

---

n e t z T E X T E

von

[Mareike Witten](#)

versalia.de

---

# Inhalt

Vergangenheit . . . . .	1
Zerstörtes Ich - Gedanken und Erinnerungen . . . . .	2

# Vergangenheit

Geflogen, wie eine Wolke,  
gesehen wie noch nie.  
Geflohen, trägt dich deine Angst.  
Gefühle tanzen auf der Stelle,  
hab erbarmen liebes Leid. Zerreiße mich,  
laß mich nicht länger ahnen.  
Greife dir mein denken, zerstöre es sofort.  
Ich will nicht länger sehen.  
Zu dunkel dieser Ort.  
Gefühlt nie zuvor habe Angst vor Hass und Not.  
Angst vor mir selber.  
Vor taten die ich nicht berechnen kann.  
Sehen, riechen, schmecken sogar fühlen kann ich es.  
Es macht mich krank.  
Getreten von dem Schicksal, niemals eine pause bekommen.  
Die einzige flucht war es zu sehen, es zu  
fühlen es zu riechen.  
Nein hören konnte ich es nicht.  
Aber schmecken, bitter oder süß,  
salzig oder einfach ängstlich, traurig und verbittert.  
Getanzt auf meinen Gefühlen.  
Zu viel gesehen, zu wenig gespürt.  
Zuviel für mein ärmliches denken.  
Zuwenig um es auskosten zu haben.  
Getragen vom verlangen.  
Will es spüren, ja ich will wieder leiden.  
Keine angst vor unheimlichen taten.  
Beginne alte Zeit, zerbreche mich. Ziehe mich  
wieder an den Ort der mir das Gefühl gibt eins  
zu sein mit allem und jedem. Lass mich frei.

# Zerstörtes Ich - Gedanken und Erinnerungen

## Kap. Einleitung

Hast du einmal alles gemacht was du dachtest und nie das getan was du wolltest? Hast du dir Gedanken um etwas gemacht was man Gedanken nennt? Hast du geträumt obwohl du wach warst während dein Ohr zu meinen Füßen lag und meine Beine wie Wackelpeter still da lagen und sich nicht rührten?

Denkst du oft das du denkst du denkts etwas Sinnvolles?

Denkst du das was du denkst hat Sinn?

Macht es denn Sinn zu denken?

## Kap. Kampf der Gedanken

Was ist real und warum ist es real? Warum kann nicht das unreale real sein und das nichts existent?

Warum tust du manchmal so als ob du mich nicht sehen k nnst?

Das tuhe ich nicht. Das denke ich nicht. Das will ich nicht. Das ist es nicht. Du machst dir zu viele Gedanken. Nein, nein, du tust mir nicht leid. Da müsse ich mir ja selber leid tun. Zu schwierig bist du um zu leben. Echt, ganz im ernst, du bist schwierig. H r auf, mir reicht es. La  es! Höre auf zu denken! Das tut dir nicht gut! Doch das tust du, du denkst ohne anzuhalten. Wohin kommen wir denn dann?

Das weiß ich auch nicht, aber vielleicht der Wahrheit etwas näher.

Ich sitze und sitze und sitze. Blicke über Blicke und Augen über Augen. Das Leben w hre so einfach wenn es einfach nur Leben w hre!

'Nächste Haltestelle, Warburgallee'

Oh, aussteigen. Ich stehe auf, die Blicke kleben an mir fest, ich sehe was sie über mich denken, ich fühle was sie von mir halten.

Wir steigen aus, sie ist schon wieder in mir, es ist so lästig.

10min. sind um, hunderte Blicke sind während dem benannten Zeitraum an mir vorbei geschlichen, ich sehe ein bekanntes Gesicht in der Ferne.

Es sieht mich an und lächelt mir zu, falls es ehrlich gemeint sein sollte würde es mich wundern. "Guten Morgen! Hast ausgeschlafen? Scheint ein hartes Wochenende gewesen zu sein!"

Breit grinsend bleibt sie vor mir stehen, den letzteren Auswurf hätte sie sich nun wirklich ersparen können. "Ja wir, ahm... Ich habe ausgeschlafen falls du es bezweifeln solltest, es geht mir gut und ich bin fit, außerdem war es kein hartes Wochenende, es war wie immer ein bisschen Party da, ein wenig Party hier, nichts außergewöhnliches worüber du dir den Kopf zerbrechen solltest." Kam es mir in einem Atemzug aus mir heraus gesprudelt.

"Aha. Das ist mehr als ich wissen wollte. Mir geht es auch gut, danke der Nachfrage." Bekam ich, während sie sich sichtlich beleidigt von mir abwandte, hinterher geschleudert.

Der Tag fängt echt gut an, das muss ich schon sagen. Was will die eigentlich immer? Was habe ich ihr getan? Warum ist die so komisch und warum tut sie immer so als würde sie mich mögen und tut es gar nicht? Lass es! Höre auf zu denken! Du machst dich kaputt! "Lass mich endlich in ruhe!"

Silvia drehte sich um als ob sie mich gehört hätte "Wenn das deine einzige Sorge ist kann ich dir gut helfen!" Br llte sie. Na super, alles f rn rsch. Ich habe keine Lust mehr, ständig h ngst du in mir und versuchst mich zu beeinflussen, lass mich bitte mein Leben führen wie ich es will. Nur was für ein Leben will ich führen? Was ist Leben? Du f ngst ja schon wieder an, es hat keinen Sinn mit dir, du wirst elendig an deinen Gedanken verrecken wenn du dir nicht langsam mal Hilfe suchst. Ein stechender Schmerz geht durch meinen Kopf. Ich fasse mir an die Stirn, besser gesagt sie f sst, mit meiner Hand.

Irgendwas gef llt mir an diesem Tag nicht, alle sehen so zerwühlt aus. Es ist als ob mich alle anstarren, sie bekommen es anscheinend nicht mit das ich sie bemerke. Ich höre sie tuscheln und die

Köpfe drehen sich regelmäßig zu mir hin. Ich spüre es ganz genau. "Hey was ist los mit dir? Du bist so abwesend!" Von wegen abwesend, konzentriert bin ich. â  Nichts nichts. Ich denke nur." Sie scheint nicht zu verstehen worum es hier eigentlich geht. "Aber ich sehe doch das was nicht stimmt! Brauchst du Hilfe?" Es trifft mich wie ein Blitz, wie kann sie es nur ansprechen? Es starrt in meinem Körper auf den Tisch und ich bekomme keinen Ton raus. Ich beginne zu zittern, durch es. "Lass mich..." Ist das einzige was ich aus meinem zittrigen Körper rausquetschen kann. "Hallo? Hallo?" Sie packt mich an den Schultern aber ich kann keine Reaktionen zeigen, es hält mich fest. Siehst du wie weit du es gebracht hast? Alles starrt dich an!Höre auf zu wimmern, es nützt dir nichts. Du bist zu schwach, zu schwach für dein Leben!Habe keine Angst, deine Gedanken werden bald erlöschen. Wehre dich nicht, es hat keinen Sinn.AlvaAlva, was tust du nur? Bleibe ganz ruhig, du wirst etwas besseres erleben. Sieh nur. Ich kann sie sehen, sie steht vor mir, eine Weiße Gestalt, so hell das ich sie nicht erkennen kann. Sie strahlt eine unglaubliche Kälte aus.

Es ist kalt, so kalt das ich mich selber nicht mehr spüre. Ich bin nicht da, nicht da wo ich sein sollte. Der Raum wird immer größer, er beginnt meinen Körper zu verschlingen, einfach so, es geschieht als ob es jeden Tag aufs neue passieren würde. Die Selbstverständlichkeit zerreißt mich, ich spüre wie mein Körper in das nichts f  llt, es tut nicht mehr weh â   es wird nie wieder schmerzen. Es ist vorbei. Endgültig.

Ich sehe nichts mehr, außer diesen leeren Raum und ihr â   die Gestalt der ich niemals dachte je zu begegnen.

Ich kenne sie. Es ist lange her. Dieser Traum, ich hatte es fast vergessen. Nein, ich wollte es vergessen. Ich will nie mehr dieses etwas sehen. Ich will nicht!

â  Nein!â   Ich rei   die Augen auf, ich bin woanders. Ich kann es nicht erkennen, über hängt eine Lampe, sie brennt so stark auf mich herab das es schmerzen bereitet rein zusehen. Ein Strom aus geballter Energie durchfließt mich. Immer wieder. Ich kann meine Augen nicht schließen, der druck ist zu groß. Ich fühle mich, ich fühle mich als ob etwas aus mir rauskommen möchte, es möchte nicht, der Willen ist so stark das es mir fast meinen Kopf zerplatzen lässt. Das piepen ist nun zu einem wiederkehrenden Ton geworden. Es ist gleichmäßig. Es beruhigt mich, wird immer leiser. Der fluss in meinem Körper endet. Es ist als ob ihn jemand abgeschaltet hat. Druck lässt nach, ich fühle ein leichtes pieksen an meinem Körper, alles wird so leicht, es entspannt mich. Alles wird gut, ich spüre es, es wird alles wunderschön, es gibt nichts mehr was mich bedroht, alles ist schön, keine Stimmen die mich zermatern, keine Angst.

Die Leichtigkeit meines Körpers, es ist so unbeschreiblich. Ein leichtes kribbeln überall, entspannt ist jeder einzelne Muskel den ich in mir habe.

Ich kenne dieses Gefühl, es ist mir so bekannt das ich es nie wieder loslassen will. Die Gedanken holen mich ein, dieser Abend, ich kann mich erinnern als ob es gestern gewesen w  hr. Es war der Anfang von allem, oder eher das Ende?

## Kap. Erinnerung

Da war ein Junge, er war 23, ich noch zarte 16. Jemand den ich nie mochte nahm mich mit in eine Disko, ich wusste das er Drogen nimmt, und ich wollte nie etwas damit zu tun haben. Ich habe ihn regelrecht beschimpft, wie er sein Leben denn so wegschmeißen könnte. Er war sogar schon wegen Gelbsucht im Krankenhaus, angeblich war es nicht wegen dem M  ll den er zu sich nahm. Der Junge, seinen Namen möchte ich nicht aussprechen, er scheint Interesse an mir zu zeigen. So etwas erlebe ich selten, eiserne Jungfrau ist mein Spitzname den ich mir selber in einsamen Stunden gebe, keiner will mich, ich bin hässlich und fett, mich kann niemand mögen. Ich finde ihn umwerfend, er sieht in meinen Augen unverschämt gut aus. Wahrscheinlich ist das alles was ich an ihm finde. Meine Gedanken kreisen um eins. Soll ich oder soll ich nicht? Er sitzt mir gegenüber, schaut mich an und lächelt. Ich hole einen zehn Markschein aus meiner Tasche, winke ihn zu mir. Ein kurzes Grinsen und er steht vor mir,

Ich hatte zu diesem Zeitpunkt einige Koffein Tabletten genommen, welche meine Laune auch nicht

großartig in etwas annehmbares wandelten. „Was ist denn? Willst du etwas bestimmtes?“ Ich teile ihr mit, dass ich ein „Teil“ haben möchte und drücke ihm unauffällig das Geld in die Hand. Die Minuten vergehen, fünf, zehn! Ich kann ihn nicht sehen. Ich erzähle meiner Freundin, was ich vorhabe, sie scheint es nicht sonderlich zu stimmen, sie ist es ja gewohnt von Mike. Mike ist heute unser Fahrer, er hat auch schon einiges zu sich genommen wie es den Anschein macht. Irgendwie habe ich Angst, soll ich es wirklich tun? Jetzt lasse ich es mir schon besorgen, jetzt muss es sein.

Endlich er kommt wieder, nimm erst einmal eine halbe. Sagt er zu mir. Ich nicke nur und bedanke mich.

Ich nehme meine Cola in die eine, die Tablette in die andere Hand. Ich beiße vorsichtig ein Stück ab und verstaue die andere Hälfte in meiner Tablettendose. „Wie lange dauert es denn bis so was wirkt?“ Frage ich ihn, eine halbe Stunde ungefähr. Nun gut, du hast es getan, alle Vorsätze die du dir je gemacht hast, alle sind zerstört. Eine Stunde vergeht, wie in Zeitlupe, spüre nichts, keine Veränderung. Ich nehme die Tablettendose und sortiere die andere Hälfte raus, wenn schon dann richtig, wenn ich alles fallen lasse will ich auch was davon haben. Kaum zu Ende Gedacht habe ich sie runtergeschluckt. Ich unterhalte mich mit meiner Freundin, sie scheint unverändert, ganz normal. Sie fragt mich nur ständig ob ich etwas merke. Nein nein, und nochmals nein.

Die Zeit vergeht, es wird alles schön, die Musik beginnt sich in meinem Körper zu bewegen im totalen Einklang. Ich sage ihr bescheid und gehe auf die Tanzfläche. Ich tanze und tanze und tanze. Es nimmt kein Ende, es ist einfach nur umwerfend. Dieses Gefühl endlich eins zu sein mit der ganzen Welt.

Ich nehme keine Personen um mich rum wahr, ich bin einfach nur für mich da, und die Musik, sie ist mein einziger Halt an dem ich mich bewege. Die Stunden vergehen, ich besitze kein Zeitgefühl mehr. Er kommt, er schaut mich an und fragt mich etwas, ich sage einfach ja.

Nun bin ich bei ihm, die Autofahrt war atemberaubend, die Sterne, sie waren so hell wie noch nie, einfach nur in den Himmel zu schauen war das was ich wollte. Er liegt neben mir, auf einer Matratze in einer popeligen 28qm Wohnung. Es wurde schon hell, er fasst mich an, eigentlich sollte ich mich freuen, aber in diesem Moment ist es einfach nur abstoßend. Ich will hier weg. Ich drücke ihn leicht weg von mir, ohne ihn anzusehen. Aber ich kann seinen Enttäuschten Blick spüren. Er lässt nicht locker und ich kann nicht einschlafen.

Ich wache auf, es ist taghell aber erst 9 Uhr, ich beschließe zu gehen. Ich ziehe mich an, er fasst mich, ihm, wie widerlich, er sabbert wie kein anderer. Ich drehe mich um und verabschiede mich.

Das Treppenhaus ist leer, kein Mensch zu sehen, ein Glück, ich will niemanden sehen. Der Weg zum Bus kommt mir unendlich lang vor. Ich habe das Gefühl, dass jeder mich anschaut, keiner weicht mit seinen Blicken von mir ab. Ich bin fertig, richtig kaputt, aber das Gefühl war umwerfend, ich weiß, dass ich es wieder tun werde.

## Kap. Der Zusammenhang

Mein Schicksal droht, er scheint sich kaum mehr bewegen zu wollen, ich fühle mich wie Wackelpudding. Es ist so hell, dass sich meine Augen wieder von selber schließen. „Alva? Schatz, geht es dir gut? Bist du wach?“ Mama! Ja sie ist es! Nein das kann nicht sein, aber es ist ihre Stimme! Obwohl es schmerzt öffne ich meine Augen. Nein, sie ist es nicht, wie soll sie auch? Wie soll sie hier sein? Sie wird nie wieder bei mir sein. Niemals. Es ist meine Großmutter, sie schaut mich weinend an. Ich liege steif wie ein Brett, nur meine Hand befindet sich in ihrer. „Bin ich froh dass du wach bist!“ Ich spüre wie mir das Wasser in die Augen steigt, ich zittere am ganzen Körper. „Mein Gott Alva! Was ist los? Beruhige dich! Bitte!“ Wie ein Blitz geht es mir durch den Kopf, dieses Gesicht, das ganze Blut. Ich schreie, ich schreie lauter als alles andere. Ich schreie, als ob es gestern gewesen wäre.

---

â€žMama!â€œ Meine Hand entreiÃŸe ich ihr, verkrÃ¼mmt liege ich in dem Bett, ich kann mich nicht bewegen. Ich schreie immer noch. â€žHilfe! Alva, beruhige dich!â€œ  
Ich spÃ¼re ihre Angst, doch meine ist grÃ¶ÃŸer.

... in arbeit ...