

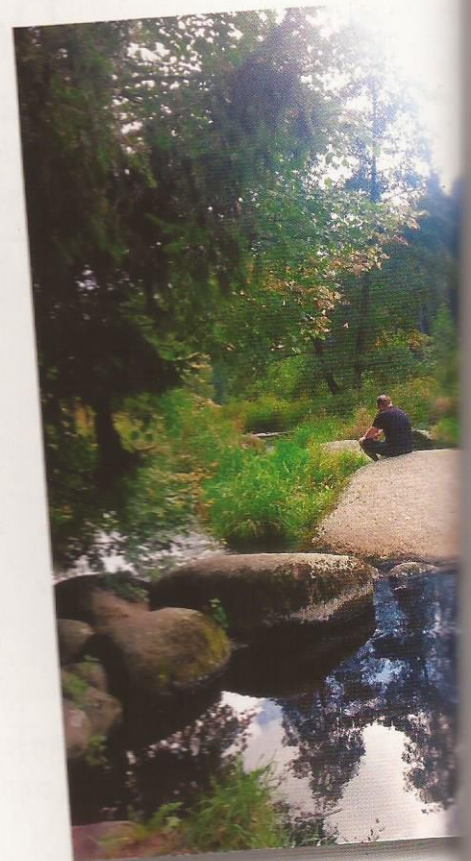
Werners Tagebuch

*Jeder Schatten ist im letzten
doch auch das Kind des Lichts (Stefan Zweig)*

In der ersten Ausgabe von Miles! konntet ihr mich ein Stück meines Lebens begleiten. Ihr wart dabei als ich erzählte, dass Zuneigung und Freundschaft über den Tod hinausgehen können. Ein wohliges Gefühl der Wärme erfüllt mein Herz, wenn ich spüre, dass es Menschen gibt, die meine erlebten Erfahrungen lesen. Viele lange Jahre liegen hinter mir, in denen meine innersten Gefühle eingeschlossen waren. Sie drängen immer mehr nach außen und wollen gehört werden. Die Frage wo ich anknüpfe um mein Tagebuch weiter zu führen, konnte ich mir nicht beantworten. Das weiße Blatt füllt sich langsam mit Worten die Erinnerungen beschreiben. Ich gebe meinen Gedanken freien Lauf. Für Euch und um meine Seele zu reinigen. Worte die aus meinen Erinnerungen ein Bild werden lassen, finden hier ihren Platz.

Februar 2015. Im Zug nach Hamburg sinniere ich über Vergangenes. Ein merkwürdiges Gefühl nimmt mich ein. Ich bin unterwegs um an einer Fortbildung teilzunehmen. Ein Meer von Fragen umschließt mich. Ob ich die Lehrgangsinhalte wohl verstehe und im Beruf umsetzen kann? Wie komme ich mit den Teilnehmern zurecht? Ich zögere um nicht tiefer ins Gedankenkreisen zu geraten. Nein, ich möchte keine Zweifel aufkommen lassen. Ich habe mir vorgenommen,

nach einem melancholischen Weg durch die Depression, neue Richtungen einzuschlagen. Nicht nur im privaten Bereich, auch berufliche Erfüllung soll mein restliches Dasein begleiten. Was hemmt mich immer wieder ungezwungen und frei neuen Herausforderungen entgegen zu treten? Warum kostet es mich viel Überwindung und Kraft an mich und meine Fähigkeiten zu glauben? Viele Nächte suchte ich Antworten und schlief, ohne Ergebnis, vor Müdigkeit ein. Meine durchlebte Krankheitsphase erklärt einiges. Im Schwerbehindertenausweis steht: GdB 50% unbefristet. „Dir sieht man aber nichts an“ wurde mir dazu schon oft gesagt. Solche Aussagen überspiele ich lächelnd, obwohl sie mich ein wenig verletzen. Mag sein, dass man mir eine Beeinträchtigung nicht ansieht, doch die Depression hat Kerben geschlagen. Die machen sich als Stolperfallen bemerkbar um konzentriertes Arbeiten an manchen Tagen zu stören. Im Büro, in dem ich eine Teilzeitanstellung gefunden habe, fühle ich mich wohl. Ein entspanntes Lächeln verspüre ich in meinem Gesicht. Meine Depression hat mich nicht nur gepeinigt. Sie hat mich aus dem gewohnten, zermürbenden und erniedrigenden Berufsleben heraus gerissen. Heute darf ich im respektvollen Umgang miteinander meine Arbeit verrichten. Die Kerben können mich kaum noch zum Stolpern bringen. Meine Konzentration ist stark



genug um der verkürzten Arbeitszeit gerecht zu werden. Das fühlt sich gut an und zeigt mir, dass die Krankheit viel Gutes gebracht hat. Trotzdem überfallen mich marternde, grüblerische Überlegungen um mein Vorwärtkommen auszubremsen. Schlagartig dreht sich mein Gedankenkarussell. Fetzen aus der Vergangenheit ziehen vorbei. Grau, wie die alten Fotos, die ich ausgekramt habe. In meiner Brust wird es eng. Je tiefer ich in meine Kindheit abtauche, desto eingengter fühle ich mich. Ich spüre Sehnsüchte nach Geborgenheit. Ihr da Draußen schlittert mit mir in das

