

# Gib Depressionen ein Gesicht

[www.gib-depressionen-ein-gesicht.de](http://www.gib-depressionen-ein-gesicht.de)

Ein Projekt von  
**DIRK LUDWIG** fotografie

D-31008 Elze, Am Schierkamp 11,  
Tel: 0172 4675301, [www.dirk-ludwig.de](http://www.dirk-ludwig.de)  
email: [dirk.ludwig.elze@t-online.de](mailto:dirk.ludwig.elze@t-online.de)



## Die Wahrheit im Dunkeln

Sie schickt ein strahlend Lächeln in den Raum  
und schützt damit die Tiefen ihrer Seele.  
So sanft auch ihre Augen schau`n,  
so leuchtend Sie Dir auch begegnen.  
Du darfst dem Augenschein nicht trau`n.  
Denn es beginnt bereits zu regnen.

Sie weiß die Menschen immer zu begeistern  
und zieht sie regelrecht in Ihren Bann.  
Doch keiner spürt das Beben,  
die Angst in jedem Wort.  
Ihr Schreien und Ihr Streben  
nach Liebe immer fort.

Die Sprache ist der Freund, dem sie noch vertraut.  
Denn alle anderen wissen nichts von ihrer Not.  
Wenn ihre Worte fließen,  
lass sie Dich nicht berühren.  
Du musst die Augen schließen,  
um ihre Angst zu spüren.

Und so verbringt im Dunkeln sie ihr Leben  
und steht doch immer auf der Bühne Licht.  
Doch Du hast sie gesehen,  
brichst auf den alten Bann,  
und spürst ihr stummes Flehen.  
Du bist ihr Mann.

---

## Die Peitsche in mir

Seit Stunden schon peitschten ihr unzählige Gedanken durch den Kopf und sie hatte Mühe ruhig zu atmen. Du musst schlafen, ermunterte sie sich. Du musst endlich schlafen. Ihr Atem wurde immer langsamer und eine unsichtbare Hand drückte ihr

die Kehle zu. Sie rang nach Luft und versuchte ihren Rhythmus wieder zu finden. Doch da peitschte sie ein neuer Gedanke. Du musst, du musst, du musst.

Panisch rannte sie ins Bad, in der Hoffnung die unsichtbaren Geister abschütteln zu können. Sie stürzte zum Waschbecken und ließ den eiskalten Wasserstrahl über ihre Pulsadern laufen. Das Geräusch des Wassers beruhigte sie. Lange stand sie so da und hörte dem Rauschen zu. Doch dann war die Kälte des Wassers nicht mehr zu ertragen. Ruckartig zog sie die Hände an sich und starrte auf den plätschernden Strahl. Das Rauschen machte ihr Angst. Es wurde lauter und lauter in ihrem Kopf und sie rannte hinaus auf den Flur.

Sie hielt sich die Ohren zu und brach weinend zusammen. Lasst mich doch alle in Ruhe. Ich kann nicht mehr. Ich will nicht mehr. Ihre Fäuste trommelten noch immer auf den Boden, als sich die Peitsche erneut in ihrem Kopf erhob.

Und auf einmal stand er vor ihr, ein rettender Engel. „Komm, mein Schatz. Die Sonne scheint. Hörst du die Vögel zwitschern?“ Er zog sie sanft nach oben und küsste ihr die Stirn. Ein Lächeln huschte über ihre Lippen. „Danke, dass du so stark für mich bist.“

---

### **Na bitte, geht doch!**

Claudia beginnt als Quereinsteiger im Vertrieb, ohne zu ahnen, dass der tägliche Kampf an der Front ihr ganzes Leben verändern wird. Leistungsgetrieben gerät sie immer tiefer in den Sumpf von Erfolg und Geld. Immer höher werden ihre Ansprüche und ihre selbstgesteckten Ziele sind kaum noch zu erreichen.

Dann bietet sich ihr ein Karrieresprung und sie muss sich entscheiden. Claudia greift zu. Ein verhängnisvoller Fehler. Mehr und mehr wird Claudia zu einem profitablen Funktionsträger. Ihr Ehrgeiz, ihre Kommunikationsfreude ihre Kreativität und ihre Liebe zum Beruf werden ihr dabei zum Verhängnis.

Ihre Seele brennt und die Frau im Spiegel ist schon lange eine andere. Erst kurz vor dem Abgrund merkt Claudia, dass sie den falschen Weg gegangen ist und bezahlt fast mit ihrem Leben.

---

### **Über Lisa Lenardi**

Lisa Lenardi, Jahrgang 1964, lebt mit ihrer Familie in Reinbek, Schleswig-Holstein. Nach Ihrem Studium der Germanistik und Kunst unterrichtet sie einige Jahre an einer Realschule. Nach einem erneuten Studium wechselt sie schließlich vor siebzehn Jahren in den Vertrieb und später ins Management.

Kurz vor ihrem 50. Geburtstag bricht sie zusammen und wird förmlich aus dem Leben gerissen. Es vergehen Monate, in denen sie versucht, aus ihrem psychischen Tief zu kriechen, aber keine Therapie schlägt nachhaltig an. Erst als sie beginnt ihre seelischen Schmerzen, Gedanken und Gefühle in Worte zu fassen, gelingt es ihr dem Leben wieder zu vertrauen. Nach langer, schwerer Krankheit schreibt sie sich Zeile für Zeile ins Leben zurück. So entsteht ihr erster Roman:

„Na bitte, geht doch!“

Lisa Lenardis neues Lebensmotto lautet: *„Schreiben ist meine Medizin!“*

So fließen heute sowohl Gedichte als auch Kurzgeschichten aus ihrer Feder und sie unterstützt damit unter anderem das **Projekt von Dirk Ludwig „Gib Depressionen ein Gesicht“** und will damit denen helfen, die diese schwere Krankheit noch nicht überwunden haben.

[www.lisalenardi.de](http://www.lisalenardi.de)

---

### **Gib Depressionen ein Gesicht – Ein Projekt von Dirk Ludwig Fotografie**

**ZIEL des Projektes** ist es, DEPRESSIONEN ALS KRANKHEIT bekannter zu machen. MEHR VERSTÄNDNIS für Betroffene in der Bevölkerung zu erreichen, indem durch emotionale Bilder und Worte Botschaften transportiert werden, wie sich ein depressiver Mensch fühlt. BETROFFENEN MUT ZUZUSPRECHEN, zu Ihrer Krankheit offen zu stehen. Die Krankheit aus der - nach wie vor teilweise bestehenden - TABUZONE HERAUS ZU BEKOMMEN. An diesem Projekt wirken sowohl BETROFFENE Personen als auch NICHT VON DER KRANKHEIT BETROFFENE Personen mit.

Über die

**Facebook-SEITE:** <https://www.facebook.com/gibdepressioneneingesicht/?fref=ts>

mit zur Zeit ca. 1200 Follower wird durch emotionale Bilder und berührende Worte versucht, ein Verständnis für depressive Menschen und deren Gefühle zu erreichen.

Darüber hinaus gibt es eine Online-Selbsthilfegruppe des Projektes „Gib Depressionen ein Gesicht“ für depressive Menschen sowie Angehörige und Freunde auf facebook:

**Facebook-GRUPPE** <https://www.facebook.com/groups/690561464418519/?fref=ts>

mit z.Zt. ca. 600 Mitgliedern.

Das Projekt verfügt auch schon über einen

**Youtube-Kanal:** <https://www.youtube.com/watch?v=mo9L7mGSmnk>,

auf dem zum einen virtuelle „Tagebücher“ eines fiktiven depressiven Menschen gepostet werden und der Videoclip von **Timmi, dem Teddybären als Maskottchen** des Projektes gezeigt wird, der seine Reise durch das Internet antritt, um **Depressionen** als Krankheit bekannter zu machen.

Auf der **projekteigenen Website** [www.gib-depressionen-ein-gesicht.de](http://www.gib-depressionen-ein-gesicht.de) sind alle bisherigen Veröffentlichungen zu finden: Gedichte und Artikel, Spruch-Karten und Mut-Mach-Karten sowie Videos und die Bildkampagne „Timmi“. Dort findet man auch Presse-Infos und Veranstaltungen.