

## Ich schulde euch nichts

Wenn du einfach nur dasitzt und vor dich hinstarrst, dann merkt es kaum einer. Kaum jemand wird diesem Sachverhalt eine übermäßige Beachtung schenken, wenn er dich nicht näher kennt. Allgemein giltst du dann einfach als zurückhaltend. Das etwas anderes dahinterstecken kann, dass ahnen nur die, die dir nahestehen, dich kennenlernen durften, wie du bist. Denen du erlaubtest, hinter deine Fassade zu blicken. Die von Zeit zu Zeit an Stabilität einbüßt und zu fallen beginnt. Die Energie sie wieder aufzubauen ist vorhanden. Mal mehr, mal weniger, aber sie wird nie ganz verschwinden. Weil dein Wille dich zu schützen doch trotz allem noch zu groß ist, als dass es dir egal wird.

Aber trotz der Zugewandtheit und aller Mühe, Verständnis für dein Inneres zu erlangen – ganz verstehen werden sie dich niemals. Die restlichen Prozent, welche sich den Menschen an Einblick entziehen, bist du alleine. Du bleibst du selbst, du bist da, du machst weiter. Selbstverständlich.

Nein.

Eben nicht.

Lachen kann man auch, wenn man innerlich eigentlich leer ist. Das kann man nicht sofort. Man beginnt halt es zu perfektionieren, bis man nicht mehr droht sich zu verraten. Damit man nicht mehr in die Situation kommt, dass jemand mit einem reden- und hören will, was los ist.

Es ist alles gut.

Wirklich.

Sie verstehen es eh nicht, wenn du es ihnen auch noch so oft erklärst. Sie werden nie begreifen, wie es so weit kommen kann, dass man aufgrund eines Verlustes nicht mehr will. Gefährlich, wenn man keine Verantwortung hat, die einen daran aus Pflichtbewusstsein heraus daran hindern kann, aus dem Leben zu gehen.

Ich liebe meine Verpflichtung.

Ich würde meine Hündin nie im Stich lassen.

Trotzdem tut es manchmal weh.

Ich habe ihr geholfen, um wahrscheinlich auch mir selbst zu helfen. Aber manchmal tut es einfach nur weh. Manchmal ist es schwer zu ertragen, dass man nicht mehr ganz frei in seinen Entscheidungen ist. Der bloße Gedanke "Ich will nicht mehr" zieht nun einen riesigen Rattenschwanz hinter sich her. Denn du würdest doch wollen, dass dieses treue und von dir so geliebte Lebewesen zu deinen Füßen gut versorgt ist, oder? Unter anderem deswegen hast du sie adoptiert. Du hast eine Art von Lebensversicherung zu dir geholt. Und ja, viele aus deinem Umfeld sind erleichtert, tauschen sich darüber aus, dass nun sicher ist, dass es dir besser geht. Aber das ist eben wieder nur der Teil, der sich jenseits deines Inneren befindet. Du gestehst dir selbst zu, dass es dir nicht mehr ganz so beschissen geht wie noch vor längerer Zeit. Aber du hast auch kein Radiergummi parat, um verschwinden zu lassen, was in dir noch an Dunkelheit existiert. Das glauben aber manche. Also tust du ihnen den Gefallen und malst dir wieder ein Lächeln ins Gesicht, welches ungemein beruhigend wirkt.

Fertig.

Und du funktionierst weiter.

Dein Lachen hallt von Wänden wider – manchmal nur, um für dich selbst den Lärm in dir zu übertönen der tobt, wenn die Risse in deiner Fassade größer werden.

Du hast so viel Scheiße gefressen und trotzdem spürst du, dass kaum jemand dir zugestehen würde, dass du jederzeit die Reißleine ziehen könntest.

Mit dem Versuch zu verschwinden könntest du so viel zerstören. Ja. Aber hat dich mal jemand gefragt, wie kaputt du selbst bist?

“Geh in Therapie. Nein? Ja, dann weiß ich auch nicht, wie man dir noch helfen können sollte.”

Danke fürs Gespräch.

Das kein Außenstehender etwas in dem zu suchen hat, was dich so belastet und von Zeit zu Zeit an den Abgrund treibt, darauf kommen sie nicht. Das ist dann oft halt selbstgewähltes Schicksal – denn man will ja keine Hilfe annehmen.

Okay.

Verstanden.

Ich bin ja da.

Ich stehe hier und starre vor mich hin. Verberge meine Leere vor euch und bin angepasst. Mehr könnt ihr nicht von mir verlangen.

©

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