

## alles Okay?

Alles Okay?

Diese frage hört man immer und immer wieder, ob alles Okay ist. Man antwortet doch immer das gleiche „Alles Okay“. Dabei geht es einem so schrecklich das man nicht mal darüber reden will. Du hilfst allen mit ihren Problemen, du versuchst das sie glücklich sind, du willst nicht das es ihnen so geht wie dir, weil es dir schrecklich geht! Du bist einfach nur noch am Boden. Jeden Tag wen du aufstehst und zur Schule gehst, setzt du deine Maske auf. Du tust so als wer alles Okay, du lachst, du redest, du tust so als wer alles gut. Dabei zerbrichst du an dieser einen Sache! Du kannst und willst irgendwann nicht mehr darüber reden. Man frisst alles in sich hinein es frisst dich von innen auf, du zerbrichst daran! Anfangs redest du mit deinen Freunden oder deiner Familie, aber irgendwann hörst du auf du willst sie nicht immer mit deinen Problemen nerven. So oft fragen Menschen „wie geht’s dir“ und du antwortest immer das gleiche „gut“ keiner merkt es! Keiner. Alle denken dir geht es gut, du bist darüber hinweg, du schießt drauf, dir ist es egal. Du sagst es und versuchst es dir selber einzureden, das alles okay ist. Aber abends wen du alleine bist und im Bett liegst, kommt alles hoch was du den ganzen Tag verdrängst. Du weinst dich in den Schlaf. Du wünschst dir das alles aufhört! Dieser Schmerz! Diese Trauer! Du willst einschlafen und nicht mehr aufwachen! Einfach nur streben. Diese eine Sachen oder diese eine Person kann dich zerstören! Und keiner merkt es! Du bist alleine. Du hast auf nichts mehr Lust. Du ziehst dich zurück. Du willst nur noch alleine sein.

©

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