

## Depression

Ich sitze alleine im Watt.  
Das Wasser liegt ganz weit dort draußen.  
Wo Wellen wogen und brausen,  
da findet das Leben statt.  
Hier fühl ich mich einsam und matt.

Gemächlich kommt's angekrochen.  
Kaum merklich schwindet der Sand.  
Noch sitze ich trocken an Land,  
seh vor mir die Brandung kochen.  
Bald wird es auch mich unterjochen.

Zuerst umschmeichelt's die Füße,  
leckt freundlich an meiner Haut,  
gluckst friedlich und vertraut,  
als ob es mich herzlich begrüße  
mit seiner so salzigen Süße.

Schon sacke ich tief in den Schlick.  
Es saugt mir den Boden weg,  
obwohl ich mich nicht einmal reg.  
Und in nur einem Augenblick  
übernimmt es mein ganzes Geschick.

Im Nu bin ich überrollt,  
ist mir der Atem geraubt.  
Hatt ich denn tatsächlich geglaubt,  
das Wasser sei mir hold?  
Oder hatte ich sterben gewollt?

Um mich ein gewaltiges Streben.  
Das Ufer gerät aus dem Blick.  
Doch dann schwappt es jäh zurück.  
Und in dessen Sog beginnt eben  
mein Ringen ums bloße Leben.

Unendlich erscheint diese Schlacht  
und übermächtig der Feind.  
Hab mich schon fast mit ihm vereint,  
als neuer Mut in mir erwacht.  
Sogleich übernehm ich die Macht!

Aus dunkler Umarmung befreit -

kriech ich ans Ufer – halbblind,  
wo ich mich im Watt wiederfind.  
Wie gern hätt ich mich jetzt gefreut.  
Stattdessen beginnt es erneut...

© **Sabine Thaler**

Diese PDF wurde erstellt durch das [Schreiber Netzwerk](#)