Samstag, 27. März 2021, 14:00 Uhr
~6 Minuten Lesezeit

Das kostbare Leben

Wenn wir vermeiden wollen, dass uns die Regierung weiter mit Angst vor sich hertreibt, müssen wir uns mit unserer Sterblichkeit anfreunden.

von Friederike de Bruin
Foto: Brian A Jackson/Shutterstock.com

Es gibt nie nur eine Ursache. Was wir derzeit erleben, ist nicht nur eine Krise der politischen Exekutive, deren Glaubwürdigkeit tief erschüttert ist; es ist auch die Krise eines Weltbilds, das unseren Kulturkreis

schon viel zu lange dominiert hat. Eine ausgeprägte Machbarkeitsideologie, die Idee des Körpers als einer störanfälligen Maschine, vor allem aber auch die Verdrängung des Todes gehören zu dessen hervorstechenden Merkmalen. Der tiefere Grund hierfür ist menschliche Hybris, die sich mit unserer Sterblichkeit nicht abfinden will, die Leugnung der Möglichkeit eines Weiterlebens der Seele. Die Autorin ist Grundrechtsaktivistin, Sterbe- und Geburtsbegleiterin. Ihr sind die Grenzbereiche des Menschlichen vertraut. Auf der jüngsten Großdemonstration in Kassel hielt Friederike Pfeiffer-de Bruin eine bewegende Rede über das Leben und das Sterben. Sie riet ihren Zuhörerinnen und Zuhörern, sich auf die Kraft des Herzens zu besinnen und sich mit der Tatsache ihrer eigenen Sterblichkeit anzufreunden. Dadurch gewinnt jeder Moment eine besondere Kostbarkeit. Das Leben ist viel zu kurz und zu wertvoll, um es sich durch eine künstlich geschürte Todesangst verleiden zu lassen.

Ein Jahr mit der Seuche ist vorüber. Seuche bringt ja bekanntlich Tod. Also lasst uns zum Ausklang dieses besonderen Tages übers Sterben sprechen.

In diesem Land sterben jährlich etwa eine Million Menschen, um die 2.500 täglich. Das war auch im vergangenen Jahr so. Weniger als 2 Prozent aller Verstorbenen hatten einen positiven PCR-Test und wurden als Coronatote registriert. Der Altersdurchschnitt der mit positivem PCR-Test Verstorbenen war über 80 Jahre. Das sind richtig gute Nachrichten, denn das bedeutet, dass die düsteren

Vorhersagen der Experten nicht eingetroffen sind. Covid-19 ist definitionsgemäß also eine seltene Krankheit und im Gegensatz zu den experimentellen mRNA-Injektionen nicht besonders tödlich.

Mehr als 98 Prozent aller Toten des vergangenen Jahres sind an anderen Ursachen als Corona gestorben, etwa 30 Prozent zum Beispiel an Herz-Kreislauf Erkrankungen. Das ist viel, aber schon lange so — jedes Jahr. Die Ursachen für diese Art von Erkrankungen sind recht bekannt. Stress, ungesunde Ernährung und Bewegungsmangel sind unter den schwerwiegendsten Faktoren. Einsame Menschen trifft es besonders häufig. Ein Drittel aller Todesfälle verursacht durch diese Erkrankungen!

Wie kann das sein?! Wo bleibt der Aufschrei unserer Regierungen?

> ***Wo bleibt das Fast-Food-Verbot? Wo die zwangsweise verordneten Waldläufe, die verpflichtende Teilnahme an Kochkursen beim Biobauern und die staatlich geförderte Paartherapie? Nein, erst SARS-CoV-2 hat — besser spät als nie — die Fürsorge der Regierenden weltweit geweckt.***

Seit einem Jahr werden wir nun vor einander geschützt. Endlich wissen wir, was wir tun können, um solidarisch zu sein: Drei Masken übereinander und zwei Meter Abstand, Läden zu und Netflix an. Umarmungen sind strafbar — zu unserem Besten. Wir könnten ja symptomlos krank sein. Meinungen dürfen natürlich frei geäußert werden, solange sie halt die richtigen sind. Alle anderen sind krank — psychisch. Die sollte man vielleicht eigentlich gleich wegsperren. Zumindest ausgrenzen. Das ist gelebte Solidarität. Oder etwa nicht?

Seit einem Jahr Ausnahmezustand: Lasst uns ein paar Atemzüge innehalten, fühlen, wie es gerade ist in unserer Gesellschaft.

Angst ist da: vor Zwang und Entmündigung, vor Repressalien,

Strafen, vor Ausgrenzung und Verurteilung und Angst auch vor Krankheit, vor dem Sterben — dem eigenen und dem der Liebsten, Angst, sich schuldig zu machen.

Ein Jahr Angst, ein Jahr Unsicherheit und Verwirrung, ein Jahr Wut, ein Jahr hoffen, immer wieder hoffen auf Erlösung — und die Hoffnung wieder verlieren. Mutlos werden, verzweifeln — und immer wieder Ohnmacht.

Halten wir inne. Nehmen wir diese Gefühle und Ängste für einen Moment in unsere Mitte. Sie dürfen zeitgleich sein: unsere Ängste vor Entmündigung und Zwang und die unserer Mitmenschen, um ihr eigenes Leben und das ihrer Liebsten, auch wenn seit einem Jahr im eigenen Umfeld vielleicht niemand schwer oder tödlich erkrankt ist. Uns könnte es ja nächste Woche treffen oder nächsten Monat oder im kommenden Winter.

Ja, wir alle werden sterben — ausnahmslos, alle.

Das verbindet mich mit der Polizistin dort hinten, dich mit deinem Nachbarn, uns alle, die gesamte Menschheit und alles Lebendige: Wir sind Sterbende.

In der Kultur der hospizlichen Sterbebegleitung gibt es die Haltung des „abschiedlichen Lebens“. Was möglicherweise melancholisch anmutet, ist in Wirklichkeit ein Besinnen auf unsere Verletzlichkeit, die unser Leben so unendlich kostbar macht.

Wenn wir nun ausnahmslos alle Sterbende sind — manche früher, andere später, es gibt keine Gewissheit, wie lange wir noch haben — wie wäre es, wenn wir einander im Geist der Kostbarkeit dieses lebendigen Augenblicks begegnen würden?

In Güte und Wohlwollen, mit einem warmen Herzen? Wie würde es

sich anfühlen, einander grundsätzlich die beste, schönste und liebevollste Zeit zu wünschen?

Und wie wäre es, wenn es nicht bloß beim Wünschen bliebe? Überall auf der Welt nehmen Menschen diese globale Krise zum Anlass, mutig, kreativ und beherzt Schritte in ein wahrhaftiges Miteinander zu tun. Verantwortung für ihr Lebensumfeld zu übernehmen und wahrhaft solidarische und lebensfreundliche Strukturen aufzubauen.

Wir teilen diesen unglaublichen, herausfordernden Moment auf diesem wundervollen Planeten. Wohin die Reise führt, wissen wir alle wohl noch nicht. Aber wir haben die Verantwortung und auch die Macht, genau das mitzubestimmen.

Wir sind Kinder Gottes. Jeder Einzelne von uns ist wertvoll und wichtig. Mein Plädoyer ist: Beenden wir von innen heraus jeden Kampf gegeneinander, Schluss mit Bevormundung, Spaltung, Ausbeutung und Ellenbogenmentalität.

Lasst uns doch üben, einander liebevoll darin zu unterstützen, zu uns selbst zu kommen und unsere Kräfte zu entfalten. Seien wir achtsam mit uns selbst, wählen wir genau, welche Informationen wir konsumieren und wie viel davon. Gerade jetzt. Schwächen sie dich und machen dich mutlos? Oder stärken sie dich? Deine innere Haltung ist wichtig. Fasse dir ein Herz, beende Zustände, die dir nicht guttun, die deinen Werten und Überzeugungen nicht entsprechen.

> ***Deine Lebenszeit ist so kostbar! Triff klare Entscheidungen für dich und deine Kinder und steige Schritt für Schritt bewusst aus den Mustern der Entwürdigung aus. Keine Lebenssituation ist alternativlos, alles darf sich wandeln.***

Du bist es wert, dass es dir wirklich gut geht. Deine Würde ist unantastbar.

Werde dir deiner Macht bewusst, dein Umfeld mitzugestalten. Bereits durch deine Anwesenheit verändert sich die Welt. Die Quantenphysik hat gezeigt, dass unsere Gedanken Materie verändern.

In unseren Herzen liegt allerdings ein noch größeres Geheimnis. Das elektrische Feld unseres Herzens ist bis zu 100-mal stärker, als das unseres Gehirns. Das Magnetfeld unseres Herzens ist unglaubliche 5.000-mal stärker, als das Magnetfeld unseres Gehirns und über viele Meter messbar. Das ist bedeutsam!

Lasst uns diese Kraft gemeinsam nutzen, um jeden Tag Impulse für eine liebevolle Wandlung in unsere Welt zu geben. Ich lade uns alle ein, jetzt ein paar Minuten in Stille miteinander zu sein, zu atmen, mit der Hand auf dem Herzen.

Lasst uns dabei die *Kraft* unserer Herzen fühlen und dieses große starke Feld ausdehnen. Stellen wir uns vor, wir bilden einen großen Kreis, in dem wir alle gleichwürdig Teil sind.

Unsere Füße stehen fest auf Mutter Erde, die uns trägt und nährt.

Unsere Herzen sind verbunden mit dem großen Herzen, unser Geist ist Teil des großen, ewigen lebendigen Geistes, der alles durchwebt, in dem alles geborgen ist.

Ich bitte alle guten und heilsamen Kräfte des Lebens um gute Fügung, Schutz und Unterstützung. Möge sich alles zum Besten für alles Leben entfalten.

Schaut euch um: so viele einzigartige Seelen — alle lebendig, alle

kostbar. Danke für euren Mut! Danke für die Liebe, die ihr schenkt.

Dieser Artikel erschien bereits auf www.rubikon.news.

Friederike de Bruin, Jahrgang 1982, hat viele Jahre reisend im Ausland sowie in verschiedenen Gemeinschaften gelebt. Sie arbeitete im Kulturbereich, in der Bestattung sowie als Doula. Sie ist Coach für Trauma- und Stressbewältigung, Prozessbegleiterin, Künstlerin und Menschenrechtsaktivistin und setzt sich mit ganzem Herzen für eine lebensfreundliche, menschliche Zukunft ein. Zuletzt erschien von ihr „Menschlichkeit von Anfang bis Ende“ in „**Die Zukunft beginnt heute** (https://www.oval.media/product/die-zukunft-beginnt-heute/)“.

Dieses Werk ist unter einer **Creative Commons-Lizenz** (**Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 4.0 International** (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de)) lizenziert. Unter Einhaltung der Lizenzbedingungen dürfen Sie es verbreiten und vervielfältigen.