Ein mörderisches Kippbild

Viertel vor sieben morgens am See
Sein Herz, es tut ihm so schrecklich weh
Sie nennen diesen Ort das Horn
Im Auge der Gesellschaft wird es werden zum Dorn
Er hält das Leben nicht mehr aus
Jeder Herzschlag ist ihm ein Graus

Er hat schon lange Abschied genommen
Er ist zu diesem Entschluss gekommen
Er wird sich heut das Leben nehmen
Dann ist es aus mit seinen Problemen
Das Wasser soll sein Totenbett sein
Deshalb watet er jetzt langsam hinein

Bevor er dann schwimmt Zug um Zug
Er hat vom Leben hier genug
Weg schwimmt er nun, immer weiter
Und erklimmt so die Todesleiter
Er schwimmt, bis er nicht mehr kann
Und so sinkt er dann irgendwann

Doch sein Wille kommt dabei nicht ins Wanken
Das beweisen auch seine letzten Gedanken:

«Tag für Tag muss ich mitansehen, wie sich die Welt der andern weiterdreht, meine Mitmenschen sich entwickeln und in ihrem Leben vorwärtsschreiten, während ich selbst das Gefühl habe, schon vor langer Zeit wie angefroren im Leben stehengeblieben zu sein.
Ich bin es so leid, jede Stunde meines Lebens in ständiger Zerrissenheit zwischen Erschöpfung und Rastlosigkeit, Hoffnungslosigkeit und Angst, Gleichgültigkeit und Überforderung zu verbringen. Ich schaffe es nicht länger, hin und hergerissen zu sein zwischen meiner Einsamkeit und der Angst, dass jederzeit die Pfeile der anderen auf mich niederprasseln könnten. Ich fürchte mich ständig davor, etwas falsch zu machen, und ängstige mich, dass ich mich blamieren könnte, respektive die Leute schlecht von mir denken würden. Ich fühle mich meinen Mitmenschen in jeder Hinsicht unterlegen. Ich habe das Gefühl, dass ich der Welt nicht mein wahres Ich zeigen darf, sondern dass ich mich stets möglichst angepasst verhalten muss.

Ich misstraue der entgegengebrachten Freundlichkeit, Achtung und Liebe, weil ich mich selbst so verabscheue und hasse. Ich lebe in einem konstanten Krieg gegen mich selbst, denn auch wenn es mein sehnlichster Wunsch ist, ein möglichst perfekter und guter Mensch zu sein, werde ich doch immer wieder schmerzlich daran erinnert, dass ich eine dunkle Seite in mir habe – geprägt von Selbstsucht, Stolz, Eifersucht und Wut. Ich hasse diese Seite an mir und verachte mich deswegen. Ich verurteile mich wegen dieses Teils. Ich fühle mich schmutzig und dunkel. Es zieht sich alles in mir zusammen - und ich ziehe mich zurück, da ich mich so sehr für mich selbst schäme.

Ich halte es nicht mehr länger aus, ständig von Herzrasen und stechendem Schmerz in der Brust gepeinigt zu werden. Immer wieder verspüre ich den unwiderstehlichen Drang, mir selbst weh zu tun, meine Fingernägel tief in meinem Fleisch zu vergraben, um mit meiner Anspannung, meinem Stress und meiner Panik umgehen zu können. Tag für Tag muss ich die schlimmsten Momente meines Lebens wieder durchleben, weil sie durch geringste Ähnlichkeiten mit der gegenwärtigen Situation ausgelöst werden. Ich bin nicht mehr in der Lage, ein Gefühl wahren Glücks zu empfinden.
Ich vertraue mir selber nicht mehr und versuche, alles bewusst mit meinen Gedanken zu steuern und zu kontrollieren. Ich überwache mich ständig, beobachte, kritisiere und verurteile mich, so dass ich wie ausserhalb von mir bin und den jetzigen Moment gar nicht richtig erlebe. So sehe ich alles nur noch durch einen Schleier. Meine Flashbacks und kritischen Rückblenden lassen mich in der Vergangenheit, meine Angst in der Zukunft leben – aber nie lebe ich im Moment, wo das eigentliche Leben stattfindet!
Immer wieder muss ich mich mit aller Kraft aufrappeln, nur um schon kurz darauf zusammenzubrechen. Wie lange schon versuche ich, gegen meine Depression anzukämpfen, stark zu sein, mein Leben weiterzuführen, für meine geliebten Mitmenschen zu sorgen, mein Leiden hinter einer Maske des Lächelns zu verstecken, den Anschein eines glücklichen Menschen zu erwecken und zu sagen, es würde mir gut gehen, während mein Herz in Scherben liegt und die unterdrückten Tränen mich beinahe ersticken lassen? Ich habe schon vor langer Zeit vergessen, wer ich vor all diesen überwältigenden schrecklichen Gefühlen war, wer ich bin, wer ich hätte sein wollen. Ich habe nicht mehr die Kraft, weiterzukämpfen!
Obwohl ich während Jahren versucht habe, herauszufinden und zu verstehen, was mich so traurig macht und woher mein Schmerz kommt, habe ich es dennoch nie geschafft. Es ist, als wolle man ein undurchsichtiges, unlösbares, steinhartes Knäuel unzähliger ineinander verknoteter, verfilzter Fäden entwirren.
Ich habe alles gegeben, doch nun sind meine Batterien leer, und ich weiss nicht, wie ich sie je wieder aufladen könnte. Es macht keinen Sinn mehr, das Unumgängliche zu leugnen und dabei Tag für Tag diese unerträglichen Schmerzen aushalten zu müssen. Es wird nie wieder besser werden! Das habe ich jetzt eingesehen. Es gibt für mich keine andere Möglichkeit, aus dieser Welt der Dunkelheit zu entfliehen. Ich setze meinem Schmerz ein Ende, um im Tod meine Erlösung zu finden.
Es ist kein wütendes, kein verbittertes Ende – nein! Ich schliesse endlich Frieden mit mir selbst und durchschreite dieses Tor des Todes in vollkommener Ruhe und Zufriedenheit. Vielleicht werden sie zuerst ein wenig um mich trauern, glauben, sie würde mich vermissen. Doch dann werden sie merken, wie mit mir eine grosse Last abfallen wird, da ich niemandem mehr im Weg stehen werde. Sie werden erkennen, dass es ihnen – ohne mich – um ein Vielfaches besser geht…»

Doch als man den leblosen Körper dann fand
Gab es niemanden, der den Jungen verstand
Sie alle konnten es gar nicht fassen
Wie sein Wille in derart konnte verlassen
Auch sie machten sich dazu ihre Gedanken
Und kannten dabei keine Grenzen und Schranken

«Wieso tat er das? War ihm nicht bewusst, dass er nicht nur sich selber das Leben nehmen, sondern seinen Mitmenschen, seinen Freunden und seiner Familie das Glück rauben würde? Weshalb tat er ihnen das bloss an?
Er hatte doch so viele Dinge, an denen er sich hätte erfreuen können, und es gab nichts, worüber er sich hätte wirklich Sorgen machen müssen: Er hatte einen Job, er war gesund, er lebte in einem reichen Land und er wurde geliebt. Wieso konnte er sich nicht damit begnügen? Weshalb löste er sich nicht einfach von seiner melodramatischen Haltung?
Er malte immer gleich den Teufel an die Wand, reagierte zuweilen völlig übertrieben und brach schon aufgrund von kleinsten Konflikten und Uneinigkeiten zusammen. Er steigerte sich jeweils richtiggehend in seine Trauer, seinen Schmerz und seine Verzweiflung hinein. Dabei hat doch niemand ein einfaches Leben. Wir alle haben schliesslich unsere schlechten Tage. Wenn wir uns einmal nicht gut fühlen, reissen wir uns halt zusammen, gehen früh schlafen und am nächsten Morgen erscheint wieder alles in einem anderen Licht. Weshalb schaffte er das nicht? Weshalb zerbrach er an seinen «Problemen», die - verglichen mit dem Leid auf dieser Welt, den Kriegen, dem Hunger, der Unterdrückung – lächerlich anmuten. Vielleicht ist die heutige junge Generation einfach zu verwöhnt, zu wenig abgehärtet? Sie haben zu wenig gelernt, Schwieriges auszuhalten und zu kämpfen! Obwohl sich eigentlich alles bloss in seinem Kopf abspielte und seine Probleme alles andere als real waren, zerfloss er immer mehr in seinem Selbstmitleid, bis er schliesslich darin buchstäblich ertrank.
Dabei kann es ihm doch gar nicht so schlecht gegangen sein, wie er behauptete – immerhin war er in der Lage, zu arbeiten, selbstsicher aufzutreten, am Leben teilzunehmen und zuweilen zu lachen. Es ist unmöglich, seine Gefühle so sehr zu verstecken, dass sie nach aussen überhaupt nicht spürbar werden - deshalb kann es in ihm doch gar nicht so schlimm ausgesehen haben! Er hätte sich einfach zusammenreissen, positiver denken sollen und seiner Depression ein Ende setzen müssen. Wenn er es wirklich gewollt hätte, wäre es doch möglich gewesen, sein Mindset zu ändern – alles Kopfsache! Doch wahrscheinlich wollte er zutiefst gar nicht, dass es ihm besser ginge, sondern er schien sich förmlich in seiner Traurigkeit und seinem Selbstmitleid zu suhlen! Manchmal suchte er nämlich jammernd die Aufmerksamkeit, die Fürsorge und den Rat seiner Mitmenschen, doch wenn es darum ging, nach konstruktiven Lösungen für seine Probleme zu suchen und sie umzusetzen, stellte er sich quer. Es waren genügend Menschen da, die ihm Hilfe anboten oder ihn motivierten, mit ihnen etwas zu unternehmen - aber er zog sich nur zurück und verweigerte sich. Stattdessen erklärte er, dass es ihm gut ginge und versuchte, seine Probleme vor den andern zu verbergen, anstatt sich ihnen zu stellen und weiterzukämpfen! Irgendwo ist er halt selber schuld! Wer nicht will, der hat gehabt! Wahrscheinlich wollte er von seinem «Unglück» gar nicht loskommen. Er hat sich aktiv dafür entschieden, in dieser Situation, in dieser misslichen Lebenslage zu verbleiben. Er war einfach zu schwach. Er hat versagt.»

Und so schworen sie sich – das wär ja gelacht
Sie hätten es auf jeden Fall besser gemacht!