

## Angst und Panik

Wenn Angst das Ruder übernimmt,  
Der Sinn des Lebens nicht mehr stimmt,  
Dann gerate darüber ruhig in Wut,  
Denn diese macht auch manchmal Mut.

Wenn Panik deinen Blick eintrübt,  
Weil ihr dein Dasein nicht genügt,  
Vergiss nie, was euch beiden bleibt,  
Dass nur Liebe Panik ganz austreibt.

©Thorsten Trautmann

Rheine, 22.03.2010