



sonnengrau: Ich habe Depressionen - na und?

Tanja Salkowski

 **Download**

 **Online Lesen**

sonnengrau: Ich habe Depressionen - na und? Tanja Salkowski

 [Download sonnengrau: Ich habe Depressionen - na und? ...pdf](#)

 [Online Lesen sonnengrau: Ich habe Depressionen - na und? ...pdf](#)

sonnengrau: Ich habe Depressionen - na und?

Tanja Salkowski

sonnengrau: Ich habe Depressionen - na und? Tanja Salkowski

Downloaden und kostenlos lesen sonnengrau: Ich habe Depressionen - na und? Tanja Salkowski

214 Seiten

Kurzbeschreibung

'Depression ist eine Krankheit, kein Bekloppten-Status.'

Tanja Salkowski raste rastlos von einer Lebensetappe zur nächsten. Sie arbeitete als Musikmanagerin, Marketingfachfrau, Moderatorin und Journalistin im In- und Ausland. Nach einer Mobbing-erfahrung erkrankte sie 2008 an Depressionen. Ein jahrelanges Versteckspiel begann, um den Schein für Freunde, Arbeitgeber und für sich selbst zu wahren. Bis der Tag kam, an dem sie sich umbringen wollte. Es ist die unverblümete Geschichte einer Gestrandeten, die akzeptiert hat und kämpft. Gegen eine vorurteilsbehaftete Gesellschaft und gegen das Ungeheuer im Kopf. Leseprobe. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber. Alle Rechte vorbehalten.

Ich.

Heute ist mein 35. Geburtstag. Ich habe kein Geld, keinen Mann, keine Kinder, keinen Job, kein geregeltes Sex-Leben, keine Vollautomat-Kaffee-maschine mit Super-Milchschaum-Garantie, keine wöchentlichen Friseur-Termine, keine wöchentlichen Nagelstudio-Termine, keine wöchentlichen Bikini-Zone-Enthaarungs-Termine, keine Satin-Bettwäsche, keine Übergangsjacke, keine Gästetoilette, keine Brunch-Verabredungen, keine Lunch-Verabredungen, keine Dinner-Verabredungen, keinen Bausparvertrag, keine Riester-Rente, keine Lebensversicherung, keine Altersvorsorge, kein Sparbuch, keine Payback-Punktesammelkarte, keinen Zweitwagen, keine Aktien, keinen Urlaub, keine Stammkneipe, keinen Lieblingssitaliener, keine Mitgliedschaft im Fitness-Club, keinen Vorsitz im Verein, kein Verlangen nach Normalität, kein Verlangen nach Alltag, kein Verlangen nach mehr. Keinen klaren Kopf, keinen gesunden Körper, keine Ahnung von allem, keine Ahnung von mir - keine Ahnung vom Leben.

Heute ist mein 35. Geburtstag. Hinter mir liegt ein Jahr voller Desaster, inklusive stationärem Aufenthalt in einer "Bekloppten-Bude". Die vielen Jahre davor waren genauso katastrophal. Ein erbitterter Kampf gegen Hoffnungslosigkeit, Alleinsein und eine Welt, die nicht mehr die meine ist. Immer der Versuch, sich aufzurappeln. Immer im Krieg gegen mich selbst. Immer am Rande meiner Kräfte. Und immer sabbernd und lechzend auf der Suche nach einem, der auszog, um mich zu retten. Es kamen viele vorbei - aber ich rettete sie, nie umgekehrt.

Man sagt, dass Menschen alle sieben Jahre in eine neue Phase treten. Dass alle sieben Jahre das Lebenskleid zurechtgezupft wird. Dass wir uns alle sieben Jahre häuten wie eine Schlange. Mein - überschaubarer - mathematischer Verstand sagt mir, dass ich mich ab heute in einem solchen siebten Jahr befinde. In aller Naivität fange ich an zu hoffen, male mir aus, wie mir das pure Glück auf meinem unglücklichen Weg plötzlich entgegenspringt. Mit großem Tamtam, Feuerwerk und einem erlösenden: "Hurra! Du hast es endlich geschafft!" Irgendwann, irgendwo in den nächsten zwölf Monaten müsste es passieren. Ja, es muss passieren. Oder eben nicht.

Mir fällt auf, dass ich aus meiner neuen Lebenszahl die Quersumme acht bilden kann. Ich mag die acht. Sie ist rund und kugelig, geschlossen und anders. Sie hat Schwung und kein Ziel. Das ist mir sympathisch. Das Fehlen eines Ziels. Alle jagen sie ihren Zielen hinterher. Keuchend, schwitzend, unachtsam und ohne Gnade. Einige gehen für sie über Leichen, andere kommen an und vergessen, was sie hier eigentlich wollten. Ich erinnere mich an "Der Vagabund", eine kanadische TV-Serie. Im Mittelpunkt stand ein streunender Wolfshund, der durch die Welt zog und Jagd auf alles Böse machte. Er half den Schwachen, verteidigte sie und verlangte dafür keinen Dank, sondern verschwand immer wieder spurlos und ohne Ziel.

Tränenüberströmt vor Rührung saß ich - damals noch im Mini-Format - vor der Flimmerkiste und glotzte.

Ich wollte so sein wie er. Immer da und immer weg. Es sah so leicht aus. Heute weiß ich, dass

Vagabundieren verdammt anstrengend sein kann.

Ich bin das jüngere von zwei Kindern.

Download and Read Online sonnengrau: Ich habe Depressionen - na und? Tanja Salkowski

#7GDEAMT21XZ

Lesen Sie sonnengrau: Ich habe Depressionen - na und? von Tanja Salkowski für online ebooksonnengrau:
Ich habe Depressionen - na und? von Tanja Salkowski Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu
lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen
epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste
Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen sonnengrau: Ich habe Depressionen - na und? von Tanja Salkowski
Bücher online zu lesen. Online sonnengrau: Ich habe Depressionen - na und? von Tanja Salkowski ebook
PDF herunterladensonnengrau: Ich habe Depressionen - na und? von Tanja Salkowski Docsonnengrau: Ich
habe Depressionen - na und? von Tanja Salkowski Mobipocketsonnengrau: Ich habe Depressionen - na und?
von Tanja Salkowski EPub