

Hell im Dunkeln

Kerstin Mühlmann

Danke, Zeitumstellung, für die Extrastunde Schlaf, am Wochenende! Alle, die – Party, Baby oder Husten - vom Schlafen abgehalten haben, sehen das wohl genauso. Wer mit kreisenden Gedanken wach lag, ist vermutlich froh, dass es endlich wieder hell ist.- Man sich wieder orientieren kann: Lichtschalter, Hustenbonbons, Alltagsroutine.

In meine Alltagsroutine für erholsame Nächte gehört inzwischen, was schon der biblische König David getan hat: Gott danken. Für alles, was gut ist, in meinem Leben. David hat das in selbstgeschriebenen Liedern getan. Weil er erlebt hat, wie Gott ihn durch schwierige Zeiten begleitet und das Dunkel um und in ihm hell gemacht hat.

Oder ist es andersrum: Danken macht hell und zuversichtlich? Wenn ich die Psychologen richtig verstehe, ist es ein Kreislauf. Eins verstärkt das andere. Songwriting ist nicht mein Ding, Gott danken tue ich trotzdem. Oft nur still beim ersten Schluck Kaffee am Morgen. Spätabends, wenn ich das Licht ausmache.

Und ja, das macht einen Unterschied. Wie Tag und Nacht.

© 2024 **radio m**
Alle Rechte vorbehalten.

radio m lebt von Spenden. Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung!

Evangelische Bank Kassel
IBAN: DE75 5206 0410 0000 4162 40
BIC: GENODEF1EK1

radio m
Giebelstraße 16
70499 Stuttgart
info@radio-m.de