

Unfair

Ausgesucht hat sich weder sie noch ich, wie unser Gesundheitszustand ist.

Ich bin gesund. Meistens. Psychisch. Mein Körper ist eine andere Frage, aber er funktioniert. Besser, als man denken könnte. Die Probleme, die er mit sich bringt, sind vielseitig, aber einfältig. Sie resultieren alle in Schmerzen, egal wie unterschiedlich. Aber Schmerz ist einfach. Er ist da oder er ist nicht da. An Schmerz gewöhnt man sich. Er tut nur so weh, wie überraschend, ungewohnt und nervtötend er ist. Sobald die Überraschung vorbei ist, verschwindet ein Teil. Dann gewöhnt man sich an den Schmerz. Wieder verschwindet ein Anteil am Schmerz. Nun ist er nur noch nervtötend. Aber mit Übung und vor allem Ablenkung, ist es kein größerer Aufwand.

Jedoch habe ich mir die Schmerzen nie ausgesucht. Ich habe aber auch wenig dafür getan, sie nicht zu bekommen. Manchmal tat ich sogar etwas dafür, Schmerzen zu leiden. Natürlich nicht absichtlich. Oder zumindest nicht gezielt.

Sie hat es sich auch nicht ausgesucht. Doch wenn sie könnte, würde sie meine körperlichen Schmerzen jederzeit, statt ihrer, nehmen.

Auch sie möchte ihre Probleme gerne loswerden. Der schwere Block auf dem Rücken, wenn sie morgens aufstehen möchte. Die erdrückenden Fragen in ihrem Kopf, wenn sie sich nicht sicher ist, und manchmal selbst, wenn sie sich sicher ist. Die Schwärze, die sie umklammert, wenn kein Anderer da ist. Die Kälte in den Sommermonaten, die nur für sie kommt. Das Zittern, wenn der Kopf rast und nicht stehenbleiben kann. Die Träume, die Destruktivität versprühen. Die Wünsche, die sie gar nicht haben will. Der Scham vor sich und ihren Engsten. Die Ängste, die auftauchen, auch wenn sie eigentlich gar keine Angst hat. Das Bewusstsein der Realität und das Wissen ums Eigenwohl.

All das würde sie gerne abgeben. Oder? Doch es ist schon immer da. Zumindest seit dem einen Tag oder seit den Tagen, die sich plötzlich so schwer angefühlt haben. Als es nicht einfach war. Als es nicht selbstverständlich war. Als das erste Mal was fehlte. Und dann fehlte mehr. Man hat es nicht sofort bemerkt. Man bemerkt es nicht, weil andere Sachen da sind. Und dann passieren andere Sachen. Und dann passiert mal nichts. Und dann fühlt es sich falsch an. Sie hinterfragt. Sie ist unsicher. Sie möchte das gerade nicht fühlen. Sie möchte, dass sie weiß, dass es normal ist. Sie glaubt nicht, dass es normal ist.

Es bleibt und geht nicht weg. Einen treueren Begleiter, den findest du kaum. Verlässt deine Seite nicht. Begleitet dich ins Bett. Fängt dich zwar nie auf, aber ist bei jedem Fehltritt dabei. Guckt dir zu, wie du selbständiger wirst. Wie du Fortschritte machst. Ist bei dir, wenn du Rückschläge erleidest. Die Frage ist nicht, ob, sondern wo es ist.

Es ist bei dir.

Wirst du es los?

Besiegst du es?

Schaffst du es?

Warum schaffst du es nicht?

Aber es gibt doch Lösungen?

Lass dir doch helfen?

Andere schaffen das aber auch?

Ich fühle mich ja auch manchmal so?

So fühlst du dich immer?

Das glaube ich ja jetzt nicht so richtig?

Naja, aber so schlimm ist das doch gar nicht?

Du musst mehr raus gehen?

Das wird schon wieder?

Leere.

Es ist alles. Gleichzeitig. Überall. Diese Unfähigkeit. Die Gedanken rasen. Sie sind gleichzeitig in Zeitlupe unterwegs. Sie lähmen dich. Sie treffen dich. Sie hinterfragen dich. Sie belasten dich. Sie fressen sich in dich hinein. Du verlierst dich. Teile von dir. Was bist du nur? Wertlos? Ein schlechter Mensch? Unfähig zu leben? Leer? Eine Last?

Sie verlernt schon als Kind die Fähigkeit, sich zu lieben, Hoffnung zu haben, nach dem Glück zu streben. Sie weiß nicht, dass alles gut gehen wird. Sie glaubt nicht, dass alles gut gehen wird. Sie erwartet, dass man sie beurteilt. Dass man sie verurteilt. Sie fühlt sich wie Dreck. Als wäre sie wertlos. Sie trägt das Päckchen. Sie trägt es mit krummem Rücken, gebeutelt von der Last. Sie trägt es nicht stolz. Sie trägt es als Urteil. Als Stempel. Als ob jeder wüsste und denken würde, was sie denkt.

Ich bin nicht sie. Ich fühle nicht wie sie. Ich darf anders sein. Ich darf aufwachsen und mich lieben lernen. Ich darf Erfahrungen machen, ohne die Angst der drohenden Konsequenz. Denn da ist er, der Unterschied. Ich lerne, dass es gut gehen wird. Selbst an den schlimmsten Tagen, kommt sie wieder auf mich zu. Die Liebe ist immer da. Sie verstummt, wenn nur kurz. Als die Leere das erste Mal, versuchst zuzugreifen, die Fragen durch den Kopf rasen, die Angst überschwappt und ein kleiner Teil in mir anfängt zu bröckeln, da kommen die Arme, die vorher noch so viel eingerissen haben, mit wohliger Wärme zurück. Sie führen nichts im Schilde, sie wissen um den Schaden, den sie angerichtet haben. Egal was vorher war, jetzt sind sie da. Sie sind liebend und lassen mich nicht alleine. Alleine mit einer Leere, die man nur zu zweit besiegen kann. Ich habe sie an meiner Seite. Sie begleiten mich durch mein Leben. Es sind nicht immer dieselben zwei Arme. Ich habe das Glück, mehrere Paare an Armen zur Verfügung zu haben. Sie fangen mich auf, heben mich hoch und lassen mich erfahren. Erfahren, dass wir es schaffen. Dass es schön ist, nicht nur sein kann. Sie ringen mit meinen Augen, die sehen, wie schön es woanders sein kann. Sie ringen den Neid nieder, die Verwünschungen ihnen gegenüber. Sie treten mir immer entgegen. Manchmal dauert es vielleicht ein bisschen. Aber sie kommen. Irgendwann darf ich stark genug sein, ihnen auch entgegenzukommen. Wenn sie das erste Mal etwas zu schwach sind, um mich wieder in ihre wohlige Wärme einzuschließen. Ich schaffe es, sie in den Arm zu nehmen. Ihnen Kraft und Wärme zu spenden. Und da merke ich es: Wir schaffen es.

Ist es wirklich unfair, dass ich so fühlen darf? Ja, weil es Nein ist. Es ist nicht unfair, dass ich so fühlen durfte. Es ist unfair, weil sie nicht so fühlen durfte. Ich will mir nicht etwas wegnehmen. Ich möchte es ihr geben. Die Leere und die Schwärze wieder bunter gestalten, in das schwarze Nichts eine Sonne malen. Ein Blumenbeet, möchte ich ihr schenken. Keine einzige Blume gibt es doppelt, sie sollen sie anstrahlen. Die Farbvielfalt soll so schön sein, dass kein Schwarz der Welt dagegen ankommt. Sie soll lachen können, weil es so unwirklich aussieht. Blume neben Blume, Blüte neben Blüte. Kein Unkraut, was die Blumen zerfressen kann. Keine Schnecke, die an den Blättern nagt, sondern nur reine Blumenpracht. Sie kann an ihnen riechen, jeden Tag an einer anderen Blume. Sie kann sie in ihr Haar flechten, und tausend Frisuren mit ihnen gestalten. Sie kann sich zu ihnen legen und die Blumen würden sie auffangen und willkommen heißen. Sie wäre nie wieder alleine. Die Blumen wären für sie da, immer und überall. Selbst in den Momenten, in denen ich nicht da sein könnte, die Blumen würden bleiben. Sie würden von innen aus ihr herausleuchten. Ihr Kraft und Energie schenken. Und wenn die Schwärze es versuchen würde, würden die Dornen der Rose und der Juckreiz der Hagebutte die Schwärze abwehren. Sie könnte sich im Blumenmeer vor der Schwärze verstecken. Sie könnte untertauchen und nicht gefunden werden. Sie hätte ihr eigenes, buntes, gemütliches Versteck. Die

erste Saat ist gesät. Die kleinen Knospen versuchen, ihre Fühler rauszustecken. Der Winter ist zwar noch da, aber trotzdem sind die Knospen widerstandsfähig genug. Sie regen sich und behaupten sich. Sie lassen nicht los. Und wenn die Sonne doch einmal scheint, dann kann Sie in sich horchen und den Blumen beim Wachsen zuhören.

Dass man sich das eigene Leiden nicht aussuchen darf, ist unfair. Kein Mensch würde exakt das Leben wählen, welches er oder sie gerade hat. Glaubst du nicht? Fragst du sie, gibt es auch keiner zu.

„Ich bin glücklich. Ich bereue nichts. Meine Entscheidungen haben mich gemacht.“

„Ich bin zwar nicht glücklich, aber ich bin nur, wer ich bin, wegen der Erlebnisse, die ich hatte. Sie haben mich stärker gemacht.“

„Ich bin nur wegen meiner Fehler erfolgreich. Ohne Sie, wäre ich heute nicht der Mann, der ich bin.“

Ich bereue. Ich würde es anders machen. Ich wollte nicht ich sein, ich will nicht ich sein. Ich bin nicht zufrieden mit mir. Ich bin nicht die Person, die ich mir wünschte. Wahrscheinlich werde ich das nie sein. Das bedeutet nicht, dass ich mich nicht mag. Aber ich weiß, wer ich sein möchte. Und die Person bin ich nicht. War ich auch nie.

Doch zu wissen, was man sein möchte, ist für mich viel wichtiger, als zufrieden mit mir zu sein. Zu wissen, es gibt einen Ort, eine Person, ein Sein, das sich lohnen kann. Zu wissen, es muss nicht so sein, wie es ist, und vor allem nicht so, wie es war. Es war nie so, wie es jetzt ist. Gestern nicht, vorgestern nicht, letztes Jahr erst recht nicht. Von den Jahren davor will ich gar nicht anfangen. Das Ich aus 2015, welches behauptet, mal Ich gewesen zu sein, hat deutlich weniger mit mir zu tun als das Ich, das ich morgen bin. Und übermorgen bin ich wieder ein neues Ich und ein weiteres Ich gewesen. Ich vergesse nicht, wer ich sein möchte. Ich vergesse nicht, woher ich komme. Ich vergesse aber regelmäßig, wer ich bin. Nur dann kann ich auch neu Ich werden. Mich auf neue Situationen einlassen und ganz neu erfahren, was es bedeutet, zu sein.

Es ist unfair, dass ich durch meinen Körper und meinen Geist begrenzt werde. Dass du durch deinen Körper und Geist begrenzt wirst. Wir wollen manchmal jemand sein, der wir nicht sein können. Manchmal wäre ich gerne weniger mitfühlend. Manchmal würde ich gerne nicht weinen, weil du so viel Leid ertragen musst. Manchmal würde ich gerne unbeschwert sein. Ich darf nicht. Denn du darfst auch nicht. Und dich nicht lachen zu sehen, raubt mir in negativster Weise den Atem. Dann wünschte ich, wir wären nicht wir. Wir wären zwei andere Ichs, genauso liebend, genauso schön, genauso wundervolle Menschen. Aber nicht wir, nicht hier und nicht so. Wir haben es uns nicht ausgesucht, wir zu sein. Wir können uns aber aussuchen, wer wir sein wollen.

Lasst uns ein Ziel suchen, welches so schön ist, dass es fast unwirklich erscheint. Lasst uns menschlich sein. Liebend, mitfühlend, helfend. Ohne dem anderen Leid zu wünschen, ohne Rachsucht, Neid, und wütende Aggressionen.