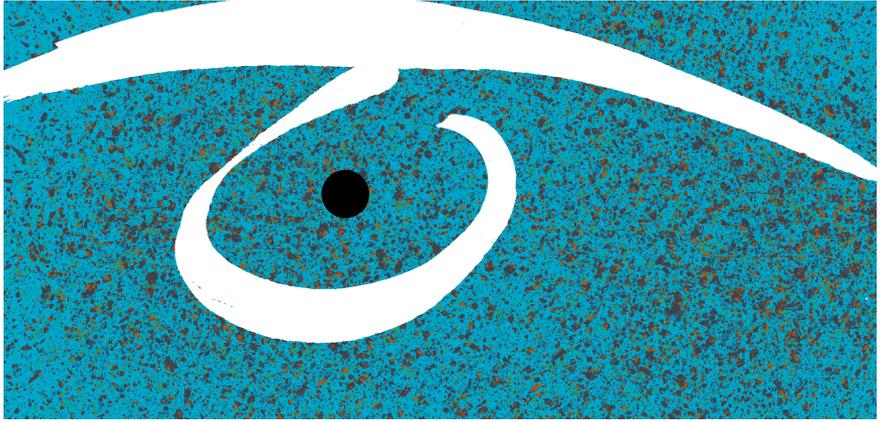


Lili Stollowsky



Kostbare  
Grünbraunblau  
Gesprenkelte  
Sterne

Eine Liebeserklärung an den Körper

**frauen & gender**  
Kultur | Forschung | Gesundheit

ISBN 978-3-938580-07-3 Printausgabe  
ISBN 978-3-938580-27-1 eBook  
Copyright 2007 DIAMETRIC Verlag  
Alle Rechte vorbehalten  
DIAMETRIC VERLAG  
Jutta A. Wilke e.K., Würzburg

Abbildungen: Linolschnitte, Jutta Schmitt, Würzburg  
Umschlaggestaltung: Eckhard Hundt, München

Diametric Verlag Jutta A. Wilke e.K.,  
Versbacher Str. 181, D-97078 Würzburg  
Fon +49(0)9317841230, Fax +49(0)9317841231  
[info@diametric-verlag.de](mailto:info@diametric-verlag.de)

Unter [www.diametric-verlag.de](http://www.diametric-verlag.de) finden Sie

- unser aktuelles Verlagsprogramm
- kostenlos in alle Titel „reinlesen“
- unsere eBook-Reihe
- Frauengesundheit *kurz & kritisch*



## Inhalt

- 9 Liebeserklärung  
an den Körper
- 12 Ein kleines Pünktchen  
auf dem Weg ins Leben
- 18 In der Körper-Stadt
- 43 Die komplexe Verwertungs-  
gemeinschaft
- 69 Das Königreich  
der Hormone
- 78 Sinneszellen –  
Rezeptoren des Glücks
- 91 Das tragende Gerüst
- 113 Vernetzte Systeme  
von Denken und Fühlen
- 125 Das Nichtstoffliche  
von großem Gewicht



*Kostbare  
grünbraunblau  
gesprenkelte Sterne  
ihr seid die Grenze  
zwischen mir und der Welt  
Ich bin innen  
ich sehe  
empfange  
und lasse die Bilder herein  
die Welt ist außen  
fern oder nah  
bewegt sich  
bunt oder grau  
Kostbare neugierige Sterne  
in euren Pupillen  
bündelt ihr diese Welt  
und erst  
wenn sie  
die Dunkelheit überwunden hat  
entsteht sie  
neu in mir selbst  
Kostbare lachende Sterne  
ihr schenkt mir die Schönheit der Welt  
und Farben und Licht  
doch manchmal  
da will ich sie nicht  
zum Trost  
gewährt ihr mir  
Tränen*



*Der kosmische Sprung*

## Liebeserklärung an den Körper

Ich beginne mit den Augen. Mit einem Liebesgedicht für die Augen. Für meine und deine und Ihre Augen. Ich könnte aber auch ein Gedicht für den linken kleinen Zeh oder eine Hymne für die synaptischen Endknöpfchen in den beiden Zeigefingern an den Anfang stellen, denn Zeh und Endknöpfchen sind genau so ein Wunder wie die Augen. Diesem Wunder widme ich dieses Buch.

Unser Körper ist das Wunder. Ein aus Abermilliarden von Zellen zusammengesetztes Wunder. Jede dieser Zellen lebt und arbeitet friedlich an ihrem für sie bestimmten Platz im Organismus. Und jede einzelne ist in sich schon ein Wunder. Ein kleines Kraftwerk der Natur mit eigenem Stoffwechsel, Fortbewegungsmöglichkeiten und winzigen Atmungsorganen.

Ein kleines Kraftwerk der Natur mit eigenem Stoffwechsel

Wir wissen scheinbar alles über den Gang der Evolution und die spiraligen Windungen der DNS, über Biologie und die feinstofflichen Vorgänge in der Leber, den Nieren oder dem Gehirn. In Wahrheit wissen wir beinahe nichts. Nichts von dem, was jeder einzelnen Zelle das Leben verleiht und nichts von dem, was den phantastischen Zusammenschluss all unserer Zellen zu einem lebendigen Körper werden lässt. Es ist ein Geheimnis. Das Leben ist ein Geheimnis. Keine naturwissenschaftliche Forschung wird dieses Geheimnis jemals ergründen, auch wenn die moderne Wissenschaft es lautstark prophezeit.

Das Leben ist ein Geheimnis

Ein Wunder lässt sich nicht mit Elektronenmikroskopen oder einer genetischen Entschlüsselung beweisen. Ein Wunder lässt sich nur in Demut und Dankbarkeit betrachten. Ist nicht jeder Mensch dankbar, wenn seine Zellen es schaffen, ihn von einer Krankheit genesen zu lassen? Sind nicht alle Eltern dankbar, wenn ein gesundes Kind das Licht der Welt erblickt? Sind wir nicht alle demütig, wenn wir dem

Tod gegenüberstehen? Dem eigenen, dem eines Freundes oder dem eines Familienangehörigen.

Etwa  
viertausend  
Wochen sind wir  
zu Besuch auf  
der Erde

Das Leben ist ein zerbrechliches Geheimnis. Wir wissen, dass wir sterben müssen und dass dieser Körper, der uns durch das Leben trägt, eines Tages nicht mehr sein wird. Unser Leben, das einzige, das wir kennen, ist dann vorbei und verweht zu Asche und Staub. Etwa viertausend Wochen sind wir zu Besuch auf der Erde. Eine kurze Zeit!

Aber das Leben ist auch kraftvoll und stark. Neue Kinder werden geboren, neue Pläne geschmiedet und aus den Trümmern einer zerstörten Stadt wachsen Blumen und Pflanzen ohne unser Zutun. Als Hebamme mit dem Wunder des Lebens und als Krankenschwester mit dem Mysterium des Todes vertraut, möchte ich mich schreibend dem Wunder und Geheimnis des lebendigen Körpers nähern. Die Gedichte mögen Ausdruck meiner Dankbarkeit und Demut sein. Liebesgedichte für und an den Körper.

Wozu soll das gut sein? Wenn man krank wird, legt man sich ins Bett oder geht zum Arzt, schluckt ein paar Tabletten und wartet, bis man wieder gesund ist. Oder man schwört auf die Naturheilkunde und nimmt ein homöopathisches Kügelchen. Manchmal hilft aber beides nicht, und man muss vielleicht operiert werden oder eine Chemotherapie erhalten. Manche Krankheiten entwickeln sich auch chronisch oder sogar lebensbedrohlich. Da könnte man schon anfangen zu dichten oder zu beten. Aber nur so? Ohne Grund?

Allerdings ist  
unser Körper  
auch unser  
bester  
Freund

Allerdings ist unser Körper auch unser bester Freund. Der einzige, der uns bis zum Tod nie verlassen wird. Der uns nie verraten wird. Niemals treulos ist. Er ist ein kompliziertes Wunderwerk der Evolution. Und er ist das Einzige, was uns letztlich wirklich gehört. Warum soll man ihm nicht Liebe und Aufmerksamkeit schenken? Nur so, ganz ohne Grund, bevor er krank wird. Und erst recht, wenn er schon krank geworden ist. Was sind Gedichte oder Gebete denn anderes als Liebe und Aufmerksamkeit. Hinhören. Lauschen. Zuwendung. Sogar eine Blume reagiert auf persönliche Ansprache. Sie wächst besser, blüht schöner. Warum soll die Niere sich nicht freuen, wenn man sie endlich einmal

lobt und ihr dankt. Sie wird mit einer besseren Durchblutung antworten. Das Herz wird vor lauter Freude ein paar extrasystolische Kapriolen schlagen. Der Magen hat keinen Grund mehr, sauer zu sein. Und der Nagel am großen Zeh wird vor Spaß ein dickes Loch in den Strumpf bohren.

Probieren Sie es doch einfach aus. Sie werden spüren, dass Sie Antwort erhalten. Mit der Zeit können Sie lernen, sich mit Ihrer Lunge, der Prostata, den Knochen oder Ihren Blutkörperchen zu unterhalten. Es gibt Menschen, die auf diese Weise einen Krebs geheilt haben.

Ihr Körper sind Sie. Eine vollkommene Einheit zwischen Leib und Seele.

Damit Sie wissen, wen Sie da in sich ansprechen, wo das Organ, dem Sie Aufmerksamkeit und Liebe schenken, eigentlich sitzt und welche Arbeit es für Sie tut, finden Sie zu jedem Körperteil eine kleine Beschreibung. Nicht, um sich nun ohne Arzt selbst zu kurieren, sondern nur um Ihren treuesten Freund näher kennenzulernen.

Dies ist kein medizinisches Lehrbuch und es erhebt keinen Anspruch auf anatomische Vollständigkeit. Es ist ein Liebesgedicht für die Augen, den linken kleinen Zeh, all die Milliarden von Endknöpfchen und den lebendigen Körper. Eine Art Lobgesang an das Geheimnis des Lebens – gesungen in Buchstaben.

Und der Nagel  
am großen  
Zeh wird vor  
Spaß ein  
dickes Loch in  
den Strumpf  
bohren

Eine Art  
Lobgesang an  
das Geheimnis  
des Lebens  
– gesungen in  
Buchstaben

## Ein kleines Pünktchen auf dem Weg ins Leben

Tief im Dunkel des weiblichen Leibes verborgen, reift jeden Monat eine neue Eizelle heran. Sie ist die größte menschliche Zelle und mit bloßem Auge gerade noch erkennbar. Unterstützt durch verschiedene Hormone, springt sie etwa in der Mitte des Menstruationszyklus wie eine Kamikazefliegerin von der Oberfläche des Eierstocks ab, wird von einer Art Fransenvorhang aufgefangen und landet geschickt im Eileiter, um dort auf männlichen Besuch zu warten.

... sondern  
bedrängen  
die Eizellen-  
Dame unauf-  
hörlich, bis sie  
endlich ... ihre  
zellulären  
Hüllen fallen  
lässt

Wenn dieser Besuch kommt, bringt er seine 300 bis 400 Millionen Brüder mit. Die lebhaften Spermazellen stellen sich natürlich nicht brav in einer Reihe an, sondern bedrängen die Eizellen-Dame unaufhörlich, bis sie endlich einen Bewerber erhört und ihre zellulären Hüllen fallen lässt. Der glückliche Sieger schlüpft in sie hinein und die Eizelle bildet sofort eine weiche undurchdringliche Membran um die gemeinsame Umarmung.

Ein neuer Mensch ist gezeugt. Er besteht in diesem Moment aus einer einzigen Zelle. Aber im Inneren der Zelle ist schon unwiderruflich festgelegt, welches Geschlecht dieses Menschenkind haben wird, welche Haar- und Augenfarbe es mit auf die Welt bringt und vielleicht sogar, ob es später im Leben einmal Krebs bekommen kann. Selbst die Form des linken kleinen Fußnagels steht unveränderlich fest.

Aus dem  
Pünktchen  
wird bald ein  
Zellhäuflein

Direkt nach der Vereinigung von mütterlichem und väterlichem Chromosomensatz beginnt die befruchtete Eizelle sich zu teilen und in Richtung Gebärmutter zu wandern. Ein kleines Pünktchen auf dem Weg ins Leben. Aus dem Pünktchen wird bald ein Zellhäuflein mit eigenem Namen, die Blastozyste. Wenige Tage später sucht sich die Blastozyste am oberen Rand der Gebärmutter, deren Schleimhaut mittlerweile wie ein gepolstertes Nestchen aufgebaut ist, einen guten Platz, die so genannte Einnistungsstelle. Genau

an dieser Stelle wächst dann die Plazenta, die den sich entwickelnden Embryo mit allen notwendigen Nähr- und Aufbaustoffen versorgt.

Bereits drei Wochen nach der Befruchtung hat der konturlose Winzling die Größe einer Weintraube. Fünf Wochen später die eines Hühnereies. Bald wachsen ihm stummelartige Arme und Beine. Und nach zwölf Wochen ist der Embryo in seiner gesamten Gestalt fertig. Sein winziges Herz schlägt schon regelmäßig. Aber dieses etwa neun Zentimeter kleine Menschlein kann noch nicht alleine leben. Angewiesen auf einen warmen und nährenden Ort, wird es noch sechs Monate in der dunklen Gebärmutterhöhle verbringen, bis es seinen ersten eigenen Atemzug tun kann.

Der weibliche Körper ist bestens auf die Beherrschung und Versorgung dieses kleinen beständig wachsenden Unterwasser-Astronauten eingerichtet. Gleich nach der Zeugung eines Kindes werden besondere Hormone ausgeschüttet, die das Gedeihen des Embryos in jeder Hinsicht unterstützen. Das Becken weitet sich, Gelenke und Bänder werden weicher und in den Brüsten bereitet sich die Milchproduktion vor.

All das geschieht, um dem werdenden neuen Leben optimalen Schutz zu geben, die Mutter auf die Geburt einzustimmen und dem Kind gute Voraussetzungen für den Lebensanfang zu bieten. Nach neun Monaten oder vierzig Wochen Schwangerschaft ist aus einem winzigen einzelligen Pünktchen ein perfektes Baby geworden. Der Tag der Geburt eines neuen Menschen ist da.

Bereits drei Wochen nach der Befruchtung hat der konturlose Winzling die Größe einer Weintraube

... ist aus einem winzigen einzelligen Pünktchen ein perfektes Baby geworden

*Geliebtes Kind  
noch bist du unsichtbar  
Deine Füße trampeln an meinen Rippengrund  
und dein Köpfchen drückt mir auf die Blase  
Wie magst du aussehen?  
Was magst du nur für eines sein?  
Ich werde dich lieben wie du bist  
Noch umfängt dich geschmeidige Schleimhaut  
und meine warme Gebärmutterhöhle  
bei Tag und in der Nacht  
Wo bist du hergekommen?  
Wer hat dir das Leben eingehaucht?  
Zusammengerollt  
liegst du unter meinem Herzen  
und weißt nichts von der Welt  
lutschst an deinem Daumen  
und wächst  
Einfach nur wachsen  
wäre das nicht auch etwas für uns hier draußen  
Wachsen  
an Liebe  
an Zärtlichkeit  
und an Geduld  
Wann wirst du kommen?  
Warum nicht sofort?  
Ich will dich endlich in den Armen halten  
Geliebtes Kind  
noch sind wir eins  
du in mir  
und ich bei dir  
untrennbar  
doch bald  
wird die Welt  
schon nach uns beiden greifen*

Etwa vierzig Wochen dauert eine Schwangerschaft beim Menschen. Man vermutet, dass das Kind eine hormonelle Botschaft in den Körper der Mutter sendet, wenn es reif ist und genug hat vom intrauterinen Leben und geboren werden will.

Die Mutter nimmt die Botschaft entgegen. Mehr kann sie nicht tun. Sie muss warten, bis die Wehen beginnen. Zuerst sanft und mit Pausen dazwischen. Die Gebärmutter, die wie ein kleiner Beutel im Becken sitzt, spannt rhythmisch ihre Muskeln an und schiebt dadurch das Baby langsam in die Geburtsposition. Meistens liegt das Kind mit dem Kopf nach unten. Dem Licht der Welt entgegengestreckt.

Die Gebärmutter, die wie ein kleiner Beutel im Becken sitzt ...

Leicht ist eine Geburt allerdings nicht. Weder für die Mutter noch für das Menschenkind. Unser aufrechter Gang ist dafür verantwortlich. Die Gebärmutter muss neun Monate verschlossen bleiben, damit das Kind während der Schwangerschaft nicht herausfällt. Während der Geburt aber muss sie sich öffnen und dem Kind den Weg freigeben.

Der Körperteil, der das ermöglicht, ist der Muttermund. Er kann beides. Festhalten und auch Loslassen. Tief im Inneren der Scheide gelegen, wird er durch die immer stärkeren Wehen etwa zehn Zentimeter gedehnt, bis das Baby hinausschlüpfen kann. Doch bis es so weit ist, vergehen meistens lange Stunden. Vor allem bei der ersten Geburt. Die gebärende Frau wird von der Hebamme liebevoll durch diese schmerzhafteste Zeit begleitet. Das Kind aber ist allein. Es kämpft um sein Leben.

Der Körperteil, der das ermöglicht, ist der Muttermund

Jeder von uns hat zu Beginn diesen Kampf erlebt. Das Kind schiebt sich durch enge Knochen, wird zusammengedrückt, bekommt kaum Luft und muss sich entscheiden. Leben oder Tod. Es balanciert auf einer Grenze. Stundenlang. Dann springt plötzlich die Fruchtblase auf, das Wasser läuft ab und der Weg ist frei. Doch noch ist die Mühe nicht beendet. Der schwerste Teil steht Mutter und Kind noch bevor: Der knöchernen Ring des Beckens. Wie eine Schranke steht er vor dem letzten Schritt ins Leben. Eine schier unüberwindliche Barriere. Ein dunkler Tunnel. Das Kind nimmt seinen ganzen Mut zusammen, stößt sich

Wie eine Schranke steht er vor dem letzten Schritt ins Leben

mit den Füßchen am Gebärmuttergrund ab und schraubt sich mit seinem Kopf durch die Knochen. Die Mutter presst und drückt und schiebt. Sie will ihrem Kind helfen. Auch sie führt ihren Kampf. Gegen die Angst. Gegen die Schmerzen. Gegen die Mutlosigkeit.

Einem Kind das Leben zu schenken, ist eine große Herausforderung. Die Frau wird unter der Geburt erwachsen. Nach der Entbindung wird sie nicht mehr dieselbe sein.

Die  
Anstrengung  
ist dem Kind  
ins Gesicht  
geschrieben

Schon sind die Haare des Babys in der Tiefe des Weges zu sehen. Dann erscheinen der hintere Teil des Kopfes, die Stirn, die Augen, die Nase und der Mund. Die Anstrengung ist dem Kind ins Gesicht geschrieben. Nichts Niedliches, nichts Rosiges.

Nach einer kleinen Drehung werden nach und nach die Schultern geboren, der Bauch, die Hüfte und zum Schluss die Beine. Erschöpft liegt der neugeborene Mensch zwischen den Schenkeln der Mutter. Die Nabelschnur, diese pulsierende Schlange, bringt dem Baby noch eine kurze Zeit frisches Blut. In diesen wenigen Momenten muss das Kind sich endgültig für das Leben entscheiden. Atem holen und empört schreien.

Ein neuer  
Mensch hat  
die Erde  
betreten

Jetzt gibt es keinen Weg mehr zurück. Ein neuer Mensch hat die Erde betreten. Bis zum Tod ist er nun eingeworfen in das ewige Ein- und Ausatmen. Voller Liebe strecken seine Eltern die Arme nach ihm aus.

*Gib mir Mut  
gib mir mehr Mut  
meine Angst zu überwinden  
und dem Schmerz ins Auge zu sehen  
Aufrecht und stolz  
gehe ich diesen unbekanntem Weg  
Ich bin eine Frau  
eine gebärende Frau  
ich schenke jetzt einem Kind das Leben  
Nichts auf der Welt  
ist dem vergleichbar  
Mein Kind  
hilf mir  
lass mich nicht allein in meiner Not  
Ich bin deine Mutter  
ich Sorge für dich  
hier ist dein Vater  
er sorgt für uns  
Wilde Kräfte greifen nach meinem Leib  
Nichts auf der Welt  
ist dem vergleichbar  
Wasser und Blut  
und dein weit entfernter Herzschlag  
Ich soll pressen  
pressen pressen  
die unschuldige Öffnung dehnt sich  
und endlich  
eine Hebamme mit Engels Gesicht  
Ein Schrei von mir  
der Schrei von dir  
mein Kind  
geliebtes Kind  
Nichts auf der Welt  
ist dem vergleichbar*

## In der Körper-Stadt

Der menschliche Körper ist wie eine Stadt, eine lebendige pulsierende Großstadt mit Milliarden von Häusern. Die Häuser entsprechen den einzelnen Zellen. Zusammen ergeben sie das Bild der Körper-Stadt.

In dieser Körper-Stadt ist alles vorhanden, was für ein gutes Leben notwendig ist. Ein Krankenhaus mit Rettungssanitätern, Alarmanlagen, ein Pizza-Service, ein Klärwerk, breite Prachtstraßen und verwinkelte Gässchen, Frischluftoasen, ein Sex-Shop und ein Bürgermeister.

Der  
Bürgermeister  
ist natürlich  
das Gehirn

Der Bürgermeister ist natürlich das Gehirn. Und wie das Rathaus einer Großstadt mit seiner Vielzahl an Räumen besteht auch unser Gehirn aus vielen Zellen. Sie erfüllen gemeinsam die Funktion des Bürgermeisters.

Dabei nehmen sie ihre Aufgabe ausgesprochen ernst und lassen sich niemals von ihrer Arbeit ablenken. Keine Gehirnzelle beschließt, plötzlich Nierenzelle zu werden oder sich in der Gestalt eines Blutkörperchens als Rettungssanitäter zu betätigen. Vom Kopf bis zu den Zehen herrscht wohldurchdachte Ordnung.

Jedes Zellen-  
Haus steht für  
sich alleine

Jedes Zellen-Haus steht für sich alleine und gleichzeitig in friedlichem Verbund mit seinen Nachbarzellen. Abermillionen von Darmzellen bilden gemeinsam den Darm. Alle sehen gleich aus, haben die gleiche Aufgabe und erfüllen den gleichen Zweck. Sie sind ein Teil des städtischen Klärwerks.

Millionen von Bronchial- und Lungenzellen sind unsere Frischluftoasen. Die Blutgefäßzellen bilden die Straßen. Und der Pizza-Service erstreckt sich von den Zähnen über die Geschmacksknospen der Zunge, durch die Speiseröhre bis weit in den Magen hinein. Das Alarmsystem wird von den verzweigten Nervenzellen betrieben.

Nur der Sex-  
Shop bildet  
eine Ausnahme

Nur der Sex-Shop bildet eine Ausnahme. In seinem sichtbaren Warenangebot führt er die Zellen, die die Geschlechtsorgane bilden, doch unter der Ladentheke hat er

noch etwas ganz Besonderes zu bieten. Im Unterschied zu allen anderen Körperzellen haben Eizelle und Samenzelle nur einen halben Chromosomensatz. In dem spiraling gewundenen Kern liegen nicht wie üblich 46, sondern nur 23 dieser Informationsträger. Erst wenn die väterliche und die mütterliche Hälfte bei der Zeugung zusammenkommen, ergibt sich der vollständige Satz an Chromosomen.

Über das Geschlecht des werdenden Kindes entscheidet immer der Vater. Trägt seine Samenzelle ein Y-Chromosom, wird es ein Sohn, bei einem X-Chromosom eine Tochter. Ob das Kind schwarze oder blonde Haare haben wird, entscheiden die Gene, die Erbanlagen. Gene enthalten chemische Stoffe, die so komplizierte Namen wie beispielsweise Desoxyribonukleinsäure, abgekürzt die DNS, tragen.

Die DNS enthält alle Informationen, die die Zelle für ihre Funktionen braucht. So weiß jede einzelne Muskelzelle, dass sie sich bei Turnübungen zusammenziehen muss, und jede Schleimzelle, dass sie Schleim zu bilden hat.

Die verschiedenen Zellen sind für ihre unterschiedlichen Aufgaben hervorragend spezialisiert. Außer den Stammzellen, die Alleskönner sind. Entstanden aus der befruchteten Eizelle, basteln diese embryonalen Superzellen innerhalb von zwölf Wochen einen kompletten neuen Menschen mit differenzierten Organen.

Die Stammzelle ist eine wahre Wunderzelle. Je nach Bedarf zaubert sie ein Herz, eine Niere oder einen kleinen Fingernagel aus dem Hut. Deshalb ist sie für die Wissenschaft auch so interessant. Und wer weiß, was die Genforschung aus diesen Spezial-Zellen in der Zukunft zusammenbaut. Dabei sollten wir vorsichtig mit dem umgehen, was die Evolution in Jahrtausenden geschaffen hat und was sich als perfekte Anpassung für den Menschen erwiesen hat.

Jede einzelne Zelle des menschlichen Körpers kann atmen und sich teilen, manche bewegen sich sogar eigenständig fort. Jede ist bereit, in friedlicher Koexistenz mit ihren Nachbarzellen zu arbeiten. Jede Zelle hat ihren eigenen Stoffwechsel, einen eigenen Rhythmus und ihr eigenes Leben. Und doch leben sie alle nur für uns.

Über das Geschlecht des werdenden Kindes entscheidet immer der Vater

Die Stammzelle ist eine wahre Wunderzelle



*Urschrei*

*Ihr Abermilliarden von Zellen  
die ihr meinen Körper formt  
keine Einzige von euch ist je zu sehen  
Ihr lebt euer kleines Leben  
und atmet und liebt und sterbt  
während ich  
- glaubend -  
auf euch nicht angewiesen zu sein  
in Wahrheit  
ohne euch  
nicht sichtbar wär  
Nichts von mir  
gäbe es auf dieser Welt  
dennoch  
opfert ihr  
bereitwillig  
euer Leben für mich  
Ihr Hautzellen  
die ihr nur wenige Tage existiert  
Ihr Blutkörperchen  
die ihr euch für mich töten lasst  
Ihr Fresszellen  
die ihr  
Bakterien tötet  
die euch an Größe gleich  
gefährlich gegenüberstehen  
Ich möchte euch einmal in meinem Leben danken  
Euch allen  
Euch  
zahllosen  
tüchtigen  
winzigen  
Wundern  
meines Lebens*

*Man sieht nur mit dem Herzen gut, denn das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar, sagt der Kleine Prinz.*

Das Herz ist ein Hohl-muskel

Das Herz ist ein Hohlmuskel, der Blut durch das Zusammenziehen seiner Muskelschicht aus den Herzhöhlen wirft.

Das menschliche Herz ist auch Sinnbild für Gefühle, die Liebe, die Trauer und unsere gehetzte Alltagszeit. Der Herzinfarkt als Todesursache des gestressten Menschen.

Dieser tüchtige Hohlmuskel mit seinen vier geheimnisvollen Höhlen, den drei- und zweizipfeligen Klappen und dem ungehinderten Zugang zu jeder noch so kleinen Ader des Körpers macht eben nicht alles klaglos mit.

Das Herz ist keine Maschine. Das Herz ist ein lebendiges Organ mit einer einzigartigen Fähigkeit. Es gibt sich über das Herzreizeitungssystem selbst den Impuls, lebendig zu sein. Sechzig bis achtzig Mal pro Minute übermitteln mehrere winzige Nervenknottenpunkte an unterschiedlichen Stellen im Herzen der Muskulatur den Befehl zu schlagen. Unaufhörlich. Tag und Nacht. Bis zum Tod.

Manchmal rutscht einem zwar vor Schreck das Herz in die Hose, aber meistens sitzt es brav in seinem eigenen zarten Herzbeutel

Manchmal rutscht einem zwar vor Schreck das Herz in die Hose, aber meistens sitzt es brav in seinem eigenen zarten Herzbeutel und klopft vor sich hin.

Es öffnet seinen rechten Vorhof, nimmt aus den großen Venen das verbrauchte Blut entgegen und drückt es in die rechte Herzkammer. Von dort aus wird dieses Blut in die Lungenschlagader gepumpt. Ab in die Sauerstoff-Aufladestation! Die sprudelnde Dusche der Lungenbläschen gibt dem Blut neue Kraft. Schon geht es zurück in den linken Vorhof und in die linke Kammer des Herzens. Von dort wird das mit frischem Sauerstoff aufgeladene Blut resolut in die Aorta geworfen. Zurück mit dir in die große Schlagader! Gute Reise durch den Körper! Dann macht das Herz eine Pause. Eine winzige Pause. Es sammelt Kraft für seinen nächsten Schlag.

Wenn wir das Ohr auf die Brust eines geliebten Menschen legen, können wir ihn hören, den unermüdlichen