

## **Migräne - Monster im Kopf**

Migräne - Monster im Kopf

3 Uhr Nachts und ich lieg wach,  
Der Schädel pocht, bin ich zu schwach,  
Ihm noch zu entkommen aus eigener Kraft?  
Andere haben das doch auch geschafft.

Zu spät, es kommt schon wie Krampf,  
Los geht der ungleich ewige Kampf,  
Der mich unendlich so zermürbt,  
Wie eine heiße Nadel im Gehirn rumrührt.

Soll man aus dem Fenster springen,  
Nur um den Schmerz mal zu entrinnen?  
Mir bleibt nichts als mich in Qual zu winden,  
Wieso muss es mich so oft finden?

Die Nadel sitzt, die Betäubung fließt,  
Der Druck nimmt ab und mit ihm das Biest,  
Der Nebel sich lichtet ,die Sicht wieder klar,  
Das Monster ist weg und ich wieder da.

Alles ist gut und man lebt sein Leben,  
Doch bleibt die Angst vor dem nächsten Erheben,  
Die Sonne scheint nie für mich auf Dauer,  
mein Monster liegt stets auf der Lauer.

© **Svenja Weber**

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