

Es war so 'n richtig mieser Montagmorgen

Ein Gedicht von Finja Zettl (17 bis 23 Jahre)

Es war so 'n richtig mieser Montagmorgen
Ein Morgen an dem ich schon mit schlechter Laune aufwachte
Weil ich mal wieder die ganze Nacht durchgedacht hatte
Und an diesem Montagmorgen
stand ich auf mit all meinen Sorgen
die leider nicht im Bett geblieben sind
Dieser morgendliche Moment in dem ich ratlos vor dem Spiegel stand
mich selber und voreinigend die ganze Welt nicht mehr verstand
Dieser morgendliche Moment der mir schon die ganze Energie für den Tag raubte
der mir mein gesamtes Selbstwertgefühl klaute
Dieser morgendliche Moment hüllte mich ein in eine Selbstzweifelswolke
er gab mir das Gefühl, dass ich mich einfach wieder im Bett verkriechen sollte

Es dämmerte an einem düsteren Dienstagnachmittag
Und ich dachte nach
Übers nachdenken und was es mit mir macht
Es zog mich in eine Spirale, alles drehte sich
Und ich fragte mich
Warum ist es so schwer zu verstehen
wenn Menschen aus meinem Leben gehen
Bin ich der Grund
Bin ich nicht gut genug
Oder können sie einfach ihren eigenen Schmerz nicht ertragen
Und bin ich zu schwach
Wenn meine Hoffnungen dann verzagen

Am Mittwoch um Mitternacht
hielten mich die Gedanken an unsere Erde wach
Verrückt was Weltschmerz so mit mir macht
Das Leid der anderen zu spüren
zu fühlen was sie empfinden
Manchmal wollte ich mich dem ganzen echt gerne entwenden
Ich fühlte mich so hilflos
Weil ich nicht einfach drauf los
mal eben schnell die Welt retten konnte
Aber ich dachte würde jeder Mensch sein Verhalten reflektieren
Und etwas von seinem Egoismus verlieren
Würde sich der Hass und die Zerstörung vielleicht auch vermindern

An einem durchschnittlichen Donnerstag wäre ich am liebsten durchsichtig gewesen
Ich hatte schon wieder etwas über die besten Diäten gelesen
Und nahm mir vor mich gleich morgen in eine zu stürzen
Aufgrund des Druckes von Social Media meine Kalorien zu kürzen
Ständig verglich ich mich mit anderen Mädchen
Und vergaß dabei, dass genau diese Mädchen auch unsicher waren
Denn niemand durfte von unseren Zweifeln erfahren
Zweifel hervorgerufen von Werbung, die uns sagt wir seien nicht schön genug

Und die dann reich wird an unserem Selbstliebezug
Aber wer bestimmt denn eigentlich was schön ist und was nicht
Ob es so richtig ist was für Kleidung man trägt
Oder wie man sein Leben lebt

Am Freitag fühlte ich mich fehlerhaft
Obwohl ich immer fieberhaft versuchte Fehler zu vermeiden
Denn niemand sollte meinetwegen leiden
Ich wollte es immer allen recht machen
Bloß für niemanden eine Last verursachen
Doch genau an diesem Freitag unterlief mir ein Fehler
Und ich dachte jetzt hasst mich wirklich jeder
Und im Endeffekt nahm ich mir meinen Fehler übler als sonst jemand
Denn fehlerlos ist absolut niemand
Und trotzdem erwartete ich von mir allein
Perfekt zu sein
Obwohl perfekt ja auch nur eine subjektive Vorstellung ist

Heute ist Samstag und die Sonne scheint
Ich stehe auf und ziehe an was mir gefällt
Gespannt darauf was die Welt für mich bereit hält
Draußen begrüßt mich der warme Sonnenschein
Endlich kann ich glücklich sein
Und auch wenn der Sonntag nicht ganz so sonnig wird
Ich mich fühle als hätte ich mich mal wieder verirrt
Weiß ich, dass es wieder bergauf geht
Dass Dunkelheit vergeht
Ich weiß nun, dass jeder Mensch auf seine eigene Weise perfekt ist
Und dass ich gut genug bin
Genauso wie du es bist.