

Vorhergehende Doppelseite Christian Bredholt auf dem Weg ins Wasser. Die kurze Distanz auf Krücken zu laufen stellt ihn täglich vor eine neue Prüfung IE ERSTEN DREI SCHWIMMZÜGE sind ein Schock. Eine Art Kurzschluss im zentralen Nervensystem, Stromstöße jagen durch seinen Körper. Dann kommt die Erlösung. Ein surreales Gefühl. Halb Mensch, halb Fisch. Rumpf und Beine wedeln delfinartig durchs Meer, durchpflügen die Kälte, die ihm ein Stück Freiheit zurückgibt.

Seine kräftigen Arme zerteilen das Wasser, sie leisten alles. Bis das Leben in seine Beine zurückkehrt. Erst zögerlich, dann immer gleichmäßiger gehen sie auseinander und strecken sich. 24 Züge Brust, 24 Rücken. Und wieder von vorn. Er schwimmt zurück zu den Krücken, die auf dem Meeresgrund liegen, und zieht sich schnaufend daran hoch. Den Weg zum Strand schafft er jetzt doppelt so schnell. Er steckt die Krücken in den Sand, hält sich aufrecht, wankt noch ein wenig, spürt der Wirkung des Meeres in seinem sonst so steifen, störrischen Körper nach.

Es ist zehn Uhr morgens auf Avernakö, einer kleinen Insel im südlichen Dänemark. Vögel zwitschern, irgendwo ist ein Traktor unterwegs. Niemand auf der Insel

Er muss dabei zusehen, wie sich sein Körper verabschiedet



grenzen

würde auf die Idee kommen, ins Wasser zu gehen. Es ist kalt, vielleicht 14 Grad. Doch für Christian Bredholt beginnt gerade die beste Stunde des Tages. Er kann stehen, ohne sich festzuhalten. Mit einem Handtuch um die Hüften dreht er seinen nackten Oberkörper. Seine Arme fliegen durch die Luft, beim Ausatmen stößt er tiefe Schreie aus.

Es ist seine tägliche Dosis Glück, ein kurzes, aber planbares Glück. Jeden Morgen, von Frühjahr bis Herbst, fährt der 50-jährige Däne allein mit seinem Elektroroller an die Ostsee vor seiner Haustür. Ein Freund hat ihm am Strand einen Steg aus Holzplanken und Maschendraht gebaut, auf dem er möglichst weit ans Wasser fahren kann. Für fast genau eine Stunde gehört sein Körper nach dem Schwimmen wieder ein Stück weit ihm. Danach kehrt die Steifheit zurück. Sein zentrales Nervensystem schaltet auf Dauerstörung. Multiple Sklerose, wie es im Fachjargon heißt.

Wäre er nicht krank geworden, das Meer wäre geblieben, was es immer war: eine Grenze, an der er mit seiner Frau entlangspazierte. Ein Ort, an dem er das Gefühl hatte, die Unendlichkeit zu berühren. Heute sucht er seinen Lieblingsplatz an der Steilküste der Insel nur noch selten auf. Er bekommt dann schlechte Laune. Da kann die Sonne noch so oft untergehen. Er ist dann nur ein gebrechlicher Mann im Rollstuhl, der aufs Meer schaut.

Er sitzt in seiner Küche am Kamin. Seine Füße stecken in grauen Filzstiefeln ohne Sohle. Schuhe braucht er keine mehr. Es ist erst Ende September, aber nach dem Schwimmen muss er in dieser Jahreszeit höllisch aufpassen, sich nicht zu erkälten. Ein Risiko, das er in Kauf nimmt. 13 Jahre ist es her, seit er die Diagnose Multiple Sklerose, kurz: MS, bekam. Geahnt hatte er schon vorher etwas. "Wieso gehst du so komisch?", fragten Freunde, wenn er wie ein Betrunkener schwankte. Und wenn er über den Teppich stolperte, lachte niemand mehr über diese Slapsticknummer. Normal ist, dass der Körper gehorcht, wenn der Mensch sich etwa vornimmt, den Fuß oder die Hand zu heben. Aber bei MS kommen diese Befehle nur ganz langsam und irgendwann gar nicht mehr dort an, wo sie gebraucht werden: beim Handeln, Fühlen, Sprechen und manchmal auch beim Denken. Schuld daran sind Entzündungen in Hirn und Rückenmark, die die Nervenbahnen zerstören. Dabei stürzen sich irregeleitete Zellen des Körpers, die eigentlich für die Immunabwehr zuständig sind, wie besessene Selbstmordattentäter auf das zentrale Nervensystem. Warum sie das tun, ist bis heute ein Rätsel. Heilen lässt es sich nicht, in rund 80 Prozent der Fälle iedoch aufhalten.

Christian Bredholt gehört zu den 20 Prozent, die dabei zusehen müssen, wie sich ihr Körper Stück für Stück verabschiedet. Erst hat sich die Krankheit seinen rechten Fuß, dann das ganze Bein, dann den linken Fuß und das linke Bein geholt. Und inzwischen versagt ihm auch immer öfter die rechte Hand. MS ist nicht tödlich, heißt es, doch der Tod ist allgegenwärtig.

Das Heimtückische ist, dass niemand vorhersehen kann, wann und wie viel dabei kaputtgeht. Manchmal stagniert der Verlauf auch ab einem bestimmten Alter. "Die Krankheit mit den tausend Gesichtern", lautet eine freundliche Beschreibung. Christian Bredholt hat sie demütig gemacht. "Ich kann immerhin noch reden, Akkordeon spielen, schwimmen." Auf die Betroffenheit anderer reagiert er mit









Das Wasser hat nur 14 Grad, doch gerade die Kälte bringt seine Glieder wieder in Bewegung. Die Neurologen haben keine Erklärung dafür





meer

Humor. "Mir geht es doch gut: Ich muss nicht mehr arbeiten und habe ein großes Auto." Seine Invalidenrente sei üppiger als das, was er als Schauspieler früher verdient hat. Und mit dem roten Bus, der ausgestattet ist mit Hebebühne und Handautomatik, könne er überall allein hinfahren.

Die Trauer kommt meist unerwartet. Im Garten, auf Festen. Nie mehr Äpfel pflücken können, nie mehr tanzen können, nie mehr eine Frau umarmen können. Aus dem Rollstuhl? "Wie soll das gehen?", sagt er und wendet sich ab. Manchmal bringen ihn schon Kleinigkeiten aus der Fassung. Dann presst er die Lippen zusammen, um nicht zu schreien, bloß weil es ihm nicht gleich gelingt, die Jeans über die Füße und Beine zu ziehen, die wie Bleiklumpen an ihm hängen. Wer hätte schon ahnen können, wie schwer es mal sein würde, sich eine Hose anzuziehen? Ein Zweijähriger kann das besser. Wie ein Kind, erzählt er, musste er in jedem Stadium der Krankheit alles neu lernen. Am Anfang hatte er sich einen Hirtenstab besorgt. Das sah exotisch und weniger behindert aus. Die Wahrheit war da schon, dass er ohne Stock einfach umfiel. Dann kam eine Krücke, dann zwei, und vor fünf Jahren der Rollstuhl.

Er bemerkte, dass kaltes Wasser half. Beim Duschen, aber mehr noch beim Schwimmen. Die Neurologen können das nicht exakt erklären. In manchen Fällen leiten die defekten Nerven-

Um zehn Uhr morgens beginnt für ihn die beste Stunde des Tages

Leben

bahnen im Rückenmark die Impulse offenbar besser, wenn sie abkühlen. Christian Bredholts Dänemarkkarte ist abgesteckt nach Orten, wo er in die Ostsee kommt. Ob an den Stränden des Festlands oder einer Mole mitten in seiner Heimatstadt Kopenhagen, wo er neulich vor einem Konzert noch einmal ins Wasser musste, um überhaupt spielen zu können.

Nach dem Schwimmen, sagt er, muss er die Kraft nutzen. Zum Aufräumen, Essen zubereiten oder eben zum Akkordeon spielen. Am liebsten Klezmermusik. Er war mal gut darin, hat Platten aufgenommen, ist durch Europa getourt. Er braucht diese Musik genauso wie das Meer. Sie trägt ihn. Beim Vorspielen hüpfen die Finger an seiner linken Hand flink über die Knöpfe. Die rechte Hand ist langsamer und streikt irgendwann ganz. Der Daumen hängt in der Schlaufe, die anderen vier Finger spreizen sich und bleiben dann reglos auf den Knöpfen liegen.

Warum er krank wurde? Die ewige Frage. "Warum nicht?", fragt er zurück. Und sucht dann doch nach Gründen. Vielleicht sei sein früheres Leben zu schön

Seine Landkarte zeigt alle Orte, wo er in die Ostsee kommt



freiheit

gewesen. Er war freier Schauspieler und Musiker. Hatte eine Frau, die auch seine Bühnenpartnerin war, zwei gesunde Söhne, das Haus auf der Insel. Monatelang hatten sie dort an dem Theatersaal für ihre Projekte gebaut. Als der Saal fertig war, feierten sie ein Fest. Kurz darauf bekam er die Diagnose. Ein Schock, viel Heulerei. Er begriff: "Okay, Leben ist auch Leiden." Und dann versuchte er genau so weiterzumachen wie vorher. Es ist nun einmal so: Er brauchte diese verdammte Krankheit nicht, um zu sich selbst zu finden.

ährend er erzählt, ist es dunkel geworden. Er braucht viele Pausen. Weil er immer wahnsinnig müde ist, eine Folge seiner defekten Nerven, die ständig Hochleistungsarbeit erbringen. Und weil er einfach nicht gern über die Krankheit spricht. Zu ernst, zu trist. Dafür lacht er viel zu gern. Er ist ein schöner Mann, heute vielleicht noch mehr als früher, als seine Gesichtszüge weicher waren, ihm etwas Bubenhaftes verliehen. Schwarze Locken, die nur leicht ergraut sind, blaue Augen, eine feine Nase über

einem kantigen Kinn. Sein Körper wirkt wie zweigeteilt: die ewig kalten Beine eines 80-Jährigen an einem muskulösen Oberkörper.

Als er vor drei Jahren auf die Insel zurückkehrte, war seine Ehe noch nicht zu Ende. Aber er hielt es nicht mehr in der Kleinstadt aus, in die sie kurz nach der Diagnose gezogen waren. "Irgendwann saß ich nur noch im Rollstuhl, stand irgendwo im Weg, während alles um mich herum weiterlief." Die Kinder waren erwachsen, seine Frau blieb immer öfter abends weg. Da zog er aus. Allein auf die Insel? Seine Familie erklärte ihn für verrückt. Vielleicht war er das auch ein bisschen. Aber es war auch ein Befreiungsschlag. Eine Rückeroberung verschütteter Gefühle: Stolz, Würde, Mut. Er hat sich hier eine eigene Welt geschaffen, ideal für seine Behinderung, nah am Meer. "Seine Insel", wie er sie nennt, ist klein genug, dass sich hier alle 110 Bewohner beim Vornamen kennen. Und groß genug, dass er niemanden am Strand treffen muss. Es gibt nur einen Laden und eine Kneipe. Und wenn um 21 Uhr die Autos von der letzten Fähre gefahren sind, ist auf den Straßen bald nichts mehr los. "Ich habe das Gefühl, hier nichts zu verpassen", sagt er.

Der ausgebaute Bauernhof, in dem er wohnt, liegt versteckt hinter einer haushohen Hecke. Die Tür ist immer offen, alte Dänensitte. Alle Räume liegen ebenerdig. Mit sichtlichem Vergnügen saust er über die Aluminiumrampen in den Türen und zieht sie dabei schwungvoll hinter sich zu. Ein tausendmal geübtes Manöver. Sein Haushalt ist gut organisiert. Morgens kommt eine Helferin, die saubermacht und Gemüse für ihn schneidet. Abends kocht er sich in der Mikrowelle sein Essen. In jedem Zimmer steht ein Radio, eins davon läuft immer. Er ist kein Einzelgänger. Früher war das Haus immer voll. Doch das Alleinsein schützt ihn vor der Befangenheit der anderen. "Die meisten Leute verfallen in hektische Betriebsamkeit, wenn sie hier sind", sagt er. "Kann ich helfen?" "Nein", antwortet er dann, "kann ich dir helfen?" Die Gegenfrage sitzt wie eine Ohrfeige. Hinterher tut es ihm leid.

Er hat neue Freunde gefunden. Vor zwei Jahren gründete er die Theatergruppe Slutspil, was auf Deutsch "Endspiel" heißt, nach dem Stück von Samuel Beckett. Jedes zweite Wochenende treffen sie sich bei ihm, um in dem großen Saal zu proben. Es ist eine umwerfende Truppe, hoch motiviert, mit viel Humor. Sie haben alle Multiple Sklerose in fortgeschrittenem Stadium und in Beckett einen kongenialen Dramatiker gefunden. Einen, der die Welt als Jammertal beschreibt und der seine Figuren zum Stillstand bringt: in Mülltonnen, Urnen, auf einem Rollstuhl. Slutspil ist damit schon in Berlin und Polen aufgetreten. Gerade proben sie Becketts "Glückliche Tage", wieder so ein absurd-komisches Stück, in dem die plappernde Hauptdarstellerin auf einem Müllhaufen sitzt und darin langsam versinkt. Für Beckett Sinnbild des menschlichen Daseins, für die Schauspieler ein Sinnbild für das Leben mit MS.

seine Bett nicht aus. Beim Aufwachen ist sein Körper so steif, dass er manchmal nicht weiß, wie er hochkommen soll. Seine Beine stechen, als wären tausend Nadeln in ihnen, die Haut brennt, sein Unterschenkel schmerzt, als hätte er sich die Knochen verstaucht. Und dann kriecht die Angst in ihm hoch. Diese Angst, seinen Körper irgendwann komplett zu verlieren.

Er sieht aus dem Fenster. Der Wind zaust die Blätter, keine Sonne. Es wird Herbst. Das Ende seiner Badesaison. Den Winter wird er mit kalten Duschen überbrücken. Aber der Effekt sei nur minimal, sagt er. Es ist einfach so: Das Meer richtet ihn auf, wenigstens für eine Stunde am Tag. Also los. Erst einmal ins Badezimmer. Vor dem Schwimmen muss er kalt duschen, seine defekten Nervenbahnen vorkühlen. Sonst schafft er den Weg auf Krücken nicht. Etwa zehn Minuten hält die Wirkung an, danach geht gar nichts mehr. Dann muss er über den steinigen Strand robben, denn der Steg reicht nicht bis ins Wasser. Der Countdown läuft. Schnell mit dem Elektroscooter über die Inselstraße und in den Feldweg einbiegen. Ein halbnackter Däne mit einem Schlapphut auf dem Kopf. Zwei Kinder drücken sich in einem vorbeifahrenden Auto die Nasen an den Fenstern platt. Der Roller holpert über eine Wiese, fährt rückwärts den Steg hinunter und stoppt.

Christian Bredholt dreht sich um. Sieben Meter. Das ist eine Entfernung, die in seinem früheren Leben nicht vorkam. Mag sein, dass er einmal fast so weit springen konnte. Vielleicht war auch das Fußballtor so breit, in dem er als Junge stand. Aber jetzt sind diese sieben Meter definitiv das Schwerste, was er schaffen muss. Sein Mount Everest, jeden Tag. Er zieht sich mühsam seine Badeschuhe an, kostbare Minuten verstreichen, nimmt die Krücken aus dem Korb und hievt sich aus dem Wagen. Sein Gesicht ist verzerrt, seine Beine zittern vor Anstrengung. Es ist, als würde er zwei zentnerschwere Säcke heben und ein paar Zentimeter weiter wieder aufsetzen. Seine Füße pflügen wie Schaufeln durch den Sand. Als ein Stein im Weg liegt, zögert er und braucht dann so viel Schwung, um den rechten Fuß darüberzuwuchten, dass es ihn fast umhaut. Er schwankt, fängt sich. Noch ein paar qualvolle Schritte, bis ihm das Wasser über die Knie reicht. Dann lässt er die Krücken fallen. Sein Kopf stößt durch die glatte Ostsee. 🖘

Die Hamburger Autorin Ariane Heimbach, Jahrgang 1965, schreibt bevorzugt über Gesellschaftsthemen. Der Moment, als Bredholt ins Meer ging, hatte etwas Magisches, sagt sie. Hinterher ging sie auch noch schwimmen, aus Recherchegründen. Es war wirklich saukalt. Dörthe Hagenguth, geboren 1966, in Hamburg lebende Reportagefotografin, war beeindruckt davon, dass sie in Bredholts Haus durfte, ohne dass er zu Hause war. "Seine offene Tür öffnete auch in mir einige Türen."

