

## Der Flusslauf

Es ist halb fünf als ich erwache,  
du liegst wie immer neben mir.  
Das ist eine gute Sache.  
Du bist da, ich danke dir

Hastig schlüpf ich in die Schuhe,  
ein dünnes Trikot angezogen.  
Sonnenaufgang ganz in Ruhe.  
Der Wetterdienst hat nicht gelogen.

Ein paar Schritte aus dem Haus.  
Vogelzwitschern hör ich gleich.  
so sieht die Welt viel besser aus.  
steh jetzt auf dem Weserdeich.

Dann lauf ich los, langsam voran  
kühle Luft in meiner Lunge,  
schau über's Wasser und sodann,  
fühl ich mich wieder wie ein Junge.

So genieß ich meinen Lauf,  
der Fluss begleitet mich dabei.  
Meine Ängste geben auf.  
Ich fühl mich gut! Ich fühl mich frei!

Hier zählt nicht mehr das Leistungsdenken,  
das hatte ich mein Leben lang.  
Für wen soll ich mich noch verrenken?  
Bin doch sowieso schon krank.

Verschwitz erreicht ich das Haus  
und hab's wieder mal geschafft.  
Einst lebte ich in Saus und Braus,  
doch endlich hab' ich es gerafft.

Ich fühl mich zu dir hingezogen,  
erst seit Kurzem leb ich hier.  
du wunderschöner Weserbogen  
bist mein Lebenselixier.

