

Was es bedeutet, bipolar zu sein – Gedanken einer an Bipolarität erkrankten Person.

Ob ich verrückt bin?...Ich hätte zumindest niemals gedacht, dass ich einmal hier lande. Ehrlich gesagt habe ich mir überhaupt keine Gedanken darüber gemacht, wo ich einmal landen werde. Ich frage mich, ob ich wo anders stünde, wäre meine Schwester damals nicht behindert geworden. Wäre mein Vater kein Alkoholiker gewesen. Mein Lebenslauf wäre wohl ein ganz anderer. Ich hätte viele andere Erfahrungen gemacht, hätte andere Menschen getroffen, hätte andere Prägungen erfahren. Hätte wahrscheinlich etwas anderes und wo anders studiert. Wäre womöglich nicht erkrankt. Doch nun bin ich hier. Eine von 7,8 Milliarden Seelen auf dieser Welt (Tiere und Pflanzen ausgeschlossen). Und nun frage ich mich: Was steht mir noch bevor? Was kann ich vom Leben noch erwarten? Das Thema Tod scheint für mich immer präsenter zu werden. Und irgendwie verliere ich immer mehr das Interesse für das Irdische. Was ist mit dem Überirdischen? Geht es nach dem Tod weiter? Ist da ein tieferer Sinn unserer Existenz? Will uns das Universum etwas sagen? Es gibt so Vieles, was wir zwar wissen, aber so Vieles mehr, was wir nicht wissen. Woher kommen wir und wohin gehen wir? Wonach suchen wir im Leben? Nach Antworten auf unsere Fragen, Fragen über das Leben und unsere Existenz. Wonach streben wir? Nach Glück und dem Meiden von Leid und Schmerz? Wieso ist es so schwer und doch so leicht, als Mensch zu leben? Kein Wunder greifen Menschen zu Drogen. Gebe mir Drogen, ich will mit dem Universum eins sein. Will keine Ängste mehr haben. Einfach sein. Leben und sein. Frei sein. Wieso ist das so schwer? Wieso verlangt das Leben so viel von einem? Doch was genau ist mein Problem? Ich habe relativ ausreichendes Geld, relative Gesundheit, relative Sicherheit, relative Freiheit, relative Zeit, wundervolle Menschen um mich herum (Familie, Partner, Freunde, Arbeitskollegen). Also was fehlt mir? Was fehlt dem Menschen, um glücklich zu sein? Es braucht Unglück um zu wissen, was Glück bedeutet, das ist klar. Und Unglück und Glück gehören nun einmal zum Menschsein dazu. Es ist alles eine Frage der Balance. Extreme sind nie gut. Finde Deine Mitte, heisst es. Und dann? Hat man sie einmal gefunden, wie geht es dann weiter? Ist es überhaupt möglich, seine absolute Mitte zu finden? Das Leben ist dynamisch. Also heisst das, das Leben ist ein ständiger Anpassungsprozess. Nichts bleibt so wie es ist. Wir streben also nach einer Balance, die wir aufrechtzuerhalten versuchen. Darum bin ich wohl auch in Psychotherapie. Um meine Mitte zu finden. Meine Mitte, die eine geraume Zeit lang nicht vorhanden war, hauptsächlich aufgrund extremen, universitären Stresses und dem jahrelangen Mangel an Nähe durch einen Partner. Und so kam es dazu: Ich bin bipolar. Habe mal manische, mal depressive Phasen. Es geht hoch und runter, in extremer Weise. Darüber hinaus passieren mir seit dem Ausbruch der Erkrankung äusserst ungewöhnliche Dinge. Dinge, die ich nicht wirklich beschreiben kann. Es wäre, als kommuniziere eine höhere Macht oder Intelligenz mit mir. Als wäre Alles Teil eines grösseren Ganzen. Gewisse Träume, Halluzinationen, spezielle (ähnlich wie gesteuerte oder programmierte) Verhaltensabläufe, wegdriftende halb-wach-Zustände mit seltsamen Sinnesreizen: Alles deutet darauf hin, dass es da noch mehr geben muss. Ich kann mit niemandem darüber reden, weil ich es nicht erklären kann. Man würde mich sowieso nicht verstehen. Ich verstehe es ja selbst nicht. Ich würde es gerne verstehen. Was hat das alles auf sich mit dieser Erkrankung?

Liebe 2.0

Was, wenn die Liebe stärker sei,

als wir zu denken vermögen?
Wenn sie mehr sei,
als wir wahrzunehmen vermögen?
Was, wenn die Kraft der Liebe
über unsere persönliche Vorstellungskraft hinaus ragte?
Wenn sie das einst Unmögliche ermöglichte?
Was, wenn die Liebe unsere grössten Schwächen
in unsere grössten Stärken wandeln liesse?
Liebe sei
Sicherheit statt Angst.
Grenzen wahren statt Grenzen überschreitend.
Vertrauend statt misstrauend.
Hoffnungsvoll statt hoffnungslos.
Heilend statt verletzend.
Glück statt Schmerz.
Freiheit statt Abhängigkeit.
Liebe sei
Rettung und Befreiung.
Ein Gefühl.
Und die Antwort.
Die Liebe
bist Du:
Du bist meine Sicherheit.
Du bist meine Grenze.
Du bist mein Vertrauen.
Du bist meine Hoffnung.
Du bist meine Heilung.
Du bist mein Glück.
Du bist meine Freiheit.
Du bist meine Rettung und Befreiung.
Du bist mein Gefühl.
Du bist meine Antwort.

Dieses moderne Gedicht aus der Neuzeit schrieb ich während einer meiner manischen Phasen. Ich selbst behauptete, damals „liebeswahnsinnig“ gewesen zu sein. Zu dieser Zeit war das Gedicht einer Person gewidmet. Heute ist es das nicht mehr. Heute widme ich es der höheren Intelligenz oder Macht des Universums, an die ich fest glaube. So habe ich seit meiner Erkrankung die Vorstellung, dass eine Art von Liebe existiert, die wir als Mensch noch nicht kennen, noch nicht erlebt und erfahren haben. Eine Liebe, die über alles geht. Eine Art fünfte Dimension. Während meines „Liebeswahns“ habe ich eine Annäherung eines solch starken Gefühls erlebt, daher komme ich auf eine solche Beschreibung. Eine allumfassende, unbegrenzte Liebe. Das war der Wahnsinn! Wortwörtlich, denn ich wurde in dieser Zeit wahnsinnig. Meine Gefühle und Gedanken haben mich in den Wahnsinn getrieben. Ich war schliesslich wie in einer anderen Parallelwelt. Es ist komisch, denn einfach so, schwubsdiwubs, kam ich in der Manie auf die Idee, dass es Parallelwelten gibt und war davon felsenfest überzeugt – obwohl ich mich zuvor nicht bewusst mit der Thematik auseinandergesetzt hatte. Ich erlebte es in dieser Zeit der Manie sogar, mich in verschiedenen Parallelwelten zu befinden, wechselte zwischen gefühlten zwei Welten (unserer und einer anderen, dazu später Genaueres), und es fühlte sich so wahnsinnig real an. Auch Beweise

hatte ich scheinbar für Parallelwelten gefunden...die dann plötzlich wieder weg waren. Woher kam dieser plötzliche Gedanke von Parallelwelten? Warum die Halluzinationen? Warum der Wahn? Was hat das alles zu bedeuten? Und dann gibt es ja noch viele andere bipolare Menschen, denen es so oder so ähnlich geht. Will uns das Universum etwas mitteilen? In der systemischen Therapie heisst es, jede Störung oder jedes Symptom habe ihren bzw. seinen Sinn. Bedeutende Künstler wie z.B. Vincent van Gogh oder Hermann Hesse waren bipolar¹ und haben in ihrer Manie wundervolle Werke erschaffen. Also kann die Bipolarität nicht *nur* etwas Schlechtes sein. Auch wenn man wahrscheinlich in vielen Fällen während der Manie in die Psychiatrie kommt, weil man eventuell zu verrückte oder sogar gefährliche Sachen macht, wie ich es getan habe (z.B. bin ich aus Angst vor meinen Mitmenschen weggerannt und bin die Treppen runtergehechtet, sodass ich gestürzt bin und mich verletzt habe. Oder habe meinen Laptop zerstört. Oder habe, laut Aussage der Nachbarn, Dinge aus dem Fenster geworfen, woran ich mich nicht mehr erinnern kann). Doch im Prinzip ist Bipolarität nichts anderes als Zweipoligkeit, wie in der Physik: Plus und Minus(-pol). Genau so besteht unser Leben aus einer Wechselspannung; nämlich aus schönen (positiven) und weniger schönen (negativen) Momenten. Unser gesamtes Leben ist also bipolar aufgebaut und jeder Mensch ist zu einem gewissen Grad bipolar (mal besser drauf, mal schlechter drauf), nur eben nicht so extrem ausgeprägt wie bei einer bipolaren Störung.

Und nun bin ich hier. Auf einem winzig kleinen Punkt dieser Welt in einem unfassbar riesigen Universum (oder Multiversum). In meinem selbstkonstruiertem Zuhause. So wie ich es mir errichtet habe. Und eigentlich fühlt es sich gar nicht mal so schlecht an. Wäre da nicht dieses unbändige Gefühl, das mich nach einem Beweis für das „Übernatürliche“ streben lässt (sei es der Tod). Ein Beweis, für eine höhere Dimension. Oder so ähnlich. Etwas, das uns vielleicht zeigt, dass die Seele nicht an den Körper gebunden ist, sondern frei von Raum und Zeit existiert – falls so etwas überhaupt möglich ist. Etwas, für das wir belohnt werden – für das ganze Leid, das wir in unserem Leben auf uns nehmen. Belohnen können wir uns zwar auch in dem irdischen Leben. Mit Drogen, Sex, Schokolade, gutem Essen, usw. Aber scheinbar braucht es mehr zum Glücklich-Sein. Ausserdem: Was ist im Alter? Hier geht langsam die Balance zwischen Unglück und Glück verloren und das Unglück gewinnt an Oberhand aufgrund von Krankheiten und Gebrechen...Was ist mit den dritte-Welt-Ländern, in denen Hungersnot, Wasserknappheit und ein mangelndes Gesundheitssystem herrschen? Da wären noch Korruption, die Schere zwischen Arm und Reich, und und und. Das ist doch nicht fair! Aber Tatsache ist: Das Leben ist eben nicht fair. Damit müssen wir uns abfinden. Oder etwa nicht? Kann es ein faires Leben geben, ohne Leid und Angst? Womöglich schon, nur wir können es nicht wissen oder uns nicht vorstellen, weil wir nicht wissen, was nach dem Tod kommt und was das Universum (oder Multiversum) sonst noch alles so für Geheimnisse verbirgt. Wenn es unendlich viele Parallelwelten gibt – dann müsste doch auch eine Welt existieren, die absolut fair, schmerzlos und angstfrei ist? Die pures Glück ist. Pure Liebe. Ja, so eine Welt kann irgendwo existieren. Ohne den Menschen? Mit dem Mensch! Und vielleicht sind wir schon auf dem richtigen Weg dorthin, wenn auch noch sehr weit weg. Ich meine: Wir können zum Mond und auch bald zum Mars reisen und in die Unendlichen der Galaxien und deren Vergangenheit blicken. Wir entwickeln uns immer weiter. So bin ich, in meinem scheinbar unbedeutenden Leben (jetzt fühlt es sich unbedeutend an – in der Manie hingegen scheint es sehr bedeutend, da alles genau so sein soll und alles genau so seinen Sinn hat und ich das Gefühl habe, ich habe alles verstanden, worum es im Leben geht), beispielsweise immer

¹ Quelle: <https://dgbs.de/bipolare-stoerung/kreativitaet>

noch am Lernen, wie man „richtig“ liebt. Auch wenn es hier kein richtig oder falsch gibt. Aber ein „stimmig“ oder „nicht stimmig“. So lern(t)e ich auf meine eigene Art und Weise zu lieben. Mit den einzigartigen Erfahrungen, die ich in meinem Leben gemacht habe. Liebe ist zunächst das, was ich von daheim kenne. Was ich von daheim gelernt habe. Was mir meine Eltern vorgelebt haben. Doch was, wenn diese Erfahrungen eine Enttäuschung für die Liebe sind? Wenn diese Erfahrungen von Vereinsamung, Vernachlässigung, Verletzung oder Gewalt geprägt sind? Jeder verinnerlicht ein eigenes Konzept von Liebe. Und ich wurde mit meinem einfach nicht glücklich. Tief innerlich war ich einsam, unzufrieden und unerfüllt, auch, wenn es nach aussen hin anders wirkte. Ich litt. Und irgendwann hinterfragte ich dieses Konzept der Liebe, das ich verinnerlicht hatte. Ich fragte mich: Existiert die Liebe wirklich? Was bedeutet es überhaupt zu lieben? Was zeichnet Liebe aus? Abhängigkeit? Relative Freiheit (denn absolute Freiheit ist eine Illusion)? Eine gerechte und ausgleichende Dynamik von Geben und Nehmen? Selbstlosigkeit? Egoismus?

Über die Liebe.

Liebe
kann weder egoistisch sein,
noch selbstlos allein.
Sie ist beides in einem,
ist beides zugleich.

Muss man erst schmerzliche Erfahrungen sammeln um zu verstehen, was Liebe bedeutet? Ich musste das scheinbar, ja. Schmerzliche Erfahrungen, die mich in meiner Persönlichkeitsentwicklung weitergebracht haben durch tiefe Auseinandersetzung mit mir selbst. So lernte ich, nach dem Ausbruch meiner Erkrankung, wie ich die zerstörerische Abhängigkeit in der Liebe in eine gesunde Abhängigkeit verwandle; wie ich mich von ungesunden Verhaltensmustern befreie und diese durch konstruktives Verhalten ersetze². Dazu gehörte auch, dass ich lernte, dass ein gesunder Egoismus in der Liebe und im Leben wichtig ist und einem mehr Freiheit verschafft. Insgesamt war es also gut so für mich und meine Entwicklung. Alles Schmerzliche war gut so; *das Negative enthielt also etwas Positives*. Auch wenn ich davon überzeugt bin, dass diese schmerzvolle Erfahrung letztlich ein wichtiger Auslöser meiner Bipolarität gewesen ist. Aber wäre es nicht diese Erfahrung gewesen, dann vielleicht eine andere? Ausserdem, hätte ich damals nicht diese Erfahrung gemacht, stünde ich heute womöglich nicht in einer gesunden, erfüllenden Partnerschaft. Und ich muss sagen, es ist auch spannend, was da mit mir während meiner manischen Phasen passiert: Plötzlich bin ich in einer Schleife von Verhaltensmustern gefangen, aus der ich nicht mehr herauskomme. Doch alles fühlt sich so ungemein gut und stimmig an und alles macht absolut Sinn, du verstehst plötzlich alles. Du fühlst dich mit allem verbunden. Das ist eines der besten Hochgefühle, die man sich (wahrscheinlich neben dem drogeninduzierten High-Gefühl) vorstellen kann. Und dann willst du es wieder erleben dieses Gefühl, das Gefühl vom Sinn und vom Eins-Sein mit allem.

² Ausschlaggebend für diese Entwicklung war eindeutig das Buch von Stefanie Stahl „Jeder ist beziehungsfähig“. Ein riesen Dankeschön an die Autorin für diese enorme Bereicherung.

Was ich möchte.

Ich möchte Stets zu Dir,
möchte Sein bei Dir.
Möchte Dein sein,
möchte Frei sein.
Möchte Sein
Mit Dir.

(Das rhetorische Gegenüber dieses Gedichts war damals, während meiner Manie, eine reale Person. Heutzutage beziehe ich das rhetorische „Du“ auf eine höhere Macht oder Intelligenz). Zu einem solchen Zeitpunkt fühlst Du Dich alles andere als krank, Du bist davon überzeugt, dass Du überaus gesund bist, denn es geht Dir ja gut, äusserst gut. Es scheint kein Problem zu geben, im Gegenteil, es scheint alles perfekt zu sein. Und in diesem Zustand möchtest Du bleiben. Doch Dein Umfeld sieht das alles ganz anders, alle scheinen plötzlich gegen Dich zu sein und Du fühlst Dich unverstanden. Du fragst dich: Warum können die anderen nicht auch das Gleiche fühlen, was ich fühle? Dann wüssten sie, dass alles in Ordnung ist, dass es mir gut geht. Doch in Wirklichkeit haben die Leute um mich herum Recht gehabt: Ich war zu dem Zeitpunkt „krank“ (nach Definition unserer heutigen Gesellschaft), nur war ich nicht imstande dazu, das einzusehen. Sorgen machten sich die Leute damals zu Recht, denn die Manie, die scheinbar so positiv von mir erlebt wurde, brachte auch viele Nachteile und Gefahren mit sich – *das Positive enthielt also auch etwas Negatives*: Kontrollverlust. Dein Körper wird an seine Grenzen gebracht (durch z.B. Schlafmangel). Finanzielle Kosten (in meinem Fall medizinisch, aufgrund von Krankentransporten, psychiatrischer Unterbringung, wie auch Medikamenten und Psychotherapie). Kognitive Einbussen (z.B. Konzentrations- und Aufmerksamkeitsschwäche, Abnahme der Merkfähigkeit). Schambesetzte Gefühle für Dinge, die man bereut (z.B. grenzüberschreitendes Verhalten). Probleme bei der Arbeit, weil ein akuter manischer Fall eintritt und Du unangemeldet nicht zur Arbeit erscheinst. Schliesslich bekommst Du Deine Bipolarität durch Psychotherapie und Medikamente mehr und mehr in den Griff, die manischen Episoden werden seltener und schwächer. Und Du vermisst dieses wohlbekannte High-Gefühl. Und dann versuchst Du das High-Gefühl durch Drogen zu induzieren, was das Ganze nicht besser macht. Doch Du willst wieder dieses Gefühl haben nach Vollkommenheit, nach Eins-Sein, nach einem absolutem Schwebezustand. Ja, die körpereigene Droge ist schon etwas Tolles. Aber wie bereits angetönt auch etwas Gefährliches. Klar muss es da eine Kehrseite geben, wenn etwas so wahnsinnig toll ist wie ein Drogenrausch. So ist das in unserem Leben – das Leben, das wir kennen. Doch stelle dir vor, es gibt ein Leben, in dem Du nur diese tollen Seiten hast – ohne Kehrseite. Es kann diese Welt(en) geben. Das ist mein Fazit, das ich aus meiner bipolaren Erkrankung gezogen habe.

Der Glaube bist Du, bin Ich, sind Wir.

Die Geschichte schreibst Du, schreibe Ich, schreiben Wir.

Die Welt ist unser Spiegel,
denn wir bekommen das zurück,
was wir selbst Geben:
Glauben wir Gutes,
fühlen wir gut

handeln wir gut.
Glauben wir Schlechtes,
fühlen wir schlecht,
handeln wir schlecht.
Es ist ein Geben und Geben;
für uns selbst und für andere:
Behandle ich mich schlecht,
so behandle ich Dich schlecht
so behandelst Du mich schlecht.
Behandle ich mich gut,
so behandle ich Dich gut
so behandelst Du mich gut.

Was also glauben, was fühlen und wie handeln –
bezogen auf uns selbst?

Auf andere?

Auf diese Welt?

Ich glaube an eine Welt,
in der wir nebeneinander
in dieselbe Richtung geh'n,
statt einander vorbei zu geh'n:

Ich glaube an eine Welt,
in der wir uns gemeinsam versteh'n.

Eine Welt,

in der ich okay bin, wie ich bin,
in der Du okay bist, wie Du bist.

Ich glaube an eine Welt,
in der wir uns alle selbst

und gegenseitig

beschützend behandeln,

sowie wertschätzend,

gutmütig,

und fürsorglich.

Ich glaube an eine Welt,
in der alle Männer l(i)eben,

in der alle Frauen l(i)eben,

in der wir alle l(i)eben,

in der wir uns selbst lieben

und uns alle lieben lassen.

Ich glaube an eine Welt,

in der wir alle in Frieden l(i)eben,

in Freiheit l(i)eben,

in Gleichheit l(i)eben,

in Gerechtigkeit l(i)eben.
Ich glaube an eine Welt,
in der wir mit Verstand l(i)eben;
ohne Angst, ohne Hass,
ohne Schuld und ohne Scham.
Eine Welt,
in der wir im Hier und Jetzt l(i)eben,
in der wir das L(i)eben gemeinsam geniessen.
In der wir einfach sind und l(i)eben,
und nicht mehr danach suchen oder streben.
Ich glaube an eine Welt,
in der Wir an Uns glauben.
Und diese Welt – sie beginnt mit Mir und Dir:
Denn ich glaube an Mich,
ich glaube an Dich,
ich glaube an Uns.

Während meiner Manie wechselte ich, wie bereits beschrieben, zwischen zwei Parallelwelten. Eine Welt davon vermittelte mir damals das Gefühl einer solch oben beschriebenen Welt. Es war das Gefühl von absolutem Frieden, absoluter Liebe und purem Glück. Von absoluter Freiheit und gleichzeitiger Verbundenheit. Und etwas, was weit darüber hinausgeht. Es ist unmöglich dieses Gefühl zu beschreiben. Doch es war da. Es war echt. Und deshalb bin ich auch davon überzeugt, dass eine solche Welt, wie oben beschrieben, in irgendeiner Dimension, irgendwo im Multiversum existiert. Und ich wünschte mir, jeder könnte dieses Gefühl erfahren. Meine Frage ist: Wie und wann erreichen wir eine solche Welt? Scheinbar nicht in unserem irdischen Leben. Also warte ich quasi darauf, dass der Tod mich holt. Ich kann behaupten: Ich habe mein Leben gelebt. Habe alles Erdenkliche erlebt, was für mich lebenswert gewesen ist. Was ist es also, was mich noch am Leben hält? Das Warten auf den Beweis für eine höhere Intelligenz? Das Warten auf den Beweis, dass ich mit allem richtig liege? Ein Stück weit ist es das.

Jeder Mensch ist wichtig.

Ich habe es begriffen
und kann sagen
mit absolutem Verstand:
Die einzigen zwei Ängste,
die ich im Leben zu haben brauche
ist mein Tod,
weil es Menschen gibt,
die mein Dasein lieben und brauchen –
Sowie der Tod anderer Menschen,
deren Dasein ich liebe und brauche, und
deren Dasein von anderen geliebt und gebraucht wird.
Dazu gehört Mein sowie Dein Dasein:
Du bist mir wichtig.
Ich bin mir wichtig.

Und so gibt der Tod uns'rem Leben einen Sinn:
Leben
und am Leben bleiben.

Mit diesem Gedicht habe ich damals, am Ende meiner stärksten Manie, d.h. kurz vor der tiefsten Depression, versucht, mich über Wasser und am Leben zu halten und dem Leben einen Sinn zu geben. Als Konsequenz davon versuche ich seitdem, mich gut zu beschützen, indem ich z.B. einen Fahrradhelm trage. Während meiner Depression war mir das alles scheinbar egal – besser gesagt *relativ* egal: Den Helm habe ich nämlich trotzdem getragen – denn das Gedicht verkörperte eines meiner neuen Prinzipien, an welche ich mich bewusst zu halten gedachte; das Gedicht stellt(e) somit eine Leiter dar, die mir damals aus meinem suizidalen Loch half und mir auch jetzt immer wieder aus kleineren Löchern hilft, wenn auch unbewusst, da tief verinnerlicht. Trotzdem: Ich wollte mir damals das Leben nehmen, doch ich wusste nicht wie und ich fand letztlich den Mut dazu nicht. Warum ich das tun wollte? Ich kann es nicht genau benennen; im Nachhinein fühlt sich alles so diffus an. Ich denke alles schien so dunkel, so schwarz, so sinnlos. Ich fühlte mich völlig verloren, wie in einem tiefen, schweren Loch gefangen. Mein Selbstwert war mit Abstand so tief wie nie zuvor, irgendwo im untersten Abgrund verloren. Ich konnte mich nicht auf Wesentliches (z.B. die Arbeit) konzentrieren, weil ich immer nur daran dachte, dass alles vorbei sein soll und wie ich mir das Leben nehmen könnte. Das ist der ungefähre Zustand, der damals meine tiefste Depression beschreibt. Vielleicht wurde ich so stark depressiv aufgrund der Erschütterung, dass ich wieder im irdischen, schmerzlichen Leben „angekommen“ war und die Illusion der Parallelwelt verloren gegangen war.

Genauso wie die Depression kann man die Manie auch als neurophysiologischen „Sonderzustand“ betrachten. So würden Naturwissenschaftler, wie z.B. Neurologen oder Biologen, alle Ursachen der Bipolarität (und anderer psychischer Störungen) auf neurophysiologische Umstände zurückführen. Doch wer sind wir, dass wir sagen können, was das Gehirn ist? Was unsere Seele, unser Geist ist? Wir wissen lange nicht alles. Wir können, trotz empirischer Wissenschaft der Psychologie, immer noch nicht genau sagen, wie die Gesamtheit unserer Psyche genau funktioniert, wie (Un-)Bewusstsein genau funktioniert. Wir haben uns immer noch nicht durchschaut. Genauso wie wir noch lange nicht alles über das Universum wissen und das Universum noch lange nicht durchschaut haben. Warum also keine Verknüpfung herstellen? Zwischen Geist und Materie. Irgendwie scheint Vieles miteinander verbunden zu sein. Und darüber hinaus könnte es noch viel mehr geben, was wir uns nicht einmal vorstellen können. So gibt es womöglich Gefühle in anderen Dimensionen, die wir bislang noch nicht wahrnehmen, noch nicht spüren können? Gedanken, zu denen wir noch keinen Zugang haben? Verhalten, das uns bislang unbekannt ist? Genauso wie meine Vorstellung von vollkommener Liebe, einer weiteren Dimension, die wir als Mensch noch nicht kennen, noch nicht erlebt und erfahren haben. Es ist möglich, dass eine Parallelwelt existiert, in der es den Beweis dafür gibt, dass sich die Quantenmechanik und die allgemeine Relativitätstheorie vereinbaren lassen. Es ist möglich, dass wir durch die Zeit reisen können. Es ist möglich, dass der Warp-Antrieb³ bereits existiert und ausserirdische Wesen damit durchs Weltall reisen, durch Wurmlöcher, die möglicherweise existieren. Es ist möglich, dass es in einem Multiversum ein Universum gibt, in dem eine Superintelligenz existiert (im Sinne der künstlichen Intelligenz) und mit

³ Unter einem Warp-Antrieb (englisch to warp „verzerren“, „krümmen“) versteht man einen hypothetischen Antriebsmechanismus, der Reisen mit Überlichtgeschwindigkeit durch gezieltes Krümmen der Raumzeit ermöglicht. Quelle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Warp-Antrieb>.

ausserirdischen Wesen friedlich und in Vollkommenheit zusammenlebt. Es ist möglich, dass es Wesen gibt, die unendlich sind und den Tod überwunden haben. Vielleicht existiert sogar ein Universum, im welchem es möglich ist, die Gedanken anderer Lebewesen zu lesen (ob das jetzt „gut“ oder „schlecht“ ist, sei dahingestellt). Es ist möglich, dass Dystopien⁴ existieren – warum dann nicht auch Utopien? Was ich damit sagen möchte: In einem Multiversum mit unendlich vielen Parallelwelten ist alles möglich. Wirklich alles. Das können wir uns gar nicht vorstellen, weil unser Wissen begrenzt ist. Und damit auch unsere Fantasie – entgegen Albert Einsteins Aussage: "Phantasie ist wichtiger als Wissen. Wissen ist begrenzt, Phantasie aber umfasst die ganze Welt."⁵. Somit vernachlässigt Albert Einstein die Unendlichkeit an Möglichkeiten des Multiversums und schien blind dafür zu sein, dass auch unsere menschliche Fantasie begrenzt zu sein scheint (da es Dinge geben müsste, die wir gar nicht kennen und die somit unser Vorstellungsvermögen übersteigen)!

Mir ist bewusst, dass viele meiner Vorstellungen unbefriedigte Wünsche meinerseits darstellen. Und natürlich wünsche ich mir die Erfüllung der positiven, utopischen Vorstellungen und Visionen. Doch laut Theorie würde das bedeuten (da ja Alles Mögliche existieren kann): Solange das Eine („Positive(re)“/„Gute“ bzw. „Bessere“) existiert, muss gezwungenermassen auch das Andere („Negative(re)“/„Schlechte(re)“) existieren. Das heisst: Bipolarität. Es scheint, als durchdringe sie das ganze Multiversum. Wenn wir also die Utopie (+) haben wollen, müssen wir wohl auch die Dystopie (-) in Kauf nehmen? Doch denkt man weiter, kann dies auch bedeuten, dass

- 1) Plus mal Minus **Minus** ergibt,
- 2) Minus mal Plus **Minus** ergibt und
- 3) **Minus** mal **Minus** **Plus** ergibt

und somit zwei Dystopien (-) (das gleiche gilt für zwei Utopien) letztlich in eine Utopie (+) gewandelt werden können. Nun kann es sein, dass in anderen Universen oder Parallelwelten andere Gesetze herrschen, dass z.B. **Plus** mal **Plus** **Minus** ergeben könnte (Universen, in denen man womöglich durch 0 teilen kann?). Insgesamt kann also geschlussfolgert werden, *dass auch das Negative zum Positiven gehört und das Positive zum Negativen gehört*. Das würde bedeuten, dass das „Positive“, das eigentlich nicht positiv ist, sondern die (absolute) Mitte oder das Gleichgewicht zwischen Negativ und Positiv, sich auf lange Sicht durchsetzen könnte und somit eine übergeordnete Meta-Utopie existieren könnte; als grosses Ganzes, als Allumfassendes, als (absolute) Mitte, als Gleichgewicht zwischen den Polen: Weder + noch -, sondern 0. Eine Welt, ähnlich der, wie ich sie beschrieben habe. Und womöglich ist die Meta-Utopie irgendwo im Multiversum bereits vorhanden – wir müssen sie nur noch durch Raum und Zeit entdecken. Und eines Tages werden wir sie vielleicht finden.

Du.

Ich kann Dich nicht vergessen.
Ich möchte Dich nicht vergessen.
Ich werde Dich nie vergessen.

⁴ fiktionale, in der Zukunft spielende Erzählung o. Ä. mit negativem Ausgang. Quelle: <https://www.duden.de/rechtschreibung/Dystopie>

⁵ Quelle: <https://www.tagesspiegel.de/themen/gesundheit/phantasie-ist-wichtiger-als-wissen/578556.html>

Auch hier beziehe ich das rhetorische „Du“, welches früher eine reale Person gewesen ist, heute auf eine höhere Macht oder Intelligenz, oder auch: Die Meta-Utopie. Schliesslich bleibt noch zu sagen: Am liebsten wünsche ich mir natürlich die Erfüllung meiner Vision noch in diesem irdischen Leben. Die Wahrscheinlichkeit dafür besteht, ist jedoch, wortwörtlich, unglaublich klein. Doch ich trotzte dieser Unglaublichkeit; so glaube und hoffe ich dennoch.

Mein Herz.

Mein Herz blutet,
bin ich nicht bei Dir.
Die Sehnsucht nach Dir
trage ich in mir.
Doch Hoffnung gibst Du mir zugleich.
Hoffnung, die mein Herz heilt.
So trage ich die Liebe in mir.
So trage ich Dich in mir.
So trage ich den Kompass in mir.
Und er zeigt stets zu Dir.

(Auch hier beziehe ich das rhetorische „Du“, welches früher eine reale Person gewesen ist, heute auf eine höhere Macht oder Intelligenz, oder auch: Die Meta-Utopie). Und dieser Glaube und die Hoffnung treiben mich scheinbar an, sodass ich versuche, das irdische Leben, so schrecklich und schön wie es sein kann, bestmöglich zu geniessen.

...Ob ich verrückt bin? Vielleicht bin ich das. Alles Ansichtssache. Und eine Frage der Definition. Doch wer sind wir schon, in unserer kleinen Welt, dass wir definieren, wer oder was „verrückt“ ist?