

Wie Trauer sich anfühlt ...

Ein persönlicher Bericht

"Frühling war für mich immer die wunderbarste Jahreszeit, seit ich denken kann - das aufstehen fällt um vieles leichter, irgendwie lebt es sich einfach leichter - jede Menge Licht, von dem man zehren kann.

Das trifft auch heuer zu und trotzdem ist es für mich diesmal so viel anders als sonst - irgendwie bin ich einfach nur müde und leer - und es ist so viel schwarz um mich - der Tag kostet mich zu viel Kraft, die Nächte bringen nicht die nötige Erholung!

Tom fehlt mir unsagbar - diese körperlichen Entzugserscheinungen sind so entsetzlich unmenschlich! Ich habe für mich gemerkt, dass ein sehr belastender Faktor dabei die Tatsache ist, dass der Grund für meinen "Zustand" wohl niemand mehr nachvollziehen kann. Wie sollte das möglich sein, es ist sogar für mich selbst beinahe nicht mehr zu verstehen! Wieso hat man in seinem Kopf, dass es irgendwann wohl wieder gut sein muss? Ich komme mir irgendwie vor, als stünde ich unter Erklärungsnotstand auch vor mir selber, fast hab ich deswegen ein schlechtes Gewissen!!! Es ist schon alles gesagt!!!! Millionen Male in diesen 4 Jahren habe ich gesagt und gedacht, dass meine Trauer "Schuld" anirgendwas ist, der Grund an so vielen Dingen...., mittlerweile lässt es meine Umwelt gähnen!

Und ICH kann es vor allem nicht mehr hören!!! Verstehst du, MIR reicht es jetzt - ich möchte wieder normal leben können/dürfen - wenn es sein muss, oberflächlich wie ein Stück Treibholz!!! Ich hasse diesen Zustand - immer die Trauer in meinem Genick! ohne Vorwarnung schlägt sie zu!!! Ich bin diese Angriffe leid, diese Schwere in mir! Diese Hilflosigkeit, diese Aussichtslosigkeit, dass es je vergeht! Ich habe es gewagt, durch die Hölle zu gehen - ich hab den Kampf mit meiner Trauer aufgenommen, ich hatte den Mut dazu und soviel Kraft rein gesteckt - ich habe ausgeschöpft was möglich ist. Verstehst du, mehr kann ich nicht erwarten und trotzdem ist soviel übrig geblieben, was "unheilbar" ist, was bleibt! Es ist ein Elend! "Höllischetrauerliebe"!!

Das war - wie gesagt - vor ein paar Wochen - nach einem überfallsartigen "K.o.-Schlag mitten ins Gesicht" - und ich war davon selbst so überfordert, weil ich wohl irgendwie dachte, jetzt wäre "das Größte überstanden" - aber....wie man sieht, geht hierbei nix mit überstehen - höchstens mal ein Ausflug an der langen Leine!

So hab ich also eine nächste Arbeit in meinem "neuen Aufgabenbereich" gefunden: "Phase 528!", nämlich sich abzufinden, zu gewöhnen, dass nichts weniger wird und auch nicht besser, nicht Geduld haben muss man mit sich, sondern sich an die Situation anpassen, umdenken!!! SICH AN DEN ZUSTAND DER LEBENSLANGEN TRAUER ZU GEWÖHNEN! Dieser unser Zustand: das

IST unsere Normalität! buh!!! Harte Arbeit, die ich nicht machen will, weil ich mich nicht daran gewöhnen will, aber es bleibt mir nichts anderes übrig! Und ich habe es eilig!!! Das Leben ist zu schön und zu kurz und zu einmalig, um weiterhin im Wartezimmer zu sitzen!

© Gabi Becker