

# Pegel Null – Ostsee Cut Remix

*Von Frederik Rentrop*

Dreizehn Jahre. Täglich. Kein Ausrutscher, keine Phase – ein Lebensmodell. Eine Dekade plus drei Jahre als Soziotest, in denen alles mitgenommen wurde: Freude, Menschen, Partys, Gespräche, Musik, Körper, Orte, Literatur, Städte. Immer die gleichen Bars, verschiedene Namen. Lärm statt Stille. Darunter: Zurückhaltung, Traurigkeit, Isolation, Verfall.

Re·gen·ver·zehr·ge·neh·mi·gung

*[feuilletonistisch, selbstreflexiv]*

Die selbst ausgestellte Erlaubnis, im Café noch einen Americano zu bestellen, weil es gleich regnen könnte. Meteorologie als Lebenshilfe.

*Übertragen: Ausrede wird Methode.*

---

Später dann der Whiskey, gleiches Prinzip. Der Schraubverschluss gibt nach, lange bevor man selbst nachgibt. Die Ausreden wurden elaborierter, je weniger sie trugen – irgendwann reichte schon die Möglichkeit von Regen, dann

die Erinnerung an Regen, dann einfach nur die Existenz von Wolken.

Die Progression war logisch, fast beruhigend in ihrer Konsequenz: Aus gelegentlich wurde regelmäßig wurde täglich. Eine Rutschbahn ohne erkennbaren Moment, an dem man aufhört zu gehen und anfängt zu fallen.

--  
Ich trank systematisch: erst Wein zum Essen, dann Whiskey danach, dann Whiskey zum Essen. Über sechs Monate, vielleicht ein Jahr, bis die Rechtfertigungen überflüssig wurden. Man trinkt einfach. Punkt. *Phrase zu Stein. Schatten falsch geworfen. Man hat sowieso nichts. Hatte nie.*

## Neue Stadt.

Kürzlich. Januar. Seit drei Monaten in Halle an der Saale. Noch keine Routine, dafür ein Zuhause, keine Hotels mehr und die Hoffnung, dass Ortswechsel Veränderung bedeutet – was natürlich Unsinn ist, weil man sich selbst mitbringt. Immer. Und eine Frau. Drei Monate. Es funktioniert. Ich denke gerade nicht an sie, sondern an jene.

## Blitz.

Damals. 14. lit.Cologne Festival, Lyrik-Veranstaltung, Ende des Abends. Sie studierte Kunstgeschichte, arbeitete nebenbei in einer Galerie. War einige Jahre zuvor nach Deutschland gekommen. Sagte nie genau warum.

Ihr erster Satz war nicht „Hallo“. Sondern: „Heidenreich redet gut, aber sie redet zu viel dazwischen.“ Pause. „Und nicht zu einem, sondern mit einem. Aber genau das macht es gut. Ehrlich.“

Wir gingen in eine Bar. Tranken Wein. Erst einen, dann zwei, dann fünf. Redeten über Schriftsteller, warum Guinness besser ist als jedes deutsche Bier – meine Meinung, nicht ihre. Warum Kölsch kein richtiges Bier ist – meine Meinung. Sie widersprach. *Kölsch im Stehen, Pizza im Gehen. Wir fressen die Nacht, die Nacht frisst zurück.*

---

„Wohnzimmer sind zu offen für die Gedanken“, sagte sie. „Zu nah. Man sieht zu viel von sich selbst.“

„Bars sind da besser“, sagte ich.  
„Viel besser.“  
„Weil?“  
„Weil hier jeder sein eigenes Wohnzimmer mitbringt. Und keiner redet darüber.“  
„Außer wir.“  
„Wir reden nicht. Wir umkreisen.“

„Das ist auch reden.“

„Nein. Das ist sicherer.“

Sie legte ihre Hand auf meinen Arm. Ich legte meine auf ihren Schenkel.

So fing es an. *Erzähl mir das Ende dieser Geschichte, noch bevor sie sich selbst schreibt. Nur ein Stück, gerade genug, um zu ahnen, wer du wirklich bist: unter deiner Haut, hinter deinem Lächeln, in deinen Augen, die sich öffnen, dann blitzten, kurz schließen, und dann brennen. Als wüsstest du's nicht, dass ich dich gerne lese, so wie man nachts von einer Push-Nachricht geweckt wird und sich trotzdem freut, und sich den Rest für den Morgen aufhebt.*

Ich nannte sie Blitz. In einer schönen Sprache. Sie brachte es mir bei – oft und ich sprach es jedes Mal falsch aus. Das Wort, die Aussprache, das chochende R. Weil sie so war: plötzlich da, hell, gefährlich. Sie nannte mich nie beim Namen. Manchmal „Du“, manchmal gar nichts.

--  
April. Ihre Wohnung. Der Plattenspieler lief. Morrissey. Sie saß am Boden, sortierte Schallplatten.

„Welche suchst du?“, fragte ich.

„Nichts Bestimmtes. Ich sortiere nur.“

„Nach was?“

„Gefühl.“ Sie hielt eine Platte hoch. „Die hier ist Herbst.“

„Und die?“

„Sommer. Auf jeden Fall.“

Ich setzte mich neben sie. Wir redeten über Jahreszeiten. Über Winter.

„Ich war noch nie in richtigem Schnee“, sagte sie. „Nur Regen. Grau, nass, endlos. Aber München im Winter. Oder die Berge dahinter.“ Ihre Stimme wurde aufgeregter. „Richtige Kälte mit ganz viel Schnee. Alles weiß. Alles neu. Nicht nur diese feuchte Kälte, die durch alles durchgeht und nie aufhört. Ich will das mal sehen. Einfach mal – woanders sein.“

Sie zog eine Platte heraus. Hielt sie mir hin.

Ich sah das Cover an – Bon Iver, kahle Bäume.

„Die kenne ich nicht.“

„Die Stimme klingt wie – zerbrechlich, aber stark. I am my mother's only one. Alles so nah. Als würde jemand direkt zu dir sprechen.“ Sie legte die Platte zur Seite. „Ganz leise, aber es kommt an.“

Pause.

„Manchmal will ich genau das. Irgendwo sein, wo niemand ist. Nur Stille und Schnee.“

„Dann fahren wir“, sagte ich.

„Wann?“

„Nächsten Winter.“

Sie lächelte. „Versprochen?“

„Versprochen.“

—

Wir trafen uns zwei-, dreimal pro Woche. März, April, Mai, Juni, Juli, August –

Das Muster war immer gleich: Galerie oder Museum als Auftakt, Bar als Ziel. Gespräche über Kunst, die klug wirkten, weil sie nichts kosteten. Dann Alkohol. Dann Sex. *Wir, beim Tanz auf der Glut, im Vulkan an einem Dienstag, komplett übermotiviert.*

---

Wir standen vor Baselitz. Ausstellung, Mittwochnachmittag. Nach drei Gläsern.

„Warum macht er das?“, fragte sie. Trat näher, Kopf schräg gelegt.

„Warum malt er es verkehrt rum?“

„Vielleicht will er, dass wir uns anstrengen. Dass wir uns selbst auf den Kopf stellen.“

Sie schwieg. Ihre Finger spielten an ihrem Oberschenkel.

„Ich mag das. Dieses Umgedrehtsein. Es fühlt sich ... ehrlich an.“

Als würde man plötzlich merken, dass man die ganze Zeit auf dem Kopf stand.“

„Und wenn man es nicht mehr umdrehen kann?“

Sie lächelte schief. „Dann muss man lernen, so zu leben. Mit dem Blut im Kopf.“

„Geht das?“

„Was?“

„So leben. Dauerhaft.“

„Ich weiß nicht. Aber was ist die Alternative?“

„Sich wieder umdrehen.“

„Und wenn das nicht mehr geht?“

Ich sagte nichts.

„Genau“, sagte sie. „Dann bleibt nur das hier.“

—  
*Mit ihr ist selbst nichts machen ein guter Plan.*

—  
Später, im Café gegenüber, beim vierten Glas:  
„Ich mag es, wenn du so hinguckst. Als würdest du wirklich sehen wollen, was dahinter ist.“ Dann küssten wir uns. Im Halbdunkel des Cafés. *Denn ich kenne deine Stimme, deine Worte, Blicke, dieses Glücksen, diese kleinen Bewegungen, die du machst, wenn du glaubst, keiner sieht's. (Spoiler: doch.)*

—  
In meiner Wohnung hing eine Kopie. Dürers Diptychon „Die vier Apostel“. Öl auf Leinwand, etwa 120 cm hoch. Ich hatte sie vor Jahren erhalten. Jedes Mal, wenn sie kam, blieb sie davor stehen.

Einmal begann sie zu sprechen. Langsam, fast wie ein Ritual. Als könnte sie dadurch etwas benennen, ohne es aussprechen zu müssen.

„Du bist wie Johannes. Der Lieblingsjünger. Der, der am nächsten war. Sieh sein Gesicht – versunken, das rote Gewand schreit, während er schweigt. Ganz nach innen gekehrt. Als würde er etwas sehen, das die anderen nicht sehen können. Du fühlst zu viel. Nimmst zu viel auf. Manchmal ertrinkt das in dir. Und manchmal – „Sie brach ab. Trat näher ans Bild. „Manchmal ist genau das deine Stärke. Du öffnest dich. Ganz. Wenn du es zulässt.“

Ich nickte langsam. Ihre Hand lag auf dem Rahmen.

„Und wenn er versinkt?“, fragte ich leise.

„Dann braucht er jemanden, der ihn rausholt.“

„Oder?“

„Oder er geht unter. Immer wieder. Weil er sich nicht selbst retten kann.“

Pause. Wir standen nah. Zu nah für eine Kunstbetrachtung.

— — —  
„Und ich bin Paulus.“ Ihre Stimme härter jetzt.

„Der mit dem Schwert. Sieh: Er steht allein. Weiß gekleidet, als wäre das eine Lüge. Isoliert. Ich kämpfe. Immer. Gegen Dämonen, die niemand sieht. Streng zu mir selbst. Noch strenger zur Welt. Ich lass dich rein – aber nie ganz. Ich kann nicht anders. Ich muss stechen, bevor es wehtut.“

Sie drehte sich zu mir. Sah mich an.

„Und wir zusammen?“

„Gefährlich“, sagte ich.

„Warum?“

„Weil einer den anderen auffängt. Oder untergehen lässt.“

„Oder rettet.“

„Das auch.“

„Wir sind wie das Ganze. Zwei Teile, getrennt, aber verbunden. Wir passen zusammen, weil wir nicht passen. Aber ohne den Rahmen ... fallen wir auseinander.“

Wir tranken. Das Gespräch wurde persönlicher. Das war selten. Aber am Ende, wie immer: Körper statt Worte. *Meine Hand ad collum – nicht aus mir, sed ex voto eius: ihr Begehren. Illa – oculis ardentibus – manum meam duxit ad collum suum, drückte sie dort, hielt sie, ließ nicht los. In meinen Fingern: ihre Lust, klar – puls sub cute – ich las: volles Ja. Befehl. Mein Zögern weicht. Meine Lust wächst. Puls sine fine.*

— — —

Früher. Viele Jahre Beziehung, zwei davon Ehe. Das war lange her. Sie wollte Stabilität, ich wollte Whiskey. Nach der Scheidung wurde es schlimmer. *Du lehnst dich vornüber, das Licht bricht hart an deinen Schultern, Schweiß flimmert auf deiner Haut. Nichts bleibt still, nicht du, nicht ich. Ein Brummen zwischen uns, wie ein Motor in einer heißen Sommernacht. Und wenn alles zusammenkracht, nehmen wir's wie einen Refrain, der zu gut ist, um nur einmal gespielt zu werden, noch einmal, bis die Nacht uns ausspuckt.* Jeden Tag ein bisschen mehr, bis täglich reichte. Abends gegen die Leere und nachts gegen die Gedanken.

Die Jahre verwischten. Früher, damals, jetzt. Mal eine Frau für drei Monate, mal eine für drei Wochen, eine Nacht. Immer die gleiche Dynamik: anfangs die Faszination für meine Intensität, dann die Irritation über meine Abwesenheit, schließlich die Einsicht, dass ich nicht zu halten

war. Nicht auszuhalten. *Zu vage um zu gehen, zu real um zu bleiben.*

---

Blitz war die erste danach, die nah kam. Die erste, der ich wieder mehr zeigte als Intensität und Abwesenheit. *Ich ertappe mich, schon wieder dabei, wie ich daran denke, an ihren Haaren zu ziehen. Nicht wild, nicht roh, einfach so: bleib mal kurz hier. Nicht reißen, nur Kontrolle. Ich spür dich, das hier ist echt. Und sie? Lässt es zu. Vielleicht für mich, vielleicht für sich (vielleicht beides).*

---

Juni. Supermarkt. Sie stand vor dem Kühlregal, starre die Joghurts an. Fünf Minuten. Zehn. Ich kam nach einer Runde durch die Regale zurück. Rührte sich nicht.

„Alles okay?“, fragte ich.

„Ja.“ Ihre Stimme zu dünn.

„Was ist?“

„Nichts. Ich – kann mich nicht entscheiden.“

Aber es ging nicht um Joghurt. Ich sah es an ihren Händen. Wie sie die Finger verschränkte. Löste. Wieder verschränkte.

„Wir gehen“, sagte ich leise.

„Aber –“

„Jetzt.“

Draußen atmete sie durch. Lehnte sich an die Wand.

„Danke.“

„Schon okay.“

„Nein. Ist es nicht. Aber danke trotzdem.“  
Wir gingen. Kauften nichts. Tranken Kaffee.  
Sprachen über andere Dinge.

---

Vorher. April. Ein Samstag. Galerie. Maastrichter Straße, Ecke Sonstwo. Betonboden. Sie arbeitete 13 bis 19 Uhr. Ich kam gegen 15 Uhr.

„Was machst du denn hier?“  
„Dachte, ich schau mal vorbei. Stör ich?“  
„Nein. Ich muss arbeiten, aber ... bleib. Setz dich da hinten hin.“

Ich setzte mich auf die unbequeme Designerbank. Wartete vier Stunden.

---

Sie zeigte mir zwischendurch ein blaues Bild – kaltes, durchsichtiges Blau, durchzogen von weißen Linien, die sich überkreuzten, nirgendwo hinführten.

„Die Linien wollen sich ordnen, schaffen es aber nicht“, sagte ich.

„Wie ein Plan, der nicht aufgeht.“  
„Genau.“ Sie sah das Bild an, nicht mich.  
„Manchmal mach ich das auch.“

Pläne. Ab jetzt läuft's anders. Ab jetzt trink ich weniger. Und dann ...“

Sie zeigte auf die verhedderten Linien. „Dann passiert das.“

„Und das Blau?“  
„Das ist das Schlimmste. So kalt. Und klar. Als würdest du alles sehen.“

Jeden Fehler. Aber du kannst trotzdem nichts ändern."

„Man könnte es übermalen.“

„Ja. Aber das Blau bleibt darunter.“

„Woher weißt du das?“

„Weil ich es versucht habe.“

Sie drehte sich zu mir um.

„Und du?“

„Ich?“

„Hast du es auch versucht?“

„Ja.“

„Und?“

„Das Blau kam durch.“

—  
*Dann der Keller: Drum'n'Bass wie Maschinen.  
Bass. Snare. Bass. Snare. Weiter.*

—  
Um 19 Uhr schloss sie ab. Wir gingen ins Shepheard. Dunkles Holz, zu viele Flaschen. *Ein Schatten klebt am Tresen. Kein Mangel, sondern Wärme, die beißt. Hier glänzt nichts. Also stimmt's.*

„Gin Tonic. Doppelt. Und nicht so viel Tonic.“

„Kölsch.“

„Kölsch ist kein richtiges Bier.“

„Doch. Aber du verstehst das sowieso nicht.“

„Du trinkst das aus Gewohnheit.“

„Ja. Und?“

Ich sah sie an. „Gewohnheit ist gefährlicher als Trotz.“

„Warum?“

„Weil man bei Trotz noch weiß, dass man etwas falsch macht. Bei Gewohnheit merkt man es nicht mehr.“

Wir tranken. Erst einen, dann zwei, dann acht. Der Barkeeper stellte einfach nach. Kannte uns wohl.

---

Später gingen wir zu ihr. Dritter Stock, Altbau, Bücherregale, Kunst. Wir schliefen miteinander. Langsamer diesmal.

Nachher lagen wir nebeneinander. Sie rauchte.

„Danke. Dass du geblieben bist. Vier Stunden lang.“

„Schon okay.“

„Nein. Nicht okay.“ Sie drehte sich leicht zu mir. Ihre Hand lag auf meiner Brust. „Niemand bleibt so lange. Niemand wartet einfach. Das war – schön.“

„War nichts Besonderes.“

„Doch. War es.“

Ich schwieg. Strich mit dem Finger über ihren Arm. Kleine Kreise.

„Warum bist du geblieben?“, fragte sie leiser.

„Hatte Zeit.“

„Das ist keine Antwort.“ Sie sah mich an. Wartete.

„Ich wollte sehen, was du machst. Mit den Bildern. Wie du darüber redest.“

Das ist interessanter als die meisten Dinge.“

Pause. Ihre Finger spielten mit meiner Hand.

„Du meinst die Kunst.“  
„Ja. Deine Leidenschaft dafür.“  
Sie atmete aus.  
„Das sagt sonst keiner.“  
„Sonst sieht das keiner.“  
„Du schon?“  
„Ja.“  
Stille. Ich hörte ihren Atem. Gleichmäßig.  
Warm.  
„Du bist komisch.“  
„Das schlechte komisch?“  
„Weiß noch nicht. Aber vorerst das gute.“  
„Und später?“  
„Mal sehen.“  
„Passt.“  
Sie drückte ihre Zigarette aus. Legte ihren Kopf auf meine Brust.

---

August. Rom. Sie erzählte. Von ihrer Familie. Von ihrer früheren Stadt. Von dem, was jemand ihr genommen hatte. Lange her. Aber nie weg. Von der Dunkelheit, die manchmal kam. Ohne Vorwarnung. Wie ein Sog. Von den Gedanken, die dann lauter wurden als alles andere.

Ich erzählte. Von der Ehe. Von den beiden Jahren danach. Von der Flasche, die jeden Abend da war. Von der Angst, nah zu sein. Weil ich wusste: Ich konnte es nicht halten. Nichts halten.

—

Wir redeten über das Trinken. Dass es bei uns beiden mehr war als Gewohnheit. Dass wir beide wussten: so ging es nicht weiter.

„Das hier“, sagte sie leise. „Das ist echt.“

„Ja.“

„Nicht die Bars. Der Zynismus. Das hier. Und wir zusammen.“

„Ich weiß.“

Pause. Ihre Hand in meiner.

„Wir könnten es schaffen“, sagte sie. „Zusammen. Wenn wir wollen.“

„Ich will das.“

„Ich auch.“

Wir saßen da. Lange. Sagten nichts mehr. Mussten auch nicht.

—  
*Das ist vielleicht Liebe (oder was Besseres).*

◇><◇

Am nächsten Morgen flogen wir zurück. Nicht weil wir mussten. Sondern weil wir wussten: jetzt ging es los. Richtig.

Wir hatten einen Plan. Keine Details, nur Richtung. Sie würde ihre Therapie wieder aufnehmen. Ich würde weniger trinken. Wir würden uns sehen. Öfter. Ehrlicher. Wir würden reden. Über alles. Auch über das Schwere.

Es war ein Versprechen. Es war ein Versuch. Zusammen.

—————

## Eine Sekunde.

Kürzlich. Ende Januar. Nicht dramatisch, einfach da. Ein Freitag, glaube ich.

Bei ihr. Drei Monate jetzt. Beim Abschied hält sie mich fest.

„Ich will das hier. Mit dir. Richtig.“

Ich nicke. Sage irgend etwas. Verstehe erst später.

—  
Abends. Bar. Mein guter Freund Johannes, Whiskey. Der Gedanke: Sie will mich ganz. Feste Partnerschaft. Ich kann das nicht tragen. Nicht weil sie mich nicht will. Sondern weil sie mich will. Der Gedanke wächst. Zwei Stunden. Drei. Bis er alles ausfüllt.

Um·sturz·se·kun·de

[essayistisch, lakonisch]

Der Moment, in dem ein Gedanke kippt. Eben noch Verbündeter, plötzlich Staatsanwalt. Man merkt: Verhandlungen zwecklos.

Übertragen: Hoffnung wird Klarheit.

—  
Das Ende ist konkret. Nah. Logisch. Die Logistik ist simpel.

Elf Jahre lang war es eine Möglichkeit gewesen. Abstrakt. Jetzt war es ein Plan. Kein Kalkül. Keine Verzweiflung. Nur der letzte logische Schritt. INT. HOTELZIMMER - NACHT. Schei-

*ben schwitzen. Die Wände atmen nicht. Whiskey. Schweiß. Ich hocke hier, als wär's mein Geruch, der nicht geht. Fernseher: Stumm. Das Fenster hält Atem. Ein Hauch, fast nichts, trägt Kälte. Die Weite nicht für mich. Glück kippt. Neben mir: die Flasche. Trennt mich vom Leben, wie draußen von drinnen. Schraubverschluss klebt. Ich hebe sie an, was mich halten sollte, kippt raus. Nacht am Fenster. Draußen geht ein Licht an. Meins nicht.*

Das nächste, woran ich mich erinnere: kahle Wände.

....

Drei Tage.

Station. Kein Drama, nur Notwendigkeit. Ein Zimmer mit einem Bett. Fenster, die sich nicht öffnen lassen. Dafür ein Bulgakow.

Die Schwestern, die Pfleger, die Ärztinnen – professionell, freundlich. Sie kannten die Geschichte. *Aufgewühlt im Rauschen, losgelöst, keine Strömung. Zeit sickert durch, niemand da. Momente entstehen, dann vorbei, treiben weg. Still gestellt. Vibriert trotzdem. Ein Aussetzer, Buffering, eine Verzerrung. Man verlernt alles, auch Fallen.*

Zel-lo-phan-gier

[essayistisch, selbstreflexiv]

Das Abziehen der Zellophanfolie von einer Marlboro-Schachtel – eine Handlung, die man vor Nichtrauchern verbirgt, weil sie zeigt, dass man nicht will, sondern muss.

*Übertragen: Sucht zeigt Scham.*

—

Das Rascheln der Folie, leise, aber eindeutig. Man dreht sich weg, als würde das etwas ändern. Die Mitpatientinnen. Wir rauchten zusammen in der Raucherecke – ein vergilbter Raum, mit Wänden voller Texte und Symbole, und redeten über alles außer dem Offensichtlichen.

Trinken plötzlich unmöglich. Nicht verboten – unmöglich. Der Körper lehnte ab, der Kopf auch.

Nach drei Tagen die Entlassung. Die Ärztin: „Sie brauchen eine Qualifizierte Alkoholentgiftung. Drei Wochen.“ Ich nickte und ging ein Stockwerk höher.

---

## Drei Wochen.

Eine Klinik am Stadtrand. Neubau. Einzelzimmer mit Blick auf einen Parkplatz. Jeden Morgen um acht Uhr Visite, dann Gruppentherapie, dann Ergotherapie. Kunst als Medizin.

Lösch·klar·heit

*[essayistisch, selbstreflexiv]*

Dieser sehr klare Moment nach dem Löschen von Mails, Chats, Kontakten – in dem Verlust sich wie Effizienz anfühlt. Für etwa zwanzig Minuten.

*Übertragen: Ordnung wird Illusion.*

—  
Nummern gelöscht, Kontakte bereinigt. Die selbst ausgestellte Ordnung nach dem Chaos. Für etwa zwanzig Minuten fühlt es sich richtig an, dann bleibt nur das leere Adressbuch und die Frage, was man eigentlich gewonnen hat – außer Platz.

Schlaflosigkeit. Schweißausbrüche, Unruhe, Träume. Aber auch Klarheit.

-----

## Fünf Monate.

März bis Juli. Zurück in die Stadt. In meinen Stadtteil. Giebichenstein. Dieselben Straßen, jetzt aber andere Augen.

Hem·den·leid

*[feuilletonistisch, lakonisch]*

Das diskrete Entsorgen von Hemden bei der Reinigung – nicht die billigen, die teuren. Die von früher, als man noch dicker war oder pessimistischer.

*Übertragen: Biografie wird Kragenweite.*

Ich gebe sie ab und sage: „Die brauche ich nicht mehr zurück“, und die Frau an der Reinigung nickt und fragt nicht nach, diese höfliche Umschreibung für „Ich bin nicht mehr die Person, die das trug“.

Die Wohnung war so, wie ich sie verlassen hatte – nur staubiger, kälter. Ich räumte auf, warf weg, behielt zu viel. Entsorgte dann auch das.

Seitdem trocken. Ich zähle nicht. Ich zähle heimlich. Ich bin klar, erlebe neu: Pegel null.

Ich trage die Flaschen raus, diskret. Die grünen ins Grüne, die braunen ins Grüne, die weißen auch. Jede Flasche ein kleiner Abschied von einem Abend, der nicht mehr rekonstruierbar ist. Erinnerung wird Müll – und der Container klingt, als würde er zustimmen.

---

Alte Freunde. Neue Vorsicht auf beiden Seiten. Niemand weiß, was man sagen soll.

Wir trafen uns. Redeten über Arbeit, Politik, Partys. Nicht über das Offensichtliche. Nach drei Stunden gingen wir wieder. Eine lud mich ein. Film, reden. Sie schenkte Wein ein. Rückte näher. Trocken sein machte etwas mit einem – man wird klarer, präsenter. Aber das Nicht-Trinken stand über allem. Ich verstand ihre Intention. Stand auf. Und ging.

Aber andere blieben. Gute Freunde, neue Freunde, echte. Die verstanden, ohne zu fra-

gen. Die warteten, ohne zu drängen. Die aber zuhörten.

---

## Dreizehn Wochen.

Juli bis Oktober. Dreizehn Wochen „Suchtentwöhnung“. Alkohol war eine ernste Beziehung: lang, toxisch, innig. Kein One-Night-Stand, sondern eine repetitive, enttäuschende Liaison – mit der Leere selbst.

Die Klinik liegt an der Ostsee. Neubau. Weiße Fassade, helle Flure. Sieht eher aus wie ein Hotel als wie eine Entzugsklinik. Mein Zimmer im zweiten Stock: Einzelzimmer, eigenes Bad, Schreibtisch am Fenster.

In der Klinik-Bibliothek: Beigbeder, Süsskind. Die Bücher stehen jetzt bei mir.

## Buch·raub·recht

*[essayistisch, feuilletonistisch]*

Die feste Überzeugung, dass Bücher nicht Eigentum sind, sondern Zuständigkeiten. Und dass man für diesen Kracht zuständiger ist als der Gastgeber.

*Übertragen: Aneignung wird Moral.*

—

Diesmal nicht ungelesen, diesmal notwendig. Ich lese Joyce nachts, draußen im Raucherbereich, wenn die anderen schlafen, und versteh Sätze, die ich vor Jahren übersprungen hatte.

Blitz hatte mir davon erzählt. Von Joyces Detailversessenheit. Wie er Dublin kartografierte, Straße für Straße, Haus für Haus. „Man muss die Straßen kennen“, hatte sie gesagt. „Was hinter den Fassaden ist. Wo die Öffnungen sind – die sichtbaren und die verborgenen. Joyce zeigt beides. Die Hauptstraßen, ja, aber auch die Hinterhöfe, die Durchgänge zwischen den Häusern, die Fluchtwege. Man braucht die. Man muss wissen, wo man rauskommt, wenn die Vordertür verschlossen ist. Oder wenn man nicht gesehen werden will. Das gibt Orientierung. Das gibt Kontrolle, wenn alles andere außer Kontrolle gerät.“

Sie hatte das Buch als Anker benutzt. Als Struktur in ihrem Chaos. Und sie hatte gewusst, dass ich auch einen brauche. Lange bevor ich es wusste.

Tee. Gruppe. Meer. Wieder Tee. –

– Klinik-Alltag: 7 Uhr Tee. 8 Uhr Gruppe. 17 Uhr Meer. Wiederholung als neue Struktur. Man hält sich daran fest, ohne zu glauben, dass es hilft – aber es hilft. Die anderen Menschen helfen.

Gruppentherapie. Ein Mann, Mitte fünfzig, Lokomotivführer: „Ich habe nie gesoffen, um glücklich zu sein. Ich habe gesoffen, um aufzuhören, unglücklich zu sein.“ Die anderen nicken. Ich auch.

Das Meer. Jeden Tag. Morgens um sechs. Strand leer, Sand feucht. Der Körper holt auf.

Zehn Kilo weniger, Muskeln statt Erschöpfung. Psychisch noch fragmentiert, das Denken springt wild, aber vielleicht ist Fragmentierung auch nur eine andere Form von Präzision.

-----

Warum ich nie schlafe. Der Schub. Gespräche mit einer Psychologin, dann Chefarzt. Der Druck und der Schub, nun benannt. Er, Psychiater, Ende vierzig, kurze Haare: „Das erklärt einiges.“ Ich erwidere im gleichen Wortlaut. Papiere. In meiner Stadt nehme ich die Behandlung in Angriff. *Kein Gedicht. Nur ein abgerissener Typ am Tresen. Der Druck flüstert dir ins Ohr, dass morgen leichter wird. Er gibt mir Worte und zieht sie gleich zurück, als wären sie Pfand. Kellerbars sind ehrlicher. Niedrig. Feucht. Dreckiger Putz. Es folgt ein Drama im Verlieren. Nur Schatten. Fallend in die eigene Katastrophe. Noch immer kein Gedicht. Nur ein brennender Typ vor den Boxen. Schreit. „Alles ist jetzt. Alles!“ Und er meint es. Musik prügelt. Hämmert von allen Seiten. Alles brummt. Alles übersteuert. Der Schub tut, als wär er Rettung. Worte wie Brand. Alles brennt. Sofort verbrannt. Nächte stoßen aus dem Rücken. Pfeifen durch die Zähne. Machen den Kopf scharf. Tempo. Kein Schlaf. Getrieben in die eigene Explosion. Gewicht und Feuer. Kontrolle? Scheiß drauf. Beide tanzen trotzdem. Ein Walzer im leeren Saal. Fallen. Stehen sofort wieder auf. Ich stehe dazwischen. Still in der Mitte. Oder rennend im Kreis.*

— — — —

## Reflexion.

Nachts. Ich liege wach, höre das Meer. Dann sind sie da.

Links sitzt einer im Sessel. Dichtes Haar, grauer Wollmantel, eine Mappe auf den Knien. Die Pomade perfekt. Alles an ihm schreit nach Haltung.

Rechts steht einer an der Wand. Kurze gelockte Haare, widerspenstig. Schwarze Lederjacke, abgewetzt. Kann nicht stillstehen.

„Richter“, sagt der im Sessel. Tonlos. „Nicht juridisch. Eher Bernhards Archivar des Versagens.“

„Revolutionär“, sagt der an der Wand. Grinst schief. „Camus Mensch in der Revolte.“

„Ihr seid nicht echt“, sage ich.

„Doch“, sagt der Richter. „So echt wie du.“

„Wir sind deine Kräfte“, sagt der Revolutionär.  
„Deine Pole. Dein Gewicht und dein Feuer.“

—  
Der Richter öffnet seine Mappe. Zieht ein kleines Bilderset heraus. Nicht größer als eine Spielkarte. „Zigarettenbilder. Aus den Zwanzigern, Anfang der Dreißiger. Bis zweiunddreißig, nicht weiter.“

Er legt es auf die Mappe. Ein Vogel. Koloriert. „Aus Deutschlands Vogelwelt, Nr. 47 – Der Grünspecht.“

„Danach – Nein. Ich sammle keine Propaganda. Das ist keine Ordnung mehr. Das ist Gleichschaltung. Meine Sammlung endet zweiunddreißig, weil Ordnung Prinzipien braucht.“

Seine Finger streichen über die Mappe. „Und dann ist da noch – Musik. Glenn Gould. Bach. Die Goldberg-Variationen. Dreißig Variationen über ein Thema. Ich höre sie in Endlosschleife. Niemand hört mit mir. Sie ertragen die Wiederholung nicht. Aber genau darin liegt die Schönheit. In der Vertiefung.“

Er sieht mich an. „Ich leide daran. An meiner Natur. Ich kann nicht loslassen. Ich muss festhalten. Immer. Alles. Und das macht mich einsam. Aber weißt du, woran ich am meisten leide? An dir. Jedes Mal, wenn du brennst – wenn er dich nach oben reißt – dann verschwinde ich. Werde unsichtbar. Und ich sitze da. Mit meinen Bildern. Und warte.“

--  
Der Revolutionär lacht auf. Kurz. Bitter. „Und du glaubst, ich leide nicht?“

Er greift in seine Jackentasche. Zieht ein zerknittertes Konzertposter heraus. Schwarz-weiß. SLIME – LIVE.

„Konzertposter. Punk-Rock. Von Hauswänden, von Kneipeneingängen. Ich reiße sie ab. Nachts, wenn die Konzerte vorbei sind. Jedes Poster ist eine Nacht. Ein Moment, in dem ich gebrannt habe. Und jetzt ist es vorbei.“

Er hält das Plakat hoch. „Das ist der Unterschied zwischen ihm und mir. Er sammelt, um zu bewahren. Ich sammle, um festzuhalten, dass ich da war. Aber ich kann nichts festhalten. Es zerfällt.“

Er zerknüllt das Poster und stopft es in seine Jackentasche.

„Ich male auch. Nachts. Große Leinwände. Acryl, dick aufgetragen. Rot, Schwarz, Orange. Und dann – wenn ein Bild fertig ist – gefällt es mir. Zehn Minuten lang. Dann sehe ich nur noch Fehler. Dann male ich drüber. Zerstöre es. Schaffen und zerstören. Nie fertig. Nie zufrieden.“

Seine Stimme wird leiser. „Ich leide daran. An meiner Natur. Ich muss jeden Tag rennen. Sonst sterbe ich. Ich kann nicht ruhen. Nie. Weißt du, wie das ist? Nie ankommen zu dürfen? Aber weißt du, woran ich am meisten leide? An dir. Jedes Mal, wenn du stillstehst – wenn er dich nach unten zieht – dann verhungere ich. Dann bin ich nur noch Schatten.“

---

Schweigen.

„Ihr leidet beide“, sage ich. „Nicht nur an euch. Sondern aneinander. Und an mir.“

„Absolut.“

„Ja.“

„Ihr seid aneinander gekettet. Durch mich.“

„Ja.“ Gleichzeitig.

„Und wenn ich sterbe?“

Stille. Lang. Schwer.

„Dann sterben wir auch“, sagt der Richter leise.

„Alle drei“, sagt der Revolutionär.

Ich atme aus. „Dann müssen wir lernen, zusammen zu leben. Alle drei. Das wäre besser.“

Sie nicken. Langsam. Unwillig. Aber sie nicken.

—  
„Warum seid ihr heute Nacht hier?“

„Weil du an einem Punkt bist“, sagt der Richter. „Wo du entscheiden musst.“

— — —

## Zurück in die Stadt.

Jetzt. Oktober. Herbst. Die Blätter fallen. Ich bin zurück in meiner Wohnung. Mein Arbeitszimmer. Der Schreibtisch von Schweizer Klarheit, weiß, auf schmalen Stelzen. Die Regalwand mit Glastüren – der einzige Panzer im Raum. Auf dem Tisch nur das Nötige: Lampe, Füller, Kladde, Notebook. An der Wand hängt ein Bild – Tulpen auf schwarzem Grund.

Ich mag den Geruch der Herdplatte, wenn das Wasser für den Kaffee erhitzt. Leicht metallisch. Ich trinke ihn schwarz, ohne Whiskey. Die Wärme kommt von innen.

Ich bin immer getrieben gewesen, immer auf der Jagd nach dem letzten Satz. Ein Satz wie ein Nagel, der die Wand zusammenhält. Die

Angst, dass er nie kommen würde, hat mich ebenso wachgehalten wie der Rausch. Aber hier, am Schreibtisch, ist der Hunger anders. Hier wird materialisiert.

Ich bin nie Beobachter gewesen. Nie der Mann, der sich Notizen macht. Immer schon Teil des Stoffs, den ich beschreibe. Alles, was mich getragen hat, hatte auch seine Schattenseite. Jede Liebe kam mit Dunkel.

—  
Ich denke an sie. Seit ich im Herbst zurückgekommen bin, nähern wir uns wieder an. Langsam. Vorsichtig. Ein zweiter Versuch. Diesmal mit anderen Regeln.

Sie hat verstanden, was ich meinte – Exzess in der Kunst, nicht in Flaschen. Sie hat gewartet, ohne zu drängen. Als ich ihr schrieb – eine Nachricht, kurz: „Ich bin wieder da“ – antwortete sie sofort: „Schön, dass du da bist. Willst du Kaffee?“

## Kof-fer-last

[feuilletonistisch, lakonisch]

Gepäck, das mehr über die eigene Vorsicht erzählt als über die geplante Reise.

Übertragen: *Vorsicht ersetzt Vertrauen.*

—  
Ich schickte Nachrichten um drei Uhr nachts, sie antworteten um elf Uhr morgens, ich dann wieder um fünf. Emotionale Nacktheit auf Ra-

ten. Die körperliche Version kam abends – live, analog, ohne Verzögerung. Das System funktionierte. Drei Monate lang. *Du gehst vor, ich folge nah. Wir teilen diesen Beat, und was er antreibt, wenn du leise laut bist. Wir nehmen uns alles, und wenn wir wieder atmen, verbrennen wir's.*

---

Wir trafen uns am Riveufer. Dann Moritzburg. Sie zeigte mir ein Bild. Munch. Dr. Max Linde. Der Arzt steht da, ausgehfertig. Mantel an. Er könnte gehen. Oder bleiben. Den Mantel ausziehen. Sich setzen.

„Der Mantel ist deine Flucht“, sagte sie.  
„Ist er das?“  
„Ja.“  
„Und wenn ich ihn brauche?“  
„Dann gehst du. Aber du musst nicht.“  
„Woher weißt du das?“  
„Weil du hier stehst. Schon zehn Minuten. Du könntest längst weg sein.“

„Vielleicht bin ich nur langsam.“  
„Nein. Du überlegst.“  
„Und wenn ich falsch entscheide?“  
„Dann gehst du das nächste Mal.“

---

Dezember. Ihr Bett. Ich wachte auf, sie schlief noch. Lag auf dem Rücken, einen Arm über den Kopf. Ich betrachtete sie. Zehn Minuten. Fünfzehn.

Sie öffnete die Augen. Lächelte.  
„Wie lange schon?“

„Keine Ahnung.“

„Creep.“

„So was von.“

Sie zog mich zu sich. Wir lagen so. Lange.  
Draußen Schnee.

--

Drei Monate lang hatte ich den Mantel ausgezogen. War geblieben. Hatte mich geöffnet. Zum ersten Mal seit zehn Jahren. *was du hier gibst wenn du es nimmst was ich dir schenke und auch stehle für mich und dich und uns wir suchen reichen weichen gleichen und drängen laben graben wagen und dann glimmen grimmen schwimmen müssen kriechen siechen riechen und immer brennen trennen rennen ich lerne wärme lärme und raube glaube schnaube du schaust mich an und ich zu dir und du erzählst mir ohne worte du kannst finden binden winden hast du das was ich nun will und nimmst von mir wie du es willst und schreiben bleiben treiben nein und ja beide münder rufen suchen fluchen alle hände halten spalten falten unsere Körper bücken drücken glücken deine augen weinen reinen scheinen offen dann geschlossen und mein puls wird jetzt dein atem wir beben weben leben wir rollen sollen grollen atem stoppt dein glucken nucken zucken und platzen kratzen schmatzen und mein beißen reißen schmeißen findet dein ducken schlucken mucken und auch kekeln ekeln rekeln wir liegen wiegen schmiegen unser dann*

Dann kam die Brücke. Ende Januar. Sie wollte mehr. Ich konnte nicht. Zu gefährlich. Für sie.

—  
Während der Reha war ich oft im Munch-Haus. Warnemünde. Dort, wo er eine Zeit lang wohnte. Hinter dem Haus steht ein Baum. Nicht der alte – gefallen im Sturm. Neu gepflanzt. Ich schickte ihr ein Foto davon. Postkarte, kein Absender.

Eine zweite. Dritter Stock, Altbau.

Sie hat neun Monate gewartet. Ohne zu drängen. Sie weiß das alles. Kennt die Geschichte. Nicht weil ich besser bin. Weil ich es versuche.

Ob ich es kann? Mit ihr bleiben? Morgens da sein? Den Mantel ausziehen? Ich weiß es nicht. Aber ich versuche es.

*Eins bleibt, im Kern, ungeteilt. Der Grundton, der trägt. Am Ende ist es immer der gleiche Ton. Lauter. Leiser. Ducking. Ich rede mir ein, das reicht.*

## Tür·um·schlag

[essayistisch, elegisch]

Das Schließen einer Tür – nicht laut, aber endgültig. Wie nach einer gescheiterten Verhandlung.

*Übertragen: Gegenwart wird Archiv.*

— — —  
In meinem Kopf kreisen die Fragen – Warum spricht mich der Stoische an? Warum schreit

mich der Kesse an? Und warum sitze ich hier, mitten in der Nacht, und warte darauf, dass es wieder losgeht?

Ich höre ihre Stimmen. Der Richter, der alles wiegen will. Der Revolutionär, der alles zerreißen will. Und während ich hier sitze, meine Hände um die Tasse, wird mir klar – sie sind ein Teil von mir. Nicht von außen gekommen. Von innen. Immer schon da gewesen.

Der Richter wird wiederkommen. In den Nächten, wenn die Gedanken nicht aufhören. Wenn die Scham wie Beton liegt. Dann wird er da sein, die Mappe auf den Knien, und mir sagen, dass ich bleiben muss. Im Gewicht. Im Stillen.

Und der Revolutionär wird wiederkommen. In den Morgen, wenn die Straße ruft. Wenn der Drang nach Bewegung stärker wird als jede Vernunft. Dann wird er da sein, Brandgeruch im Haar, und mir sagen, dass ich loslaufen muss. Nach oben. Ins Offene. Beide haben Recht. Und beide lügen.

--

Ich lebe. Das ist kein Sieg. Das ist Arbeit. Der Mann, der zwischen ihnen steht. Ein Leben, das Raum bietet. Und wenn sie wiederkommen – sie sitzen dann einfach hier. Sie reden, ich höre, ich schreibe. Ich rede. Aber diesmal bleibe ich am Tisch. Ich schaffe. Ich lebe. Ich brenne – ohne zu verbrennen. Ich falle – ohne zu zerbrechen. Sie dulden einander – weil ich zwischen ihnen sitze.

—  
Verstehen ändert nichts. Nähe ist schwer.  
Punkt.

—  
vinyl dreht sich  
der morgen findet uns nah,  
in unserer zimmerluft,  
dein atem ist noch warm vom schlaf.  
die noch nach nächten riecht.  
dein lachen: erstes wort. genau richtig,  
/  
ein knacken zwischen den tracks,  
wg-küche: magnete halten pläne,  
wie kurz vorm bassdrop,  
jemand öffnet cornflakes im halbschlaf,  
in einem club,  
eine tür atmet. kann jemand kaffee? läuft.  
/  
der uns nicht loslässt.  
der tag geht los, wir bleiben liegen,  
bis zum morgen hält.  
und du bleibst hier.  
/  
du im hoodie,  
kaffee am rhein mit dampf in der hand.  
die haare zerzaust,  
ein boot bügelt die wellen glatt,  
von club zu club in der nacht,  
ein kran zieht die wolken krauselig.  
im beat dieser stadt,  
/

ich lehne  
kein ziel, kein plan, kein stress,  
an der wand,  
nur diese küche mit offenem fenster.  
lese deinen mund  
wir würzen den toast mit pfeffer  
wie liner notes.  
und nennen das leben. passt.

/

du ziehst mich  
du zeigst mir die abkürzungen und  
in die rillen zurück,  
ich erfinde die umwege.  
wir drehen weiter,  
wir treffen uns genau dazwischen,  
wir lassen nicht nach,  
an einem büdchen, das auch im winter  
kein stopp,  
an sommer glaubt. hook.  
nur laut.

/

vinyl nur noch als leise spur  
der abend vergeht,  
in der erinnerung.  
aber der song bleibt endlos,  
handy ohne balken,  
während die platte leer weiterläuft.  
wir tauschen erzählungen,  
dein heute, mein jetzt,  
remix aus worten,  
wir lassen sie laufen wie musik.

nur mit uns. repeat.

/

cafés, die uns noch nicht kennen,  
du fühlst den groove,  
flussufer, brücke, wind an der wange.  
ich halt den beat,  
wir spielen unseren song  
deine söckchen auf der heizung.  
und hören dem echo zu. refrain.  
die stadt klopft durch die wände,  
wir klopfen zurück. call & response.

/

kein ziel, nur shuffle,  
wir zwei,  
und unser gemeinsames zählen.  
im groove gefangen,  
eins für den blick und zwei für die hand,  
weil wir  
drei für das hier und vier für kommst du mit?  
in unserem refrain  
fünf, und schon sind wir weiter.  
versinken.

/

nachts leuchtet die stadt wie türme aus glä-  
sern,  
mit straßenbahnen aus licht.  
wir gehen im jetzt verloren,  
und bleiben gerne dort,  
denn der morgen ist egal.  
zusammen. goodnight.

/

vinyl dreht sich.  
vinyl dreht sich.  
vinyl dreht sich.  
/

## **Frederik Rentrop**

*Pegel Null – Ostsee Cut Remix*

2025

---

*Textpassagen aus:*

*Blitz (2014), Risslicht (Frühe Fassung 2025),  
Deflagration (Erster Entwurf 2025)*

*Lyrik-Fragmente remixed aus:*

*Alles (2003), Jetzt! (2003), Pferdeschwanzgedanken (2006), Picknick (2009), Refrain (2010), Push-Nachricht um Mitternacht (2014), Mehr Glut als Plan (2014), Playlist für Zahlen (2014), Flutmond (2015), Puls sine fine (2016), Kippt (2017), Buffering (2018), Druck. Schub. (2020), Farbwert / Sättigung (2025), unser dann (2025), Nur eine Bar (2025)*

*Vinyl-Gedicht remixed aus:*

*endlos.groove/attack (2004), remix.groove/reprise (2005)*

---

Kontakt: [www.frederikrentrop.de](http://www.frederikrentrop.de)

© 2025 Frederik Rentrop