

## Nachtgedanken

Nachtgedanken

Wenn der Tag sich zur Ruhe gelegt hat,  
das laute Treiben, auf den Straßen, verstummt,  
wenn die Stille der Finsternis Einzug hält  
und das Schweigen der Nacht dich sanft umhüllt.

Dann ist die Zeit gekommen in der wir in uns hinein hören  
ohne dass uns der Alltag von diesen Gedanken ablenken kann.  
Denn alle Ereignisse, die wir gerne verdrängen würden  
kehren, auf den Schwingen der Nacht, zu uns zurück.

Die Schatten der Vergangenheit.  
Die Sorgen der Gegenwart  
und  
die Ängste vor der Zukunft.

Gedanken die sich nicht verleugnen lassen.  
Erfahrungen, die ein Teil unseres Lebens geworden sind.  
Ängste, denen wir uns entgegenstellen müssen  
um sie dann hinter uns zu lassen.

Das Leben – Ein Kampf  
Jeder Tag aufs Neue.

Doch wenn wir uns schon bei Zeiten  
unseren Sorgen stellen,  
den Ballast beseitigen,  
oder auch  
als Teil unseres Lebens anerkennen,  
dann werden wir entspannter  
in die Zukunft gehen.

Denn mit leichtem Gepäck  
läuft es sich besser.

© Mihael Jörhel

Diese PDF wurde erstellt durch das [Schreiber Netzwerk](#)