

## Brücken



Foto: K. Kannieß

Ich fahre viel mit meinem Fahrrad durch die Natur und suche nach Brücken. Frei nach dem Motto: „Selbsthilfe baut Brücken“. Hier habe ich eine gefunden. Bei diesem Anblick lasse ich meinen Gedanken freien Lauf.

Leg ab die Last.

Nicht nur ein Stück, Kai, die Brücke bricht sonst entzwei. Leg sie alle ab: Die Sorgen, das Leid, deine Last, du hast mitgebracht. Du kannst sie sehen, die Hände dir gereicht. Hör auf dein Herz! Werfe weg deinen Schmerz, der dir bereitet wart.

Sieh auf die andere Seite, erkenne sie, die Hände dir offenbart. Lasse eine Last komplett auf deiner Seite, du noch stehst. Sei gewiss, das Glück dir auf der anderen Seite, dir entgegen weht.

Ergreife die Hände, dir gereicht, das Böse dir aus deinem Leben entweicht. Gefunden hast du wahre Freunde, auch selbst betroffen, haben dir geholfen zu schließen deine Lücke. Das große Loch in meinem Leben, ich hab's stets gefüllt mit giftiger Flüssigkeit. Diese hat zerstört mein Herz, meinen Kopf, meinen Wert. Was war ich geworden mit dieser Sucht, verschollen in einer einsamen Bucht.

Alle dir mir geholfen: Nehmet an meinen Dank. Ich hab gefunden den Weg raus aus dem Sumpf. Hab erkannt: Mein Leben ist so schön. Trinke nicht wieder dieses Zeug, egal was kommen mag noch heute.

Ich bin nüchtern und genau DAS mich erfreut.

Kai Kannieß