Angst vor der Nacht

Wir fürchten die Nacht.
Sie hüllt den Tag in ein dunkles, gedämpftes Tuch.
Wenig Geräusche dringen an unser Ohr.
Kaum ein Licht kann unsere Sinne blenden.
Alles ist ruhig und finster.
Wir sind allein mit unseren Gedanken,
mit unseren Gefühlen

Warum fürchten wir die Nacht?
Haben wir Angst, dass die Dunkelheit,
die den Tag unter ihrem Mantel verborgen hält,
uns zwingt in unsere Seele zu blicken?
Befürchten wir, dass ihre Stille,
die die Geräusche des Tages zum Schweigen gebracht hat,
uns dazu bringt uns zuzuhören?

Die Nacht,
eine Reise zu uns Selbst,
ein Blick in die Tiefen unserer Seele.
Dinge die am Tag verborgen, verdrängt wurden
kommen bei Nacht zum Vorschein,
verfolgen uns in unsere Gedanken und Träume.

Die Nacht,
sie lässt unsere Vergangenheit aufleben.
Jedesmal werden wir gezwungen uns zu erinnern.
Sie gibt uns damit aber auch die Gelegenheit
unsere Vergangenheit zu verarbeiten
und Gedanken an eine Zukunft zuzulassen.

Die Nacht,
sie zeigt uns viele Schatten.
Schatten, tief verwurzelt mit unserem Leben.
Wie Bäume, die fest mit der Erde verwachsen sind.
Schatten die durch unser Leben laufen
und manchmal ihre Spuren hinterlassen.

Die Nacht,
sie zeigt uns auch ihre Lichter.
Sterne, die immer für uns leuchten
auch wenn wir sie nicht immer sehen
weil wir oftmals nur auf die Schatten blicken
und viel zu selten nach oben.

Die Nacht,
deren Lichter uns auch Mut machen sollen
unsere eigenen Lichter, in der Finsternis,
zu suchen und zu ordnen
damit viele Schatten, die unser Leben verdunkeln,
hinter uns gelassen werden können.

Die Nacht,
Eine Freundin, die uns die Möglichkeit schenkt,
fern von dem Lärm und dem Licht des Tages,
das Wesentliche zu sehen, zu hören
und zu fühlen.

Uns.

© Mihael Jörhel

Diese PDF wurde erstellt durch das Schreiber Netzwerk