



SWR2 Essay

## Leicht muss man sein...

Lektionen in Demut

Von Nina Omilian

Sendung: Montag, 22. April 2019  
Redaktion: Michael Lissek  
Regie: Alexander Schuhmacher  
Produktion: SWR 2019

SWR2 Essay können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter [www.SWR2.de](http://www.SWR2.de) und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:  
<http://www1.swr.de/podcast/xml/swr2/essay.xml>

---

### Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

---

### Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen. Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert. Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder [swr2.de](http://swr2.de)

### Die neue SWR2 App für Android und iOS

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...  
Kostenlos herunterladen: [www.swr2.de/app](http://www.swr2.de/app)

Leicht muss man sein...

„Leicht muss man sein, mit leichtem Herzen und leichten Händen, halten und nehmen, halten und lassen. Die nicht so sind, die straft das Leben, und Gott erbarmt sich ihrer nicht.“

(Rosenkavalier, 1. Akt, Marschallin, Musik im Hintergrund)

Das Pferd hob den Kopf. Ein ungewöhnliches Bewegungsmuster ließ es im Kauvorgang innehalten. Ohne das mahelnde Dröhnen im Kopf konnte man die Sachlage besser einschätzen. Fight or Flight? In ungewöhnlich gebückter Körperhaltung versuchte Lieblingsmensch das Frühstück zu servieren. Die Schubkarre, mit viel zu wenig Heu beladen, schwankte verstörend. Es war offensichtlich: Lieblingsmensch de-evolutionierte.

Die Krone der Schöpfung wackelte bedenklich auf ihrem blassen Haupt. Genau an der Futterstelle sackte das halbaufgerichtete Raubtier in sich zusammen. Gesicht gen Schlamm. Das Pferd macht eine innere Notiz: „Dienstag, 8 Uhr: Schwerkraft intakt.“

Im Fallen schien Lieblingsmensch nach etwas greifen zu wollen. Sie zeigte ihr Schmerzgesicht.

Das Pferd macht eine Annotation: „Dienstag, 8 Uhr 1: Daumen werden überschätzt.“

\*

Mit der Nachricht des nahenden Todes bricht die Linearität der eigenen Existenz in sich zusammen. Das Konzept entwertet sich urknallend. Nicht, dass es je von Wert gewesen wäre oder auch nur sinnhaft. Es enttarnt seine Wertlosigkeit. Eine so wenig bedauerliche wie über die Maßen schmerzhaft Implosion aneinandergereifter, lieb gewonnener Irrtümer also. Wir haben den Begriff der Zeit erfunden, angelehnt an die biorhythmischen Gegebenheiten unseres Säugetierdaseins, um den Eindruck von Planbarkeit aufrecht zu erhalten. Seit wir von den Bäumen geklettert sind und Neandertal besiedelt haben, planen wir. Bestenfalls Fruchtfolgen, schlechtestenfalls unser Leben. Mit dem Plan kam die Bilanz in unser Dasein, eine verschärfte Form der Bewertung. Ohne Plan herrscht Panik. Oft leben wir nur noch im Plan, in der Vorstellung, in mühevoll aneinandergehefteten Fetzen unserer Selbstbilder und Eigenwahrnehmungen, genießen ihre kollektive Bewertbarkeit und messen unseren Selbstwert in ihnen. Ein Spiegelkabinett.

Die Nachricht des nahenden Todes zertrümmert all das. Für einen kleinen Moment empfindet man große Erleichterung. Der größte anzunehmende Unfall hat sich ereignet, und noch ist da nicht Nichts. Im Gegenteil. Endlich ist man im Eigentlichen angekommen. Hierum also ist es die ganze Zeit gegangen. Jetzt, jetzt wüsste man, wie zu handeln gewesen wäre, von nun an würde man so vieles anders machen. Wäre da nicht der so schnell nahende Tod. Gelingt es, ihn ein Weilchen aufzuhalten, bringen die Scherben des Spiegelkabinetts Glück. Irgendein Glück. Vielleicht.

Bislang verbot sich die Anerkennung der bloßen Möglichkeit des Todes. Des eigenen. Leben muss auf Leben gepolt bleiben. Zu groß ist die Verlustangst um etwas, das wir nie besitzen. Wir leben tagein, tagaus, als hätten wir unsere Existenz in Händen.

Kurz vor dem Urknall hielt ICH noch eine Türklinke in der Hand.

Die Tür führte auf eine Bühne. Die Hand wartete auf die richtige Stelle in einer Musik.

Es galt einen wohlgeprobten Abend lang eine große Frauengestalt des 19. Jahrhunderts zu verkörpern. Clara Schumann. Feine Töne, große Gefühle, Monologe wie ein Halbmarathon. Ich liebe diese Verausgabung. Lampenfieber kannte ich nie, nur Vorfriede. Auch auf die lustvolle Erschöpfung hinterher, das Alles-Gegeben-Haben.

Dieser Abend war anders. Seit Wochen plagten mich Schmerzen im unteren Rücken. Starke Schmerzen. Aber Soldatentöchter weinen nicht. Sie kämpfen. In Ermangelung eines anderen Feindes bevorzugt gegen sich selbst. Noch acht Takte, noch vier. Im Moment des Einsatzes dann der eine unerhörte, nie dagewesene, undenkbar Gedanke.

„Heute schaffst Du es nicht.“

(Musik Schumann, kurz)

Der Abend ging vorüber. Das Publikum applaudierte. Ein „Ridi, Pagliacci“-Moment. Adrenalindurchflutet glaubte ich kurz an eine Art Wunderheilung.

Zuhause dann verfolgte mich meine schwarze Katze Salomé bis ins Schlafzimmer. Sie hasst Menschen. Mich duldet sie. An guten Tagen. Anfassen ist nicht. In dieser Nacht legte sie sich auf meine Brust und schnurrte bis zum Morgengrauen.

Ich tat vor Angst kein Auge zu.

Am nächsten Morgen hatten sich meine schauspielerischen Möglichkeiten körpersprachlich auf den „Glöckner von Notre Dame“ reduziert. Ein unhaltbarer Zustand. Ich fuhr ins nächstgelegene Krankenhaus.

**(Klang:**  
Echolot)

Etwas stimmte nicht mit den Locken der jungen Ärztin.

Gemessen an ihrer Fülle, dem Grad ihres Gekringelt-Seins und der würdevollen Kraft im Gang ihrer Trägerin bewegten sie sich viel zu verhalten. Zu gering ihr vertikaler Ausschlag. Zu klein die Amplitude. Die gesamte Ärztin näherte sich mir

unverhältnismäßig langsam. Als würde sich ihr solar plexus einem Widerstand entgegenstemmen müssen. Und die Locken karikierten diese Bewegung im Zeitlupentempo.

Das mir zugewiesene Bett stand in einem brandenburgischen Provinzkrankenhaus auf einem Gang zwischen Aufzug und Toiletten. Man hatte mich mit dem Hinweis hierher gerollt, dass man noch nicht genau wisse, wohin mit mir. Jedenfalls solle ich liegen bleiben.

Dabei war ich doch nur wegen der starken Rückenschmerzen gekommen. Wollte meinen aufrechten Gang wiederhaben. Ratzfatz röntgen, eine Spritze, Klaps auf den Po und zurück auf die Bühne. Schumann spielen.

Die Ärztin schien so überweiß in dieser uncharmanten Beleuchtung. Bestimmt war sie übermüdet.

Ich versuchte, beruhigend zu lächeln. Sicher nicht leicht, der Beruf, die offensichtliche Überbelegung und dann diese verhaltensgestörte Lockenpracht.

Während ich mir in der Rolle „mütterliche Patientin“ gefiel, erreichte die junge Frau mein Bett. Sie erwiderte mein Lächeln nicht.

Sie hatte den falschen Text vorbereitet.

„Frau Omilian, es tut mir leid, Ihnen sagen zu müssen, dass wir ein Gerinnsel in der Nähe ihres Herzens gefunden haben.“

Ich lachte laut los. Nein, da müsse ein Irrtum vorliegen. Hundertprozentig. Ganz mütterliche Patientin schaltete ich das Lächeln von beruhigend auf nachsichtig, so etwas lernt man auf der Bühne, und erklärte, dass das ja gar nicht sein könne, das seien lediglich Rücken-schmer-zen. Ich betonte jede Silbe, bemühte mich um Artikulation, denn sicher war sie Anfängerin, und schloss einen kleinen bagatellisierenden Vortrag über meinen Zustand an. Schließlich war am folgenden Tag Vorstellung. Ich endete mit der für mich berücksichtigenden Logik: „... und außerdem: mit einem Gerinnsel vor dem Herzen könnte ich ja gar nicht weiterleben. Dann wäre ich ja sozusagen schon tot. Das geht jetzt nicht. Ich muss morgen auf die Bühne. Ich habe heute wirklich keine Zeit zu sterben.“ Ich lachte mein oftmals zu lautes Bühnenlachen. Es glitt ab. Am überweißen Weiß. Dass ein Lachen so grell verstummen kann.

Die Ärztin atmete schwer ein. Unwillig fast. „Es tut mir wirklich sehr leid.“ Noch ein zu schwerer Atmer. Zu lang die Pause. „Aber zur Zeit können wir uns nicht erklären, warum Sie überhaupt noch leben. Und wir wissen auch nicht, wie es jetzt weitergeht. Ihr Fall ist sehr außergewöhnlich. Bitte regeln Sie Ihre Angelegenheiten und rufen Sie Ihre Angehörigen an. Sagen Sie alle Termine ab. Sie werden vorerst auf keiner Bühne mehr stehen. Für Ihren Zustand geht es Ihnen außergewöhnlich gut.“

Zu kurze Stunden später versank meine Welt in Agonie.

Und die Locken der Ärztin hatten es die ganze Zeit gewusst.

**Song Tom Waits:**  
Waltzing Mathilda

Es gibt zwei Arten von Schmerz. Einen ehrlichen und einen vernichtenden. Der ehrliche kommt als Freund, der vernichtende als Dämon, den Dolch im Gewand. (Schiller, kein Pathos.) Der Freund will warnen, bei der Heilung helfen. Er verhält sich korrekt, dient als Indikator. Siedelt sich brav dort an, wo er zu wirken gedenkt. Ungefähr zumindest. Er kann höllisch weh tun, aber er kommt nicht aus der Hölle.

Der andere schon. Ischaemisch ist sein Künstlername. Seine Botschaft eintönig.

Zwar hat der Dämon ein Epizentrum, aber er sickert überall hin. Schwarze Tinte in einem Wasserglas, wie Gift. Ich kannte bislang nur den ehrlichen Schmerz. Schon auch Nierenkolik und so. Für Fortgeschrittene. Aber das hier nicht.

Ich will diesen neuen Feind beobachten, versuche, solange es geht, ohne Schmerzmittel auszukommen. Die Ärzte schimpfen. Sie geben Dinge in den Tropf. Der Schmerz bleibt.

Ich versuche, einen Ort zu eratmen, der dem Schmerz zu unbedeutend scheint, als dass er ihn für besetzenswert hielte. Eine Zehe, ein Ohrläppchen. Richte mich dort ein. Stelle es mir bildlich vor. Möbliere mein Ohrläppchen. Meine Mutter hat immer gesagt, mit meinen Ohrläppchen habe sie sich besonders viel Mühe gegeben während der Schwangerschaft. Anscheinend hätte sie sich besser auf den Durchmesser der Herzvene konzentrieren sollen. Stenose kurz vor dem Herzen, Haltbarkeitsdatum abgelaufen, daher nun Vene voller Thromben, und weil ich lange genug zugewartet hatte, trotz deutlicher, freundlicher Schmerzen, beide Beckenvenen und die linke Nierenvene auch zu. Gerade kämpfte die Lebervene um ihr Existenzrecht. Kein erlebenswertes Gefühl. Derweil hingen zwei in der Tat sehr sehenswerte Ohrläppchen gut durchblutet von zwei exzellent ausgebildeten Musikerohren herab. Voll möbliert. Ich lege mich in meinem Ohrläppchen in eine Hängematte und schalte die Leselampe ein.

Kurz ist da Linderung. Die Fähigkeit, sich aus der Körperlichkeit heraus in die eigenen mentalen Räume hinein begeben zu können, die Wahl zu haben, inmitten all des Ausgeliefertseins, ist wie ein Rausch. Sich entscheiden zu können, diesen Schmerz nicht zu bewerten, nicht zu kämpfen, sich nicht im Bild des „Ertragen-Müssens“, einer Unterform des Märtyrertums, zu gefallen, eröffnet Möglichkeiten. Weiterexistenz einerseits, aber auch das Gefühl von Macht. Schöpfer-Sein im Untergang.... Erzwungener Kreativismus.

Der Lebensweg scheint auf einmal so lang, der nächste Schritt so schwer, dass man beginnt, abzulegen. Überflüssiges Ego wird an Ort und Stelle fallengelassen. Kurz flackert da ein Bild auf, die Überform des Martyriums. Das Kreuz, an dem man jetzt trägt, wiegt schon seit Jahren, Jahrzehnten so schwer. Ein Kreuz aus Selbstbildern,

Anhaftungen an Dramen, die keine sind, an die Idee von Pflichten, die Leid und Krisen mit sich schleppen. Das Treibhaus wohlumhelter neurotischer Gedanken zerbricht. Scherben überall. Im Aufsammeln blicke ich in die vielen möglichen Facetten meiner selbst.

Der Schmerz bleibt. Der Kopf sagt: du gehst unter, das eskaliert. Also eskaliert der Schmerz. Ganz Narziss schaue ich noch zu tief in die Scherben meines Spiegels. Und so kann ich mir den Moment nicht zu eigen machen. Den Moment, in dem man erkennt, dass man komplett, vor allem ausweglos schmerzzerstört wird, und so wird dieser Moment zum Moment maximaler Verzweiflung. Man hört sich beim Schreien zu und muss erkennen, dass der Ton für Außenstehende nur als Stöhnen wahrnehmbar ist. Dämon und Dolch jetzt weit weg. Kein Wüterich, der diese Stadt vom Tyrannen befreit. Und wo ist eigentlich der Dalai Lama, wenn man ihn braucht?

\*

Ein Körper begeht keinen Bilanzsuizid. Er kämpft bis zum Schluss. Das Ringen mit dem Tod ist genau wie die Sportart. Langwierig, ästhetisch mitunter fragwürdig, kein Mensch versteht die Regeln, die Schiedsrichter sind nirgends zu sehen, und alle sind falsch gekleidet.

Ich liege mit zwei 80-jährigen Damen in einem Zimmer. Sie erzählen mir, wie schlimm das Altwerden ist. Eine der beiden ist passionierte Jägerin. Leidenschaftlich detailgetreu schildert sie den Moment, in dem sie ein Tier erlegt. Es sei ein Rausch, diese Macht. Wie man die Eingeweide verbuddeln muss. Wie sie den weißen Fuchs erlegt hat. Ihre Monologe schleichen sich in meine Fieberträume. Wie gerne würde ich alt werden.

Du stirbst. Das hier ist das Ende.

Paradoxerweise dauert es ewig, das Ende. Wie kann das sein? Dabei wären wir uns schnell einig geworden. Sehr überzeugend, der Kollege. Ich wäre mitgegangen. Gerne. Denn die Alternative weiterzuleben war keine mehr.

Am Ende des Sommers

Am Ende des Sommers muss fallen, was fallen will

All das nicht Stattgehabte

Das ist das Schwerste

Den Geschmack des Vermeintlich verpassten hinunterzuwürgen

Rückstandlos, rückhaltlos

Den überladenen Ballon der Augustträume steigen zu lassen

Zu lächeln, in dem Wissen, dass der Brief des Geliebten nicht mehr kommen wird

Die Nordseite deines Hauses zu lieben

Hör dem blinden Maler zu

Er erklärt dir die Schönheit der verbrannten Bäume und der Seerose libellenlos

Dann werden sie kommen, die Freunde vergangener oder nie dagewesener Tage

Die Herzen zerlumpt aber treu

Umarme die geliebte Puppe, sie ist müde

Sie weint Schneeflocken

Sie wird unserer Rettung sein

Telefonat mit meiner Mutter, zu einem Zeitpunkt, da ich mir den Markennamen des Betäubungsmittels Dipidolor vor Begeisterung gerne auf den Hintern hätte tätowieren lassen, aber feststellen muss, dass das Krankenhaus diesen Service kleinlicherweise nicht anbietet:

„Du, Mama, ich bin im Krankenhaus wegen dieser Rückenschmerzen, und stell Dir vor, den Schumann musste ich absagen. Weil die meinen, dass das nicht der Rücken ist, sondern ein Gerinnsel vor dem Herzen. Und ich soll Euch alle anrufen. Keine Ahnung, die wissen grad selbst nicht. Aber falls die recht haben und ich doch vielleicht bald sterbe, wollte ich nur sagen, dass ihr nicht traurig sein müsst. Wirklich. Ich hatte ein so tolles Leben. Ich wollte Opernsängerin werden und bin es geworden. Auf's Land wollte ich und bin hingezogen. Wollte mich mit einem Pferd anfreunden, und jetzt habe ich sogar Esel. Ich habe so viel erlebt.

Klar, es hätte gerne noch ein bisschen länger dauern können. Das sag ich denen dann auch gleich an der Pforte. Schön war's - bloß bisschen kurz. Aber, Mama, vielleicht wäre länger auch vermessen. Ich gehe nun schon seit Jahren abends ins Bett und freue mich auf den nächsten Morgen. Schlafe lächelnd ein. Wer kann das schon von sich sagen? Das ist er doch, der Sinn des Lebens, oder, Mama? Lächelnd einzuschlafen?

Bitte gebt den Hund nicht ins Tierheim und die Hühner nicht zum Nachbarn, der brät sie nur. Das ist nicht der Sinn dieser Hühner.

Nein, komm jetzt nicht. Das lohnt nicht. Ich glaube nicht, dass das jetzt Sterben ist. Es ist grad alles so belanglos. Nächster Zug? Wie Du meinst. Glaubst Du, Du könntest mir Himbeeren mitbringen?“

## **R. Strauß:**

Vorspiel zu „Morgen“

Verdrängung kann so schön sein. Heilsam. Unser Unterbewusstsein darf die Möglichkeit unseres Todes nicht akzeptieren. Von Berufs wegen nicht. Das ist eine seiner Kernkompetenzen. Als hätte unser Unterbewusstsein eine Epidermis voller hungriger Fresszellen, die alles, was das Label „Tod, der eigene“ trägt, sofort verspeisen. Hinter rülpsen sie einmal laut, reiben sich den Bauch und fragen „War was?“.

TodesQUALEN, den Tod eines geliebten Menschen, dafür gibt es Rezeptoren. Bilder, die beim Herstellen der angemessenen Panik-Attacke helfen können, sich mit Zeit und Übung potentiell in Trost verwandeln lassen. Aber der Moment des eigenen Todes - kein Bild, kein Ton. Diese Panik fährt keinen Film. Sie kreischt nicht. Sie ist ein eigenes Universum aus Nichts.

Allenfalls vibriert da eine Nulllinie. Je weniger Spiritualität im Spiel ist, desto röter die Null.

Die Ärztin und ihre weisen Locken waren bald aus meinem Leben verschwunden. Die Verdrängung auch. Stattdessen stand ein halbbeglitzter Gefäßchirurg an meinem Bett. Leider bin ich gerade einigermaßen aufnahmefähig. Er soll mich über meine Möglichkeiten aufklären und hat keine Lust dazu. Er sieht aus wie Gollum und verhält sich ähnlich dezent. Dankenswerterweise gibt es Zeugen für seinen Monolog. Heute würde ich ihn mir selbst nicht mehr glauben.

„Ich komme gerade aus der Notaufnahme und weiß wirklich nicht, was das jetzt soll. Machen können wir da sowieso nichts mehr. Der Blutverdünner erhält allenfalls Ihren jetzigen Zustand. Sie müssen sich darauf einstellen, in absehbarer Zeit nicht mehr schmerzfrei gehen, stehen, sitzen oder laufen zu können. Mit der Zeit wird Ihr Körper aussehen wie eine Landkarte. Alle Venen werden sich wie Würmer unter ihrer Haut abzeichnen. Diese Erkrankung gibt es ausschließlich bei Krebspatienten im Endstadium. Wir beginnen gleich morgen mit der Suche nach dem Tumor. Irgendetwas werden wir schon finden. Die meisten Patienten gehen psychisch an dieser Suche zugrunde.

Sie können sich natürlich für ein Auflösen des Thrombus entscheiden, eine Lyse, aber das geschieht ohne Narkose und ist eine ziemliche Viehcherei. Sowas machen wir hier gar nicht. Außerdem ist es dafür wahrscheinlich schon zu spät. Und Venenchirurgie... glauben Sie mir, das wollen sie nicht. Danach sind sie am Ende. Das kann man sich gleich sparen.“

Im Abwenden dann der bemerkenswerteste seiner Sätze:

„Und wenn Sie jetzt auf die Idee kommen sollten schwanger zu werden, wird die Kreatur sie von innen aussaugen und blind und entstellt auf die Welt kommen.“



Einen kurzen Moment verbiss sich mein Hirn in diese Formulierung. Dann bekam ich den ersten Nervenzusammenbruch meines Lebens.

**Sound:**

Max Richter „Sleep“

Ich erkenne mich einfach nicht mehr

Ich mag diese Tränen nicht, sie entziehen sich jeder Poetisierung

Schubert würde übel

Sie fließen einfach nur, die dummen Dinger

Des Linderns unfähig, zum Leiden zu dünnflüssig

Abwärts, abwärts, brandschatzend, plündernd auf ihrem Weg

Zum Mittelpunkt der Trauer Tiefe ins Herz meines Ungenügendseins

Mein liebes, liebes Unvermögen

Stünd ich zu dir, du trügst mich hier durch

Doch mein Heimweg ist ein einsamer

Mein Heimathaus noch nicht gebaut

Mein Heim-Sein in mir

Es war doch alles gut, damals

Warum habe ich den Apfel gegessen?

Drum Schlange, sag du mir jetzt ehrlich:

Erkennst du mich noch?

\*

Und Alice fällt und fällt durch das Kaninchenloch, bis hinter die Spiegel.

Der Fall endet nicht, nicht im Sinne von Landung, nicht im Sinne von Auflösung.

Der Körper versucht seiner ewigen Bestimmung „Heilung“ zu folgen und schlägt unentwegt Alarm. Jede Zelle Schmerz. Membran, Matrix, Nucleus – Schmerz. Bis zur nächsten chemischen Betäubung. Am achten Tag schuf Gott das Schmerzmittel. Mindestens sieben Tage zu spät, aber sei's drum. Die Umrisse werden klarer, klarer die Perspektive. Der Schmerz pocht den beat im Hintergrund, jetzt Jazz, nicht mehr Rock. Immerhin. Kurz ist da Energie, um zu hadern. Warum ich? Warum das mir? Widerspruch. Ich will das nicht. Aber das Recht auf Widerspruch gegen das Leben gibt es nicht. „Einspruch, Euer Ehren, ich möchte kein Säugetier mehr sein!“ Jammern, Klagen, Widersprechen – Privilegien der Gesunden. Die neue Effizienz hieße Leichtigkeit. Leichtigkeit hilft der Selbstheilung bei der Selbstfindung.

Die Frage „Warum passiert mir das?“ ist weder effizient noch führt sie zu Leichtigkeit.

Sie hilft in keiner Lebenssituation. Sich lebenslang, immer wieder, die Frage zu stellen „Warum passiert das gerade alles FÜR mich?“ aber ist sinnstiftend im Wortsinn. Es macht glücklich. Nun ja: Glücklicher.

Die Kunst des Jammerns besteht in der Ausrichtung ihres Kraftvektors. Jammern ist ein feines Instrument, das kunstvoller Führung bedarf. Nehmen Sie nicht die Schrotflinte. Ballern Sie mit Ihrem Gejammere nicht wie ein texanischer Großgrundbesitzer durch die Gegend. Sie verschwenden nur Material und Energie. Nehmen Sie dem Texaner die Knarre aus der Hand und setzen sie ihn neben einen Gartenzwerg in Ihren Vorgarten, ein kühles Lager gereicht, Trucker-Hat zurecht gerückt - dann nehmen Sie das Präzisionsgewehr zur Hand. Sobald Sie in Ruhe das geeignete Ziel für Ihre Klagen gefunden haben... drücken Sie natürlich nicht ab, Sie sind ja nicht lebensmüde. Zu groß ist der Schatz im Zielkreuz.

Natürlich – Sie hätten auch gleich ein Fernglas nehmen können, aber dann säße jetzt kein betrunkenere Texaner in Ihrem inneren Vorgarten und grölte mit einem Gartenzwerg fraternisierende Sauflieder. Wäre doch schade.

Jammern ist ein Wort und eine Waffe. Sie ist immer voll geladen gegen den Hilfesuchenden gerichtet. Niemand sagt von sich mit Stolz „ich habe gejammert.“ Wie nennen wir also den Vorgang des Mitteilens von Leidenszuständen wertfrei? Klagen darf man straffrei nur vor Gericht. Gesellschaftlich akzeptiert wäre eine Beschwerde. Am ehestens kommt das Geschehen einer Offenbarung gleich. „Ich möchte mich Dir offenbaren. Es geht mir nicht gut.“

Es ist wichtig, sich zu offenbaren in diesen schweren Stunden. Für alle Beteiligten. Wenn wir unsere Ängste, unseren Schmerz in Worte fassen, kann ein Miteinander entstehen. Aus der Präzision des Gerichtet-Seins entsteht Energie, Zugewandtheit, Liebe, Linderung. Wir brauchen Räume zur Offenbarung.

Musik, Song „The Cloud“

Ein Freund von der Medizinischen Hochschule Hannover sagt einen Zaubersatz.

Etwas, was eben nur Freunde sagen: „Komm sofort her. Wir lassen uns was einfallen.“

Auf einmal gab es ein Wir. Und dieses Wir gab jetzt den Auftakt zu einem langen „vade retro!“ Wo das Provinzkrankenhaus noch Tage zuvor bedauernd abgewunken hatte, rücken jetzt die Professoren der Medizinischen Hochschule händereibend auf ihre Stuhlkanten.

Die Empathie, der Forschungsdrang, die Ruhe, die von höchstmöglicher Professionalität ausgeht – alles widersprach dem Cliché des unpersönlich-kastigen Großbetriebes. Dort. In Hannover.

Es soll in Deutschland keine Zweiklassenmedizin geben? Wie verlogen diese Aussage ist, wie gefährlich. Die Versichertenkarte mag eine untergeordnete Rolle spielen. Der Wohnort aber kann über Leben und Tod entscheiden.

Im Landkrankenhaus starrten bemühte Ärzte tagelang auf schlechte Bildgebung und entschieden sich für Unzuständigkeit. Der Professor für Radiologie in Hannover brauchte einen Blick, einen zweiten, Experimentierfreude und etwas Mut. Meinen ganzen, aber bestimmt auch den seinen.

Später sollte dieser Kontrast noch härter werden. Die Nachsorge auf dem Land war ein permanenter, aufreibender Kampf. Die so wertvolle, fragile Zeit nach den Operationen hätte Rekonvaleszenz sein sollen. Ein ZuKräftenKommen. Stattdessen zog ich von Landarzt zu Landarzt, um die lebensnotwendigen teuren Medikamente regelrecht bettelnd. „Einmal dem Fehlläuten der Nachtglocke gefolgt...“

„Sie sind mir als Patientin zu aufwendig. Das zahlt mir ja keiner.“

„Stellen Sie sich nicht so an, so genau muss man das mit dem Gerinnungswert nicht nehmen. Was die sich denken, in Hannover.“

Man schien die Universitätsmedizin als Bedrohung im Hintergrund wahrzunehmen, nicht aber als Movens. Zum Glück war ich aus Hannover als aufgeklärter, wenn auch für derartige Schlachten kaum tauglicher Patient entlassen worden und konnte jederzeit auf telefonische Betreuung zurückgreifen. Gemeinsam hielten wir über Leitung stand in dieser Unmenschlichen Komödie des Patienten-Überdrusses und der ländlichen Eitelkeiten. Die Möglichkeit eines zeitnahen Facharzttermines wird von der Brandenburger Bevölkerung mittlerweile für einen urbanen Mythos gehalten. Findet er statt, ist meist das einzige, was stört, der Patient. Der Tag hätte so schön sein können und jetzt das – ein Patient. Schon wieder. Vielleicht würde es helfen, das Praxisschild abzuhängen und den Eintrag auf jamedo zu löschen.

„Das ist für uns zu aufwändig, gehen sie ins Krankenhaus.“

### **Im Krankenhaus:**

„Wir sind nicht hier, um den Fachärztemangel zu kompensieren. Dann müssen sie bei der nächsten Wahl Ihr Kreuz eben woanders hinmachen! „

Beim nächsten Facharzt, Wochen später: „Was sollen Sie haben? Einen Stent in der Herzvene? Und im Becken? So etwas gibt es nicht, sie müssen sich irren, das kann nicht sein.“ Nach erzwungener Lektüre des liebevoll getextmarkerten Krankenberichtes dann ein entweder erstauntes, manchmal entnervtes: „Wer macht denn sowas?“

Immer wieder dieselbe Szene. Dieses Murmeltier grüßte anfangs tatsächlich täglich, denn die Blutwerte bedurften engmaschiger Kontrollen. Die Tatsache, dass ich mich ein paar Jahre zuvor entschieden hatte, ein konsumminimiertes Selbstversorgerdasein anzustreben, ohne Auto und Zentralheizung, kam erschwerend hinzu.

Immer wieder, immer wieder. „Warum haben SIE denn so etwas? Sie sind doch so schlank und rauchen nicht! Warum denn lebenslänglich Blutverdünner? Eine Lyse haben Sie machen lassen? Wissen Sie eigentlich, wie gefährlich das ist? Daran hätten Sie sterben können. Warum den jetzt die Heparin-Spritzen? Wissen Sie, wie teuer die sind? WissenSieWissenSieWissenSieWarumWarum? Warum?“

Nein, ich weiß es nicht! Ich weiß gar nichts mehr. Ich weiß nicht, warum ich das habe und was es bedeutet. Warum mir das Herz verstopfen musste und warum ich jetzt so eine Last für Euch bin. Warum ich Euch so viel Geld koste und immer alles anders ist in meinem Körper, in meinem Herzen, in meinem Ich. Ich weiß es nicht und ich will es auch nicht wissen MÜSSEN, denn IHR müsst das wissen! Ich bin der Patient und war lange geduldig und habe ERduldet und möchte jetzt zumindest Duldung erfahren. Und ich habe auch nichts machen lassen. Das war nicht Botox. Ich hatte keine Wahl. Hätte ich ein Leben in Schmerzen im Rollstuhl akzeptieren sollen, nur um Euch keine Umstände zu machen? Um eure Gehirne nicht mit lästigem Um-die-Ecke-Denken irritieren zu müssen? Ich HATTE keine Wahl. Nein, ich wollte nicht viereinhalb Stunden bei vollem Bewusstsein diese „Viehcherei“ durchstehen. Ich wollte mich nicht winden vor Schmerzen bei dieser OP. Ich wollte nicht die Angst in den Augen meiner Mutter sehen, die auf meiner Bettkante sitzend hoffte, ihr Kind nicht beerdigen zu müssen. Denn das ist der menschliche Super-Gau, die größte denkbare Katastrophe, widernatürlich. Nicht etwa mein ach-so-aufwändiges Überleben.

Ich habe sie nicht gewählt, die permanente Schwäche und Kaltschweißigkeit meiner für Euch so unkommoden Existenz. Ich will einfach nur leben.

Ärzte, die diese Bezeichnung verdienen, habe Material im Wert eines Mittelklassewagens in mir versenkt, um dieses Überleben zu ermöglichen. Haben ihre Grenzen überschritten, ihre ganze Kunst aufgewandt und angewendet, internationale Vergleichsfälle gesucht und wenig gefunden, nicht aufgegeben, MICH nicht aufgegeben, akribisch geforscht und das Unmögliche möglich gemacht. Und Du bist zu faul um Deine verwaltungstechnischen Möglichkeiten auszuschöpfen und dieses verschissene Standardrezept auszustellen?

Wären wir in einem Comic meiner Wahl, würde Dir jetzt ein Amboss auf den Kopf fallen.

Ich fand ihn schließlich, den einen, den Ausnahmeanwalt, der kopfschüttelnd über das Verhalten der Kollegen das Rezept ausstellte. Und durfte endlich einfach nur krank sein, nicht auch noch Managerin meiner eigenen Bedürftigkeit.

**Song:**

„I think it's going to rain today“

Die Aura der Belanglosigkeit, mit der sich mein nahender Tod zu umgeben geruhte, war inakzeptabel. Dieses Nebenbei. Er hatte mir einen Elefanten auf die Brust gesetzt und war gegangen. Noch war ich ein Gegner, kein Opfer. Wir verharrten im Dazwischen. Metaphysisches Armdrücken.

Der Tod ist ein mieser Dramaturg. Seine Palette allzu beschränkt. Vom Budenzauber, also von der jeweiligen Inszenierung seiner selbst bisweilen abgesehen. Talentbefreit ist er nicht. Er kann Willkür, sehr gut sogar. Genugtuung selten. Barmherzigkeit beherrscht er, bevorzugt jedoch die Unbarmherzigkeit. Das ist die Grundvoraussetzung seines Schaffens. Ein aus sich heraus barmherziger Tod wäre eine bemitleidenswerte Heulsuse, die nie zur Tat schritte. Oder schreiten hülfe.

Der letzte Schritt nämlich muss aktiv gegangen werden. Deswegen ist Sterben auch Schwerstarbeit und oft ein gerade von außen schier unerträglich mühsames Unterfangen. Weil der Sterbende den letzten Schritt verweigert, nicht tun kann, nicht bereit ist. Faust hatte recht „Im Anfang war die Tat.“ Aber: Am Ende ist auch - die Tat. Ob es dem heulenden Pudel gefällt oder nicht. Dazwischen und hierin liegt in Wahrheit des Pudels Kern – das Ritual.

Am Ende beten wir alle. Was auch immer, zu wem auch immer. Die Gegenwart eines in Ritualen geschulten Menschen ist wie eine ausgestreckte Hand. Der Herr ist mein Hirte, Vater unser, so legt euch denn ihr Brüder in Gottes Namen nieder, es war einmal... Oder der Duft von Kakao. Viel besser: das Lächeln eines vertrauten Menschen, der Kuss auf die Stirn, ein liebevoller Händedruck, eine tröstende Umarmung. All das kann den Weg weisen. In die eine oder in die andere Richtung. Kann die Möglichkeit des Todes oder die Möglichkeit des Lebens eröffnen helfen.

Deswegen möchte man angesichts unserer teils haarsträubenden, barbarischen Verwaltungsakt - Sterbekultur, ihrer Einsamkeit, der neonbeleuchteten Abschiebep Praxis Todgeweihter aufschreien: Menschenskinder! Lasst Eure Sterbenden nicht allein!

Nehmt sie bei der Hand oder gebt sie in die Hände derer, die es sich zur Lebensaufgabe gemacht haben, Sterbende zu begleiten. Aber wenn ihr irgend könnt, teilt diesen Moment des Lebens. Seid dabei, entzieht euch nicht. Damit begeht ihr keinen Akt der Gnade, ihr empfangt ihn.

Wahren wir die Würde der Sterbenden, wahren wir unsere eigene. Behüten wir sie im Loslassen, lernen wir, am Leben festzuhalten.

Das habe ich gelernt.

(Musik)

Der Tod hat in Wahrheit viele Talente. Der Tod kann Erlösung. Allerdings meist von sich selbst und seinen Kumpanen Leid und Angst. Vetternwirtschaft also. Manche seiner Talente scheinen ortsgebunden, bzw. seelengebunden. Mancherorts bringt er so Erleuchtung, andernorts Erlöschen. Pathos kann er, aber nur in Hollywood.

Bloß Gerechtigkeit schafft er nie. Das hat er einfach nicht drauf. Und allein schon deswegen sollte man ihm die Lizenz zum Sensen entziehen. Wer diesen Antrag nicht unterstützt, möge einmal ein Kinderhospiz besuchen.

Seine selten nachhaltig wertgeschätzte Meisterschaft entfaltet der Tod als Lehrmeister. Der Mangel an Nachhaltigkeit liegt hier natürlich in der menschlichen Fähigkeit zur Verdrängung begründet. Nichts scheint uns lebensbejahender als die Verneinung des Todes.

In einigen buddhistischen Meditationen wird die Angst vor dem Tod kultiviert. Sie soll abrufbar werden. Lernt man, sie jederzeit bei Bedarf in Lebensfreude umzuwandeln, als Leuchtturm zu nutzen, wird Erleuchtung ein konkreter Begriff. Dazu braucht ein kapitalistisch sozialisierter Mensch höchstens 150 Jahre intensiver Meditation. Oder eine Nahtoderfahrung. Mir persönlich hat die Erfahrung meines nahenden Todes gereicht.

Für den Moment lungert er in der Ecke meines Krankenzimmers herum. Desinteresse vorschützend. Seine große Chance scheint verstrichen. Ich bin nicht zur Tat geschritten. Etappensieg.

(Musik, Gedicht)

Tod, was willst du mit einem Zahnstocher in der Hand?

Kommst du, um meine Liebe zu richten?

Ich lache über Dich

Deine Rosinante ist ein Schaukelpferd

Verwesen, Formwandeln,

Budenzauber, das kannst du gut

In der Geschichtsschreibung meiner Liebe aber

Wirst du allenfalls der Don Quichotte gewesen sein

Mit einem Zahnstocher in der Hand

Ist man ihm, dem Tod, dem Lehrmeister, erst einmal von der Schippe geglitten (niemand springt an dieser Stelle im Handlungsverlauf, niemand), lebt es sich besser. Die Helligkeit, das Licht, mit dem er lockt, droht oder winkt, jedenfalls übergießt alles weitere. Die Welt erscheint in einem anderen Licht. Man lernt mit der Zeit, es zu dimmen. Das ist nötig, denn es blendet Außenstehende und das nervt gewaltig. Im Innern befriedet, leitet, wärmt und schützt es vor Alltäglichkeit. Aber es verhindert sie auch. Es entfremdet. Die eigene Wahrnehmung divergiert von nun an irreversibel von der aller anderen. Der Tod: Ein Fremdmacher.

Wenn in zu vielen deiner Gestern die Gewissheit eines Morgen abhanden gekommen war, schlägt das Jetzt Wurzeln. Pfählen. Kompromisslos, gnadenlos, demutsvoll.

Das Ganze ist eine Lektion in Demut und Leichtigkeit. Leicht muss man sein, halten und nehmen, halten und lassen.

Demut wird unterschätzt. Oft wird sie als submissive Haltung irgendwo zwischen Aufgabe und erzwungener Hingabe eingeordnet. Dabei ist sie ein Kind der Dankbarkeit, überzeugter Bescheidenheit und gedeiht nur in Freude. Demut schreitet, sie kriecht nicht.

Im Gegensatz zu mir. Kriechen war zur Gewohnheit geworden. Zurück im Zuhause war da kein Zuhause mehr, nur noch Herausforderungen, Treppen, zu lange Wege.

Im aufrechten Gang vorerst nicht zu bewältigen. Woher kamen auf einmal all die Berge im Havelland? Mein Lieblingsapfelbaum, mein bevorzugtes Spazierziel, war eindeutig ein Techtelmechtel mit dem Horizont eingegangen und weit von mir abgerückt. Ich entwickelte eine Art Übersprungs-Aberglauben. Wenn es mir gelänge, diesen Apfelbaum zu erreichen, sei es auf allen Vieren, würde alles wieder gut werden. Alles. Ich würde genesen und wäre erlöst. Also übte ich jeden Tag. Was ist bloß immer los mit diesen Apfelbäumen?

An apple a day keeps the doctor away. Aber das Konzept „Tod“ wurde wegen eines einzigen Apfels erfunden. Wie gesund kann das am Ende sein? So... in Summe...

Stellvertretend für den Erlöser stand Bauer Siegmund an der Weggabelung zu meinem Baum. Naturgemäß hielt er ein Fernglas in Händen. Sein Todfeind, der Biber, baute ohne Genehmigung, und es galt, Dinge zu protokollieren. Gottes freiraumplanerischer Humor offenbarte sich in dem Einfall, den gesamten Weg zum Apfelbaum meines Verlangens beidseits mit dornigen Brombeerbüschen zu säumen. Es war wie in einem Gemälde von Hieronymus Bosch. Die Biester hatten Froschzungen. Gleich einer Fliege landete ich immer wieder in den Armen dieser

Dornenbüsche. Eine biblische Choreographie. Pas de deux mit stacheliger Spontanvegetation. Schwindel, Taumeln, Schwerkraft, stehend K.O..

Mein heutiger dumpfer Aufprall riss den Bauern Siegmund aus seinen Racheplänen. Jedweder menschlicher Regung widerstehend, entschied er sich, meinen Zustand aus der Distanz zu kommentieren. Kaltschweißig, zitternd und stöhnend – vielleicht war das ja ansteckend.

„Nee, nee, meine Kleene. Dett wird nüscht mehr. Nie wieder, det schaffste nich. Jibb uff.“ Er beobachtete mich schließlich seit Tagen, und der Apfelbaum war nun mal nicht sehr entgegenkommend. „Dett is wie mit die Kühe – is da mal der Wurm drin – gleich ab zum Schlachter. Morgen kommt er wieder, der Abdecker.“ Es klang wie ein Angebot.

Am nächsten Tag holte ich ein sehr mitfühlendes Pferd von der benachbarten Weide und erklomm es in einem halbstündigen Vorgang.

Vor dem Apfelbaum hielten wir kurz inne. Das Pferd, um über Äpfel nachzudenken, ich, um zu heulen. Die Reise zum Baum hatte mich im Kern erschöpft. Aberglaube ist Unsinn. Und der Vorschlag mit dem Abdecker war nicht der schlechteste. Denn als ich zuhause abstieg, war der Schmerz wieder da. Er stellte sich vor. Gestatten, Ischaemisch mein Name.

**Merke:**

Wenn ein Arzt sagt: „Wir machen das ohne Vollnarkose, ich brauche während der Operation Ihre Mithilfe.“, solltest Du ernsthaft überlegen, wie sehr Du am Leben hängst.

Aber meine Herzvene war hinterher offen. 5 Tage lang.

**Musik:**

Lied „Uferlos“

Mahmoud kam, um mich abzuholen. Von Mahmoud kannte ich nur das Namensschild. Wir waren uns schon öfter begegnet auf den Gängen. Er arbeitete im Krankentransport der Medizinischen Hochschule. Mahmoud war höflich, wortkarg, seine Augen beredt. Ich sah, dass Mahmoud sah, wie ich Gehen übte. Ich sah, dass er sah, wie ich um Aufrichtung rang. Ich sah, dass er sah, wie ich mich immer wieder selbst enttäuschte, an meinen zu hohen Anforderungen an mich selbst scheiterte, und er sah mich weinen, als ich erfuhr, dass der Weg zu meinem Herzen wieder verstopft war.

Nun war es Mahmouds Aufgabe, mich wieder in den Operationssaal zu fahren. Er wusste nichts von den Schmerzen, die ich dort schon erlebt hatte, aber er sah meine Angst.

Als wollte ich ihm meine Angst nehmen, scherzte ich: „Was meinen Sie, Mahmoud, wir fahren einfach woanders hin.“ Mahmoud lächelte, „Wohin möchten Sie denn?“



„Das weiß ich nicht, egal. Irgendwohin. Rom!“ Mahmoud überlegte kurz. „Gut. Fahren wir nach Rom. Die Tür da zum OP ist bloß der Grenzposten, das Tor. Dahinter liegt Rom. Was auch immer da drin passiert, es ist egal, Sie sind ja in Rom.“ Das war irgendwie gut und enttäuschend zu gleich. Mahmoud hielt das Bett abrupt an, stellte sich neben mich und nahm meine Hand, heftig. „Die Krankheit darf nie gewinnen. Wir sind hier gegen Krankheit. Ganz einfach. Sie darf nicht gewinnen. Versprechen Sie mir, dass Sie die Krankheit am Ende nicht gewinnen lassen.“ Mahmoud wartete, er meinte es ernst. „Sie müssen die Worte sagen! Jetzt.“... „Ich verspreche, dass ich die Krankheit am Ende nicht gewinnen lasse.“

Es sind die kleinen Dinge, die Genesung denkbar machen. Die Achtsamkeit füreinander, Anteilnahme, ein Bitte, ein Danke, ein Zwischen-den-Zeilen. Leider bedarf sie an maximaloptimierten Orten wie Krankenhäusern oft der Tarnung, die Anteilnahme, gilt sie doch als Feindin der Effizienz. Sie bedarf auch des Mutes. Mut, der ermöglicht, dass Menschen Menschen begegnen und nicht Patienten Ärzten, Patienten Pflegern. Das Ausgeliefertsein an die Kompetenz eines anderen ist an Schwäche absolut. Sicher, es ist ein sehr schmaler Grat zwischen Vertrautheit und Übergriffigkeit, aber er ist gangbar, wenn man ihn gemeinsam sucht. Es ist ein Prozess, der vom Stärkeren initiiert und vom Schwächeren zugelassen werden muss, um fruchtbar zu sein. Der Glaube an die eigenen empathischen Fähigkeiten, ihren Wert und ihre Wirkung ist im Krankenhausalltag schwer zu wahren, schwerer bestimmt mit sinkender Position in der Hierarchie. Manchen ist die Fähigkeit zu mitfühlendem Miteinander auch schlicht nicht gegeben, hier wäre über eine Weiterbeschäftigung in einem Autohaus nachzudenken.

Allein der Versuch zur Empathie wird fruchten, denn schon die versuchte mitfühlende Geste wird ihre Resonanz im Patienten finden. Es ist eine innere Haltung, die Tagesformen, Launen, äußeren Umständen ausgesetzt sein darf. Nur vorhanden, vorhanden muss sie sein.

Wir brauchen an diesen neuralgischen Orten, die dem Schutz, der Genesung, der Pflege gewidmet sind, mehr Augenhöhe im Umgang miteinander. Diese Augenhöhe müsste sich dringend längst in der Wertschätzung, auch der finanziellen, der pflegenden und aller heilenden Berufe widerspiegelt haben.

Es ist exakt dieselbe Augenhöhe, millimetergenau, mit der der Hilfesuchende auch seiner Diagnose, seinem Schmerz, seinem Tod zu begegnen imstande sein wird.

### **Gedicht:**

Eine Bank in Hölle

Seelennackt sitzen wir auf einer Bank in der Hölle

Wollten das Aschekreuz nicht tragen

Haben das Leintuch hinterfragt

Mit der Schärfe unseres Verstandes rissen wir Fetzen aus dem Stoff unseres Glaubens

Machten Lavendelsäckchen daraus, als Mottenfraß uns drohte

Und nun bleibt sie uns fern

Die Erlösung

Kein Höflichkeitsbesuch der Vergebung

Zur selbstgedrucksten Beichte unfähig buckelt kein Platzhalter der Reue

Herrgöttliche Stille allüberall

**Der Andere ruft:**

„Ist dies die Verderbnis, sie möge ewig wären!“

Er bricht die Stille entzwei und mehrt sie

Langsam wird es wärmer und wärmer

Alle sterben. Permanent. Permanent sterben alle ein bisschen.

Ein bisschen und dann ein bisschen mehr. Es wird dabei keine erkennbare Reihenfolge eingehalten. Die meisten merken das nicht, und selbst die, die es merken, leugnen es.

Andere wenige gehen warm lächelnd auf ihr sicheres Ende zu. Täuschen Linearität vor. Um gesellschaftstauglich zu bleiben. Heimlich oszillieren sie, strahlen in der absoluten Bewusstheit, dass ihr Ende nah ist und dass das für sie ok ist. Sie strahlen weder trotz, noch wegen dieser Gewissheit. Von außen hält man das für eine Art Stockholm-Syndrom. Was sollen die Todkranken auch anderes tun, als sich dem Schmerz, der Sterblichkeit zu ergeben und das Ganze dann „Hingabe“ zu taufen. Ist doch easy: Wenn ich das Licht schon sehen könnte, wäre ich auch ein Beinahe-Erleuchteter! Bei Gesunden glaubt man an Scharlatanerie. Mindestens an Verblendung. Das sind bestimmt die, die bei Neumond barfuß im Batikhemd ihren Vornamen getanzt haben, als sie das noch konnten. Jetzt ordnen sie ihr Leid in den skurril-ideologisierenden Kontext ihres Selbstbildes ein.

Und so flieht unser lebenshungriges, aber fast-food-süchtiges Hirn wieder mittels einer Bewertung vor einer Lösung. Zu schwer verdaulich das spirituelle Linsengericht.

Also klammern wir uns an unsere Todesangst, leben weiter geradeaus, jagen auf einer endlosen Zielgeraden einem Glück hinterher. Schmoren lieber in der eigenen Hölle, als sie zutreffender zum Barbecue umzudeuten.

Die Menschen, denen dieses friedliche Angekommen-Sein in ihrer Sterblichkeit innewohnt, haben sich final von der Linearität ihrer Existenz verabschiedet. Zugegeben: verabschieden müssen. Das dann war oft keine selbstbestimmt herbeigeführte Entscheidung. Aber das erlässt uns nicht, sie FÜR UNS zu treffen. Wir tun es aber nicht. Stecken in einer andauernden Übersprungshandlung fest. In einer Warteschleife. Winden uns, erfinden Notwendigkeiten, fliehen in Cyber-Räume oder Weltreligionen, erfinden Statuten für den Status, vergolden unser letztes Hemd, betreiben Zeitmanagement. Leben im Surrogat. Das diesbezügliche Mitarbeitergespräch mit dem inneren Schweinehund, dem alten Glücksmuffel, sollten wir spätestens gestern führen. Dann sind wir damit durch, und unser Heute kann friedlich unser Morgen übernehmen. Vielleicht.

(kurz Musik, evtl. aus „Bin aufgewacht“)

Während wir unseren Sterbenden den Ausnahmezustand selbstverständlich zugestehen, verkennen wir ihn häufig bei unseren chronisch Kranken. Werden des immerwährenden Ausnahmezustandes überdrüssig. Wittern nach einer Weile gar eine Bevorzugung. Belohnung einer Unzulänglichkeit. Immer steht der Kranke im Mittelpunkt. Unzuverlässig ist er geworden, der Kollege, lässt sich gehen, trägt nicht bei, hat nicht teil. Die Last des anderen wird lästig.

Wir lullen unser Gewissen ein mit Sätzen wie:

„Wenn Du Hilfe brauchst – Du musst es nur sagen!“

Dieser Satz ist mitmenschlich ein Totalschaden. Um Hilfe zu bitten, ist kraftaufwändig. Überfordert Rekonvaleszente. Auch ist es per se wider unsere Natur. Grüße aus Neandertal: kein waidwundes Tier bittet um Hilfe. Zu viele Säbelzahn tiger hören zu. Hat man es VOR seiner Erkrankung gelernt – wunderbar. Aber Fliegen lernt man nicht im Sturm.

#### **Und sowieso:**

Hilfe? Will ich ja gar nicht brauchen. Wenn ich um Hilfe bitte, erkenne ich ja meine Hilfsbedürftigkeit an. Dann bin ich für immer „die Kranke“, „die Arme“. Wenn ihr mich nicht als hilfesuchend wahrnehmt, ersticke ich weniger wahrscheinlich in den Armen meiner Schwäche.

#### **Außerdem:**

Hilfe wobei? Hilfst Du mir beim Wieder-Laufen lernen? Jeden Tag? Nimmst Du mich in den Arm, wenn mir mein Schmerz und meine Angst die Kehle zuschnüren? Wenn ich in all meiner neugewonnenen Weisheit einsehen muss, dass das jetzt nicht mehr weggeht, dass Rekonvaleszenz jetzt zum Zustand geworden ist?

#### **Auch schön:**

„Pass auf Dich auf!“

Wie bitte? Was für ein Wahnsinn! Eines der Hauptprobleme des Rekonvaleszenten ist der als maximal empfundene Kontrollverlust. Die Schildkröte Urvertrauen hat sich in die hinterste Ecke ihres Panzers zurückgezogen, zu depressiv, um ihre Wunden zu lecken.

Man hat sich selbst im Stich gelassen, erfährt Heimatverlust im eigenen Leib. Wer genau soll jetzt also auf wen aufpassen? Welches Ich auf welches Mich? Beides muss erst allumfassend re-booten.

Vor allem aber – wozu? Da hat man knapp überlebt und soll jetzt mit angezogener Handbremse, zu Tode gesichert, mit Gürtel und Hosenträgern, vernetzt über doppelten Boden schleichen? Niemals! Jetzt wird gelebt und zwar richtig. Und das rate ich allen! Ungefragt! Hören wir mit dem Auf-passen auf, dann hat auch das Ver-passen ein Ende. Tanzt auf Rasierklingen, singt schief Eure Lieblingslieder, stillt Euren Hunger, seid maßlos, zählt Wolken, nehmt Dreck in die Hand und sagt: das ist Erde.

## **(2. Strophen des Liedes:**

Bin aufgewacht)

Denn all Deine Tage sind heute. Alle Momente sind jetzt.

Du stehst mit Deiner Schultüte deplatziert in einer Aula, sollst den Fotografen anlächeln, und weißt nicht warum. Ein Junge schenkt Dir einen nach Erdbeeren duftenden Radiergummi und läuft weg.

Du stehst vor einer Tafel mit Zahlen und Symbolen darauf und sollst halböffentlich Dinge addieren.

Du gehst zum Geigenunterricht und zur Nachhilfe. Küsst einen Jungen, beide tragt ihr Zahnsparren.

Du gehst zur Berufsberatung beim Arbeitsamt. Zur Orientierung. Perspektive gewinnen.

Du legst Deinen zukünftigen Wohnort der ZVS in die Hände, Deine Zeitlichkeit der Regelstudiendauer, Deine Räumlichkeit organisiert immoscout24.

Du arbeitest hart, bist summa cum laude. Geduld, Praktikant, Geduld!

Du balancierst zwischen Leben und Arbeit, stolperst, fängst auf. Betest dreimal am Tag zur Sozialversicherungspflicht. Zahlst in Raten, streckst Dich nach Decken, drehst Fähnlein, buckelst und trittst, den Wind machen andere. Du singst im Chor. Zum Ausgleich.

Ein Säugling in Deinen Armen. Alles wird anders. Du lernst Glück, Du lernst Angst. Hast plötzlich mehr zu verlieren als ein Ego. Pläne implodieren lautlos. Überleben wird zur obersten Direktive. Du musst funktionieren. Das hier ist zu groß.

Wohlverpackte Warums wimmern leise in ihren Kartons.

Flieg, Engelchen, flieg! DEIN Flug soll hoch sein, frei und sicher, flieg bis jenseits all meiner Warums, flieg wagemutig, flieg, ich fang Dich auf.

Du lässt das checken, du hast eigentlich keine Zeit, die Parkuhr ist abgelaufen, Du wartest schon zu lange auf dieses Ergebnis.

Etwas stimmt nicht mit den Locken der jungen Ärztin. „Es tut mir sehr leid, aber...“

Du holst deine Warums aus den Kisten und schlägst sie alle tot.

Alle diese Momente sind jetzt. Omnipräsentes Kaleidoskop der Möglichkeiten.

Alle Tage, an denen Du einfach nur Wolken betrachten wolltest, sind heute.

All das Lachen ist heute. Unbeschwert-Sein ist heute. Leichtigkeit ist heute, ein Loslassen entfernt.

Ganz am Ende fallen all deine Momente in dem einen zusammen.

Das Spiegelkabinett ist zerschellt. Selbstbilder zersplittert. Formwandlung vollzogen. So fühlt sich ein Puzzleteil, das nirgends mehr hineinpasst. Frei.

Leicht muss man sein.

Das Pferd hob den Kopf.

Lieblingsmensch stand nackt auf der Weide. Und stank. Chemisch. Im olfaktorischen Abgang ein bisschen nach Tod. Lieblingsmensch trug zwar Kleidung und stand, aber sie war doch nackt und sie schwebte. Sie roch nach Schmerz und sie roch frei. Stand aufrecht im Gebücktsein. Das Pferd zog es in diesen Zauberkreis. Dort angekommen winkelte es mit Bedacht ein Bein an, senkte den Kopf und schlief ein.

Also? Wie wäre das - ich schenke Euch meinen Schmerz und ihr fliegt!