lichtübung:.....                                 | 14  |
| Haikus zum Thema “Bewusstsein”:                              | 16  |
| Eine kleine Übung, um den Gedankenhamster zu beruhigen:..... | 39  |
| Haikus zum Thema “Leidenschaften”:                           | 42  |
| Haikus zum Thema “Gesundheit - Alter - Depression”:          | 49  |
| Haikus zum Thema “Gott - Engel - innere Meister”:            | 55  |
| Eine kleine Übung, um einen Engel real zu spüren:.....       | 68  |
| Der HU-Gesang:.....  | 69  |
| Haikus zum Thema “Heiliger Geist”:                           | 71  |
| Um die innere Stimme bitten:.....                            | 72  |
| Haikus zum Thema “Wiedergeburt – Reinkarnation”:             | 75  |
| Haikus zum Thema “Ursache und Wirkung (Karma) und.....       | 80  |
| spirituelle Gesetze”:  | 80  |
| Haikus zum Thema “Seele“:                                    | 85  |
| Haikus zum Thema “Zwei Schulen - irdisch und kosmisch”:      | 88  |
| Haikus zum Thema “Kräfte des Universums – Gut und Böse,..... | 91  |
| Intuition, Gedanken”:  | 91  |
| Haikus zum Thema “Träume”:                                   | 94  |
| Haikus “Kunterbunt”:   | 96  |
| Erfahrungen mit den Haikus:.....                             | 104 |
| Über die Autorin:.....                                       | 105 |
| Schlusswort und Ankündigung:.....                            | 106 |

Ein Lob an meine Lektorin Gudrun Rehmann

Danke, liebe Gudrun, dass du mir mit so viel Geduld geholfen hast.

### **Einleitung:**

Ein Gedicht ist die Verdichtung von Wörtern. Ich bin fasziniert, wie viel mit nur wenigen Silben gesagt werden kann.

Für jene, die es noch nicht wissen: Das Haiku ist ein japanisches sich nicht reimendes Gedicht. Es ist die kürzeste Gedichtform der Welt und besteht aus drei Zeilen mit insgesamt 17 Silben:

1. Zeile 5 Silben
2. Zeile 7 Silben
3. Zeile 5 Silben

Jedes Haiku in sich ist eine kleine Geschichte.

Diese Form des Schreibens liegt mir. Seitdem ich sie für mich entdeckt habe, sprudeln Haikus förmlich aus mir heraus. Es gab Tage, an denen ich mehr als dreißig dieser kleinen Geschichten schrieb.

### **Vorinformationen:**

Um die Gedichte dieses Ebooks besser verstehen und damit arbeiten zu können, ist es hilfreich, verschiedene Vorinformationen zu kennen.

Ich besitze, wie jeder Mensch, ein einzigartiges Weltbild. Durch Ereignisse, Gedanken und vor allem Erfahrungen bin ich im Laufe vieler Jahre in meines hineingewachsen. Daraus ergeben sich bestimmte Glaubensansätze, die ich an entsprechenden Stellen vermerkt habe.

Wenn jemand zu mir sagt: Du bist ja „verrückt“, dann verbuche ich das

als Kompliment. Mein Bewusstsein befindet sich nicht dort, wo es bei den meisten anderen ist - es ist „verrückt“: Bildlich gesprochen steht es neben, über oder unter den Standpunkten anderer Menschen. Bin ich dadurch etwas Besonderes? Ja, wie jeder andere auch.

Ich bin immer ein „gutes Beispiel“ im Leben. Auch dann, wenn es heißt: Mach es lieber anders.

Um Ihnen noch mehr praktische Hilfestellungen an die Hand zu geben, habe ich ein paar kleine leicht ausführbare Übungen eingefügt.

### **Was ist der Sinn von Haikus?**

Unterhaltung, informieren, verarbeiten, abarbeiten, zum Nach-denken anregen, erhellen, darüber lachen oder schmunzeln, Antworten auf ungestellte Frage erhalten, mich ausdrücken, Es drückt sich aus ...

### **Holen Sie mehr aus diesem Buch heraus:**

Lesen Sie die Haikus öfter. Wählen Sie eines aus und denken Sie tagsüber immer wieder darüber nach.

Wenn Sie ein Gedicht nicht verstehen, fragen Sie nach innen: „Was bedeutet es? „Was ist damit gemeint?“ „Was will es mir sagen?“ ...

### **Das Haiku-Frage- und Antwortspiel:**

Manchmal brauche ich einen Rat oder Hinweis, wenn ich selbst nicht mehr weiter weiß.

Diese kleinen Geschichten sind eine wunderbare Art von Orakel. Ich habe sie eigens durchnummeriert. Ich beginne damit, mir eine Frage zu

stellen. Sie kann jeden Bereich des Lebens berühren. Zuerst stelle ich eine Frage wie eine der folgenden:

### **Beispielfragen:**

- Worüber soll ich nachdenken?
- Was ist meine persönliche Botschaft?
- Welches ist für mich der Spruch des Tages?
  
- Was ist mein derzeitiger Bewusstseinszustand?
- Welches Haiku kann mich spirituell anheben?
- Was soll ich jetzt tun, damit sich mein Zustand verändert?
  
- Warum läuft ... schief?
- Was kann ich tun, damit ich in der Sache .... vorwärts komme?
- Woran liegt es, dass ich auf der Stelle trete?
  
- Was soll ich jetzt lassen?
- Warum komme ich mit ... nicht aus?
- ...

Meine persönliche Lieblingsfrage, die ich mir oft beantworten lasse, lautet: Was ist mein derzeitiger Bewusstseinszustand?

Es folgen vier Wege, um spontan mit diesem Ebook an das passende Haiku zu kommen:

### **Das Haiku finden, indem ich eine Zahl denke:**

Um das richtige Haiku zu finden, denken Sie an eine Zahl von 1 bis 516. Lesen Sie das entsprechende Gedicht dazu. Was hat es für eine Beziehung zu Ihnen?

### **Das Haiku-Kartenspiel:**

Eine andere etwas aufwändigere Technik ist, die Zahlen von 1 - 516 auf

kleine Zettel zu schreiben. Diese Möglichkeit bevorzuge ich. Ich habe einmal die Arbeit, dann jahrelang den Nutzen.

Stellen Sie sich wieder zuerst eine Frage. Dann ziehen Sie aus dem selbst hergestellten „Kartenspiel“ ein Kärtchen mit einer Nummer. Lesen Sie das Haiku und denken darüber nach oder arbeiten mit ihm.

### Ein Haiku würfeln:

Ich persönlich gehe gerne spielerisch mit den Dingen um. Die dritte Art, an das Haiku zu kommen, ist die, es zu würfeln. Auf dem Bild unten sind Würfel 1 – 6 und 1 – 20 abgebildet. Damit kann ich die entsprechende kleine Geschichte finden.

Vielleicht ist ja noch ein Würfel aus alten Zeiten übrig. Außerdem üben Sie gleich ein wenig Kopfrechnen.

Würfelbeispiel: Würfel 1- 6

1. Wurf: Zahl 3; 2. Wurf: Zahl 5 ( $3 + 5 = 8$ ); 3. Wurf: Zahl 4 ( $8 + 4 = 12$ ).

Das Haiku hat die Nummer 12.

Würfelbeispiel: Würfel 1- 20

1. Wurf: Zahl 5; 2. Wurf: Zahl 13 ( $5 + 13 = 18$ ); 3. Wurf: Zahl 11 ( $18 + 11 = 29$ ).

Dieses hat die Nummer 29.



### **Ein Haiku aus Münzen zusammenrechnen:**

Ich nehme ein Glas mit Deckel. Über ein paar Tage sammle ich Kleingeld (1-, 2-, 5-, 10-, 20- oder 50-Centstücke).

Nachdem ich meine Frage gestellt habe, greife ich in das Glas, nehme soviel Münzen, wie ich will, rechne sie zusammen und finde darüber die Nummer zu dem entsprechenden Haiku. Lassen Sie es auf sich wirken.

Manche Antwort habe ich nicht erwartet, oder sie war sogar unangenehm und ich lehnte sie ab.

Sollte ich noch nicht verstanden haben, worum es geht, dann ziehe ich einen zweiten oder dritten Spruch. Allerdings nicht so viele, bis ich restlos zufrieden bin.

Schluss mit der Theorie, nun kommt der praktische Teil.

Es folgen die Haikus, die ich in verschiedene Themen eingeteilt habe.

### **Haikus zum Thema "Liebe":**

Liebe, wie immer sie gegeben wird (Worte, Berührung, ein Brief, ein Geschenk ...), ist ein Grundnahrungsmittel des Menschen. Ohne sie können wir nicht leben.

Es gibt zwei Arten der Liebe. Die bedingte - Beispiel: Ich liebe mein Kind, weil es artig und pflegeleicht ist.

Die wichtigere Form ist die bedingungslose oder wertneutrale Liebe. Beispiel: Ich liebe dieses Kind ohne irgendeinen Grund. Einfach so ohne jede Bedingung.

Aus eigener Erfahrung möchte ich sagen: Je mehr ich lieben kann, desto



leichter ist alles für mich. Allerdings gibt es auch Tage oder Wochen, in denen es mir gar nicht leicht fällt, dieses Gefühl zu erzeugen.

**Nr. 1 : Liebevoller Kreislauf**

Geb´ Liebe zurück  
Die er mir zuvor geschenkt.  
Geben und Nehmen.

**Nr. 2: Bedauerlich**

Macht und Geld regiert.  
Liebe ist nicht mit dabei.  
Arm, so reich zu sein.

**Nr. 3: Bedingungslose Liebe**

Lieb bedingungslos,  
Die beste Art zu geben.  
Ruhe und Frieden.

**Nr. 4: Liebe ist viel wert**

Sei stets liebevoll.  
In dieser Zeit ist das mehr  
Wert als alles Geld.

**Nr. 5: Lieben**

Einfach und sehr schlicht.  
And´re lassen, wie sie sind.  
Nächstenliebe pur.

**Nr. 6: Liebesquelle**

Jeder braucht Liebe;  
Besonders in schlimmer Zeit.  
Wo holst du sie her?

**Nr. 7: Ungeliebt**

Arbeit ungeliebt?

Ein schrecklicher Gedanke,

Nicht auszuhalten!

Für mich ist es sehr, sehr wichtig, einen Ausgleich zum Beruf zu haben.  
Damit erhalte ich meine Kraft.

**Nr. 8: Liebesurlaub**

Schluss, genug gekämpft!

Jetzt ist die Liebe am Zug.

Ruh dich in ihr aus.

**Nr. 9: Unsichtbare Geschenke**

Gott schenkt dir Liebe.

Jedem erscheint sie anders.

Bleibt oft unerkannt.

**Nr. 10: Zaubermedizin**

Tief in dir drinnen

Reine Zaubermedizin:

Andere lieben.

Immer mal wieder erlebe ich dieses Gefühl, jemand anderen zu „lieben“. Es hängt von nichts und niemanden ab, geschieht einfach und ist unbeschreiblich.

Leider habe ich noch keinen Knopf gefunden, mit dem ich diese Liebe anstellen kann.

**Nr. 11: Ein großes Geschenk**

Jeder reagiert

Auf freundliche Behandlung

In der ganzen Welt.