



# *Zählen und Atmen*

## *Skizzen einer „spirituellen Krise“*

**Ein persönlicher Debattenbeitrag von Frank Hahn (Vorsitzender von Spree-Athen)**

Immer wenn ich nicht mehr weiter weiß, beginne ich zu zählen, so sagte mir kürzlich ein Freund. Das Zählen stiftet Ordnung durch Abzählen und Aufzählen; die Zahl als Hort vermeintlicher Sicherheit vor allem dann, wenn um uns herum vieles zu zerbrechen droht. Doch die Zahl kann gerade in ihrer Eindeutigkeit das Gefühl verstärken, ausgeliefert zu sein. Gegen die Zahlen lässt sich nicht argumentieren, kein Einspruch erheben, so wird gesagt. Menschen folgen einerseits den Erklärungen der Wissenschaft, weil sie aus berufenem Mund jene Klarheit zu hören erhoffen, die ihnen Sicherheit stiftet. Zugleich kann gerade die Alternativlosigkeit, die von wissenschaftlicher Seite verkündet wird, das Gefühl des Ausgeliefertseins verstärken. Als ob wir uns fügen müssten, weil Alles so ist, wie es ist. Politisch kann dies das Ende von Opposition bedeuten. Für die Gesellschaft und den Einzelnen die Lähmung der Energie.

Gewiss wohnt der Zahl auch ein spielerisches, sogar künstlerisches Element inne, und Zahlen erscheinen im Hebräischen zusammen mit den Buchstaben als „Bausteine“ des Weltenschöpfers. Doch wenn die Zahlen wie ein tägliches Ritual der Beschwörung wirken, stellt sich die Frage, ob die Gesellschaft insgesamt nicht weiter weiß, so wie es mein Freund für sich sagte. Vielleicht wäre solch Eingeständnis sogar heilsam. Und zugleich scheint es, als erfülle dieses tägliche Ritual eine Schutzfunktion im Umgang mit Krankheit und Tod. Die Zahlen schaffen Distanz, und selbst wenn sie „außer Kontrolle“ zu geraten drohen, wissen wir doch immer genau, wie wir die Kontrolle wieder erlangen: indem die Zahlen „nach unten gehen“. Dazu werden immer neue administrative Akte erlassen, ein immer weiter wucherndes Regelwerk von Verboten und Vorschriften. Wo die Frage nach unserer spirituellen Beziehung zum Tod sich meldet, wo Trost und Trauer, der Umgang mit Ängsten und Ohnmacht, mit Einsamkeit, aber auch mit dem Absoluten, dem Göttlichen oder dem Unverfügbaren mehr denn je eines Platzes bedürfen, wird all dies mit Hilfe der Zahlen aus dem öffentlichen Bewusstsein möglichst ferngehalten oder auf ein verstecktes Nebengleis geschoben. Eine tiefere Beschäftigung mit dem Tod – sei es philosophisch, religiös oder spirituell – könnte beinahe als Eingeständnis einer Kapitulation aufgefasst werden, während doch all die Maßnahmen und Regeln als ein großes Versprechen auf baldige Abhilfe wahrgenommen werden sollen.

## *Subjekt und Objekt - Grenze und Atem*

Das Zählen hilft mir, so der Freund. Die Zahlen ordnen das Unklare und Verschwommene, das Bedrohliche und Anarchische in ein Mehr und ein Weniger, in Mengenverhältnisse und Messwerte, in Kurven und Grade, Grenzen und Formen. Die Welt wird dadurch, wie man so schön sagt, objektiviert. Folgen wir der lateinischen Sprache, so ist allerdings das Subjekt das *Unterworfene* und das Objekt das *Hingeworfene* oder eben das *Vorliegende*, also etwas, das dem Subjekt voraus geht, schon vor ihm da liegt. Im Bewusstsein der Öffentlichkeit jedoch wird es immer so wahrgenommen, dass das Subjekt souverän und frei über die von ihm gesichteten, geordneten und geschaffenen Objekte verfüge. Ja, gerade erst durch diese Gegenüberstellung zum Objekt habe das Subjekt doch seine Stellung in der Welt als freies und erhabenes Individuum erhalten. Liegt darin aber nicht die große Täuschung? Was wäre, wenn wir entdeckten, dass wir nicht die Objekte beherrschen, sondern sie uns? Der Lyriker und Theologe Christian Lehnert sieht in der Folge der neuzeitlichen Wissenschaften die Wirklichkeit als eine Art Ausstellung, in welcher der Mensch „ebenso einsam wie autonom zwischen Exponaten unterwegs“ sei.<sup>1</sup> Dabei sei er an all dem, was gezeigt wird, nicht beteiligt, vielmehr sähe er allem aus sicherem Abstand zu. Indem wir die Dinge auf Distanz halten, entziehen wir uns der Wahrnehmung der Wirklichkeit als einer Wechselwirkung. Was soll vordringlich auf Distanz gehalten werden? Zuvörderst das Grauen vor Krankheit und Tod, die Angst davor, dem Endlichen und Vergänglichen ausgeliefert zu sein. Die Moderne selbst erscheint zuweilen als das Projekt einer großen Anstrengung, die Sterblichkeit des Menschen vergessen zu wollen. Ein plötzlich auftretendes unbekanntes Virus hat dieses Vergessen erschüttert, das wir mit dem Mittel der Distanz errungen hatten. Und so reagieren wir in bewährter Weise: die Distanz vergrößern! Social Distancing wird zur Tugend des Tages, geregelt durch die Zahl. Was aber, wenn alle Distanzierung nicht hilft? Was vor allem, wenn das Social Distancing etwas offenbart, dass ich als spirituelle Krise der Gesellschaft bezeichne? Es scheint, als ob die Gesellschaft dem Tod zu entgehen trachtet, indem sie sich – metaphorisch gesprochen – das Leben nimmt. Wo die Gesellschaft nach Luft ringt, wird ihr durch die Zahlen der Atem genommen. Sie sind so überwältigend, das ganze komplexe Zahlenwerk wird täglich, beinahe stündlich in Eile verlesen, dass einem schwindlig wird und keine Pause zum Atemholen gewährt wird. Indem die Zahl die Wirklichkeit bannen soll, halten die Zuhörer gebannt den Atem an.

Ich spreche von spiritueller Krise als einer Krise des Atmens (spirare). Spiritus eben nicht als „Geist“ im Sinne der reinen Erkenntnis, sondern im Sinne von Hauch und Atem. Wir brauchen zum Leben den Stoffwechsel, den Luftaustausch, über die Lunge, und auch über die Haut, unsere natürliche Grenze. Im Social Distancing erstarrt diese Grenze, sie wird erweitert und verstärkt, und dies in einem Moment, an dem die Gesellschaft plötzlich durch ein Virus an fundamentale Grenzen erinnert wird: Grenzen der Machbarkeit, der Kontrolle und des Wissens. Dabei lautet eines der großen Paradigmen der Moderne „Grenzen überwinden“. Man spricht dann gern von Durchbrüchen oder Hürden, die genommen wurden. Dies gilt sowohl für die wissenschaftliche Forschung wie für die Ausrichtung der Ökonomie. Zweifellos hat dieses Paradigma über die Jahrhunderte auf zweierlei Ebenen Erfolge zu vermelden, die nicht kleinzureden sind: eine steigende Lebenserwartung und die Erleichterung körperlicher Arbeit. Zugleich wird damit jedoch die Illusion genährt, als könne es auf diesem Weg unendlich weitergehen – bis hin zur Abschaffung der Arbeit und Überwindung der Sterblichkeit. Selbst wenn kein seriöser Zukunftsforscher dieses Ziel für je erreichbar hielte, steht es doch als

---

<sup>1</sup> Christian Lehnert: „Ins Innere hinaus“, Suhrkamp Verlag 2020

Horizonterwartung im Raum und beflügelt dabei die Selbstüberschätzung des Menschen ins Grenzenlose. Die Erfahrung elementarer Grenzen führt dann umso mehr in die Starre.

Demgegenüber wäre das Spirituelle das Nicht-Starre, das Verflüssigende: Der Geist (ruach) schwebt über den Wassern, heißt es in der Tora. Er schwebt - wie ein Gas, eine Nebelschwade oder was sonst auch immer. Wir sprechen auch vom Geisthauch, griechisch *pneuma*, lateinisch *spiritus*, auf Sanskrit *Atman*. Der Geist des Alkohols verflüchtigt sich, wenn er länger im Glas ausdünsten kann. Für dieses Element, für das Flüchtig-Ätherische sind Grenzen durchlässiger. So gesehen hilft eine „spirituelle Haltung“, Grenzen als Orte der Begegnung neu wahrzunehmen. Die Grenze lädt ein zu einer *Öffnung auf*. Hier geschieht das, was Paul Ricoeur die „Bewegung auf das Hören“ hin nannte. Ein Einstimmen auf die Frequenz, den Rhythmus, die Atmung, die von der anderen Seite herüber wehen mag. Die Grenze als Ort des Empfangens statt des Hindernisses, das mir den Zugriff verwehrt. Das zugegeben etwas strapazierte Wort von der Spiritualität besagt für mich vor allem dieses: durchlässig werden, sich berühren, also inspirieren (anhauchen) lassen, in Verbindung kommen, in Resonanz leben. Verbindung und Resonanz womit oder mit wem? Die schlichte Antwort heißt: womit auch immer. Ob mit Menschen, Tieren, der Natur oder schließlich auch, Raum und Zeit überschreitend, mit Engeln, mit dem Göttlichen oder dem ewig Zeitlosen. Verbindung im spirituellen Sinn verstehe ich als eine Bewegung des sich aufeinander Einlassens, des gegenseitigen Aufnehmens von Takt, Atem und Rhythmus, des „einander Annehmens“ ohne jegliche Annahmen, Erwartungen und Intentionen.

Doch wie kann dies helfen angesichts der zurzeit sich ausbreitenden Ohnmacht und des Gefühls des Ausgeliefertseins? Die einen fühlen sich stärker dem Virus ausgeliefert, erstarren in Angst vor Ansteckung, die anderen fühlen sich den Einschränkungen und Verordnungen gegenüber ausgeliefert, wieder andere der Angst um ihre Existenz und manche sehen die Freiheit insgesamt in Gefahr. Mittlerweile geht ein Riss durch die Gesellschaft: zwischen denen, die sich vernünftig und aufgeklärt nennen, indem sie den verhängten Maßnahmen rückhaltlos folgen, und den Kritikern, die an der Verhältnismäßigkeit vieler Maßnahmen zweifeln. Letztere werden dabei zunehmend unter Generalverdacht gestellt. Das gegenseitige Auffahren von Argumenten hilft nur bedingt weiter, denn hier sprechen vor allem starke Gefühle, und zwar auf allen Seiten. Könnte der spirituelle Bereich hier eine neue Ebene der Begegnung schaffen?

### ***Die Ohnmacht überwinden, indem man sie annimmt***

Zunächst berichte ich von mir. Ich selbst habe eine Phase von Lähmung und Ohnmacht während der aktuellen Krise erlebt. Das Abschneiden und Abbrechen von Kontakten, das Schweigen der Kunst, der teilweise Rückzug um mich herum als ein ängstliches Verstummen, manchmal in der Geste des Vorwurfs, manchmal nur ohnmächtig, dazu das Gefühl, den Verordnungen und Einschränkungen stumm ausgeliefert zu sein. Verstärkt wurde dieser Prozess durch Kontroversen im eigenen Umfeld, den Reaktionen extremer Angst, die die einen vor Krankheit und Tod, die anderen vor den psychischen und gesellschaftlichen Folgen der Einschränkung des Lebens haben. Für beide Seiten Verständnis aufzubieten, gelang irgendwann nur noch um den Preis des Zerrissenwerdens. Nun zeigten sich körperliche Symptome der Anspannung bis hin zur Auszehrung und Lähmung. Die Rebellion hilft in diesen Fällen nicht, denn jeder erfolglose Ansturm macht nur noch verbissener, und da sie mangels eines geeigneten Widersachers, der zu bezwingen wäre, weiter und weiter verhallt und an der Mauer der Ohnmacht zerschellt, wendet sie sich schließlich gegen den Rebellen selbst und zerfrisst ihn. So ging es auch mir. Ich konnte dies wohl wahrnehmen als rascher sich verzehrenden

Atem, als gestiegene Körpertemperatur, leichtes inneres Zittern und Beklemmung bis hin zur trockenen Zunge. Trotz der Intensität dieser vegetativen Reaktionen fühlte ich mich außer mir, nicht mehr verbunden. Wie die Verbindung erneut herstellen? Und vor allem: Verbindung zwischen welchen Teilen, Orten, Gefühlen, Organen? Die Antwort stellte sich ein, nachdem ich Zeuge eines ungewöhnlichen Experiments geworden war: ein Diskussionsforum mit fast 80 Teilnehmern über die zurzeit üblichen Kanäle, d.h. via Internet und Bildschirm. Nicht die Einzelheiten des Vortrags und der anschließenden Debatte waren für sich so außergewöhnlich, sondern vielmehr die unerwartete Öffnung der Schleusen, die lange Ungesagtes ins Fließen brachte. Wer sich zu Wort meldete, bezeugte plötzlich auf je eigene Weise das Erleben von Lähmung und Zerrissenheit in diesen Zeiten. Nur bezeugend, weder anklagend noch auflehnd, reihte sich Beitrag um Beitrag zu einem Reigen, in dessen Verlauf die Krusten der emotionalen Verletzungen aufbrachen, die sich mit dem Verstummen gebildet hatten. Trotz aller wackligen Bildchen und teils verzerrter Stimmen, die das Medium begleiten, ging etwas Heilsames von dieser Begegnung aus. Die Bezeugung der Ohnmacht durch Andere erlaubte es mir, mich ihr zu stellen, sie anzunehmen statt mich aufzulehnen. Indem ich in der darauffolgenden Nacht dem nachspürte, stellte sich ein anderes Körpergefühl ein:

Tiefes Ein- und Ausatmen, bei dem zunehmend Leben in mich einströmte, so als ob ein verlorener Teil von mir zurückkäme, ein vorher gespürter Riss langsam sich schließen würde. Ich hörte mich sagen: jetzt bist du wieder an deinem Ort, stehst aufgerichtet in der Welt, in Einklang, in mir selbst eingebettet und zugleich aufgehoben in der Welt und in ihrem Rhythmus atmend. Nicht überheblich oder strotzend fühlte ich mich, nur gekräftigt, auf wohligh pulsierende Weise innerlich groß. Dabei kam mir zu Bewusstsein, dass ich mich zuvor geschwächt gefühlt hatte, schrumpfend, mehr und mehr Teile verlierend, nicht mehr in meiner Haut zusammengehalten, zunehmend dem Makel verfallen, stigmatisiert vom eigenen Unvermögen. Jetzt fiel all dies von mir ab, Makel und Stigma, der Wunsch mich zu verkriechen und dabei noch mehr zu schrumpfen war verflogen. Und noch etwas war wieder da: der intime Zeuge all dieser Metamorphosen, ich war bereits im Gespräch mit ihm, was die Wohligkeit verstärkte. Ich konnte nun den Halt spüren, den mir die Matratze gab, wie eine sich nach unten wölbende Schale, über die ich Verbindung spürte zur Erde, während der intime Zeuge mir Gesichter und Stimmen zu fächelte, die sich von der größeren Wölbung über mir, Himmel oder auch galaktisches Nichts, zu mir herunter schwangen. So sollte es sein, so hatte es zu sein. Reine Verbindung, Einklang wie bei einem hin und her schwingenden Pendel, in dessen Rhythmus Stille einkehrt.

Ich hatte mich der Ohnmacht gestellt, mir eingestanden, dass ich in manchen Momenten und gegenüber bestimmten Menschen und Mächten keine Macht habe. Das Wort sagt es, was ich spüre, und der Spur folgend komme ich an eine Grenze. Statt voller Wut sie niederzureißen, statt in stummer Klage mich zu verzehren und davor zu kauern wie vor den Gitterstäben eines Käfigs, entsage ich dem Kampf, entsage auch der aufzehrenden Klage, indem ich der Macht entsage, die mir hier und jetzt ohnehin nicht gegeben ist. Ich entsage freiwillig, indem ich mein Gefühl sprechen lasse, erst zu mir und dann aus mir heraus, und so frei werdend vom Zwang des Tun-Müssens sowie von der Bitterkeit des um sich selbst kreisenden Klagens - ähnlich der stufenweisen Bewegung des Trauerns. Jetzt erst, aus dem Freiwerden, kann die Hinwendung zur Grenze gelingen, und vielleicht sogar auf etwas hinter ihr Liegendes, dabei erprobend, wie schalldicht, wie hermetisch die Grenze ist, oder ob etwas durch sie hindurch sickert, ein Licht, ein Schall, ein Atmen. Was ist mit der Wand, an der ich liege? Dringt etwas hindurch aus der Welt des Numinosen? Ich denke an Romano Guardinis Worte, wonach der Mensch Wand an Wand mit dem Ewigen, dem Absoluten und Göttlichen lebe, sozusagen in enger Nachbarschaft.

## Diaphanie

Auch Kirchenwände können durchlässig sein. Der erwähnte Freund, der sich zuweilen dem Zählen hingibt, ist zudem Kunsthistoriker. Es beschäftigte ihn, so sagte er während des selben Gesprächs, wie sich in alten Kirchen die Menschen von der Außenwelt abgekapselt haben, tatsächlich in einer als Kuppel verbrämten Kapsel sitzend, von außen räumlich und vor allem atmosphärisch strikt getrennt. Das Licht nämlich sei kaum noch zu den Betenden oder nur Sitzenden durchgedrungen, zumindest in der Zeit der Romanik. In der Renaissance habe man erneut Kuppeln gebaut, aber die Technik habe dann viel größere Gebäude erlaubt, wodurch man drinnen deutlich weniger in Dunkelheit verharrte. Dazwischen – d.h. zur Zeit der gotischen Kirchenbauten – habe man Licht in die Gotteshäuser einfallen lassen, und zwar durch die Konstruktion großzügiger Öffnungen und durchlässiger Fenster im Kirchenschiff. Das Mauerwerk von Fassaden, Spitzbögen und Kirchendächern selbst wurde auf diese Weise durchlässig, fast wie ein Schleier. So sei eine Verbindung der alltäglichen Welt zum sich aussendenden Licht des Himmels oder zum Transzendenten geschaffen worden. Ich selbst habe in der Bretagne das großartige Schauspiel erlebt, bei dem das Licht durch farbenfroh bemalte Glasfenster ins Kircheninnere fiel und plötzlich die Farbtöne der Fenster – blau und rot und grün – in zart schimmernden Streifen sich auf die grau-weißen Granitsäulen legten und diese so einhüllten als hätten sie eine bunt schillernde Tapete. Warum man dieses Durchscheinen in der Renaissance rückgängig gemacht habe, darauf hatte mein Freund zunächst keine direkte Antwort, dafür aber den Vergleich mit dem berühmten begehbaren Gottorfer Globus in der Nähe von Schleswig. Man könne das Innere des Globus betreten und an seiner Innenhaut den Sternenhimmel wahrnehmen, nur um dann noch einmal von außen das Ganze zu betrachten. Dieser Blick von außen spende dem Menschen offenbar das berauschte Gefühl, der kleine Schöpfer im Weltganzen zu sein. Wir beäugten die Welt in Form des Globus von oben, bei entsprechenden Proportionen könnten wir die Globus-Welt in unsere Hand rollen lassen wie den berühmten Spielball. Wir hätten, da waren wir uns einig, die Welt im Blick und somit im Griff. Ist es das, was die Renaissance uns lehren wollte mit dem berühmten Welt-Kreis von Leonardo da Vinci, in dessen Mitte der Mensch mit ausgestreckten Armen und Beinen seine zentrale Stellung im Universum demonstriert? Droht nun ein kleines, aber hartnäckiges Virus, ihn daraus zu vertreiben? Geht es in dieser Krise vielleicht auch und sogar vor allem um diese Zentralstellung?

Wenn wir dem Bild der Kapsel folgen, unter der wir sitzen, dann haben wir uns die Zentralstellung offenbar durch die Trennung von Subjekt und Objekt, von innerer und äußerer Welt erkaufte. Eine Trennung, die nicht nur das Geistesleben seither durchzieht, sondern auch die Räume, in denen wir uns mit dem Körper bewegen. Die Vorstellung vom Menschen als dem Mittelpunkt der Welt sollte ihn als frei und souverän erscheinen lassen, und hat ihn doch zugleich in den Zugzwang des kontrollierenden Zugreifens und Beherrschens der Welt gebracht. In der starren Dichotomie zwischen Subjekt und Objekt hat sich das Unlebendige ausgebreitet. Der Verlust dieser Zentralstellung löst immer noch Furcht aus. Doch was verlieren wir außer einer großen Täuschung? Würde die *Enttäuschung* den gefühlten Verlust nicht um ein Vielfaches durch den Gewinn an Lebendigkeit aufwiegen? Das Leben würde eine Erweiterung erfahren, indem sich die Wahrnehmungen an den Grenzen verfeinern, dort, wo im Mit-Atmen der Atem der Anderen im eigenen Atem spürbar wird, wohl wissend um die nicht aufhebbare Differenz; aber es gibt Berührung, es gibt das Echo des Rufens über die Grenze, es gibt die Auflösung der Starre durch die Bewegung des Einstimmens und Einpendelns.

## Hautatmung

In der Philosophie ist selten von Atmung und Haut die Rede. Einer der Wenigen, die sich auf dieses Feld wagten, war Emmanuel Levinas, der eine Ethik vom Anderen her gedacht hat. Die Haut ist nicht nur verletzbar, wenn wir uns dem Anderen zeigen, sondern sie atmet, sie ist Organ, mit dem wir in Beziehung gehen. Die *bloße Atmung der Haut* werde „vom Sagen entblößt“, <sup>2</sup> so Levinas. Das Sagen steht für ein sich aufeinander Einlassen vor aller Konvention und jenseits geläufiger Sprechblasen, wobei die Sprache keine „Informationen transportiert“, sondern nichts mitteilt außer sich selbst, was bedeutet, im Sagen selbst den Raum der Begegnung erst zu schaffen, der vorher noch gar nicht existiert hat. In der „bloßen Atmung“ ereignet sich der Austausch der Haut zwischen innen und außen, zwischen Anruf und Antwort. In der Verletzlichkeit der Haut zeigt sich eine Sensibilität, sich berühren zu lassen.

Die Haut ist auch für Martin Buber ein Organ der Zwiesprache. So berichtet er von seiner Erfahrung als elfjähriger Junge, als er auf dem Gut seiner Großeltern einem Apfelschimmel besonders zugetan war. Er schlich sich, sooft er konnte, in den Stall, um dem Tier den Nacken zu krauen. Eine erregende Erfahrung der Anderheit, so nannte es Buber in der Rückschau auf die Begebenheit:

„Wenn ich über die mächtige, zuweilen verwunderlich glatt gekämmte, zu anderen Malen ebenso erstaunlich wilde Mähne strich und das Lebendige unter meiner Hand leben spürte, war es, als grenzte mir an die Haut das Element der Vitalität selbst, etwas, das nicht ich, gar nicht ich war, gar nicht ich-vertraut, eben handgreiflich das Andere, nicht ein anderes bloß, wirklich das Andere selber, und mich doch heranließ, sich mir anvertraute, sich elementar mit mir auf Du und Du stellte.“ <sup>3</sup>

Es habe ein Einvernehmen zwischen ihm und dem Tier gegeben, wie zwischen zwei Verschworenen. Doch einmal sei es passiert, dass er beim Streicheln gespürt habe, welchen Spaß es ihm bereite, und er habe nur noch seine Hand gefühlt. Und schon habe sich etwas geändert, das Spiel sei anders geworden. Am nächsten Tag habe der Schimmel nicht mehr, wie sonst, zur Begrüßung den Kopf gehoben. Der junge Buber habe sich verurteilt gefühlt. Nun gewinnt der schreibende Buber aus dieser sehr fein wahrgenommenen Episode folgende, eine für sein Werk nicht unwichtige Einsicht. Statt der Hinwendung zum Anderen, die für Buber Voraussetzung für eine echte Begegnung war, sei hier die Rückbiegung erfolgt. Dies bedeutete ihm fortan, dass sich der Mensch der Anderheit und Sonderheit des Anderen entzieht, und ihn stattdessen nur als Meinheit bestehen lasse, als das eigene Erlebnis. Auch dies darf sein, und meistens wird es so sein, doch Buber wollte auf die verschiedenen Ebenen hinweisen, auf denen wir in Kontakt mit Anderen gehen. Er berichtet hier von einer Unterbrechung der Begegnung: davor hatte der junge Buber über die „bloße Atmung der Haut“ den Anderen genauso kraftvoll gespürt wie sich selbst. Indem er an der Hautgrenze das Element der Vitalität gespürt hat, ist er vielleicht in eine Art Zwischenreich eingetreten, in dem gleichzeitig der Andere und er selbst spürbar werden und zugleich keiner von beiden, sondern etwas Drittes, das noch über die reine Körperlichkeit hinausgeht. Das ansonsten leicht überstrapazierte Wort vom „sich Berühren lassen“ zeigt hier seine ganz eigene Wahrheit. Sich berühren lassen: sich einlassen auf etwas Unbekanntes, auf erregende Weise Fremdes, vielleicht Schmerzhaftes, auch Beunruhigendes, es aufnehmen in den Pulsschlag meiner Haut, es aushalten und meine Hautatmung langsam in die Frequenz dieses Unbekannten einpendeln. Das

<sup>2</sup> Emmanuel Levinas: „Jenseits des Seins oder anders als Sein geschieht“, Verlag Karl Alber, Freiburg 1988

<sup>3</sup> Martin Buber: „Zwiesprache“ in „Das dialogische Prinzip“, Gütersloher Verlagshaus 2012, S.171/172

Zwischen als dritte Dimension, in dem sich Ich und Du nicht auflösen, nicht verschmelzen, sondern aneinander wachsen.

Zugegeben: Worte wie „sich Aussetzen“ und „sich Einlassen“ können auch der Sicherung von Machtpositionen dienen, wenn darin ein „sich fügen“ mitgesprochen wird und das Selbst des Anderen geschwächt werden soll. Ich lese Buber und (!) Levinas jedoch auch im Sinne einer Stärkung des Selbst, das durch eine verfeinerte Wahrnehmung sich selbst anders und neu begegnen und die eigenen Grenzen besser schützen kann, wenn auch die eigene Verletzlichkeit gespürt werden darf.

## ***Einpendeln***

*Eintauchen in die Leere einer Landschaft, sei es Wüste oder Wald, in der wir niemandem begegnen, um in der Abwesenheit die Anwesenheit von allerlei Figuren zu spüren, verschwundener, gestorbener wie auch von Nachbarn und Freunden, die gerade nicht hier sind. Figuren, die mir noch heute Nacht in einer schlaflosen Stunde vor dem Inneren der Augenlider vorbeigezogen sind als höchst lebendige Gestalten. Ich beobachte Schafe, die, während sie das Gras kauend abmähen, mit ihren Hälsen und schließlich den ganzen Körpern hin und her schwingen wie bei einer Sense – ähnlich der Bewegung beim Ausholen des Malers mit dem in Tusche eingetauchten Pinsel und unserem Schaukeln eines weinenden Kindes, wodurch es beruhigt wird, weil es sich gewogen weiß im Rhythmus der Welt, in den sich nun sein eigener Atem hinein fächeln kann. Ich halte in der Hand den flachen, elliptischen Stein aus den Wellen vor der irischen Küste, auf dem ich, akkurat und filigran, die Kreise von Planetenbahnen lese und winzige Kristalle leuchten sehe wie Sterne. Und ich rufe aus: der Himmel ist ins Meer gefallen, und ich spüre in meiner Handfläche nicht nur dieses Fallen und diese Begegnung von Äther und Meerwasser, sondern auch, wie ich in diese Begegnung eingewoben bin und in ihr gehalten werde. Wir sitzen in der Dämmerung und schweigen, dabei höchst genau ahnend, was der Andere denkt und spürt, bevor es ausfließt in ein Sagen, das als bloße Atmung den Dämmerraum zwischen uns erfüllt. Alles ganz unspektakuläre Momente, die vom Einpendeln und Einschwingen zeugen, über fixe Kategorien von Raum, Zeit hinweg, als Taktschlag oder Atemzüge eines Einklangs mit sich sowie zwischen sich und der Welt. Hieran ist nichts Mysteriöses.*

Gelingen kann ein solches Einpendeln, wenn wir uns nicht von der Angst vor Kontrollverlust würgen lassen, die uns in die Distanz gegenüber einer Welt der Objekte und Exponate treibt. Wenn diese Angst bleibt oder sich verstärkt wie im Augenblick, wächst die Starre, die Angst vor dem Tod nimmt uns den Atem, und das Leben steht still. Liegt nicht in der Auflösung der Starre, in der Öffnung zum Durchlässigen hin womöglich der wirksamste Schutz für unser geistiges, seelisches und schließlich auch körperliches Immunsystem? Es scheint verwegen, eine solche Frage zu stellen – und doch, so spüren es viele, ist mehr und Anderes vonnöten in dieser Zeit als die weitere lähmende Erstarrung einer Gemeinschaft, die von manchen Denkern trefflich als Kontrollgesellschaft bezeichnet wird.<sup>4</sup> Wie immer dieses Andere aussehen mag: hilfreich ist in jedem Fall, sich vertraut zu machen mit dem Größeren, das uns übersteigt und das wir nicht kontrollieren können. Dazu gehört auch der Tod. Er markiert die große Grenze. Doch versagt an ihr nicht der Wunsch nach Durchlässigkeit?

---

<sup>4</sup> So bei Stefan Blankertz in „Derrida liest“, editionpunkt 2018

## *Am Ende....*

Bevor der Atem erlischt, holt er noch einmal aus innerer Tiefe, so scheint es, alles Leben heraus und ebnet, schwer arbeitend, den Übergang in eine andere Welt. Wieder hängen Grenze und Atem zusammen, zum letzten Mal. Der zuweilen ins Triviale kippende Satz, wonach der Tod Teil des Lebens ist, wird hier vom Körper bestätigt. Wirklich? Geht es hier nicht um das Sterben und weniger um den Tod? Wie weit ist der Grenzstreifen zwischen Leben, Sterben und Tod? Wir sind gewohnt, den Tod als Zustand zu sehen, endgültig vorbei, für immer aus der Welt. Und doch erscheint es widersinnig, dass solch eine Arbeit des Atmens aufgewendet werden sollte für einen Übergang, der ins reine Nichts führt. Ich spüre eine Scheu, hier weiter zu schreiben, gibt es doch Berufenere als mich, sich zum Thema Tod zu äußern. Ich habe weder eine Nahtoderfahrung gemacht noch arbeite ich im Hospiz oder als Trauerredner. Zugleich habe ich, wie wohl jeder, persönliche Erfahrungen mit dem Tod gemacht, sei es am Bett Sterbender oder als Überbringer oder Empfänger von Todesnachrichten, als Trauernder, der den Verlust eines Menschen beweint. Und ich weiß es nicht mehr und nicht weniger als wir alle, ob nach der letzten Grenze uns „Etwas“ erwartet, und falls, wie dieses Nichts von Etwas, dieses kaum oder gar nicht Spürbare zu benennen wäre.

Als ein Freund vor einem Jahr allmählich dem Sterben entgegenging, schenkte ich ihm das Buch von Francois Cheng „Fünf Meditationen über den Tod - und über das Leben“. Er war weder überrascht noch pikiert, kommentierte nur lakonisch: „Der Tod, ja, das ist jetzt mein Thema“. Der Autor fragt, wie es wäre, den Blick zu wenden: statt vom Leben auf den Tod als das Ende zu starren, auf das wir zulaufen, einmal umgekehrt auf das Leben von der Seite des Todes aus zu blicken. Bekäme das Leben nicht im Licht seiner bewusst wahrgenommenen Endlichkeit einen anderen Glanz und den kostbaren Geschmack des Einmaligen? Ich habe mit meinem Freund nicht mehr über die Lektüre gesprochen, das Ende kam schneller als erwartet. Ich konnte jedoch Einblick in seine Notizen erhalten und lesen, was er in dem Büchlein besonders unterstrichen hat. So komme ich mit ihm auf diese Weise noch einmal ins Gespräch. Ich hätte vermutlich andere Sätze unterstrichen, aber bei einer seiner Markierungen bin ich ganz einig mit ihm: „...dass das Leben den Tod als eines seiner eigenen Gesetze aufgestellt hat, und zwar damit das Leben überhaupt Leben sein kann, damit es ein ständiges Werden sein kann.“ So sehe auch ich es: ohne die Endlichkeit unseres Seins gäbe es nicht einmal die Zeit, nicht den Augenblick, weder den als ganz gegenwärtig wahrgenommenen noch den, in dem sich die Ewigkeit spiegelt.

Ich hätte in den „Meditationen“ eine Gedichtzeile von Rilke unterstrichen: „Der große Tod, den jeder in sich hat, das ist die Frucht, um die sich alles dreht.“ Der Tod als Frucht des Lebens, in dessen Atem sie heranreift? Sobald sie fällt, so dichtet Cheng Rilke weiter, findet sich die Frucht bei den Wurzeln wieder: „Die Wurzeln sind der Ort des Todes und zugleich der Geburt“.

Ist jeder Tod also zugleich eine Geburt? Wir wissen es nicht und hoffen es zugleich. Für die kleinen Tode im Laufe des Lebens, die vielen Schwellenquerungen, kann es jede und jeder auf seine Weise wohl bestätigen. Beim großen Tod klingt dies nur mehr nach Trost. Aber etwas lässt mich nicht los an dem Bild der Frucht. Das Leben könnte nicht zur vollen Frucht heran reifen, wenn es unendlich weiter wüchse und reife. Bis wohin denn auch? Wiederum: die Endlichkeit ist Bedingung für die Hervorbringung der Frucht, für ihre Reife und Süße. Was aber, wenn vor der Reife das Leben endet? Das ist die große Angst -- und der Mensch will doch so gern alles vollenden, bis zur perfekten Reifung. So soll es sein, denn so ist Leben und so kommt Leben zu sich. Und gleichzeitig ist sie, die Perfektion, die große Täuschung. Als ob sich auf diese Weise das Unendliche im



Endlichen einholen, sogar beherrschen ließe. Sie will so nicht glücken, und bestenfalls bescheidet sich dann der Mensch. Und liest noch einmal Rilke: der sagt nichts über Reife, er besingt nur die Frucht. Und die ist immer schon in uns, immer schon reif, sonst wäre sie keine Frucht. Die Fülle des Lebens entsteht nicht aus der Zahl, nicht aus der Menge des Getanen und Erlebten. Manchmal vielleicht, aber was machen die Zahllosen, die nichts oder nicht viel aufzuzählen haben? Eine gesättigtere Fülle, bis hin zur Erfüllung, steigt aus dem Extrakt der besonderen Augenblicke auf, von denen jedes Leben erzählen kann. Wenn ich erfüllt bin von einem einzigartigen, nie gewordenen, nie gehörten, nie gespürten Ereignis, so unbedeutend es im All erscheinen mag. Für mich jedoch ist es atemberaubend, wenn der Atem aus dem Takt kommt und sich neu finden muss, weil ich soeben eine Verbindung gespürt habe zum Unendlichen, zum Numinosen, zu dem, was alles übersteigt, sei es ein Engel oder ein Stein mit Planetenbahnen oder ein Kometenschweif, der ganz nah über das Haus saust oder in einer fein gewebten menschlichen Begegnung. In solchen Augenblicken ist die Reife der Frucht vollkommen, das Leben gelangt zur Fülle, wenn es nur für diese wenigen Augenblicke da gewesen wäre. Als ob solche Augenblicke etwas vorwegnehmen vom letzten Atem, der erfüllt sein mag von Schrecken und Not, und sich zugleich öffnen mag auf das Unbestimmte, das Unverfügbare, das wir lebendig fühlen, wenn der Atem tiefer geht und wir Wand an Wand etwas vom Ewigen spüren.

Bei aller Tragik ihrer Lage scheint mir, als würde auch bei Etty Hillesum in ihren Zeilen über den Tod etwas von dieser Frage mitschwingen. Etty wurde mit 29 Jahren in Auschwitz ermordet, und in den zwei Jahren vor ihrer Deportation schrieb sie noch in Amsterdam ein Tagebuch. Dort lesen wir:

„... wenn man den Tod aus dem Leben verdrängt, ist das Leben nicht vollständig, und indem man den Tod in sein Leben einbezieht, erweitert und bereichert man das Leben.“<sup>5</sup> Sätze, die lange, über jedwede Grenze hinaus, nachhallen. Ich frage mich, ob man sie heute ohne Weiteres aussprechen kann? Die Frage hat zweifache Bedeutung: einmal aufgrund der Gefahr, damit die Gräueltaten nachträglich mit „Sinn“ zu bemänteln, zum anderen aufgrund der Tabuisierung des Todes hier und heute. Kann man solche Sätze noch aussprechen ohne Verdacht und Anfeindungen ausgesetzt zu sein? Das frage ich mich.

In der Welt der Zahlen, der Kapseln, durch die wir uns vor der Welt schützen wollen, wird der Tod auf Distanz gehalten. Die Angst vor dem Ende pulsiert dabei heftig, wird nur vorübergehend auf stumm geschaltet. Unterdessen wird das Sterben dorthin abgeschoben, wo es nicht so auffällt, wo es einsam ist. Nicht immer und nicht überall, wohl wahr, denn es gibt sie, die vielen Menschen, die den Sterbenden liebevoll zur Seite stehen. Doch warum finden sie wenig Anerkennung? Die kulturelle Matrix ist nicht auf ihrer Seite. Angst und Ohnmacht vor der Grenze der Sterblichkeit sind zweifellos eine natürliche Reaktion. Doch wenn sich die Starre nicht löst, wird ein Teil des Lebens abgespalten. Ausdruck der spirituellen Krise unserer Zeit, in der wir den Atem anhalten, mit ihm geizen, als ob wir ihn nicht vorzeitig vergeuden wollten.

**[www.spree-athen-ev.de](http://www.spree-athen-ev.de)**

---

<sup>5</sup> Etty Hillesum: „Das denkende Herz der Baracke – Die Tagebücher 1941 – 1943“, Herder Verlag, Freiburg 2014