Gedanken eines depressiven

Heute ist schon wieder so ein Tag
den ich einfach mit nichts verbringen mag.
Ausgelaugt und leer
selbst das Aufstehen fällt mir schwer.
Weiss selber nicht mehr wie's mir geht
ist mir auch egal das die Welt sich weiterdreht.
Bin mir selbst schon viel zu viel
Verzichte gern auf fremdes Mitgefühl.
Verständnis kommt von verstehen,
Das ihr mich nicht versteht, könnt ihr aber einfach nicht sehen.
Dachte immer ich wüsste wer ich bin,
das gab mir für mein Leben mal einen Sinn.
Wer bin ich und und wenn ja wie viele
Keine Kraft mehr, keine Ziele
Stehe ich beim Einschlafen schon ganz unten auf der Leiter,
geht es beim Aufwachen noch eine Sprosse darunter weiter.
Verachtung für mich selber macht sich breit,
Kann es nicht mehr ertragen, mein Selbstmitleid.
Finde einfach keinen Weg raus aus des Teufels Kreis,
kann nicht mehr fühlen was ich weiß
keine Trauer, keine Wut
keine Angst und auch kein Mut
Wenn man sich selber nicht mehr spürt
man schnell die Lust am Leben auch verliert
Wo ist nur das Selbstverständnis hin
mit dem ich nach jedem Sturz mit einem Lächeln wieder aufgestanden bin?
Ich habe doch immer voller Stolz gedacht,
das mich jeder Fall noch stärker macht.
Ausgerechnet Liebe verpasste mir den letzten Hieb,
nach dem ich einfach liegen blieb.
Vielleicht ist mit der letzten Träne die ich vergossen
auch der Kampfeswille aus mir geflossen.
So hoffe ich nur noch Tag für Tag,
das ich um mein Leben wieder kämpfen mag.

©

Diese PDF wurde erstellt durch das Schreiber Netzwerk