**100 Jahre**

Kennt ihr dieses Gefühl, wo einem die Luft Weg bleibt. Dieses Gefühl, wo man denkt, es wird nie besser. Diese Fragen die man sich stellt. Diese Frage die alle nicht einzeln, sondern alle auf einmal im Kopf Rum schwirren. Kennt ihr das? Und man kann keine davon beantworten. Und dann kommen sie auch noch immer in einem ungünstigen Moment. Wie zum Beispiel die ganze Zeit. Man Fragt sich, wann das aufhört. Man fragt sich, wann das Ganze ein Ende hat. Das witzige dabei ist, dass das ja nicht die erste schlechte Phase in unserem Leben ist. Nach der letzten dachte man sich, ok es geht nicht mehr schlimmer so elendig wie ich mich gerade fühle. Doch Ironie des Schicksals, es geht schlimmer. Und irgendwie wird jede schlechte Phase von Mal zu mal Schlimmer. Und jedes Mal denken wir uns wir sterben. Es ist so ein schlimmes Gefühl, man fühlt sich innerlich tot. Es hört sich komisch an, doch so ist es. Jedes Mal denken wir uns, warum ich? Das fragt sich jeder Mensch. Wirklich. Jeder hat sich das schon mal gefragt. Warum passiert mir das, ich mach doch sonst nichts. Ich tu keinem was, mach das was man von mir verlangt. Das kann man immer machen wirklich, sei so anständig und lieb, wie du willst, aber es so eine scheiß Phase kommt immer. Jeder erlebt es. Ich kenne keinen der sagt mein Leben lief schon immer reibungslos, und wenn jemand das sagen sollte. Ist es Bullshit. Man wird nicht verschont. Man denkt ich sterbe von innen. Kennt ihr dieses Gefühl? Wirklich ich denke ich sterbe. Aber das bin ich bis jetzt noch nie. Sonst könnte ich euch das nicht schreiben. Mal einen positiven Gedanken. Nach jeder schlechten Phase, wo ich dachte, ich überlebe das nicht, die ich dann auf eine mir unerklärliche Weise doch überlebt habe, werde ich immer auf schlechteres vorbereitet.

Jetzt genug rum Geheule.

Dieses rum Geheule bringt nix. Dieses ständige im Bett liegen und darüber nachdenken bringt uns auch nichts. Diese ständige Hoffnung, die in einem ist, vielleicht wird es von alleine besser. Vielleicht wird es das auch. Vielleicht braucht das nur Zeit. Schön und gut, ihr habt aber keine Zeit.

Das Problem hat eigentlich auch keine Zeit. Es nimmt sich eure Zeit und das erbarmungslos. Stellt euch vor ihr habt 100 Jahre. 100 Jahre und ihr könnt frei entscheiden was ihr macht, also das mehr oder weniger in dieser Gesellschaft. Aber ja, weiter gehts, keine Zeit verlieren. Es ist gut darüber nachzudenken. Denkt über eure Entscheidungen nach. Aber übertreibt nicht. Das Leben geht weiter. Es ist hart das zu sagen, aber mit Selbstmitleid kommt man nicht weiter. Steht auf, tut das was zu tun ist. Dadurch vergeht Zeit, so seid ihr produktiv, vergesst für einige Minuten, vielleicht sogar Stunden euer Problem. Einige Probleme, oder wie ich sie nenne „Schlechte Phasen“ vergehen. Einige Phasen brauchen euer Handeln, um gelöst zu werden, andere vergehen von allein mit der Zeit. Andere gar nicht. Ja da kann man machen was man will, es verschwindet nicht, da könnt ihr so lange im Bett, aufm Sofa oder sonst wo sitzen, es nützt nichts. Steht auf. Lebt weiter. Denkt ihr die Menschen, die ihr im Leben antrifft, haben es leichter. Es gibt immer jemanden der es schlimmer hat, und selbst die stehen auf. Die machen weiter. Mir sind Dinge passiert, Dinge, über die ich ein Buch schreiben könnte. Aber wen interessiert so was. Kümmert euch um euch und eure Familie. Das reicht. Die Zeit rennt. Ich weiß nicht, wo meine ganze Zeit hin ist.

Steht auf, seit Fähig, für euch, nicht für irgendwen anders. Es sind deine 100 Jahre. Lasst euch die nicht wegnehmen. Das sind eure 100 Jahre. Keiner hat das recht euch diese zu nehmen. Ihr seid selbst dafür verantwortlich mit was oder mit wem ihr sie teilt. Es ist eure Entscheidung wem ihr ein wenig von euren 100 Jahren gibt. Ich wähle dies gut aus. Ich bin alt. Alt genug, um euch zu sagen das 100 Jahre verdammt wenig sind.

Frag dich, los frag dich, wie alt bist du?

12? 13? 30? Wo ist deine Zeit hin? Wem hast du sie geschenkt? Wem hättest du sie lieber nicht schenken sollen?

Ich sag dir behalte deine Zeit. Und bedenke wohlüberlegt, wer sie bekommt. Ich stelle mir diese Frage Tag täglich. Ich schenke sie keinem der was braucht. Ich schenke sie auch nicht wie viele es tun an mein Bett und Netflix Serien. Ich bin nämlich produktiv. Ich mach was Sinnvolles aus diesen 100 Jahren. Wohlüberlegt wem und was ich meine Zeit schenke.

Tut das auch. Es ist besser. Vertraut mir. Und ihr wisst ich habe recht, ich muss nicht versuchen euch zu überzeugen.