

Die Ungewollte

© 2023 Jessica Hope

Herausgeberin: Jessica Hope

Fotografin: Jamina Penzo

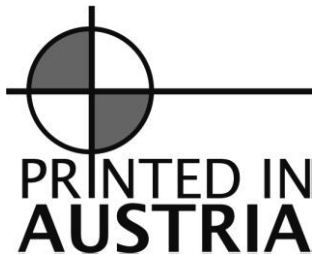
Druck und Vertrieb im Auftrag der Autorin:

Buchschmiede von Dataform Media GmbH, Wien

www.buchschmiede.at – Folge deinem Buchgefühl!

ISBN Softcover: 978-3-99152-489-2

ISBN E-Book: 978-3-99152-488-5



Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Triggerwarnung

Dieses Buch enthält Texte und Gedanken über sexuellen Missbrauch,
Magersucht und selbstverletzendem Verhalten.

Es könnte auf manche Leser*innen beunruhigend wirken.

Wer in dieser Richtung Probleme hat oder Erfahrungen sammeln
musste, sollte sich immer Hilfe holen.

17. Juli 2006

... Fragen...

Kann ich aus meinem Leben fliehen?

Was würde dann passieren?

Ich probiere es schon ewig lang,

doch ich setze die Klinge nicht nah genug an die Ader ran!

Ich sehe keinen Sinn in meinem beschissenen Leben,

wo kann es endlich meinen Frieden geben?

Ist der Tod die richtige Wahl

oder kommt dann bereits die nächste Qual?

Ich habe schon so viel erlebt

und das nur, dass sich eine gewisse Person erregt?!?

Warum macht mir diese Person das Leben zum größten Schmerz?

Viel aushalten kann es nicht mehr- mein Herz!

24. Juli 2006

Magersucht

Ich werde immer leichter,
doch somit auch immer bleicher.
Ich werde krank,
so sehr, dass ich beinahe verschwand.

Ich genoss es sehr,
doch mein Leben war außer dem Essen leer.
Ich sah mich dick und nahm immer mehr ab,
doch das „Dicke“ war die Haut, sie hing herab.

Ich suchte Seiten im Internet,
dort stand, dass ich werde zum Skelet.
Ich fand heraus, ich bin sehr krank,
doch ich wollte doch nur werden schlank!

Ich wollte Figurmäßig perfekt sein
und ließ deswegen kein Essen mehr in mich rein.
Ich geriet außer Kontrolle,
ab jetzt spielte das Essen bei mir die größte Rolle.

Runter magerte ich mich,
doch trotzdem fand ich mich fürchterlich.

Ziemlich viel Sport machte ich,
doch Achtung, es war alles heimlich!

Meine Familie merkte viele Jahre nichts,
nur dass ich weniger aß wegen dem Appetits.
Doch gut war ich in Ausreden,
und konnte fortfahren -für mich konnte es nichts besseres geben.

Gewogen habe ich mich mehrmals am Tag,
es war mir egal, was da kommen mag.
Ich widerte und widere mich vor dem Essen,
warum kann ich das Essen nicht vergessen?

Ich komme ohne Essen aus,
naja, dann wäre mein Leben aus...!
Aber es ging ja mehrere Wochen lang,
auch wenn ich im Schlaf um mein Leben bangt'.

Ich hab nur noch an Essen gedacht,
doch für andere war ich das Mädchen, das immer lacht.
Eine Rolle habe ich gespielt,
ich frag mich, wie ich das aushielt.

Ich fand es so toll,
aber manchmal hatte ich die Nase davon voll.
Am Ende wog ich noch 38kg-zu viel,
doch ich bekam die Ausreden nicht mehr hin.

Ich flog auf und wurde weggebracht,
ich dachte es sei ein Scherz und hab gelacht.
Nach Aachen kam ich rein und wurde gezwungen zu essen,
es nicht zu tun konnte ich vergessen.

Eine Magensonde bekam ich,
das war so fürchterlich.
Ich begann mich zu übergeben,
dann wollten sie mir die nächste Krankheit geben.

Bulimie hieß es von Ärztlicher Sicht,
wann sehe ich endlich aus meinem Loch das Licht?
4 1/2 Monate war ich gefangen dort,
ich fand es manchmal schlimmer als Mord.

24. Juli 2006

Ritzen

Die meisten trampeln rum auf mir,
als wäre ich ein Tier!
Ich kann nicht mehr,
gebt mir endlich eine gute Klinge her...!

Meine Augen werden langsam schwer,
ich spüre den Boden unter mir nicht mehr.
Kommt nun endlich mein großer Tag,
der schon lange in meinen Gedanken lag?

Ich spüre es, ich gehe,
doch was ich finde ist nur Leere.
Mein Leben verdunkelt sich,
doch da kommt ein helles Licht.

Bin ich Tod, oder was passiert mit mir?
Ich öffne meine Augen und sehe die Angst in dir.
Du siehst meine Arme und beginnst zu weinen,
ich möchte sterben, aber nicht, dass andere wegen mir leiden.

Ich ertrage meinen Schmerz weiterhin,
auch wenn mein Leben hat keinen Sinn.
Ich werde Leben weiterhin,
dass ich dich weiterhin kann, lachen sehn...!

25. Juli 2006

Misstrauen

Ihr sagt alle, ich sei Magersüchtig,
doch ist das wirklich richtig?
Wer gibt euch das Recht so über mich zu urteilen?
Warum soll ich in eine Klinik um diese angebliche Krankheit zu
heilen?

Was ist, wenn ich einfach dünn bin und es liegt an meinen Genen?
Würdet ihr dann trotzdem versuchen mir meine Freiheit zu nehmen?
Beweist es mir,
ansonsten bleibe ich hier.

Meiner Meinung spricht bei euch der Neid,
ihr wart nicht zu meiner Disziplin bereit.
Es war harter Fleiß so "schlank" zu werden,
bin für euch zu leicht und kann es nicht verbergen.
Ich gefalle mir so besser als zuvor,
auch wenn ich noch gerne ein paar kg hätte mehr verlornt!

25. Juli 2006

Nein

Es gab mal eine Zeit, da liebte ich jeden,
sogar das Leben!
Doch nun ist das Vergangenheit,
mich begleitet jetzt die Qual und das Leid!

Warum konnte ich nicht NEIN sagen?
Ach, mich quälen gerade so viele Fragen.
den Schmerz kann ich nicht ertragen,
schlimm für mich ist,
ich kann's nicht meiner Mutter sagen,
denn dann wäre sie wieder Trist.

Ich trage in mir die Schuldgefühle,
könnte manchmal weinen, mehrere Krüge!
Doch sind die Gefühle berechtigt in mir
oder sollten sie liegen in dir?

Warum muss ich mich jetzt hassen?
Konntest du deine Finger nicht von mir lassen?
Was wäre, wenn ich sage: NEIN?
Hättest du es dann gelassen sein?

26. Juli 2006

Gefühle

Mir geht's hier so schlecht,
ich mache es niemanden recht.
Es kommt niemanden in den Sinn,
dass ich auch nur ein Mensch bin.

Ich will hier raus,
ich halt's nicht mehr aus,
ich kann nicht mehr,
mein Leben wird hier so leer!

Jeden Tag nur Essen
und dann die Ruhe in den Sesseln.
Eine Magensonde habe ich,
hier ist es so fürchterlich.

Ich will hier raus,
ich halt's nicht mehr aus,
ich kann nicht mehr,
mein Leben wird hier so leer!

Gefühle aus der Klinik

26. Juli 2006

Die Zeit war der Horror

Ich langweile mich den ganzen Tag,
wie die Toten in ihrem Sarg.
Was ich machen soll, weiß ich nicht
und das Ende ist noch immer nicht in Sicht.

Täglich dieses frieren,
ich habe Angst meinen Verstand zu verlieren.
Bin ich wach, so fürchte ich mich
zu sehen, des Geistes Gesicht.

Ständig an die Befreiung denken,
ich sollte mich ablenken.
Aber wie?
Manchmal fühle ich mich wie ein Mastvieh!

Doch zunehmen will und muss ich auch,
damit ich bekomme einen normalen Bauch.
Wenn ich die anderen sehe, so fröhlich und munter,
zieht mich das irgendwie runter.

Alle bringen immer eine gute Nachricht,
doch ich muss noch suchen nach dem Licht.
Ich gebe meine Hoffnung nicht auf,
zu finden einen normalen Lebenslauf.

Mein Leben geht nicht so weiter,
ich steige in die Höhe mit einer Besserungsleiter.
Doch meine Angst bleibt wohl immer bei mir,
dass diese Krankheit zurückkehrt zu mir!

26. Juli 2006

Beschäftigungstherapie

Mache mir ständig Stress um nicht unnötig viel zu denken,
möchte versuchen meine Gedanken auf Besseres zu lenken.
Brauche diesen inneren Zeitdruck, die Angespanntheit,
habe die Hoffnung, dass meine Seele so langsam vergisst und heilt!

Ob malen, basteln oder schreiben,
alles ist gut um meine Gedanken zu vertreiben.
Kann gar nicht genug Beschäftigung haben,
möchte endlich mal ein Lob, kann die Ablehnung nicht mehr ertragen.

Möchte alles einmal machen, wenn möglich auch mit Perfektion,
beschäftige mich auch mit Literatur, Kunst und Religion.
Lerne selbst Sprachen, stundenlang,
mache Sport und höre Musik mit Sang und Klang.

Ihr sagt immer, ich mache zu viel und solle mich entscheiden,
doch ihr wisst nicht, wie es in mir aussieht und versteht auch nicht
mein leiden!

26.Juli 2006

Warum?

Warum...

- ...bin ich ausgerechnet ich?
- ...lässt du mich als Vater im Stich?
- ...zerstörst du mein Leben?
- ...konnte ich mich nicht wehren?
- ...gibt es solche Menschen wie dich?
- ...vertraue ich deswegen fast niemanden?
- ...kann ich nicht sein wie andere auch?

Ich frage mich

WARUM?

26. Juli 2006

Verzweifelte Suche

Ich wandelte einsam auf meinem Weg,
bergab und bergauf,
habe Angst und ich lauf´.

Möchte endlich auf den richtigen Weg gelangen,
doch es gelingt mir nicht, bin in Einsamkeit gefangen.
Sehne mich nach ein bisschen Verständnis,
nur etwas Liebe und Geborgenheit,
doch das gibt es nicht bei meinem Erlebnis,
kann nur hoffen, dass meine Seele irgendwann heilt.

Kann mit keinem reden, bin mit allem allein,
möchte einfach ein normales Mädchen sein.
Suche nach einem weiteren Betroffenen, einem zweiten Ich,
doch zugleich hoffe ich, den gibt es nicht!

26. Juli 2006

Maske

Geritzt habe ich mich-gebe ich zu,
doch bitte lasst mich damit in Ruh'!
Bemitleidet werden will ich auf gar keinen Fall,
die das wollen, haben dich einen Knall!

Ich möchte mir nur den Schmerz aus meiner Seele raus „schneiden“,
mir egal, wenn nicht jeder kann das leiden.
Es macht meine Seele schmerzfreier,
dadurch kann ich leben-viel heiterer!

Eine Maske unter Leuten trage ich,
doch ich will, dass sie sehen mein wahres Gesicht.
Ich lache fröhlich Tag ein und Tag aus,
doch eigentlich wollen meine Tränen hinaus!

27. Juli 2006

Dialog

- Hallo, wie geht's dir?
- Hi, soweit ganz gut und dir?
- Ich vermisse jemanden... aber auch irgendwie nicht.
- Wie meinst du das?
- Mir hat eine Person sehr weh getan und ich wollte ihn nicht mehr sehn
- Und jetzt willst du ihn sehn?
- Ich bin mir nicht sicher, ich habe Angst vor ihm.
- Dann geh doch nicht hin!
- Dass sagt sich so einfach.
- Wieso?
- Er ist mein Vater.
- Oh, das tut mir Leid, das wusste ich nicht!
- Ist schon ok, ich habe es wenigen erzählt.
- Warum? ist es so schlimm?
- Für mich auf jeden Fall, eigentlich für alle.
- Aber?
- Ich habe Angst, dass sie es als harmlos ansehen.
- Also harmlos ist es bestimmt nicht, wenn du Angst hast.
- Stimmt, ist es auch nicht, aber manche würden es als harmlos bezeichnen.
- Wer denn?
- Ich kann's nicht sagen, ich habe Angst, doch ich will ihn nochmals sehn...
- Obwohl du solche Angst hast?
- Ja, ich muss ihm in seine Augen sehen, bevor ich gehen kann....

28. Juli 2006

Ich möchte...

Ich möchte weinen,
doch ich kann es nicht!

Ich möchte lieben,
doch ich fühle es nicht!

Ich möchte schreien,
doch mein Hals ist zugeschnürt!

Ich möchte vor Angst zittern,
doch ich habe Angst, dass du es bemerkst!

Ich möchte leben,
doch ich fürchte mich davor!

28. Juli 2006

Mein ritzen

Ich habe es gerade wieder getan,
ich setzte das Messer an die Ader ran.
Es tat richtig gut,
es ist so rein- mein Blut!

Zu sehen liebe ich es - mein Blut,
es tut meiner Seele einfach gut.
Ich zeichne meinen Schmerz auf meine Haut,
auch wenn es meinen Eltern den Verstand vor Sorge raubt.

Ich ritze mich seit dem 9. Lebensjahr',
dass ist sehr jung, das ist klar.
Aber was soll ich machen?
Warum musstest du mir das antun, diese Sachen?

30. Juli 2006

Liebe

Ich will dich zurück,
erleben unser gemeinsames Glück.
Ich liebe dich doch,
spürst du meine Liebe noch?

Ich vermisse unsere Zeit,
doch sie ist wohl Vergangenheit!?!
Ich muss dich gehen lassen,
auch wenn mich meine Gefühle dafür hassen!

Kämpfen würde ich für dich,
doch da gibt's ein unbesiegbares Hindernis.
Alles bedeutest du mir,
ich wünschte, du wärst wieder bei mir.

Ein Neuanfang mit dir wäre toll,
doch du hast bestimmt die Nase von mir voll!?!
Ich denke steht's an dich,
ich will dir sagen: Ich liebe dich!