

Anregungen und „Anleitungen“

Ausgewählte und gekürzte Texte zum

STEHEN MIT DER ERDE

aus „Wenn wir wieder wahrnehmen“, <https://wahrnehmen.org>

Hambacher Forst

Die Demo ist mir zu laut. Ich lasse die Leute an mir vorbei ziehen und bewege mich an den Rand der Menschenmenge. Hebe den Blick und gucke in die Kronen dieser Bäume, die hier schon so lange stehen. Weit länger, als ich auf der Welt bin. Lehne mich an einen dicken Baumstamm, atme. Sehe in einiger Entfernung ein rot-weißes Absperrband. Was ist dahinter? Ist dies der Ort, wo sich die Zähne der Bagger in die Erde fressen? Ganz einfach und ungehindert schlüpfe ich durch die Absperrung, durchquere eine bereits gerodete, gespenstisch öde Fläche und plötzlich stehe ich an der Abbruchkante des Tagebaus. Das Ausmaß der Grube übertrifft all meine Vorstellungen. Ich betrachte die riesige Wunde, die da vor mir klafft. Es fühlt sich an, als wäre etwas aus meinem eigenen Körper herausgeschnitten. Der Anblick lähmt mich. Ich setze mich hin, lasse das Bild auf mich wirken, das innere und das äußere. Beide verschmelzen miteinander. Tränen laufen meine Wangen herunter. Weit entfernt höre ich das Wummern der Bässe vom Lautsprecherwagen. Was machen die da drüben? Warum sind nicht alle hier? In Stille? Warum stehen wir nicht beisammen und versuchen das Ausmaß dieses gnadenlosen Eingriffs – und so vieler anderer – zu fühlen? Warum bilden wir kein Feld, warum knüpfen wir kein Netz, das vielleicht groß genug ist für diesen riesengroßen Schmerz, der ein einzelnes Herz überfordern würde, der aber so dringend gefühlt werden möchte, damit wir Menschen wieder unseren Platz finden können inmitten des Lebens auf diesem Planeten?

Mich ergreift die Sehnsucht nach einer verbindenden Demonstrationskultur, in der es nicht allein darum geht, meinen Körper an diesen Ort zu verfrachten, um Masse zu machen gegen einen skrupellosen Energiekonzern – von 50.000 ist am Abend in den Nachrichten die Rede. Ich beginne, tiefer zu verstehen, was mir an Demos widerstrebt und bekomme eine leise Ahnung davon, wie wir auf einer ganz anderen Ebene wirksam sein können, wenn wir wagen, bei solchen Anlässen gemeinsam zu spüren, wofür wir hier sind. Ich vermute, uns alle verbindet etwas Gemeinsames: die Liebe zum Leben. Kann so etwas schwer Fassbares wie Liebe eine politische Gestaltungskraft sein?

Ja. Jetzt ist die Zeit, ihr zu Wirkmacht verhelfen – auch wenn wir noch nicht so recht wissen wie das geht und wenn es Mut brauchen wird, dafür einzustehen, weil es uns vielleicht etwas peinlich oder kitschig vorkommt und wir befürchten, damit nicht ernst genommen zu werden. Es ist dringend notwendig, diese Scham zu überwinden und uns darin zu üben – und in diesem Üben sichtbar zu werden. Aber wie?

Üben

Wie geht das, mit der Erde zu stehen? Was genau geschieht da eigentlich? Ich stelle mich barfuß neben einen Baum. Dort, wo meine Füße den Waldboden berühren, berührt meine Haut die Haut der Erde. Sehr zärtlich erlebe ich diesen Kontakt und weite diese Zärtlichkeit aus auf eine immer größere Fläche, versuche mir vorzustellen, wie ich über dieses Fleckchen bemoosten Waldbodens mit der gesamten Erdoberfläche verbunden bin. Mein Sein möchte sich mit dem Wurzelgeflecht der Bäume, der Pflänzchen, mit den Pilzmyzelen verweben und möchte spüren, wie es beteiligt ist an dieser großen Symbiose, durch die das eine Leben das andere ermöglicht. *Möchte*, schreibe ich. Es erscheint mir, als müsse ich – Vertreterin einer Kultur, die sich vom Lebensprinzip der Gegenseitigkeit getrennt hat – um Einlass bitten. Also stehe ich und bitte und öffne mich für das Wurzelige. In mir gibt es das auch. Ich gelange zu einer sehr angenehmen und tröstlichen Wahrnehmung des Nervengeflechts in meinem Bauchraum und erlebe, wie es mich durchzieht, wie es sich verästelt und verzweigt, wie es pulsiert und Botschaften überbringt. Irgendwann ist das Verwobensein keine Vorstellung mehr: Es ist so. Ich erlebe mich als Teil der Humusschicht dieser Erde. Ich wachse aus ihr heraus, ich bin von ihr genährt, ich führe ihr Nährstoffe zu. Und es trifft mich wie ein Schlag, wie bedroht diese lebendige Schicht ist, weil wir Menschen uns aus der Balance des Gebens und Nehmens ausklammern und diese dünne Lebenshaut unseres Heimatplaneten ausbeuten. Wie von selbst sinkt mein Kopf Richtung Boden. Ich kauere noch eine Weile im weichen Moos, rieche den Wald und meine zu verstehen, warum der Islam diese Haltung für das Gebet gewählt hat. Wir Menschen haben so viel Demut nachzuholen.

Gegenseitig

Ich stehe, lenke meine Aufmerksamkeit auf meine Füße. Auf einmal nehme ich wahr, wie dieser riesige Planet an meinen Füßen klebt und bekomme ein Gefühl für die gewaltige Masse, die da mit mir verbunden ist. Ich erlebe, dass die Erdanziehung auf dieser Masse beruht und dass – ich staune! – auch ich die Erde anziehe. Kraft meiner Masse! Ich fühle mich kraftvoll und zart wie selten zuvor. Ich tanze ein Duett mit der Erde, jetzt in diesem Moment – und immer! Mein ganzes Leben ist ein andauerndes Duett mit diesem Planeten, der mir Heimat ist. Solch eine Ergriffenheit und Ehrfurcht vor der Erde habe ich bislang in Momenten erlebt, wenn ich Satellitenaufnahmen des Blauen Planeten sah. Natürlich kenne ich ebenso jenen Zustand von Achtlosigkeit: dass ich im Alltag einfach nicht wahrnehme, wie ich mit jedem meiner Schritte die Erde berühre. Und ich habe ausgiebig erfahren, wie hilfreich es ist, beim Tanzen die Unterstützung des Bodens zu nutzen. Aber ist der Boden. Eine horizontale Fläche. Daneben gibt es noch die Schwerkraft, eine physikalische Größe, ebenfalls nützlich, wenn ich effizient zwischen den Raumebenen wechseln möchte. Eine Fläche und eine Kraft. Und nun begegnet mir die beiden gemeinsam als Körper – dreidimensional. Der Boden ist die Oberfläche einer Kugel. Das habe ich natürlich gewusst, aber nun ist es spürbar. Die Erde ist ein Körper wie ich. Ein Körper wie ich!

Mir war nicht klar, dass das, was uns verbindet, auf Gegenseitigkeit beruht. Jede meiner Bewegungen hat eine Resonanz. Das ist nicht toter Stein. Das ist beseelt – und braucht meine Anwesenheit, meine Bereitschaft, zu fühlen. Hier ist sie. Hier bin ich. Mit wachem und gerade ziemlich aufgeregtem Herzen.

Sei die Erde (eine Art Anleitung)

Du stehst da – alleine oder gemeinsam mit anderen. Auf öffentlichen Plätzen ist es besonders kraftvoll. In deinem Garten geht es ebenso gut. Vielleicht magst du barfuß sein, ganz direkt in Kontakt, doch ein paar Schuhsohlen beeinträchtigen das Wahrnehmen nicht so sehr. Nimm dir ein paar Augenblicke, um die Berührung zu spüren. Lass es eine zarte, eine zärtliche Berührung sein zwischen dir und der Erde. Du spürst den Planeten unter deinen Füßen, lässt dein Gewicht in den Boden fallen und spürst, wie die Erde dich aufrichtet. Du öffnest deine Sinne – was hörst du, riechst du, spürst du? Nimm die Vögel genauso wahr wie die Autos. Verbinde dich so mit den Bäumen, den Steinen, dem Wasser, dem Wind, dem Leben. Verbinde dich sowohl mit der Verschmutzung, der Ausbeutung, der Abholzung, dem Verlust der Artenvielfalt als auch mit all der Freude und Schönheit dieser Welt. Sei anwesend mit allem was ist. Sei mit der Erde. Sei die Erde.

Der kleine Prinz (noch eine Art Anleitung)

Wir stehen und spüren, wie unsere Füße den Boden berühren. Die Haut meiner Fußsohlen berührt die Haut der Erde. Ist es möglich diese Berührung wahrzunehmen? Vielleicht als zärtlichen Kontakt? Vielleicht kann ich mich mit dieser großen Masse dieses Planeten verbinden, der da an meinen Füßen klebt?

Um einen Zugang zu bekommen, hilft vielleicht das Bild, das viele von uns vom Buchcover des „kleinen Prinzen“ kennen: Der Prinz schwebt irgendwo in den Weiten des Universums und an seinen Füßen klebt „sein“ Planet“, unwesentlich größer als er selbst. Die beiden ziehen einander Kraft ihrer Masse an: Der Planet den Prinzen und der Prinz den Planeten. Es ist eine Beziehung, die auf Gegenseitigkeit beruht. Und genauso verhält es sich mit uns und der Erde, auch wenn die Erde viel größer ist und sehr viele Menschen und noch viel mehr andere Lebewesen sie bevölkern. Genau diese Verbundenheit wollen wir wahrnehmen und würdigen.

Wir stehen also und spüren diesen Planeten unter unseren Füßen.

Unsere Knie sind locker, die Gelenke weich, wir lassen unser Gewicht in den Boden fallen – bis zum Mittelpunkt der Erde und spüren, wie die Unterstützung der Erde uns aufrichtet.

Wir lassen überschüssige Anspannung los und werden zu Zeug*innen der Bewegung, die in uns entsteht, ohne dass wir etwas tun. Ein Dialog entsteht, ein winziger, kaum sichtbarer Tanz zwischen uns und der Erde.

Dann richten wir unsere Aufmerksamkeit zunehmend auch nach außen: Wir öffnen unsere Sinne: hören, riechen, spüren alles um uns herum. Nehmen die Vögel genauso wahr wie die Autos. Wir verbinden uns mit den Bäumen, den Steinen, dem Wasser, dem Wind, dem Leben. Und verbinden uns auch mit der Verschmutzung und Vergiftung, der Ausbeutung, der Abholzung, dem Verlust von Vielfalt, all dem verschwundenen Leben!

Wir verbinden uns damit, dass das Leben an sich in Gefahr ist. Und wir verbinden uns mit unserer Liebe zum Leben.

Wir verbinden uns mit den Wunden und mit der Kraft, mit dem was verletzt ist und mit dem was heilen will. In uns und in der Erde. Es gibt keinen Unterschied.

Wir sind untrennbar mit der Erde verbunden. Wir sind die Erde.

Wir stehen mit der Erde. Und ganz allmählich wachsen und sinken wir in das Bewusstsein hinein, dass wir als die Erde stehen.