

## **Arbeitsjournal zu Advanced Buteyko exercise**

Caspar Nathaniel Rode

Matrikelnummer 01574177

Betreuerin: Univ.- Prof. Gerhild Steinbuch

Angestrebter akadem. Titel: Bachelor of Arts

Institut für Sprachkunst Universität für angewandte Kunst Wien

Wintersemester 2024/25

## Handlung.

- I. Im ersten Teil richtet sich Pitzis Erzählung an Lillith. Lillith ist Pitzis Schwester. Wir lesen heraus, dass die beiden eine konfliktbeladene Familiengeschichte teilen. Pitzi beschreibt ein Treffen der beiden, bei dem Lilliths Geburtstag gefeiert werden soll. Pitzi dosiert sich allerdings über, und fällt Lillith zur Last. Lillith kommt im Text eigentlich nur als Randfigur vor, beziehungsweise schlafend. Es wird von Pitzi eine sehr unterschiedliche Einstellung zum Leben und Politischen Themen unterstellt. Die beiden Figuren bewegen sich völlig aneinander vorbei. Ein Dialog wird angeboten, aber findet nicht statt. Der Teil wird geschlossen von einer Textnachricht von Lillith, in der sie aus anderer Perspektive und mit sehr anderen Worten als Pitzi auf die selben Themen blickt.
- II. Im zweiten Teil der Erzählung wendet sich Pitzi an Lupo. Es wird anhand eines Festivalwochenendes die Veränderung der fünfjährigen Beziehung der beiden beschrieben. Der großen Sicherheit, die am Anfang zwischen den beiden

etabliert scheint, kommt ein schlechter Trip von Lupo in die Quere. Der Auslöser ist eine Produktion, die daran scheitert, dass ein Mitglied des Kunstkollektivs der beiden nicht zur geplanten Aufführung kommt. Die Enthüllungen des Trips verändern Pitzis Blick auf die Beziehung radikal. Pitzi stellt fortan Pitzis und Lupos Motivationen zu ihrer Beziehung in Frage. Am Ende des Festivals taucht Mara auf. Pitzi hat das Gefühl zwischen Lupo und Mara zu stehen. Eine unbedachte Aussage von Lupo bringt Pitzi auf die Fährte einer Erfahrung sexueller Gewalt. Pitzi sucht Zuflucht bei Mara. Lupo und Pitzi werden sich erst einige Zeit später wiedersehen, und feststellen, dass sie an sehr unterschiedlichen Punkten stehen.

- III. Den letzten Teil der Erzählung richtet Pitzi an Mara. Er wird eröffnet mit einer verliebten Szene, in der die beiden sich als Personen erleben, mit denen sie Körperlichkeit genießen können, ohne sich davon abgestoßen zu fühlen über ihre Körper objektifiziert zu werden. Beide teilen die

## Motive.

Schwierigkeit sich mit ihren Körpern, sowie mit der Welt, verbunden zu fühlen. Als Reaktion darauf, sich in der Sicht anderer auf ihre Körper verkannt zu fühlen, aber auch weil eine gewisse Taubheit des Körpers als Reaktion auf Gewalt innerhalb und ausserhalb der Familie in ihren Leben bisher überlebensnotwendig war. Über das Motiv der Entfremdung vom Körper gerät Pitzi in die Erzählung eines Urlaubs, in dem diese so stark wird, dass Pitzi ganz das Gefühl für den Körper verliert. Obwohl die Erzählung sukzessive immer weiter von Mara abschweift, ist sie weiterhin an Mara adressiert. Nach der Urlaubserzählung erfahren wir, dass es der erste, nicht gemeinsam verbrachte Urlaub seit zwei Jahren ist. Pitzis Wut über die Umstände ist die Facette ihrer Verbindung, die verbleibt, nachdem sie sich schon weitgehend voneinander entfernt haben. Ihre Spaltung von der geteilten Wut angetrieben, die die beiden als verbindendes Element nicht über ihre Differenzen tragen konnte.

Besonderes Augenmerk liegt auf der Veränderung von Pitzis Wahrnehmung von Körperlichkeit. Am Anfang des Textes nimmt Pitzi, noch in der Rebellion gegen die bürgerlichen Fantasien der Eltern verhaftet regelmäßigen Schlaf *Als Tribun dem bürgerlichen Imperativ eines geregelten Lebens wahr, Dieses zu verlieren ist gleichbedeutend damit, das Leben zu verlieren, so hat es mir meine Mutter eingetrichtert. Sie hat einen Klassensprung eher gespielt als vollzogen*, heißt es weiter.

Im Laufe der Erzählung gibt es einen Trend zur Integrierung des Körpergefühls ins erlebte. Vor allem die Beziehung zu Lupo ist ein Katalysator dazu. Im Mittelteil wird dieser Umstand auch explizit besprochen.

*Als ich dich kennengelernt habe, wirkte dir dein Körper zu groß. Heute bewohnst du ihn. Ich habe dich in der Zwischenzeit gefüttert, dir dein Gesicht massiert, und dir einen Fuß auf deinen Rücken gestellt, wenn du Liegestütze gemacht hast. Ich kann dich in Räumen spüren, als roter Punkt auf meiner inneren*

*Karte des Raumes in dem wir uns zusammen befinden. Wir beide wissen, wo dein Körper verspannt ist, und warum.*

*Du bist nicht die einzige Person die mir nah ist und trotzdem überrascht davon war, wie stark meine Körperdysphorie ist, wie unwohl ich mich oft in meinem Körper fühlte, um den mich Leute beneiden. Auch wie wenig ich ihn oft spüren konnte.*

*Heute bin auch ich mir der Außengrenzen meines Körpers bewusster, laufe nicht mehr gegen alle Kanten und Türrahmen. Ich fühle meine Gefühle ihn ihm, statt nur über sie nachzudenken.*

*Wie hat das unser gemeinsames Körpern verändert, seit wir in einer zugekoksten Nacht einen sehr performativen Dreier mit Lyssa abbrechen? Der größte von drei Buttplugs hatte damals zu schnell in meinem Arsch verschwinden sollen.*

Der dritte Teil der Erzählung konzentriert viel auf Pitzis Körpergefühl und eine bewusste Inszenierungsebene. Pitzis Körpergefühl erlebt allerdings einen Rückschlag, als sich der Hass auf die Männer die die Insel/die Welt dominieren nach innen richtet, und Pitzis auch nüchtern die Kontrolle über den ungeliebten Körper verliert. Am Ende ist es eine

Repräsentantin des erklärten Feindbilds, von dem sich angestrengt abgegrenzt wird, die Pitzis in Pitzis Körper zurückholt.

Das Ende zeigt Pitzis, sich vom Schwirren des Kopfes frei zu machen, und sich auf Selbstwirksamkeit und die Realität des Körpers zu besinnen, um sich Handlungsfähig den Kämpfen zu stellen, die unverneinbar anstehen.

Alle Figuren verbindet die patriarchale Gewalt die sie erleben und teilweise reproduzieren. Während hier eine gemeinsame Möglichkeit bestünde, sich solidarisch gegen diese Gewalt zu verbinden wird sie sich als trennendes Element in alle Beziehungen einschreiben. Es fehlen die meiste Zeit Konzepte zur praktischen Umsetzung der Analysen der Individuen, über die Schnittstellen ihrer eigenen Betroffenheit hinweg.

*Ich bin keine Opfer euer Gewalt und Ignoranz mehr.*

*Denn lieber drücke ich mich vllt unbeholfen aus  
manchmal als die Demütigung die mit eurem  
Verhalten kommt länger zu ertragen.*

*Ich war all die Jahre still, ich hab das all die Jahre  
ertragen und mich behandeln lassen als wäre ich  
nichts wert.*

*Mein eigener Vater ist so schwach und klein dass  
er mich ein Leben lang klein halten musste damit  
ich ihm nicht gefährlich werden kann.*

Die physische und psychische Gesundheit, sowie der gesellschaftliche Ableismus sind Themen die wiederholt aufkommen. Sämtliche Figuren haben auf die ein oder andere Art *Einschränkungen* erfahren. Die Geschwister Pitzi und Lillith sind in ihrer Kindheit alternativmedizinisch behandelt worden. Sie haben sehr unterschiedliche Standpunkte zum Begriff der Solidarität im Umgang mit der Pandemie entwickelt, die sie entzweien. Pitzi sieht im eigenen Leben, bei Freund\_innen und anhand der wohnungslosen Menschen in der Lohnarbeit wie schnell die Abwesenheit des Privilegs gesund zu sein in die

Prekarität führt. Gleichzeitig gibt es eine Unsicherheit, die darin begründet liegt, dass keine flächendeckende Kultur der Vorsicht oder Nachsicht aus den Jahren der zwangsweisen Beschäftigung mit der Thematik erfolgt ist: Pitzi erzählt, schon zweimal aufgrund von Corona-Erkrankungen erheblich eingeschränkt gewesen zu sein. Ein paar Zeilen später spricht Pitzi dann allerdings von der eigenen *Krankheitsparanoia* im Zusammenhang mit einem Raum, in dem der Großteil der Anwesenden sichtlich krank ist, und seine Keime lustig verbreitet.

Die Figuren reihen sich in die Erzählung wie die Orgelpfeifen, wenn man ihre Klassenzugehörigkeit betrachtet. Pitzi und Lillith sind bei der mittellosen alleinerziehenden Mutter aufgewachsen, und haben kein Klassenbewusstsein oder entsprechendes Vokabular mit auf ihren Weg bekommen. *Meine Mutter hatte gesagt, dass es ja andere Arten von Armut gäbe, die viel schlimmer sein.*

Lillith überbrückt diese Leerstelle mit einer Art spirituellen neoliberalen Gleichheitserzählung, in der Mensch durch

*manifestieren* fürs eigene finanzielle Wohlergehen verantwortlich ist. Pitzì fühlt sich zwischen ästhetischen und idealistischen Konflikten hin und her geworfen. So werden zum Beispiel der Geschmack eines entfernteren Teiles der Familie klassistisch kommentiert, während gleichzeitig moniert wird, dass die fast 80-jährige Oma sich ganztags um die Erziehung der Kinder der Tante kümmert. Pitzì und Mara, deren Eltern der schwindenden Mittelschicht angehören, trennt am Ende unter anderem auch ihre Klassenzugehörigkeit.

Für Pitzì als nicht-binäre Transperson sind Gender und Sexualität Themen, die sich nicht ausblenden lassen. Des Weiteren halten sich alle Figuren, außer Lillith, in der akademischen linken Blase einer Großstadt auf. Sie sind umgeben von Leuten, die einen performativen Zugang zu Queerness, Feminismus und Allyship haben, aber größtenteils keine Verantwortung übernehmen (wollen), wenn es darum geht, die eigenen Standpunkte zu hinterfragen und Verantwortung zu übernehmen. Frauen, die sich selbst lieber als Flinta\* bezeichnen, aber tin-Personen explizit und implizit

aus ihren Räumen ausschließen. *Sexpositive* Kollektive, die das selbe tun und sich statt dem Schutz ihrer Gäst\_innen dem Schutz von Tätern verschrieben haben. Freund\_innenkreise, die den Problemen mit gewalttätigen Männern in ihrer Mitte nicht fertig werden.

Die WUT die daraus resultiert.

Die Saat dieses Textes stammt aus einem Essay über vererbte Glaubenssätze und Narrative über das eigene sein in der Welt, sowie unaufgearbeitete Traumata. Dieser Text ist eine weiterführende Auseinandersetzung. Vieles davon ist dem Text eingeschrieben. Nur dieser eine Gedanke Explizit: Die Protagonist\_in hat sich den Namen beim toten Onkel ausgeborgt. Das mag scheinen, wie ein Unheilvolles Omen, kann aber auch als Bild gelesen werden, für eine bewusste Entscheidung, etwas positives aus dem bedeutsam aufgeladenen Material des eigenen Erbes zu ziehen, entgegen der Idee sich dabei hilf- und wahllos ein ganzes Narrativ umzuhängen.

## **Making off.** Spezielle Szenen.

### **K-Hole.**

Beim ersten Arbeitstreffen, die ersten Saaten dieses Textes vor uns liegend, machte mich meine Betreuerin Gerhild Steinbuch darauf aufmerksam, dass meine Textblöcke gleich starr und kompakt blieben, obwohl sich die Erzähler\_in durch Zustände völliger Aufruhr bewegte. Mit der Form der Ego-Auflösung aus Ego-Perspektive, habe ich versucht dem Ringen um Worte Ausdruck zu verleihen. Die Protagonist\_in versucht einen Sinn in die eigene Existenz im Angesicht der Einsamkeit zu reden. Das Gefühl auf viel Ketamin nach einem roten Faden zu suchen, an dem sich festgehalten werden kann, kommt dem Gefühl sehr nahe, im Brain-Fog einer Covid- oder Post-Covid-Erkrankung zu versuchen, einen Gedanken zu veräußern, behelf der Fragmente sprachlicher Logik. Diese scheint nur noch als Schablone zu existieren, während die Worte abhanden sind.

Diese Suche geschieht im Bewusstsein, mit dem Tempo der Welt, der Wiederherstellung der nötigen Produktivität zur

Lebenserhaltung, nicht und vielleicht nie mehr, mithalten zu können. Dieser Druck ist einer, den viele Menschen in meinem Umfeld in den letzten Jahren als eine neue Eskalationsstufe der Entfremdung durch Kapitalismus kennengelernt haben und teils nie mehr los geworden sind. Die Konsequenzen stehen für den Großteil der Menschen so klar sichtbar wie nie am Horizont: Verlust von Lebensqualität, Arbeitsunfähigkeit, gegebenenfalls Pflegebedarf, institutioneller Ableismus, Prekarität, sozialer Statusverlust und Einschränkung von sozialen Kontakten, eventuell Wohnungslosigkeit.

### **Taxi.**

Pitzi ist nach der Erfahrung der Ich-Auflösung auf der Party vollkommen erschöpft. Das Taxi nach Hause, das gerufen wurde, um der Situation frühzeitig zu entkommen, ist eine erhoffte Erleichterung. Es entpuppt sich jedoch als potentielle

Todesfalle. Jemand, der von der oben genannten Konsequenzen offensichtlich schon betroffen ist, lenkt es.

Die Aggression des Uber-Fahrers ist eine, die Pitzis eigene Wut ins Außen projiziert. Das hat auf Pitzzi einen equalisierenden Effekt. Im Rauschen des Außen, setzt eine Art Anästhesie ein. Eine Klarheit im Angesicht der Gefahr für *Leib und Leben*.

Pitzzi erinnert sich an eine Zeit, in der Pitzzi selbst in dieser Stadt lebte. Die Erinnerungen sind prekär und schmerzlich, aber bieten in ihrer Vertrautheit Halt. Die Beruhigung wirkt aufs Textbild. Es gibt wieder einen Rhythmus, auch wenn er noch immer Atemlos scheint: die Satzzeichen fehlen, die Grammatik ist nicht makellos, Halbsätze werden von Gedankensprüngen oder Assoziationen unterbrochen, aber Pitzzi nähert sich langsam wieder einem stetigeren *stream of consciousness* an.

### **Der Übergriff.**

Pitzzi erinnert am Ende des Festivals einen Übergriff von einem älteren Jungen in Pitzis Kindheit. Die Szene flutet an und ab mit der Erinnerung an Gerüche und Materialität, während die körperliche Realität der Situationen ausgeblendet wird. Erstens

erkennt Pitzzi an diesem Muster auch andere als Erinnerungen an Übergriffe, bei denen ein starker Fokus auf Materialität liegt. Außerdem liegt hier ein Grundstein der selektiv eingeschränkten körperlichen Empfindung Pitzis (Emotionen im Körper spüren / Zugang zu Sex).

### **Die Oasen.**

Der Park, sowie die Schrebergartensiedlung, als auch die Strände sind safe-spaces für die Faschist\_innen. Hier passiert auf alltäglicher Ebene das Ignorieren rechten Gedankenguts unter dem Deckmantel des *guten Friedens* und der Inklusion *besorgter Bürger\_innen*. Die verquere Vorstellung, dass es die Demokratie stärken würde Demokratiefeinde und den Abbau von Menschenrechten auszuhalten.

### **Die Windrose.**

Drei Generationen Vaterkomplexe, der angeborenen Hierarchie enthoben. Im Schmerz in Pitzis Fantasie vereint wie im Leben nie. Pitzzi fühlt sich verantwortlich für Trost der emotional verkümmerten und Hosenmode und lässt dann los.

### **Streichungen.**

Die Erzählung ist insgesamt umfangreicher, als in der abgegebenen Bachelorarbeit. Um nicht das Format zu sprengen, mussten einige Teile gestrichen werden, die hier nicht unerwähnt bleiben sollen.

Die Protagonist\_in arbeitet in einem Notquartier für Wohnungslose auf dem Gelände der ehemaligen Tötungsanstalt Spiegelgrund. Die Umstände sind prekär.

~~Das Sozialarbeiterkind plärrt Herrn K. an, der am Tresen steht als wir wiederkommen. Der Tresen ist nun ein Damm gegen das Eindringen seiner Tränen ins Journalbüro. Ganz langsam und laut und deutlich, als hätte Herr K. es mit den Ohren, oder mehrere Schlaganfälle hinter sich, schreit es ihn an:~~

~~DEN SOMALISCHEN KULTURVEREIN, KENNEN SIE DEN?  
DER IST IM FÜNFZEHNTEN! GEHEN SIE DORT EINMAL HIN!~~

~~IM FÜNFFFZEHNTEN.! GEHEN SIE DORT  
HIN!~~

~~K. ist Anfang zwanzig und schwer traumatisiert. Er hat als Kind mit angesehen wie seine Familie von Milizen hingerichtet wurde und hat als Einziger überlebt. Ein bis zweimal am Tag bricht es aus ihm heraus. Dann läuft er über die Flure, und schreit immer wieder den Hergang der Tat heraus.~~

~~Er hat ein laufendes Asylverfahren, kein Geld, keine Arbeitserlaubnis und keine therapeutische Anbindung. Die Lösung die das Sozialarbeiterkind hierfür sieht ist Ghettoisierung. Geh mal somalischer Kulturverein.~~

~~Das wirds richten.~~

~~Dafür studiert jemand 5 Jahre soziale Arbeit. Jeder Nazi im Magistrat kann das genauso gut machen.~~

~~Dafür hat unser Sozialarbeiterkind Psychohygiene gelernt.~~

~~Pitzi und Pitzis Mitbewohner unterscheidet Klasse und verbindet Neigung zur Sucht und politische Depression.~~

~~Ich selbst habe all die Jahre reflexhaft versucht die flüchtige  
Essenz der Membran zu ergründen, die meine Lebensrealität  
und die der Menschen, mit denen ich gearbeitet habe, noch  
voneinander trennt.~~

~~Anhand Ausschlussverfahren. Mangel an materiellem Kapital:  
Check. Labile psychische Verfassung: Check. Starke  
Suchttendenzen. Schwund orbitaler Beziehungen aufgrund der  
Last sich zuspitzender kapitalistischer Zwänge. Familiäre Bande,  
aufgrund unberechenbarer Episoden starker emotionaler  
Belastung weitgehend gekappt.~~

~~Eine selbstquälerische Inventur, die auf den Mangel fokussiert,  
und im Glauben ans Leistungsprinzip verhaftet bleibt. An ihrem  
Ende steht dafür das Ergebnis, dass es ein bisschen mehr, oder  
weniger Glück, ist das den Unterschied macht. Dass eben jene  
Denkweise eine *Membran* oder *Grenze* produziert, die es nicht  
gibt. Dass die Suche nach dem Makel am *makelhaften Subjekt*  
der Versuch einer Legitimierung eines klassistischen Systems  
der Ausbeutung ist. Der Versuch, sich darüber unklar zu  
bleiben, dass allein das Verhältnis der Verteilung materieller  
und immaterieller Güter bestimmen, wer sich dies und jenseits~~

~~einer vermeintlichen Grenze von oben und unten befindet.  
Meine Beschäftigung mit der Suche nach dieser Grenze und  
die Faszination dafür, wie fähig Leute diesseits von *unten* für  
den oft praktisch unsichtbaren *Makel* sind, der armen  
Menschen anhaftet, sind Technologien, mit denen ich regiert  
werde.~~

~~Was gibt es herauszufinden?~~

~~Am Ende ist es deine Hautfarbe, dein Name, und ob du ein  
Gesicht hast, dem Leute vertrauen wollen. Symmetrie ist  
wichtig und die Beherrschung der Artikel. Ausserdem nichts zu  
haben, wo jemand zu lange hinschauen muss. Und vor allem  
nichts zu haben, was nicht auf Anrieb verrät, dass du was hast,  
und dann stolpert jemand da unwissend rein. Unangenehm.  
Was chronisches oder so, das wäre verschlagen.~~

~~Beide sind neben ihrem gemeinsamen Job auch persönlich in  
sehr dichten sozialen Situationen mit schlechten Grenzen  
eingespannt. Als ein sexueller Übergriff - der Täter ein Mann  
aus ihrem engsten Umfeld - zu den Dingen kommt mit denen  
umgegangen werden muss, wird auch ihre Einigkeit brüchig.~~

~~Auf der anderen Seite Menschen, die niemanden *canceln* wollen. Ja nicht ausschließen. Die aber auch nichts dagegen hatten, so lange es ging die extrem angespannte Situation für sich als persönlichen *Beziehungskonflikt* zu verbuchen. Zu ignorieren. Ich spitze meinen Mitbewohner an, der auch mit ihm befreundet war. Ich erkläre, dass ich nach unserem Bruch nichts mehr tun könne, was nicht ausschließlich auf Beziehungsebene verstanden werden würde. Er seufzt tief, als ich ihm klarmache, dass es nun an ihm sei, Max aufzuzeigen, was er getan hatte, da er noch an ihn rankäme.~~

Es zeigt sich allerdings, dass mit einem freien Kanal zwischen diesen beiden auch nichts gewonnen ist.

~~Ich nehme zu dieser Zeit keine Drogen mehr. Der Täter nimmt auch keine Drogen mehr. Eine\_r von uns fühlt sich fantastisch dabei. Berichte von seiner *clean journey*, und wie gut es ihm damit geht.~~

~~Er schießt übers Ziel hinaus und lädt öffentlich zum Täterkreis in linken Kanälen. Er schafft es sich den Titel *wiens Vorzeigetäter*~~

~~zu sichern. Das kommt aus dem Plenum mindestens einer Orga zu mir zurück.~~

Auch die Beziehung zwischen Mara und Pitzì leidet an einem Konflikt im Zusammenhang mit dem Umgang mit diesem Übergriff, beziehungsweise Übergriffen im Allgemeinen.

~~Wir schafften es höchstens kurz. Bei einem Bier. Beim Essen. Angesichts der Information, dass der Partner einer gemeinsamen Freundin im Kriegsgebiet Geständnis abgelegt hatte, in das sie, sich mehr als allen vertrauend, miteinander gegangen waren. Geständnis darüber, sieben romantische Beziehungen gleichzeitig und versteckt voreinander geführt zu haben. Sieben Beziehungen.~~

~~Stell dir vor, der unendlich verspielte Mann aus unserem Freundeskreis, mit dem wir beide wegen eines sexuellen Übergriffs, den er begangen hat, keinen Kontakt mehr pflegen. Der Mann, der in seiner unendlichen Verspieltheit immer noch nicht verstehen, geschweige denn benennen konnte, was er getan hat. Nennen wir ihn Max. Max hatte dazu gesagt, es~~

~~könne ja auch eine Chance sein, dass das jetzt mal ausgesprochen sei.~~

~~Stell dir vor die Partnerin seines Mitbewohners hatte dazu gesagt, das sei ja *vielleicht einfach auch n bisschen n kulturelles Ding*. Stell dir vor! Wir stellten uns zusammen vor wie die anderen linken Macker große Augen machten, ob so einem Coup. Wie er das durchgezogen hatte! Da schafften wir es kurz, einen Nachmittag, unserer Einigkeit zu vertrauen.~~

~~Wir flogen nicht nach Hause. Das gute Leben schuldete uns was und wir wollten jeden Tag an uns glauben. Hörten Hits auf dem Moto, dass mein sexistischer Schriftstellerkollege uns geliebt hatte, der zufällig vorbeigekommen war. Stritten Stunden später wieder. Du drum, dass ich sein Verhalten nicht sexistisch fände. Ich dafür. Ich hatte ihm gesagt, dass ich es sexistisch fände, du warst dabei gewesen. Es war nicht klar geworden, ob ich es auch genug verurteilte.~~

**Danke!**

Ich freue mich darauf, diese Erzählung weiter auszubauen und ein Leben lang gegen den Faschismus zu kämpfen. Ich bedanke mich bei meiner Betreuerin Gerhild Steinbuch, meiner größten Unterstützerin Eva, sowie bei meinen Leser\_innen, und dem Institut für Sprachkunst.