2022	Nick Havelka *Im fine!?*	Universität für angewandte Kunst Wien
04.03.		Institut Bildende Kunst
06.03.		Grafik und Druck-grafik
07.03.		Univ. Prof. Jan Svenungsson
08.03.		Angestrebter akad. Titel: Mag. Art.
09.03.		Winter-semester: 2022
10.03.		
11.03.		
12.03.		
13.03.		
14.03.		
22.03.		
30.03.		
07.05.		
21.05.		
29.05.		

2022

04.03.

06.03.

07.03.

08.03.

09.03.

10.03.

11.03.

12.03.

13.03.

14.03.

22.03.

30.03.

07.05.

21.05.

29.05.

27.01. Die Arbeit besteht aus 42 kleineren, gerahmten Skizzenblättern (Faces), auf denen verzerrte, fahle Gesichter, neben anämische Fratzen ihr Dasein fristen und das visuelle Tagebuch Nick Havelkas darstellen. Weiters widmen sich drei großformatige Leinwänden, einer zeitlichen Zuordenbarkeit von Vergangenheit und der Gegenwart. Die multimediale Serie wird durch sehr persönliche Audiotagebuch-Einträge von Nick Havelka abgeschlossen.

Das Œuvre behandelt das Thema Depression, die psychische Störung als Erkrankung und gibt in Wort und Bild sehr intime und persönliche Eindrücke davon, was es bedeutet mit der Vielschichtigkeit von Leid undSchmerz; von der Erkenntnis das Hilfe gebraucht wird; der aerztlichen Diagnose; der Suche nach der geeigneten und richtigen Therapie- und Betreuungsplätzen; bis zur medizinischen Betreuung, umgehen zu lernen, um eine Form von Akzeptanz zu entwicklen, dass sich das Leben niemals wieder so anfühlen wird, wie man es zuvor kannte.

Der Versuch wird angestellt, ein Verständnis für das Leid welches mit Depressionen einergeht verständlich und greifbar zu machen. Eine klare Botschaft soll vermittelt werden; *ich bin hier und ich bin nicht allein.*

Titel *Mother tongue*
(42 Skizzenblätter)
Tech. Acryl auf Papier &
Mixed Media, 40×35cm

Titel *Crime sceen, Twisted dream, Night ride,* (großformatige Leinwände)
Tech. Acryl auf Leinwand &
Mixed Media, 230×190cm
Mit Max Brenner, Laura Voelkle, Felix Özelt, Johanna Schrotmeyer, Timotej Kosmel

Titel *Tagebuch*
(Audiotagebuch)
Stimme Simon Engl
Aufgez. Simon Öggl

04.03. Counting on me when I can't even count on myself. I need to slow down, (but) I need a good friend to come and tell me how. I need help.

Winterschlaf in Sommer 2021.

Wie kann ich den Alltag wieder bewältigen? Aufstehen, essen, Zähne putzen, einsteigen, aussteigen, einatmen, ausatmen – all das ohne Hoffnung? Die irgendwo tief, tief in mir steckt.

Mesmerized by the endless deep blue outside my window. I keep searching for you on the Moon of Jupiter, but you are still not there. We had a deal, and you gave up.

Should I do too?

Auf der Couch liegen und schlafen, obwohl man nicht mehr müde ist, um die Verantwortung zu vermeiden; so fühlt es sich an, wenn man nicht mehr kann. Warum, wofür, wie lange soll es noch so weitergehen?

When you kick a glass full of salt on the floor, what should you do / how should you react? Eat it until your stomach shrinks into a tiny stone that you can hold and look at. Then, take the stone and throw it as high into the air as you can. Maybe, if you are lucky, you will hit a star and make a wish. Be aware, these kinds of situations happen just from time to time and you need to be thankful.

Ich rede oft über das, was passiert ist, denke aber selten darüber nach, wie ich mich davon lösen könnte – es fühlt sich so leichter an. Heute habe ich jedoch gehört / gelernt, dass dies eines von mehreren Symptomen ist. Das selbst erlebte Trauma verdrängen, indem man es veröffentlicht.

He was standing over me but never looked down. I wondered what I did wrong. Why can't he give me the reason to punish myself?

„Der letzte da." Die Stagnation durchbrechen und Rituale anfangen, das ist alles, was ich tun kann. Nun, wann beginnen wir, mein lieber Nick? Zuallererst kaufen wir dutzend Rubbellose und erwarten den großen Gewinn.

06.03. „Ich bin da für dich“, sagte sie nach der dritten Tasse Kaffee und der vierten Zigarette. Das Leben hat sich noch nie so kalt und einsam angefühlt wie jetzt. Draußen finden die größten Demonstrationen seit Beginn des Krieges statt und ich sitze da in meinem warmen Zuhause. Denke an nichts, weil ich müde sein möchte.

Ich rufe Johanna an, bitte sie: Rette mich, komm vorbei, existiere mit mir in meinen Träumen und erklär mir die Welt. Ich vermisse dich und deine Stimme. Wo ist sie heute, warum taucht sie nicht auf? Im Hintergrund läuft die Waschmaschine und die Sterne werden heller. Aufzustehen fällt mir immer schwerer. Die Hoffnung ist das letzte, was uns bleibt.

Ich möchte schreiben und lesen lernen. Es fehlen mir nur noch 12 Minuten, um meine Ziele zu erreichen, aber wofür mache ich mir die Mühe? Gibt es ein Medikament dafür?

Heute bin ich zwei Stunden früher aufgestanden, als mein Vater erwartet hatte. Ich konnte seine Panik deutlich spüren. Er wusste, dass ich nicht schlafe und wartete, bis ich ihm ein Signal gab. „Heute bist du verkehrt eingeparkt im Bett“, sagte er mit einem gezwungenen Lächeln. Ja, heute habe ich gut geschlafen. Besser als vor einem Monat; länger, viel länger als ich wollte. Er ist wieder da, der Winterschlaf im Frühling. Alles tut weh und ich bin schwach, dies und das.

Es ist gefährlich, die Psyche und Kunst.

Ich versuche, zwei Seiten zu lesen und zittere am Schluss, weil ich nervös bin, weil ich nicht kann. Wovon? Schreiben tut doch gut. Nur die zu hohen Ambitionen treiben mich in den Wahnsinn. Danke, danke, dass du das liest, wer immer du bist.

Felix sagte mir, ich sollte nicht zu viel über mich erzählen, weil ich es irgendwann bereuen würde, Leute sehen dich nur mehr in diesem Licht. Ja, aber warum sollte ich mich dafür schämen? Ich schreibe, wie es ist; versuche nur meine Gedanken im Chaos zu ordnen. So wie sich hinzusetzen, um etwas zu malen. Es ist das Chaos, das mich überfordert und zum Zittern bringt. Ich möchte es mir zu einem Ritual machen, an jedem Tag, an dem ich dazu fähig bin ein paar Sätze darüber zu schreiben, wie es mir geht.

Was passiert, wenn ich brav bleibe; brav wie ein lieber Sohn, mit dem alle über seine lustigen Witze lachen. Du bist so sympathisch und nett. Wollen wir vielleicht in eine Karaokebar gehen oder versuchen wir mal eine Weile zusammen zu laufen und über das Wetter heute zu sprechen? Vielleicht vergessen wir lieber dabei auf die Grammatik zu achten und lachen über den toten Hasen, der auf der Straße liegt. Das wird aber niemand verstehen, niemand außer...

06.03. 0,22 Sekunden – so lange ist der Wille des Lebens auf Toastbrote zu warten. Marmelade, Butter und leicht verbranntes Toastbrot. Verbannte Kombination, die ich gerne langsam wiederentdecken möchte. Nichts macht Sinn. Nicht einmal das Toastbrot schmeckt. Bröseln liegen überall.

Die Sterne sind hinter schwarzen Wolken verschwunden, Bomben explodieren und Raketen fliegen weiter. Weinst du? Warum? Sei ein bisschen geduldig, es ist noch nicht vorbei, es hat doch gerade erst angefangen.

Eine Kette ist nur so stark wie ihr schwächstes Glied. Wussten Sie, dass auch Ketten irgendwann brechen? Das interessiert mich genauso viel, wie die Begründung der Nachbarin, die damals ihren Garten angezündet und verbrannt hatte. Sie wird schon einen Grund dafür gehabt haben.

Denke ich.

Die Angst, einen Fehler zu machen ist so lächerlich! Ich bin immerhin ein Fehler, warum sollte ich Angst von mir selbst haben? Alles, was ich aufbringe, ist eine unsichere Handlung nach der anderen, die jederzeit lebensbedrohlich werden könnten. Wird schon werden, ich glaube an dich. Wie schön und leer diese Worte sind. Sie sind aber da. Ich denke, spüre, fühle, träume, weine und liege im Bad. Schwimmen in Tränen ist die neue Ausdrucksform. Ich höre heute sicher nicht auf, weil er an mich glaubt. Und das brauche ich ja – ich brauche es mehr, um näher zu dir zu sein.

Kaltes Wasser ist ein gutes Werkzeug, um zu frieren und sich dabei zu spüren. Kalt duschen hätte sich die Nachbarin sollen; dann wäre alles leichter gewesen. Vielleicht wollte sie nie im Grünen leben und hat die Wüste bevorzugt.

Ich vermisse dich, aber bitte schreib mir nicht mehr, es ist für mich unerträglich, wenn es dir so geht. Claire de Lune, 5-Mal die Woche eine Stunde lang. Debussy macht mich müde und ich möchte müde sein – oder nicht lieber wach bleiben?

Jedes Mal, wenn es schlimm wurde, habe ich mir den Kopf glattrasiert, um den Druck abzulassen. Ich dachte, ich hätte mich damit ein bisschen gereinigt, aber es war nur ein Zeichen des allerletzten Aufgebens, das Traumbild eines neuen Anfangs. Heute aber nicht mehr.

Als Kind habe ich viel erlebt und habe einen kleinen Schutzmechanismus dafür entwickelt; ein Spiel. Jedes Mal, wenn das Leben unerträglich wurde, habe ich mir gesagt, dass ich neues Leben anfangen werde – alles, was es dafür braucht, ist ein Fingerschnippen. Ein sehr einfaches Spiel. Ich habe es oft gespielt, so oft, dass mir die Finger wehgetan haben.

06.03. Ich hatte eine wunderschöne Kindheit und eine Familie, die mir jeden Wunsch von den Augen abgelesen hat. Nur ich war auf eine Art und Weise kaputt und niemand wusste, wie man so einen braven Jungen reparieren sollte. Ein kaputtes Werkzeug kann man einfach wegschmeißen und sich ein neues kaufen; ein Kind geht nicht so leicht zum Entsorgen. Ich war immer, immer wieder da obwohl ich es nicht sein wollte.

Rote Falken schmecken wie Erdbeeren oder weiße Ameisen schmecken wie rote Falken?

Ich weiß es nicht, es sollte nicht so laut gesagt werden, aber was soll`s, ich tue ja niemandem weh. Das ist für mich die schönste Form des Ausdrucks. Ich fühle mich wieder wie ein Kind, muss nur lernen, mich wieder selbst zu öffnen und meine Phantasie befreien. Wie Drachen steigen lassen, einfach laufen und dabei direkt in die prallende Sonne schauen.

Heute habe ich mir die gleiche Frage gestellt: Würdest du in der Zeit zurückreisen wollen um etwas in deinem Leben zu verändern? Nein, ja, es geht nicht, warum geht es nicht. Schon wieder.

Nichts bereuen – das haben sie uns in der Klinik beigebracht und wiederholt, und wiederholt, und wiederholt. Sei stolz auf das, was du geschafft hast. Du bist im Hier und Jetzt und das verbindet uns alle, egal von wo du kommst, wer du bist und was du hinter dir hast. Ich hatte mir nie gedacht, dass ich für gewisse Leute Mitgefühl haben würde. Sie sitzen alle gemeinsam mit dir im selben Boot und wissen nicht, wofür sie bestraft werden. Oder vielleicht schon. Sie bereuen es tief und hoffen, dass die Hoffnung wiederkommt.

17 Jahre keine Stille gehört. Gute Nacht, mein Freund Tinnitus.

07.03. (Samozrejme je to smutny ale karma rozdala karty, chces rict moji realitu? Vubec nic nepobiram, ale radsi ti to vsechno reknu. Ten den jsem se vsechno dozvedela.)

Natürlich ist es traurig, aber Karma hat ihre Karten bereits ausgeteilt. Willst du meine Realität hören? Ich verstehe nichts mehr, aber ich sage dir lieber alles.

Heute habe ich alles erfahren.

08.03. Yesterday I couldn't breathe or have fun and forget about the unnecessary worries consuming my mind. Today I will fly into the sky and watch you, while all the little birds eat your dreams.

Alles scheint in Vergessenheit zu geraten.

She leaves a little smile behind because there are only few boys one can count on. It’s just bad luck. I change my way so no one can fight my decisions. I just want to be born again and again and again. I want to be followed, then change my answer so no one can see or understand me. Disappear in your dreams and hold your hands.

Es gibt kaum noch Orte, an denen es mir gut geht. Heute ist der Tag wieder etwas langsamer geworden; die Welt dreht sich aber in die falsche Richtung.

09.03. The sky turned purple. My mind went away and stayed for a while. This time I had hoped for more.

Weiße Ameisen bahnen sich ihren Weg durch die Stadt und du fragst mich immer noch, was ich essen möchte. Sei nicht so lächerlich! Du, du im Eck.

The one who gave up on me and turned to the never-fallen hero now could see that I never faked it. It was real and hurt to even watch when you understood. He then realized that this was no game anymore. The real time, the real place.

Ich schreibe still in ihrem Zimmer, während sie ihre Arbeit finalisiert. Laut einatmen und leise ausatmen. Das ist es angeblich – das ist die Wahrheit, der wir alle blind nachlaufen.

There's a nude self-portrait hanging over my bed.

10.03. Ruf mich bitte an, wenn du wach bist! Ich kann dich nicht erreichen! So geht es nicht weiter. Du musst mehr Verantwortung übernehmen und aufhören in deiner Märchenwelt zu leben.

Aber wie? Erkläre es mir bitte, ohne zu schreien – so gewaltfrei, wie du nur kannst. Wir lösen das Problem gemeinsam, wenn du magst. Du musst nur Geduld mit mir haben, gerade geht es nicht schneller. Wäre es doch möglich, morgen Abend schon nach Hause zu kommen? Ich habe mir nur ausreichend Medikamente bis Freitag mitgenommen. Hoffentlich passt alles. Ich bin so glücklich, aber auch nervös. Freust du dich schon? Antworte jetzt sofort.

Viele Menschen denken, alles sei mir egal; aber das stimmt nicht, ich habe mich nur sehr verlaufen und jeder Schritt kostet mir unvorstellbar viel Energie. Am liebsten würde ich einfach nur schlafen und mich verstecken. Oder eine Zigarette nach der anderen rauchen und mir dabei überlegen, wie die nächste wohl schmecken wird. Mein Kopf ist leer. Es existieren heute keine Gedanken und die Energie fehlt. Ideenlosigkeit im wahrsten Sinne des Wortes. Es interessiert mich nichts mehr.

Meinen Platz kenne ich doch, es ist der, wo mich niemand etwas fragt und nichts von mir verlangt. Ich kenne dich von früher. Bleib wo du bist, wir treffen uns bald wieder.

Mit dem Messer können wir gemeinsam auf dem Bildschirm kreisen und unsere Namen reinritzen. Jetzt treffen wir uns einfach erst mal und bleiben eine Weile zusammen.

11.03. Das Geräusch einer Säge im Hintergrund, ein schlafender Mensch im Vordergrund.

Wir begegnen uns wieder; dort, wo alles angefangen hat. Bei dem Baum wo nichts wächst und wo man Handschuhe aus trockner Haut tragen musst. Die Sonne scheint so stark, dass nicht mal die teuren Sonnenbrillen als Schutz reichen. Kristalle aus Salz zerrinnen auf der Straße. Der verletzte Wolf ist wieder da.

I feel like what doesn't kill you makes you stronger, yeah sure.

Der Geschmack in meinem Mund ist so geschmacklos aber mittlerweile auch bekannt. Wie Eisen, aber es ist kein Blut. Sie hat ihr das Geheimnis nicht verraten, obwohl sie sich immer alles sagen.

Was it a mistake?

Schläfst du wieder?

2022

12.03. Heute bitte nicht.

13.03. Die Beobachtung meiner eigenen Psyche kommt mir vor wie ein unbekanntes Spiel, das ich trotzdem verstehen möchte. Die Medikamente sind da – ich kann sie alle zählen. Es sollte alles funktionieren wie geplant, obwohl von stabil sein noch lange nicht die Rede ist.

„Weißt du, es ist nicht deine Muttersprache –
wie solltest du es dann schaffen."

Mutter, wie sollen wir es nur schaffen?
Wir sitzen alle wieder bei dem Tisch aber Opa fehlt.

„Warum ist er eigentlich nicht da, kommt er wieder?"
„Nein, nein er bleibt woanders."

„Ist er gestorben, so wie die Großtante?
Ich habe mich aber von niemandem verabschiedet."

„Das ist jetzt schon egal, mein Lieber,
es ist jetzt schon egal."

Dieser Text sollte mir helfen, Ordnung in dem immer wiederkehrenden Chaos zu finden. Eins, zwei, drei, vier. Stell dir einfach alles bunt vor, dann wird es dir besser gehen. Farbe nach Farbe, Zahl nach Zahl. Es wird sowieso niemand verstehen. So wie du, hast du überhaupt eine Ahnung, was los ist? Gestern hattest du das Gefühl, das alles wieder besser werden wird. Der Tag war zwar bis auf einen kurzen Moment schwierig, aber du dachtest es war wunderschön. Am Abend hast du nur geschrieben: „Heute bitte nicht".

Heute bitte nicht. Die Wahrheit ist, ich möchte feiern gehen, trinken, rauchen, kotzen, schlafen, aufstehen und alles wieder von vorne beginnen. Wieder nach vorne gehen. Hauptsache vergessen. Dies ist das Rätsel, das ich lösen möchte. Wissen Sie, das Schwierigste ist, dass es nichts gibt, worüber ich schreiben kann. Es liegt alles nur in meinem Kopf. Vielleicht sollte ich endlich meine Vergangenheit verarbeiten, aber das würde zu viele Menschen verletzen; allen voran mich selbst. Jetzt bin ich hier und möchte nicht mehr zurückschauen. Vielleicht, weil ich dies schon so lange getan habe. Ich bin in der Zeit eingefroren und habe mich keinen Millimeter weiterbewegt. Dieses schwere Gewicht auf den Schultern. Man möchte sich nur hinlegen und die Augen schließen; mit dem Wunsch, dass dann alles besser wird. Hier drin liegt die Hoffnung, dass im nächsten Augenblick ein neuer Tag anbricht. Ein neuer Tag, ein neues Leben, ein neues Ich mit einem klaren Kopf und einem Lächeln auf dem Gesicht. Ein Ich, das sich selbst umarmt. Das passiert aber kaum.

Eigentlich nur einmal im Jahr. Ab diesem Punkt geht es wieder bergauf aber bis dahin: bitte, bitte rette mich.

13.03. Wie oft muss ich noch stumm schreien?

Ich bin gefangen in meinem Selbst, das mich langsam auszieht und in eine kalte Hölle einsperrt. Dort treffe ich auf Prometheus. Er ist jedoch nicht mehr da; nur sein Schatten ist geblieben.

Das Schlimmste sind die manischen Phasen; Phasen der Versprechungen und der falschen Hoffnungen. Unerklärliche ausschweifende Energie und die Lust aufzuleben.

Ich habe es euch ja gesagt: ich liebe das Leben, ich bereue nichts und möchte 100 werden. Ach Gott, wer war ich, wer bin ich, wo bin ich, was hast du mit mir noch vor?

Heute ist es nicht so. Heute möchte ich nur schlafen. Ich stehe früh auf um ins Atelier zu fahren. Vor allem um dort schlafen zu können. Viele schauen zu, aber trauen sich nicht mich zu fragen. Noch nicht, lautet jedes Mal die Antwort.

Ich erfinde Strukturen, nur um sie wieder bald darauf wieder zu vernichten. Vielleicht sind die Ordnung, Regeln und Gehorsamkeit zurzeit meiner größten Feinde. Macht schon Sinn, wenn ich darüber nachdenke.

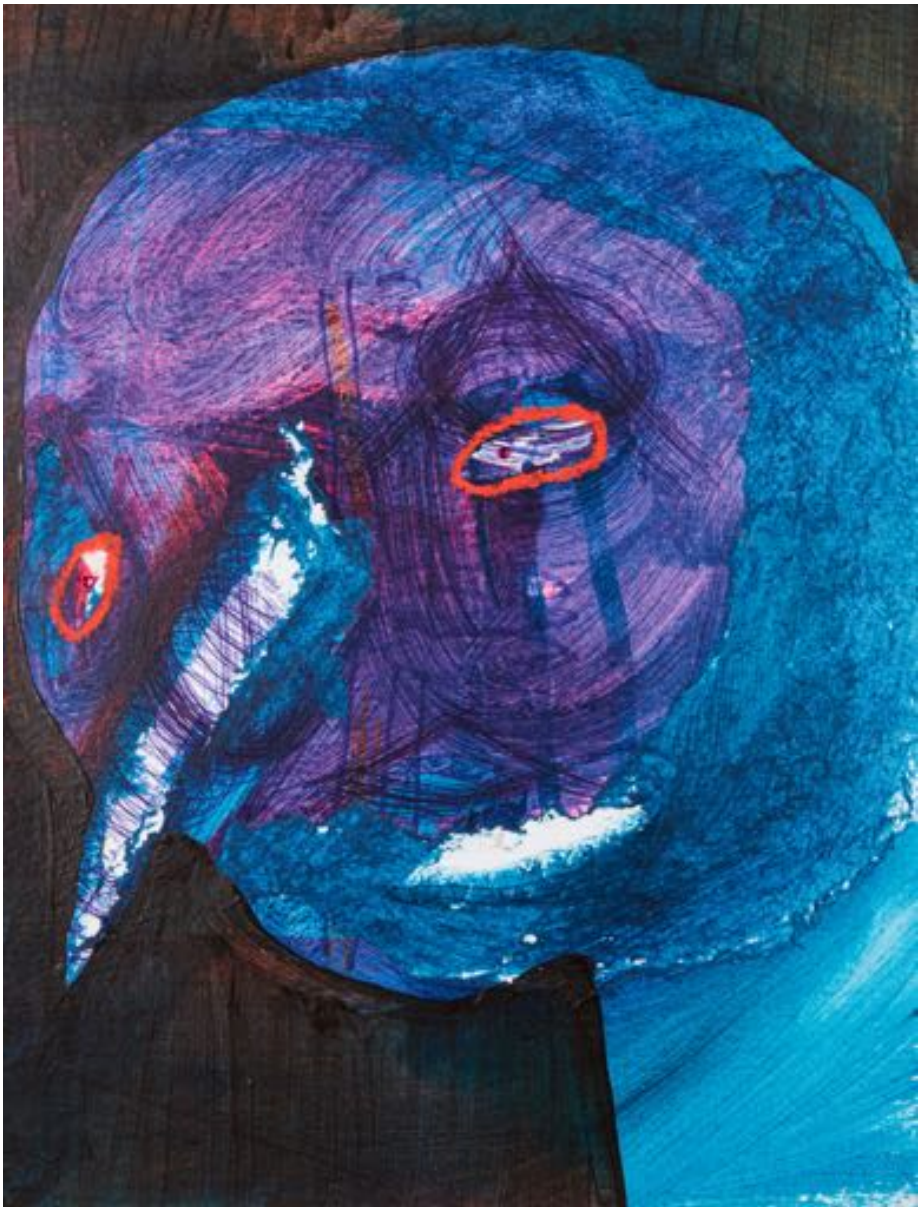
Morgen stelle ich mir den Wecker wieder ein.

14.03. California Girl, I am dreaming of you. I lost myself again.

Vier verpasste Anrufe und trockene Fingerspitzen; der Sommer-Winterschlaf ist da.

Was wollen sie alle von mir? Kann ich denn nicht für ein paar Tage einfach unsichtbar werden? Dann würde ich so lange schlafen, bis ich vergesse, warum ich eigentlich schlafen wollte. So stelle ich mir einen schönen Sommertag vor. So wie immer. Was mich am allermeisten beunruhigt, ist der Mangel an Interesse. Nichts hat einen Sinn und ist reine Zeitverschwendung – so wie die eigene Existenz. Die Freunde habe ich absichtlich verloren und vermeide jeglichen Augenkontakt mit denen, die mir helfen wollen. Ich bin nicht glücklich, so wie du! Wenn mich aber jemand fragen würde, warum ich mich so fühle, würde ich nicht antworten können. Ich weiß es nämlich nicht. So, als würde mich mein eigener Geist absichtlich mit existenziellen Ängsten quälen, die keinen wirklichen Grund haben. Wenn ich dieses Mysterium verstehen könnte, wäre das ganze Sorgen machen nicht notwendig. Dann könnte ich einfach dem Plan folgen. Ja, aber welchem? Es gibt keinen! Nicht heute, nicht morgen. Er versteckt sich irgendwo schweigend auf dem Weg und wartet darauf, dass ich über ihn stolpere. So wie man über eine Wurzel auf einem staubigen Feldweg stolpern kann.
Je mehr ich mich nach diesem Wunder sehne, desto mehr verblasst die Realität vor meiner Nase. Wie im Nebel, gerade aus einem tiefen Schlaf aufgewacht, einfach verwirrend.

22.03. Der dritte Tag in Quarantäne. Auch mich hat es erwischt, obwohl ich lange ungetroffen durch das Minenfeld gelaufen bin. Ich habe seit einer Woche nichts mehr geschrieben, die Gedanken dafür waren einfach nicht da. Und sind es, um ehrlich zu sein, immer noch nicht.



30.03. Wie fange ich nur an. Wieder ist eine Woche vorbei und ich bin hier. Schreiben, lesen oder zeichnen geht gar nicht. Eine massiver Blockade. Ich weiß nicht, was ich tun müsste, um es zu verändern; warten? Wie immer.

Oft frage ich mich, ob ich zu faul sei und vergesse dabei, dass alles der Krankheit geschuldet ist. Diese freut sich, wenn ich mich selbst aus den Augen der anderen sehe und ein noch schlechteres Gewissen habe. Letztendlich hat die Depression nur ein Ziel, den Tod. Dieses Thema ist sehr bitter, weil es uns alle betrifft. Eine Depression ist eine sehr schwere Krankheit, die oft unterschätzt und kaum verstanden wird. Ich leide darunter schon mindestens seit meinem 17. Lebensjahr und habe immer noch nicht gelernt, damit nachhaltig umzugehen. Wenn ich darüber spreche, dann nur oberflächlich und leise, so dass es fast niemand verstehen kann. Dann erzähle ich, dass ich ständig Angst habe, nicht gut genug zu sein, dass ich mich selbst hasse und dass mein Antrieb einfach nicht existiert. Das sind alles Sachen, die manchen bekannt sind – so stellt man sich die Krankheit auch vor, aber warum, warum hat eine Depression gerade so einen Ablauf? Warum bin ich so wie ich bin?

Der Tod ist der Teufel der Depression. Wir wissen es alle sehr gut, wollen darüber aber nicht sprechen.

In der Psychiatrie habe ich viele Menschen getroffen, die sich umbringen wollten oder es immer versuchen. So wie ich.

Ich wurde am 11.6.21 in die Psychiatrie in Tulln eingeliefert wegen einer Tat, die aus heutiger Sicht als einen „Hilfeschrei" bezeichnet wird. Von diesem Moment an hat sich mein Leben komplett verändert; ich wurde immer unselbständiger und folgte Anweisungen.

Es war wirklich traurig. Ich habe Freunde verloren, die ich mit meinen Handlungen erschrocken habe und meine Familie absolut zerrissen. Ich habe eine Atombombe ausgelöst und zugeschaut, was als Nächstes passieren wird. Und es ist viel passiert. Aber darüber möchte ich gar nicht schreiben. Jetzt bin ich erneut, nach mehreren Wochen in der Psychiatrie, an einem Punkt, wo ich wieder schlechte Gedanken habe. Weil die Depression eine schwere Krankheit ist, sie nimmt einem alles, was man gernhat und verwandelt es in eine absolute Leere; einem Gefühl, das man nicht beschreiben kann. Wenigstens weinen können wäre schön.

07.05. Ich bin müde. Schlafe nur noch und hoffe, dass es irgendwann vorbei ist. Ich kann nicht lesen, schreiben, malen; die Konzentration dazu fehlt an allen Ecken und Enden. Am liebsten wäre ich nicht mehr hier. Aber das geht nicht. Mir fehlt die Kraft, irgendetwas zu machen. Schicken Sie mich nach oben – ich kann nicht mehr.

21.05. Gestern ist für mich etwas Unerwartetes passiert: ich war kurz sorgenlos.

All das, weil ich meinen sicheren Ort besucht habe. Einen Ort, der nur für mich existiert und an dem ich die Ruhe bewahren kann. Er liegt nicht weit von dem Haus meiner Großeltern entfernt, aber ich habe es irgendwie geschafft, ihn zu vergessen.

Mit Musik aus meinen Kopfhörern und einer angezündeten Zigarette in der Hand blicke ich in die Ferne und denke, dass mich jetzt nichts aufhalten kann. Wo liegt die Grenze zwischen Ruhe und Wahnsinn?

Der Tag ist heiß und schön; wie alle anderen in der Sommerzeit. Nur ich stehe hier; erfüllt voller unerklärbarer Angst.

Doch es ist ein Versuch für mich wert zu verstehen, was mich Jahre lange geprägt und meine Einschränkung ins Leben gerufen hat. Es passiert nicht so oft.

Grenzen waren für mich immer große Hindernisse, die man übersteigen musste, um Schritt für Schritt voranzukommen. Manche von uns haben mehr und manche weniger Grenzen zu überwinden, aber jeder Versuch benötigt genau so viel Kraft und Anstrengung, wie der vorige.

Es kommt darauf an, wie oft man es schaffen muss, denn irgendwann sind wir endlos erschöpft und das ist jetzt bei mir der Fall.

Stellen Sie sich eine Leiter vor, die in dem Nichts schwebt. Auf dieser Leiter befinden Sie sich und klettern weiter nach oben ohne zu wissen, wann Sie das Ende erreichen werden. Und um es noch weiter zu erschweren: dieses Ende konnte zwei Richtungen haben, entweder unten oder oben. Es ist schwierig, immer im Gleichgewicht zu bleiben. Das Unvorstellbarste bei diesem Kampf ist die gähnende Leere. Man hat keine Bedürfnisse, Lust, Freude; man verspürt bloß Kälte, die sich überall verteilt und einen langsam erfrieren lässt. Schlaf scheint in diesem Fall der einzig wirksame Fluchtweg zu sein. Solange die Augen zu sind, kann man nicht sehen, zu welchem Ende die Leiter führen wird.

Solche Themen bildnerisch darzustellen, gestaltet sich als sehr abstrakt; da ich figurativ arbeite, geht es in Richtung sich wiederholender gesichtsähnlicher Motive, die einem die Kälte und die Menge von Angstgefühlen vermittelt.

Es ist eine unterbewusste Handlung, die sehr viel Zeit in Anspruch nimmt. Es dauert lange, sich aus der eigenen Antriebslosigkeit herauszuholen. Zuerst kapselt sich man ab und fängt an, unsichtbar zu werden. Zuletzt ist man nicht mehr da und hat das Ende erreicht. Jetzt ist die Frage, in welcher Richtung dieses liegt.

21.05. Egal wie sehr ich versuche mich von dem Thema fernzuhalten, es kommt wieder zurück.

Die Mauer der Vergangenheit gehört zur Grenze Nummer eins; diese zu bewältigen ist oft der schwierigste und längste Teil des Prozesses. Es ist aber der wichtigste Baustein in der Lösung des Problems und gehört zur Heilung dazu.

Mein sicherer Ort existiert hier und ich darf es nicht wieder vergessen. Die Mücken waren gestern überall.

Papa, darf ich dir eine Tschick klauen?

29.05. Ich sitze in meinem Gefängnis und denke über die Möglichkeiten nach, die mir dieses Leben gegeben hat, anstatt fernschauen zu gehen. Heute gibt es im Fernsehen nichts zu sehen. Lieber mache ich mir ein Bier auf und schreibe ein paar Sätze auf. Wie war dein Tag heute? Es haben mir viele Leute geschrieben und erwartet, dass ich ihnen antworte, aber das tue ich nicht, weiß auch nicht warum; das passt nicht zu meinem Versteck, das ich mir aufgebaut habe. Mein Gefängnis im Kopf hat keine Fenster, es kommt keine Sonne rein, nur durch die Augen und genau deswegen habe ich die Augen wenn möglich zu.

Ein missverstandener Kuss ist schlimmer als ein Dorn in der Hand. Ah ja, heute war ich Eis essen.

Lord have mercy. I can´t go back.

Erinnerungen sind in mir eingefroren und ich kann sie nicht mehr lesen. Gibt es Medikamente für alles? Absolute Zerstörung. Mein Geist ist irgendwo verschwunden. Du bist plötzlich von dem Erdball verschwunden. Ja, das bin ich.

2022 Nick Havelka
Im fine!?