

Ich will es nicht mehr,aber es ist ne Sucht

Jedes Mal, wenn ich auf meinen nackten Arm schaue, sehe ich Narben, auch wenn man sie nicht mehr alle sieht, so weiß ich doch, dass da mal was war und dass es die Narben wirklich gibt/gab. Und an jeder Narbe, hängen schlechte Erinnerungen. Wie oft ich es bisher getan habe, weiß ich nicht, es ist einfach zu oft passiert.

Warum?, das frage ich mich auch jedes Mal, wenn ich die "Überbleibsel" sehe, dennoch kann ich diese kleine,aber wichtige Frage nicht beantworten,weil es einfach zu viele Gründe gibt, wenn ich darüber nachdenke. Und dann sage ich mir jedes Mal, dass es nicht mehr sein muss, weil ich stark genug bin für mein Leben und die damit zusammenhängenden Qualen.Dennoch verliere ich immer häufiger die Kontrolle über mich und tu es wieder. Ich denke dann einfach nicht an das,was ich mir gesagt habe, denn dann bin ich nur noch das kleine unglückliche Mädchen, welches verzweifelt nach einem Ausweg sucht und dabei die Klinge findet.Dann werde ich auf einmal ganz ruhig, setze die Klinge an, halte einen Augenblick inne, dabei rauschen mir 1000 Gedanken gleichzeitig durch den Kopf, verschwinden aber wieder so schnell wie sie gekommen sind und nehmen mir dabei noch die letzten Zweifel, und dann ist es so weit: Ich drücke die Klinge fest in meine Haut und zieh sie langsam durch den Arm. Zunächst spüre ich nichts und es blutet auch nicht, aber dann füllt sich die Wunde langsam mit meinem dunkelroten Blut, bis es anfängt, langsam aber stetig über meinen Arm zu laufen. Ich fange an, noch immer ohne jeglichen Schmerz, das Blut von meinem Arm zu wischen, die Klinge und die restlichen Tücher wegzuräumen und mir schon mal die Crème zu holen.Jetzt,endlich, setzt auch der erlösende, brennende Schmerz ein, und zusammen mit dem Blut, treten auch meine seelischen "Belastungen" aus der Wunde und ich atme erleichtert auf, während das Blut und der Schmerz in mir unbeschreibliche Gefühle auszulösen, die sich weder "gut" noch "schlecht" anfühlen und ich fange an, wieder zu spüren, dass ich noch lebe.

Nach ein paar Minuten hört es langsam auf zu bluten und ich schmier mir extra viel Crème auf die Wunde, sodass (fast) keine Kruste entsteht. Jetzt mache ich erst das Licht aus, lege mich hin und schlafe, begleitet vom vertrauten Schmerz, friedlich ein.

Danke das du dir die Zeit genommen hast diesen abscheulichen Text zu lesen, aber es musste sein dass ich diese Gedanken irgendwann loswerde.

Danke!

© Jenn

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