Carpe diem

Die verspürst den Hass und die Verzweiflung während du leise und ganz allein deine Tränen runterschluckst.
Du vergräbst dein Gesicht im Kissen und ballst Fäuste um nicht loszuschreien und Aufmerksamkeit auf dich zu ziehen.
Du verkrampfst dich und frisst diesen Schmerz immer weiter in dich rein.
Du siehst nur verschwommen weil die Tränen schneller fließen als du blinzeln kannst. Du schluchzt und deine Atmung und dein Puls werden immer schneller.
Du versuchst dich zu beruhigen, dadurch wird es aber nur noch schlimmer und die Tränen fließen noch schneller.
Du kannst nicht mehr.
Es hat sich so viel angehäuft und du kannst einfach nicht mehr.
Du hast Schwierigkeiten damit, die Positiven Dinge im Leben zu erkennen und das negative hat dich so gut wie übernommen.
Du fühlst dich allein gelassen und unverstanden. Gleichzeitig aber auch leer und ausgelaugt.
Es ist wie, als hätte jemand deine Seele genommen, darauf rumgetreten und sie dir wieder gegeben.
Du trägst jedoch trotzdem tief im Inneren noch diesen kleinen Funken Hoffnung mit dir.
Hoffnung darauf, dass du vielleicht eines Tages in den Spiegel schauen kannst ohne diesen Hass zu verspüren.
Hoffnung darauf, etwas zu essen ohne die Kalorien unbewusst mit zu zählen.
Hoffnung darauf, nach Hause zu kommen und keine Vorwürfe aufgelistet zu bekommen.
Hoffnung darauf, einschlafen zu können, ohne sich den Kopf dabei zerbrechen zu müssen, was man denn heute wieder falsch gemacht hat und dabei in Tränen auszubrechen.
Hoffnung darauf, diese Lebensfreude wieder versprühen zu können und sie nicht faken zu müssen.
Jeden Tag aufs Neue trägst du diesen Funken mit dir.
Jeden Tag aufs Neue hast du die Chance diesen Funken sprühen zu lassen.
Nutze diese Chance und lass sie nicht wie üblich auf sich warten.
Niemand wird zu dir kommen und dir das alles geben.
Denn nur du, nur du allein, bist für deine Einstellung verantwortlich.
Du kannst entscheiden, wie du dein Leben leben willst.
Nutze das und lebe es, denn es ist dein einziges und dein letztes.

©

Diese PDF wurde erstellt durch das Schreiber Netzwerk