

## Schlaflos

Wie fast jeden Abend liege ich im Bett und weiss ich muss schlafen. Aber es geht nicht. Morgens ja da könnte ich schlafen. Mir wurde mal gesagt ich gehöre zu den Nachtmendchen. Ist das so ich denke schon. Denn Abends werde ich munterer als am Tag. Klar ich funktioniere muss ich ja auch. Habe ja schließlich Verantwortung ja immer diese erhobenen Finger die einen ermahnen. Du hast Verantwortung. Nachts ist alles so friedlich. Kein Lärm ausser wenn die Straßenbahn oder der Buss vorbeifährt. Gut das Vogelzwitschern das fehlt ein wenig und die Sonne aber trotzdem. Ich bin eigentlich müde beim schreiben fallen mir die Augen zu und dennoch diese inneren Unruhe hindert mich daran zu schlafen. Wieso ist das so. Gut der Tag war anstrengend wie immer ein typischer Montag eben. Und dennoch eigentlich ja immer dasselbe. Kennt ihr das dieses Gefühl mal auszubrechen wollen einfach mal weg? Der Gedanke ist oft da aber dann ja dann das Pflichtbewusstsein von dem ich zuviel habe. Und dann zwingt man sich zu schlafen. Ist schon verrückt früher haben es die eigenen Eltern bei mir meine Großeltern gemacht und heute zwingt man sich selber. Führt ihr auch öfters mal Selbstgespräche. Das tut echt oft gut. Vorallendingen man kann so schön mit sich selber schimpfen und man regt sich auch nicht so schnell auf darüber denn man schimpft ja mit sich selber. Gut peinlich wird es natürlich wenn man laut denkt oder laut mit sich selbst spricht in der Öffentlichkeit. Da fragt doch jeder derjenige hat einen an der Waffel. Ja aber wenn ja niemand da ist zum reden Abends zum Beispiel wenn man keinen Partner hat zum Beispiel dann ist doch so ein Selbstgespräch doch recht nett. Man kann sich selbst viel erzählen und man braucht dann auch keine Angst haben das etwas weiter erzählt wird man weiß ja wem man es erzählt und das man sich selbst vertrauen kann. Ja schon gut der Blick zur Uhr sagt nun aber schlafen. Mal sehen was morgen wieder alles passiert. Ich werde es sehen und berichten.

©

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