

Keiner ahnte wie es in mir aussah

Im Namen Gottes des Barmherzigen und Gnädigen

Stress im Inneren und kein Selbstvertrauen, das war es, was mich in meiner Jugend begleitete und mir das Leben schwermachte. Kein Mensch glaubte mir, wenn ich ihm anvertraute, dass ich kein Selbstvertrauen habe, weil ich nach außen freundlich, gepflegt und respektvoll auftrat. So merkte auch keiner meine innere Unruhe. Ich aber umso mehr.

Wie mir die anderen zu verstehen gaben, waren sie mit mir zufrieden. Ich war empfindsam konnte mich in andere sehr gut einfühlen und half und unterstützte die anderen, wo und wann es mir möglich war. Auf der anderen Seite war ich aber auch ein sehr empfindlicher Mensch. Wenn ich einmal Hilfe brauchte und die anderen dem gegenüber gleichgültig waren, dann war ich nicht nur enttäuscht, sondern fühlte mich unverstanden, allein gelassen und verletzt. Diese Gefühle machten mir sehr zuschaffen. Ich konnte mich einfach nicht vor diesen Gefühlen schützen. Ich war eben kein Mensch, der gleichgültig sein konnte.

Ich lebte in der Gesellschaft, aber ich fühlte mich zwischen den Menschen allein. Da ich in diesem System gelernt hatte die Schuld bei mir zu suchen, drehte ich mich irgendwie im Kreis. Ich fühlte mich in diesem Kreis aber gar nicht wohl. Er kam mir auch ziemlich eng vor und dadurch überfiel mich auch oft eine Schwere. Ich wusste nicht wie ich mir da helfen sollte und wartete nur darauf, dass es mir wieder besser ging. Hilfe von außen kam auch nicht, weil ich es wohl sehr gut verstecken konnte. Aber eines Tages brach es plötzlich aus mir heraus. Nach dem ich schon seit Wochen die Nacht mit Herzschmerzen verbracht hatte, wurde der quälende Druck in mir so groß, dass ich mich einer Arbeitskollegin anvertrauen wollte. Ich konnte aber nicht mehr reden, sondern zitterte am ganzen Körper und wiederholte nur die Worte ich kann nicht mehr, ich will nicht mehr, ich hab Angst.....