

## Lass den Morgen in dich ein

Ich wünsche dir,  
dass du deinen Tag  
lächelnd beginnen kannst,  
in froher Erwartung  
all der vielfältigen Aufgaben,  
die auf dich warten,  
und all der Begegnungen,  
die dir geschenkt werden;  
dass du aber auch die nötige Geduld hast,  
das zu ertragen, was dir lästig ist  
oder was dir überflüssig erscheint.

Ich wünsche dir,  
dass du die Anforderungen  
nicht als Einengung erlebst,  
die Aufgaben und Menschen  
an dich stellen,  
sondern in Gespräch  
und Auseinandersetzung mit ihnen  
Freiheit erfährst,  
eine Freiheit,  
die nicht losgelöst ist von Bindungen,  
sondern gerade in Bindungen  
und Beziehungen entsteht.

Ich wünsche dir,  
dass dich auf all deinen Wegen  
ein Engel umgibt,  
der dich behütet in allem,  
was dich ängstigt und bedroht,  
und dich bewahrt vor einem Übermass  
an Schmerz und Schuld.

Ich wünsche dir,  
dass dir die Nacht Ruhe schenkt,  
dass du dich in den Schlaf sinken lassen kannst,  
und dass friedliche Träume  
ihre Bilder aufsteigen lassen  
in deiner Seele  
und dir neue Kräfte zuströmen  
für den kommenden Tag.

*aus «Der Himmel ist in dir» von Christa Spilling-Nöker*