

Selbstzweifel

Oh mann. Es ist wieder so ein Tag an dem ich irgendwie am Liebsten einfach nur vergessen will. Obwohl eigentlich garnichts schlimmes passiert ist, es ist alles gut. Ich hab das aber voll oft, dass es eigentlich keinen richtigen Grund gibt, ich aber trotzdem voll komisch drauf bin. Als ob irgendwas nicht stimmt. Mein ganzes Leben geht mir einfach tierisch auf den Sack.

[...]

Ich weiß selbst nicht was los ist, eigentlich ist mein Leben voll perfekt... aber ich bin schon wieder in so einer komischen Phase wo ich alles an mir selbst anzweifle.. ich hasse das. Nach außen kann man immer schön auf stark machen.. aber so einfach ist das nicht.

[...]

Ich habe mich oft selbst gezwungen, irgendwohin mitzugehen, um wieder ein bisschen Aktion zu haben, doch die meiste Zeit fühle ich mich nur ungeliebt und ausgegrenzt.

[...]

Heute hab ich mir Fotos von früher angeguckt, und da frage ich mich, wieso das nicht alles wieder so sein kann wie da. Ich warte darauf, endlich wieder wirklich aus dem Inneren heraus glücklich zu sein und mit Freunden aus Herzenslust rauszugehen. Und ich werde dafür kämpfen, dass es mir bald weder besser geht, aber das ist leichter gesagt als getan. Jeder Tag ist ein Kampf, manchmal sehe ich das Fenster und es lächelt mich nur so an. Aber soweit bin ich noch lange nicht. Generell würde ich mir niemals etwas antun, aber die Gedanken drängen sich mir immer wieder auf. Mach dir aber keine Sorgen, soweit kommt es nicht. Nur ein Beispiel für meine momentane Situation.

[...]

Und während ich merke, dass es mir schlecht geht, hasse ich mich für das Selbstmitleid. Und dafür, dass ich darüber nachdenke, hasse ich mich auch. Ich hasse mich dafür, das hier zu schreiben, weil ich gleichzeitig denke, dass das kein richtiges Problem ist. Ich habe das Gefühl, nur nach Aufmerksamkeit zu suchen, obwohl das hier nur für mich ist. Ich komme nicht so richtig da raus. Und für diesen pessimistischen Gedanken hasse ich mich auch. Es ist irgendwie kompliziert, aber auch irgendwie nicht. Im Großen und Ganzen hasse ich mich für alles. Und ich bin allein. Dafür gebe ich mir auch die Schuld. Und grade würde ich am liebsten alles löschen, weil das unglaublich lächerlich ist.

[...]

Auf der einen Seite bin ich tierisch sauer auf mich selbst, dass ich nicht mal endlich den Arsch hochkriege und mich zusammen reiße. Aber auf der anderen Seite weiß ich ganz genau, dass ich keinen Einfluss darauf habe und gegen diesen Zustand machtlos bin. Das hört sich nur so nach Ausrede an.

[...]

Ich versuche, mich zum positiven Denken zu zwingen, aber ich bleibe stecken, immer wieder. Genau an der gleichen Stelle... reiße dich zusammen, reiße dich zusammen, geh los und mach... ich schaffs eh nicht, egal was, ich werds nicht schaffen... und ich zwinge mir die Worte in den Kopf: Ich. Kann. Es. Schaffen. ... ist doch eh schon zu spät. Alles wird schiefgehen. Aber was solls. Schulterzucken. Mir egal. Ist eh schon alles zu spät.

© lyansoma

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