

## *Eine Reise in die Schichten der Flechten*

Diese *Reise in die Schichten der Flechten* lädt dich ein, die verschiedenen Schichten, aus denen Flechten bestehen zu erfahren, und mehr über die besonderen symbiotischen und zusammenwirkenden Eigenschaften von Flechten zu lernen. Die Einladung ist Teil des Projekts *Lichen Encounters* für die Online-Ausstellung *How to Become a Posthuman*, im Anschluss an das Symposium *Fabulation for Future* an der Filmuniversität Babelsberg in 2021.



Blatt-Flechte und Baum © Doerte Weig

Vielen Dank an die Flechten, die dieses Schichten-Erlebnis mitgestaltet und inspiriert haben. Der Text wurde von Doerte Weig und Flechten in Spanien, Deutschland und Portugal zusammen gewebt, in Anlehnung an Natasha Myers' Plant Kriya.

### ***Einladung zur Reise in die Schichten der Flechten***

Dieses meditative Experiment lädt dich ein, die besonderen symbiotischen Qualitäten der Flechten durch deinen eigenen Körper zu erforschen. Flechten sind Wesen, die sich aus Mitgliedern dreier verschiedener Reiche zusammensetzen: aus Pilzen, Algen und Bakterien. Experimente wie dieses können unser sensorisches Bewusstsein und unsere Beziehungsfähigkeiten verändern und erweitern. Die menschliche Vorstellungskraft stimuliert nicht nur unseren Geist, sondern alle unsere Körpersysteme und Gewebe, unsere Muskeln, Faszien und Organe. Indem wir mit Flechten andere Vorstellungen aktivieren und Geschichten über symbiotische Gemeinschaften erzählen, können wir radikal-sensible, neue Welten eröffnen.

Beginnen wir mit der Beobachtung unseres menschlichen Körpers. Wenn möglich, lege dich hin und schließe die Augen. Erlaube deinem Bewusstsein, durch deinen ganzen Körper zu wandern. Beginne bei deinen Füßen, und weiter in deine Knöchel, Unterschenkel, Knie, Oberschenkel, bis ins Becken. Lasse deine Aufmerksamkeit von deinen Hüften durch die Vorder- und Rückseite deines Körpers wandern, in Bauch und Wirbelsäule, hoch zur Brust und in deine Lungen. Nimm einen Atemzug: Atme Kohlendioxid aus; Atme frischen Sauerstoff ein. Lenke deine Aufmerksamkeit über Schultern und Nacken in deinen Kopf. Fühle deinen Hinterkopf, alle Details deines Gesichtes, und beende dein Erspüren oben auf deinem Kopf.

Richte deine Aufmerksamkeit wieder auf deine Füße und auf die anderen Körperteile, die den Boden berühren, wenn du dich hingelegt hast. Wie ist diese Verbindung mit der Erde? Wie ist die Temperatur, ist es warm oder kalt? Wie ist die Intensität der Berührung? Wie spürst du wie die äußeren Schichten deiner Haut den Boden unter dir berühren?

Als Flechte lebt man auf unterschiedlichen Oberflächen. Deine bevorzugten Oberflächen sind Steine, Baumrinde oder Erde, aber du magst auch ungewöhnliche Orte wie korrodiertes Metall. Für dieses Experiment lebst du als Flechte auf einem Felsen. Stelle dir nun einen mittelgroßen Stein vor. Welche Farbe hat er? Wie ist die Oberflächenbeschaffenheit?

Empfinde, wie du als Flechte auf diesem Felsen bist. Spüre die Textur des Felsens unter dir. Die Schicht, die dich direkt mit dem Gestein verbindet, ist dein Pilzteil. Die Pilzstränge bilden die Struktur für deinen Flechtenkörper. Erlebe, wie du durch deine Pilzstränge als Flechte wurzelst ohne Wurzeln zu haben. Nur winzige haarartige Wucherungen, Hyphen oder Rhizine genannt, helfen dir, an Ort und Stelle zu bleiben.



Flechte und Stein © Doerte Weig

Die zweite Schicht oder dein innerer Teil sind die Grünalgen. Sie versorgt dich als Flechte durch Photosynthese mit Nahrung. Spüre, wie du als Algenpflanze Kohlenstoff in Zucker umwandelst, um das symbiotische Werden zu ernähren, und wie dein Pilzteil den Zucker verwendet, um den gemeinsamen Körper zu erhalten, damit er wachsen und sich vermehren kann.

Dein dritter Flechtenbestandteil sind Bakterien, Cyanobakterien, die ebenfalls durch Photosynthese Nahrung liefern. Als Cyanobakterium besteht deine besondere Aufgabe darin, Stickstoffgas aus der Atmosphäre in die Art von Stickstoff umzuwandeln, die deine anderen Flechtenschichten, die Pilze und Algen zum Wachstum verwenden können. Spüre in dieses fortwährende biochemische Sprudeln hinein.

In der wissenschaftlichen Welt wird dein zusammengesetzter Flechtenkörper Thallus genannt. Denke daran, dass du dich auf deinem Felsen befindest und dein Thallus mit der Felsoberfläche verwoben ist. Dein Algenteil ist sehr empfindlich gegenüber Sonnenlicht und kann schnell austrocknen, sodass dein Pilzteil alles umwickelt. Er bedeckt und verwebt alle deine Flechtenbestandteile und verhindert, dass du als Flechte Schaden nimmst.

Spüre tief in diese vielschichtige Verflechtung hinein. Es ist das, was manche Leute Flechtenbildung nennen. Es ermöglicht dir, überall auf der Welt in extremen Temperaturen, Lichtverhältnissen und Feuchtigkeit zu leben. Als Flechte bist du in gemäßigten oder tropischen Wäldern, in der Wüste oder der Arktis zu Hause.

Dein zusammengesetzter Flechtenkörper nimmt viele Formen an. Die drei wichtigsten sind: Krustenflechten, Laub- oder Blatfflechten und Strauchflechten. Stell Dir vor, dein Flechtenkörper bildet eine krustenartige Hülle, die hauchdünn und wirklich fest mit dem Substrat, deinem Stein oder der Rinde eines Baumes verbunden ist. Diese Form wird Krustenflechte genannt, und viele Menschen kennen die bunten, rosettenförmigen Krusten.



Krustenflechte - © Doerte Weig



Strauchflechte © Doerte Weig

Oder bist du nur an einem einzigen Punkt in der Mitte mit dem Substrat verbunden, hast eine ausgeprägte Ober- und Unterseite, und deine Form ist laubförmig und du kannst richtig groß werden? Dann bist du eine Blatfflechte. Oder siehst du aus wie ein kleiner Strauch, oder hängst vielleicht sogar an einem Ast und wehst im Wind wie menschliches Haar? Dann bist du eine Strauchflechte.

Als diese Flechte, die ruhig auf Ihrem Felsen sitzt, weißt du, dass du irgendwo zwischen 18 und 25.000 Cousins hast, und ihr alle zusammen bedeckt etwa 7% der Erde. Deine allerersten Vorfahren stammen wahrscheinlich aus der Zeit vor der Entstehung der Landpflanzen, als der größte Teil des Lebens auf der Erde in den Ozeanen stattfand, also vor etwa 400 Millionen Jahren. Du bist wie ein Cousin der Korallenriffe, mit denen du die besonderen Kräfte der Symbiose gemeinsam hast. Da deine Ahnen so weit zurückgehen, hast du gelernt, die Dinge langsam anzugehen. Spüre, wie du im Durchschnitt etwa 1 mm pro Jahr wächst. Millimeter für Millimeter lässt du das Gestein unter dir bröckeln und die obersten Gesteinsschichten verwittern. Jahr für Jahr tragen du und alle deine Cousins zum Mineralienkreislauf auf der Erde bei. Um euch zu vermehren, verschickt ihr mit Wind und Regen eure Flechtensporen, oder ihr lasst Teile von euch abbrechen, die dann in der Nähe mit neuem Wachstum beginnen.

Menschen und andere Tiere essen dich schon lange gerne als Nahrung, und Karibus und Rentiere knabbern an dir herum, um die Winter in der Nähe des Polarkreises zu überleben. Du gibst menschlichen Stoffen Farbe, und du bist eine Quelle für Medikamente für Menschen auf der ganzen Welt. Deine symbiotischen Kräfte helfen bei der Behandlung von Hauterkrankungen, Verdauungsproblemen und vielen anderen Krankheiten.

Während du so auf deinem Felsen sitzt, weißt du, dass die Menschen einige Zeit gebraucht haben, um zu entdecken, dass du ein Symbiont bist, wo sich Pilze, Algen und Bakterien zum gegenseitigen Vorteil selbst versorgen. Leben als Gemeinschaft von Organismen, wo es ansonst unmöglich wäre, alleine zu überleben. Und vor allem gemeinsam umgehen mit dem Stillstand des Stoffwechsels in Phasen extremer Trockenheit.

Lass dich ein auf diesen Prozess des Herunterfahrens, wenn dein Pilzteil kein Wasser mehr aus der Atmosphäre aufnehmen kann und keine Möglichkeit hat, Wasser in dir als Flechte zu halten. Ruhe tief in dieser metabolischen Inaktivität.

Nach einiger Zeit verändert sich die Welt, und es gibt wieder genug oder vielleicht sogar einen Überfluss an Wasser und Sonnenlicht. Erlebe deine tiefe biochemische Erregung, wenn dein Metabolismus, dein Stoffwechsel wieder aktiv wird, als eine lebendige, mitgestaltende Präsenz in der Welt.

Du und alle deine Flechten-Cousins sind Befürworter der langsamen Bewegung und Wahrnehmung. Flechten oder Flechtenschichten sind für euch so viel mehr als eine ökologische Strategie oder praktische Ernährungsweise. Flechten ist diese einzigartige Qualität der Schichtung und aufwendigen Verflechtung; wo die einzelnen Qualitäten deiner Komponenten zwar unterschiedlich sind, jede mit ihrer eigenen Aufgabe, und doch so eng miteinander verwoben, dass sie alleine nicht überleben würden. Interdependenz und Unabhängigkeit. Durch die Co-komposition mit den drei verschiedenen Qualitäten der Pilze, Algen und Cyanobakterien erreichst du das perfekte Tempo, welches alle genießen können.

Nimm dir Zeit, um in dieser einzigartigen Freude und Lebendigkeit zu baden, die mit der Bewegung im richtigen Tempo einhergeht. Tauche ein in diese tiefe Weisheit, nur dann zu handeln, wenn Handeln erforderlich ist; metabolisch aktiv oder inaktiv zu werden, immer in Resonanz und Beziehung zu den Gegebenheiten des Ereignisses. Trinke dieses Wissen ganz tief in deine Zellen, während du langsam beginnst, dich an deine menschliche Gestalt zu erinnern.

Bringe deine Aufmerksamkeit an den Punkt knapp über deinem Bauchnabel. Während du aus dem Pilz-Algen-Bakterien-Symbionten wechselst, atme wieder Kohlendioxid aus und Sauerstoff ein. Während du zu deiner menschlichen Atmung zurückkehrst, lass deine Aufmerksamkeit von deiner Mitte nach außen und in deine Füße, Hände und bis zu deinem Kopf strahlen. Integriere diese besondere Qualität des verwobenen, geschichteten Flechtens in jede deiner Zellbewegungen. Aktiviere dieses Wissen um gemeinschaftliches Bewegen und Spüren in Resonanz in deinen menschlichen Alltagsrhythmus.

Öffne langsam deine Augen und nimm deine Umgebung wahr. Berühre sanft deine Arme, Beine und deinen Oberkörper und kehre vollständig zu deiner menschlichen Form zurück.

Danke dass du dich auf diese Reise begeben hast, und für eine Weile Flechte geworden bist. Du kannst jederzeit zu diesem Experiment zurückkehren, und andere einladen es mit dir zu teilen.

Wenn du etwas über diese Reise mitteilen möchtest, schreibe an *Lichen Encounters* oder an Doerte Weig (doerte.weig@gmail.com).