

ANDERSSEIN

Was ist passiert? Was ist mit mir los?
Hab mich verändert, die Angst ist groß.
Fühl mich oft ganz allein.
Und will gar nicht so sein.

Alles ist anders - als es vorher war,
Ich bin anders - als ich früher war.
Bin anders als alle anderen sind.
Bin ich noch Gottes geliebtes Kind?

Fühl mich nicht mehr geborgen, eher auf der Flucht,
Das hab ich mir so nicht ausgesucht!
Hab keine Kraft, keinen Mut, keine Energie,
Früher voll Tatendrang - so etwas hatte ich nie!

Das Wort Depression geistert umher,
Das zu glauben fällt mir schwer.
Es wird schon werden mit der Zeit...
Doch die Depression macht sich breit...

Zum Gottesdienst? Bleib ich lieber zu Haus?
Ich trau mich nicht raus.
So viele Emotionen, Geschwister, die nichts versteh'n.
Soll ich wirklich geh'n?

Ich will allein sein und doch mit allen zusammen!
Mit ihnen reden, lachen, sie umarmen.
Doch - spricht mich ja nicht an,
Lasst mich bloß allein.
Ich kann einfach nicht fröhlich sein.

Ich will glücklich sein und kann es nicht.
Wir hören: Freut euch! Das gilt auch für mich.
Was mache ich hier im Gottesdienst nur?
Ich versage doch in einer Tour...

Zu laut die Predigt und auch der Chor.
Das ist nichts für meinen Kopf, nichts für mein Ohr...
Ich geh in den Nebenraum,
Dreh den Lautsprecher leise,
Erlebe den Gottesdienst auf meine Weise.

Keiner versteht, dass es nicht besser geht.
Das muss doch mal, so viel Zeit wie vergeht...
„Reiß dich zusammen, dann geht das schon.“
Das klingt in meinen Ohren wie Hohn.
Die Kraft ist zu Ende, der Speicher leer,
Manchmal fällt schon das Atmen schwer...

Dann - ein warmer Blick, ein liebes Wort!
Ein gemeinsames Gebet an diesem Ort,
Das mir sehr zu Herzen geht.
Da ist jemand, der mich versteht.

Eine Karte kommt: Ich denke an dich!
Du schaffst das! Fürchte dich nicht!
Ja, kann das denn sein?
Ich bin anders - und doch nicht allein?

Kann ich in den Gottesdienst gehen wie ich bin?
Gucken doch nicht alle komisch zu mir hin?
Können die Geschwister mich doch verstehen?
Müssen manche ähnliche Wege gehen?

Hab ich das wirklich übersehen?

Es geht mir besser mit der Zeit,
Ich komme zurecht mit meinem Leid.
Es geht auf und ab, hin und her,
Mal ist es leichter, dann sehr schwer.

Ärzte und Therapien begleiten mein Leben,
können mir gute Impulse geben.
Familie und Freunde sind für mich da,
Langsam sind wir uns wieder nah.

Gesprächskreise sind ein Teil meiner Zeit.
Ich erfahre: andere haben ähnliches Leid.
Ein Austausch mit ihnen bringt gute Gedanken
Und die Möglichkeit neue Kraft zu tanken.

Ich fühle mich heute nicht mehr so klein:
Und stelle fest: Ich darf anders sein!

von Kerstin Andresen, Rheinberg

