



DIE ENTSCHEIDUNG

Nele Van den Broeck

Wähle eine Geschichte. Welche Geschichte? Spielt keine Rolle. Aber wähle. Wähle gut.

Vergiss deine Wahl, sobald du gewählt hast. Oder besser, vergiss, dass deine Wahl eine Entscheidung war. Mache aus deiner Geschichte eine Wahrheit. Glaube an dieser Wahrheit, als ob sie nicht zufällig wäre. Wird deine Geschichte unhaltbar? Dann wählst du eine andere. Das Wichtigste ist, dass du immer eine Geschichte hast. Nutze deine Geschichte als Anker für deine Tage, damit diese nicht in jenes endlose Loch der Sinnlosigkeit fallen, von der wir nur sehr leise sprechen können.

Willst du an die Liebe glauben? Glaube an die Liebe. Wahre Liebe? Kann auch. Du lebst für Musik. Deine Lieblingsfarbe ist Orange. Dein Lieblingsfach ist Latein. Du liebst die Natur. Die Anzahl der möglichen Geschichten ist unendlich. Wähle.

Eine Depression ist die Unfähigkeit, an irgendwelche Geschichte zu glauben. Die Unfähigkeit, eine Lieblingsfarbe oder ein gebrochenes Herz zu haben. Ein bodenloses Loch, das jede Geschichte verschlingt, bis nur noch eine Wahl übrig zu sein scheint, jene Wahl, die alle anderen Entscheidungen unmöglich macht, jene Wahl, über die wir hier nicht sprechen werden.

Sobald du einmal hinter dem Ereignishorizont der Depression bist, kannst du dich nicht mehr alleine daraus befreien, egal wie sehr du dich bemühst. Aber gib nicht auf. Es gibt eine Geschichte, die stärker ist als alle anderen, die in den dunkelsten Tiefen der Seele überlebt, wie Bakterien im Kühlwasser von Kernkraftwerken überleben. Diese Geschichte heißt Hoffnung.

Hoffnung ist eine Geschichte, die keine Geschichte ist, in dem Sinne, dass Hoffnung niemals konkret sein kann. Konkrete Hoffnung ist keine Hoffnung, sondern Pläne – die überleben in dieser Dunkelheit nicht. "Ich weiß nicht, an welche Geschichte ich glauben soll", sagt die Hoffnung, "aber ich weiß, dass es, wenn ich weiterlebe, eines Tages wieder eine solche Geschichte geben wird."

Eines Tages, in der Grube, wird ein Anker auftauchen. Du kommst nicht allein aus diesem schwarzen Loch heraus, aber das ist es ja gerade – du bist nicht allein. Das Universum ist so viel größer als dieses kleine schwarze Loch, die Welt wirft ständig Geschichten in die Grube, bis es eine gibt, an der du dich festhalten kannst.



Vielleicht ist es ein Sonnenstrahl oder das Prasseln des Regens an der Fensterscheibe. Vielleicht ist es ein Gespräch oder ein Spaziergang oder eine Pizza oder ein Hund. "Ich liebe Pizza", denkst du plötzlich, mit größter Überzeugung. Du weißt nicht, wer du bist oder was du hier machst, aber du weißt sehr sicher, dass du Pizza liebst. Du entscheidest dich dafür, Pizza zu lieben. In diesem Moment ist die Depression bereits gebrochen. Auch wenn sie zieht, du ziehst zurück – und du bist stärker, denn du hast eine Geschichte.

Wenn jede Geschichte ohnehin zufällig ist, kannst du genauso gut an Geschichten glauben, die gut für dich sind. Du kannst glauben, dass du ein Haufen Mist bist, dass die Menschheit böse ist, dass alles, was du tust, unendlich sinnlos ist, aber warum solltest du das tun? Du kannst ebenso gut glauben, dass du Pizza liebst, und Latein, und Spaziergänge und die Farbe Orange. Diese Geschichten sind in keiner Weise weniger wahr als andere.

Wähle eine Geschichte. Welche Geschichte? Spielt keine Rolle. Aber wähle. Wähle gut.

