

MOMASSGRUPPE

“ No(t)vemberbuch ”

Dieses Manuskript ist eine notwendige Entscheidung, man bedarf der Hilfe, wenn man sich nicht zu helfen weiß, auch die Selbsthilfe ist darauf angewiesen, daß sie Halt bekommt, der ihr zu fehlen scheint. Die Hilfe zur Selbsthilfe ist alles was heute noch zählt, dazwischen schreibt das Leben seine Episoden auf. Der November hat es mir nicht leicht gemacht, deshalb ist ein No(t)vemberbuch daraus geworden.

Schwere Depressionen brauchen ein Ventil, der November ist so ein Ventil, die Selbstmorde sprechen für sich. Mit diesem Manuskript denke ich, meinen Freitodgedanken ein Ende zu machen.

Wenn die Schwermut nicht mehr zu steigern ist, dann zehrt man an ihr, egal, was der Novembermond auch denken mag, man neigt den Kopf und geht in die Knie, niemals vergißt man den Notstand der Seele, einsamer nie, einen tödlichen Irrtum bereut man nicht.

Die Schwermut richtet zu Grunde, wenn man sich nicht zu helfen weiß, es gehört viel Mut dazu,

Seine Probleme zur Sprache zu bringen, doch Reicht das allein noch nicht, um wieder auf den Pfad der Hoffnung zurückzukehren, dazu Gehört Viel Lebensenergie, man erschließt ihre Potenziale Solang die Kraft noch reicht.

Ein neuer Anfang liegt in der Luft, wenn alle Damit einverstanden sind, wer sich selbst zu Überwinden vermag, für den gibt es keine Unlösbaren Probleme, dabei ist es immer von Vorteil, sich auf gute Freunde verlassen zu Können. Die offene Hand umschließt die Hoffnung auf ein neues Glück, man nennt Verrückt, wer sie ausschlägt, doch auch das gibt es Nicht selten zu beobachten. Wenn man sein Leben Wegwirft, dann ist es gar nicht so leicht, wieder Recycelt zu werden, für manche kommt jede Hilfe Zu spät, es half kein Gebet, aber nicht jeder faltet Die Hände und legt sie in den Schoß.

Gewiß hat der Selbstmord das ganze Jahr über Konjunktur, aber im November scheint der Gedanke seine Nahrung zu sich zu nehmen, wie Ein Krebsgeschwür vermag er uns zu vernichten.

Wenn der Wahn-Sinn aufflammt, dann hat es der

Freitod nicht schwer, er rüttelt an unseren Grundfesten, man kann sich vor der Verzweiflung Nicht retten und flüchtet in den Rausch der Betäubung, schon mancher ist nicht mehr aus ihm Erwacht.

Der erste Schnee im November ist nicht sehr Trostreich, oft bleibt nicht mehr als Matsch von Ihm, ein Häuflein Elend steht man im Obergeschoß des Hochhauses, wenn man sich Hinabstürzt, dann bleibt auch nicht viel.

Wenn ich in der Badewanne liege, um mich von Meinen schlechten Gedanken zu reinigen, dann Träume ich schon manchmal von einem Elektrischen Schlag, der allem ein Ende machen Könnte, der Tod ist ein unwiderstehlicher Verführer, wenn man mit dem Leben Abgeschlossen hat. Die Phantasie des Menschen Ist unerschöpflich, wenn es darum geht, seinem Leben ein Ende zu machen, es wäre besser diese Energie dem Leben zu widmen.

Wenn der Gedanke an den Freitod erst einmal Entfacht ist, dann wird man immer wieder Feuer Fangen, diese Krankheit rottet man nicht aus, man

Nennt unheilbar, wer sich damit infiziert, sie Endet tödlich, wenn sie uneingeschränkt ihr Wesen treibt, nichts und niemand auf den Quell Des Lebens verweist.

Wer den Schritt des Selbstmordes nicht scheut, Den hat aber oft gerade das Leben dazu getrieben, Ein Leben jedoch, welches den Namen zu unrecht Trägt, denn es war kein Leben mehr, und man Macht ihm ein Ende, die Fallstricke der Wirklichkeit sind oft gefährliche Boten der Vergänglichkeit, man nennt gerecht, was sich Selbst befreit, das ist nicht jedem vergönnt.

Der Tod ist ein unerbittlicher Verführer, die Lebenspein ist seine Fundgrube, man nennt das Leben unerschöpflich, aber der Tod steht ihm in Nichts nach.

Der November ist der Monat des Jahres der am Wenigsten noch Spaß versteht, es wird ernst, Wenn sich das Jahr seinem Ende neigt. Wessen Leben reich und erfüllt, der braucht sich keine Sorgen machen, aber es sind nicht alle glücklich Mit ihrem Leben, das Schicksal radiert oft die Hoffnung aus, man will nicht mehr weiterleben.

Ein Novembertag ist kein Sommernachtstraum,
Wohl dem der noch zu träumen versteht, wenn es
Keine Alpträume werden, dann ist der gute Mut
Ein stetiger Begleiter.

Wenn die Kunst keine Lebenshilfe mehr zu
Geben vermag, dann ist es Zeit, die Welt zu
Verändern, bevor man auf den Zauberer wartet,
Versuche man lieber selbst sein Glück.

Der Messias geht allezeit in den Tod, aber er
Kehrt meistens auch wieder zurück, er hat die
Ruhe weg, die wir ihm stehlen, das macht es uns
Leichter am Leben zu bleiben.
