Ich begegne dir – du begegnest mir. Und im „Zwischen“ (Martin Buber) ist Freiraum für etwas von Gott und seinem tröstenden Geist.

Wo Ärger liegt, ist Gold vergraben. (Ralf Denkers)

Gelingende Seelsorge ist zuerst eine Frage der eigenen Haltung.

Wo Seelsorge geschieht, da ist unsere Kirche bei den Menschen.

Beratende Seelsorge ist eine Antwort auf das Verlangen nach konkreter Zuwendung. (Howard John Clinebell)

Seelsorge ist für mich: Zeit zu haben, wahrzunehmen, zuzuhören, mit zu schweigen, mit zu schwingen, mit auszuhalten – einen Menschen zu respektieren und zu würdigen, so wie er jetzt gerade ist.

Seelsorge orientiert sich an den Bedürfnissen des Menschen.

Und meine Seele spannte weit ihre Flügel aus, flog durch die stillen Lande, als flöge sie nach Haus. (Joseph von Eichendorff)

Seelsorge ist nicht nur ein partieller Bereich sondern eine Perspektive kirchlichen Handelns, von der Predigt über den kirchlichen Unterricht bis hin zur liturgischen Feier oder einer diakonischen Aktion. (Richard Riess)

Seelsorge begleitet Menschen auf der Suche nach ihren eigenen Möglichkeiten und weist über diese hinaus.

Ich lebe und ihr sollt auch leben. (Jesus)

„Ja, so ist das. Meine Frau und ich lieben mich.“ (Mann, 48 Jahre, in der Paarberatung)

Seelsorge ist ... abends am Bett der Kinder ein Abendlied zu singen.

Werkstattheft Nr. 7

Ermunterungstexte

Selbstbewusst und offen mit Einschränkungen umgehen

Seelsorge ist Begegnung, Interaktion, gestaltete Zeit. (Christoph Morgenthaler)

Wesentlich für eine hilfreiche Seelsorge ist die Sorge um die Seele der Seelsorgenden.

Menschen möchten gedeutet haben, was sie überwältigt – Schweres wie Gutes.

Seelsorge geschieht in dem Bewusstsein, dass das Gelingen eines Gesprächs, dass Veränderung, Wandlung und Wachstum unverfügbar sind und nicht durch die Seelsorgerin „gemacht“ werden.

Seelsorge eröffnet heilsame Räume in der Begegnung mit Menschen und in der Begegnung mit Gott.

Du Trost der Verlorenen, Kraft der Schwachen, Begleiter der Leidenden, Licht im Dunkel. Wir rufen dich an in der Nacht dieser Welt. (Jörg Zink)

Wesentlich für die Seelsorge sind die Achtung, die Wertschätzung und der Respekt gegenüber der Individualität des Gegenübers.

Seelsorge ist – phänomenologisch betrachtet – Psychotherapie im Kontext der Kirche. Sie ist damit Psychotherapie aus der Perspektive des Glaubens. (Dietrich Stolberg)

Seelsorge sieht das Göttliche im Alltäglichen.

Seelsorge ist wesentlicher Ausdruck kirchlichen Handelns. Sie orientiert sich an den Bedürfnissen des Gegenübers. Seelsorge ist die Hinwendung zum Nächsten im Licht der Liebe Gottes.

Seelsorge verhilft Menschen zu einer autonomen Lebensgestaltung.

Seelsorge ist ein Befreiungsgeschehen. Sie dient der Emanzipation und der Autonomie des Menschen.

Seelsorge ist Hilfe zur Lebensgewissheit, sie soll die Lebensgewissheit stärken, fördern, erneuern oder begründen. (Dietrich Rössler)

Ist der Gottesdienst die Mitte der Seelsorge? (Manfred Seitz)

Seelsorge ist eine Möglichkeit zum Freilegen verschütteter Ressourcen.

Auf dem Weg nach Hamburg lag eine Hand. Ich hab sie gedrückt. (Herman van Veen)

Seelsorge ist die Erweiterung von Möglichkeiten.

Wenn Seelsorge gelingt, ist sie heilsam für Leib und Seele.

Wenn du kannst, hilf mir aus deiner Fülle, wenn nicht, schone dich. (Bernhard von Clairvaux)

Seelsorge weiß um das Fragmentarische des Lebens.

Umgang mit Angst – wie immer man dieses Phänomen erlebt und deutet – gehört in jedem Fall zum seelsorglichen Handeln und Können. (Klaus Winkler)

Helfen heißt herrschen. (Dietrich Stollberg)

Christliche Seelsorge ereignet sich im „Versprechungszusammenhang“ von Tradition und Situation.

Die Seelsorge beginnt mit der Sorge um die eigene Seele.

Einer trage des anderen Last. (Galater)

Nein, dem Ich ist nicht zu trauen. Man darf es niemals sich selbst überlassen, wenn es darum geht zu erkennen, wer ich bin. Es muss zumindest noch ein anderes Ich da sein, das zuhören kann, das zu fragen versteht, dem man antworten muss und vor dem man sich verantworten darf. (Eberhard Jüngel)

Seelsorge entdeckt das Potenzial der Veränderung, das die gebundenen Kräfte freisetzt, um krankmachende Lebensumstände zu verlassen, und hilft, andere Wege auszuprobieren.

Alle Seelsorge knüpft sich ebenso an diese allgemeinen geselligen Verhältnisse als an den Cultus. (Friedrich Schleiermacher)

Herbst 2024

EVANGELISCH-LUTHERISCHE LANDESKIRCHE HANNOVERS

Zentrum für Seelsorge und Beratung | ZfSB

Ich bin krank gewesen und ihr habt mich besucht. (Matthäus 25,36)

Viele blühen doch richtig auf, wie ein Honigkuchen Libiza, wenn man sie fragt, was sie denn so machen. (Hanns Dieter Hüsch)

Sich selbst verzeihen - nein, das geht nicht: Uns muss verziehen werden. Aber wir können an die Verzeihung nur glauben, wenn wir selber verzeihen. (Dag Hammarskjöld)

Einer hat immer Unrecht, aber mit zweien beginnt die Wahrheit. (Friedrich Nietzsche)

Seelsorge begleitet Menschen in lebensgeschichtlichen Krisen und in den darin aufbrechenden personalen und sozialen Konflikten. (Kristian Fechtner)

Seelsorge erschließt eigene Räume

Seelsorge darf den Menschen nicht nur als Individuum sehen, sondern muss ihn auch in seinem sozialen und ökonomischen Kontext wahrnehmen.

EVANGELISCH-LUTHERISCHE
LANDESKIRCHE HANNOVERS

Zentrum für Seelsorge
und Beratung | ZfSB

Blumhardtstraße 2A
30625 Hannover
0511 79 00 31-0
Zentrum.fuerSeelsorge@evlka.de
www.zentrum-seelsorge.de

Verantwortlich: Angela Grimm
Texte: Beate Gärtner
Fotos: Beate Gärtner, Andrea Hesse (S. 36)
Redaktion und Gestaltung: Andrea Hesse
Druck: Die Umweltdruckerei, Hannover
Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier

natureOffice
natureOffice.com/DE-275-NN2FLTM
Rohstoffe
Anlieferung
Produktion
g CO_2e pro
217,33
Druckprodukt
CO_2e-Emissionen
ausgeglichen

Titel: Auszug aus „95 Thesen zur Seelsorge“, entstanden in einem Workshop mit Mitarbeitenden des Zentrums für Seelsorge und Beratung

Werkstattheft Nr. 7

Ermunterungstexte

Selbstbewusst und offen mit Einschränkungen umgehen

EVANGELISCH-LUTHERISCHE
LANDESKIRCHE HANNOVERS

Zentrum für Seelsorge
und Beratung | ZfSB

Die Texte

Selbstbewusst und offen mit Einschränkungen umgehen Seite 7
Nicht nur ermunternd, sondern ermutigend 8
Was ich noch höre und was ich sehe – die Farben der Schöpfung 9
Kurz vor Ostern beim Friseur 9
Doppelkopf in einer Kneipe – ich habe es gewagt 11
Trau dich! Eine Fortsetzungsgeschichte, Teil 1 12
Trau dich! Eine Fortsetzungsgeschichte, Teil 2 13
Trau dich! Eine Fortsetzungsgeschichte, Teil 3 13
Trau dich! Ein Nachtrag 14
Alles nur eine Frage der Gewohnheit 15
Schmerzlich vermisst – und wiedergefunden! 16
Jetzt ist die Zeit 17
Filigrane Blüten 18
Interessantes aus der Zeitung 19
Greta 20
Ein Kaffeebecher 22
Atmen 23
Alles roger 24
Mit Roger bei der Arbeit 26
Eine freudige Überraschung 27
Auf Wiedersehen 28
Ohne Worte 29
Das Gedicht in meiner Handtasche 30
Macht hoch die Tür 32
Bestandsaufnahme 34
Thronwechsel 35
Mal alles richtig gemacht 36
Schnecke 37
Schneeglöckchen 39
Alles ganz einfach 40
Bernstein 41
Die Neuen 43
Zither 44
Auf Sabbattagen 45

Ungeduld 47
Stille 48
Himmel und Wolken 49
Implementieren 50
Balance 52
Schneckenfrau 53
Rascheln 55
Celine Dion 56
Entscheidung 57
Wartburg 59
Wohlgeordnet 60

Selbstbewusst und offen mit Einschränkungen umgehen

Im vorliegenden Werkstattheft Nr. 7 des Zentrums für Seelsorge und Beratung liegen erstmalig alle meine im Zeitraum von November 2022 bis September 2024 entstandenen Ermunterungstexte für Hörgeschädigte in chronologischer Reihenfolge vor.

Warum heißen diese Texte Ermunterungstexte? Als Beauftragte der Evangelisch-lutherischen Landeskirche Hannovers für Schwerhörigenseelsorge liegt es mir besonders am Herzen, hörgeschädigte Menschen mit diesen Texten dazu zu ermuntern, selbstbewusst und offen mit ihrer Einschränkung umzugehen – dies auch vor dem Hintergrund, dass ich selbst an Taubheit grenzend schwerhörig bin.

Meine Ermunterungstexte stärken Menschen zum einen in dem Wissen, dass sie als Geschöpfe Gottes in ihrer Einschränkung nicht nur vollständig angenommen sind, sondern sogar als Bereicherung angesehen werden. Zum anderen zielen sie darauf ab, dass diese Menschen ihre Hörschädigung in ihrem Leben positiv und bereichernd verorten.

Dabei bildet mein eigener ressourcenorientierter und offensiv-freundlicher Umgang mit der Schwerhörigkeit in den unterschiedlichsten Alltagssituationen meines Lebens die Hintergrundfolie.

Warum werden die Ermunterungstexte in chronologischer Reihenfolge abgedruckt? Ich habe im Umgang mit meiner Schwerhörigkeiten im Zeitraum der Entstehung dieser Texte viele Entwicklungen erlebt. Diese Entwicklungen betreffen meine Verwendung von Hörgeräten und zusätzlichen Hilfsmitteln, meine Kommunikation der Hörschädigung im dienstlichen und privaten Kontext und meine persönliche und theologische Reflexion der Schwerhörigkeit.

Der chronologische Abdruck meiner Texte vollzieht diese Entwicklungen nach. Ebenso die Bilder: Erst nach der Veröffentlichung einiger Ermunterungstex-

te und der wunderbaren Resonanz darauf entstand in mir der Wunsch, auch einen visuellen Eindruck zu vermitteln.

Ich danke dem Zentrum für Seelsorge und Beratung und seiner Direktorin Angela Grimm, dass dieses Werkstattheft entstehen konnte. Mein weiterer Dank geht an die Öffentlichkeitsreferentin Andrea Hesse für Redaktion und Gestaltung des Heftes.

Aber nun lasse ich einfach die Ermunterungstexte selbst sprechen. Ich wünsche allen Hörgeschädigten und auch allen Nichthörgeschädigten viel Spaß beim Lesen!

Pastorin Beate Gärtner
Beauftragte für Schwerhörigenseelsorge der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers

Nicht nur ermunternd, sondern ermutigend

Seit 2022 arbeitet Pastorin Beate Gärtner als Beauftragte für Schwerhörigenseelsorge im Zentrum für Seelsorge und Beratung der Evangelisch-lutherischen Landeskirche Hannovers. Ihre Idee war es, neben der Begleitung und Beratung von Menschen mit Hörschädigungen auch Ermunterungstexte für diese Menschen zu verfassen – eine sehr gute Idee!

Beate Gärtner beschreibt authentisch, wie sie in Alltagssituationen mit ihrer eigenen Einschränkung umgeht, welche Hilfsmittel ihr zur Verfügung stehen, wie sich manche Situation humorvoll wenden lässt und der Alltag immer wieder Anlässe schenkt, das eigene Leben im Licht Gottes zu betrachten.

Die Texte in diesem Werkstattheft sind nicht nur ermunternd, sondern wirklich ermutigend. Danke!

Angela Grimm
Direktorin des Zentrums für Seelsorge und Beratung

Was ich noch höre und was ich sehe – die Farben der Schöpfung

… morgens um halb neun Uhr. Ich bin auf Wangerooge. Noch. In einer halben Stunde bringt mich die Fähre zurück aufs Festland.

Hinter mir liegt eine für meine Ohren anstrengende Seminarwoche. Vieles habe ich nicht gehört. Manches zu leise. Und einiges zu viel. Jetzt stehe ich am Strand. Ich nehme Abschied von der Insel.

Im Osten geht hinter einer Düne gerade die Sonne auf. Ihr rötliches Licht trifft auf den Sand und die Wellen. Es färbt den gelben Sand orange und die blauen Wellen lila. Und dazwischen lässt es die Muscheln im Sand und die Schaumkronen auf den Wellen golden aufblitzen.

Ich denke: „Wie wunderbar das aussieht!“

Ich gehe am Strand entlang. Mit einem Mal höre ich das Rauschen der Wellen. Wie sie gleichmäßig auf den Strand auflaufen. Und wieder ins Meer zurück. Hin und Her. Hin und Her. In einem beruhigenden Kommen und Gehen.

Ich bin ein wenig überrascht, dass ich das noch höre. Und freue mich darüber. Zugleich frage ich mich: „Was, wenn du das bei deinem nächsten Besuch auf der Insel nicht mehr hören kannst?“

Meine Antwort: „Dann werde ich mich daran erinnern, wie es sich angehört hat. Ton für Ton. Und mich dabei umsehen. Ich werde den Strand sehen. Und das Meer. Und die aufgehende Sonne. Ich werde Rot, Gelb, Orange, Blau, Lila und Golden sehen. Und ich werde auch dann denken: Wie wunderbar das aussieht!“

Gelöst verlasse ich den Strand und gehe zur Fähre. Ich freue mich auf das Wiedersehen!

Kurz vor Ostern beim Friseur

Die Woche vor Ostern. Ich muss dringend zum Friseur. An Ostern will ich schön aussehen. Ich lasse mir einen Termin geben, gehe ins Friseurgeschäft und werde zu einem Stuhl vor einem Wandspiegel geführt. „Was soll denn heute an Ihnen gemacht werden?“, fragt die Friseurin.

Ich antworte: „Das müssen wir jetzt alles im Vorfeld besprechen. Ich bin nämlich schwerbehindert schwerhörig. Wenn ich gleich meine Hörgeräte aus den Ohren nehme, höre ich nichts mehr."

Dann sage ich der Friseurin, was ich möchte: „Das Übliche: Waschen, Schneiden, Föhnen …" Mein letzter Satz an sie: „Ich gehe jetzt offline." Dann nehme ich die Hörgeräte aus den Ohren, und um mich herum wird es still.

Das war früher anders. Als ich noch ohne Hörgeräte hören konnte. Was habe ich meiner Friseurin da nicht alles erzählt! Und sie mir! Jetzt schweigen wir beide.

Das fühlt sich seltsam an. So als sei ich nicht nur taub, sondern auch stumm. Ich trage Worte in mir, die ich nicht ausspreche. Weil ich eine mögliche Antwort ohnehin nicht verstehen würde.

Mit einem Zeichen fordert mich die Friseurin auf, zum Waschbecken zu gehen und wäscht dort meine Haare. Ich höre nichts. Nicht das Plätschern des Wassers. Und schon gar nicht das Einschäumen des Shampoos. Dafür fühle ich. Sanfte Hände auf meinem Kopf und in meinem Nacken. Intensiv wie eine Massage. Das fühlt sich angenehm an.

Zurück vorm Spiegel schneidet die Friseurin meine Haare. Und föhnt sie im Anschluss. Den Föhn höre ich nicht. Und auch nicht ein kurzes Gespräch zwischen ihr und ihrer Kollegin. Aber ich sehe im Spiegel, wie langsam meine neue Frisur entsteht. Auf die freue ich mich.

Die Friseurin ist fertig. Sie holt einen runden Handspiegel, damit ich mich auch von hinten betrachten kann. „Lassen Sie mich erst wieder online gehen!", sage ich und stecke mir meine Hörgeräte in die Ohren.

Jetzt höre ich wieder. Auch meine eigene Stimme. „Es ist wunderbar geworden!", sage ich, und die Friseurin lächelt mir über den Wandspiegel ins Gesicht.

Ich fühle mich schön. Und lebendig! Es kann Ostern werden!

Doppelkopf in einer Kneipe – ich habe es gewagt

Ich spiele begeistert Doppelkopf. Meine Doppelkopfrunde trifft sich dazu seit Jahren regelmäßig unregelmäßig in einer Kneipe. Der Ablauf ist immer der Gleiche: Zuerst essen wir gemeinsam und unterhalten uns dabei. Dann spielen wir Doppelkopf.

Je schlechter mein Gehör wurde, desto mehr ging ich mit gemischten Gefühlen auf den nächsten Doppelkopftermin zu. Von unserer Unterhaltung vor dem Spiel bekam ich kaum noch etwas mit. Das Klappern von Gläsern, das Mahlen und Zischen der Kaffeemaschine und das muntere Durcheinanderreden der anderen Gäste bekamen meine Hörgeräte nicht mehr in den Griff.

Entweder musste ich dauernd nachfragen, oder ich verstummte, weil ich dem Gespräch einfach nicht mehr folgen konnte. Auch das Verändern der Sitzordnung und Sitzausrichtung halfen irgendwann nicht mehr.

Dann kam der Moment, wo ich auch beim Spielen, bei den Ansagen „Re, Kontra, Hochzeit, Vorbehalt, Doppelhammer …“ kaum noch etwas verstand und ständig nachfragen musste, um dem Spielverlauf folgen zu können. Da reichte es mir, und ich sagte meiner Doppelkopfrunde, dass ich das nächste Mal ein kleines Mikrofon mitbringen würde, das das Gesprochene direkt auf meine Hörgeräte überträgt.

Dann war es so weit: Das nächste Doppelkopfspiel in der Kneipe stand an.

Ich habe es gewagt, bin über meinen Schatten gesprungen und habe das Mikrofon tatsächlich mitgebracht. Ich habe es auf den Tisch gelegt und meiner Doppelkopfrunde erklärt, was zu tun ist: Jede müsse sich, wenn sie redet, das Mikrofon vom Tisch nehmen, vor den Mund halten und hineinsprechen.

Das war für die drei zunächst ungewohnt. Und auch etwas peinlich. Wer hat bei einer normalen Unterhaltung schon ein kleines Mikrofon vor seinem Mund?! Oft vergaßen sie es. Oder sie legten es zu schnell wieder weg. Oder sie sprachen verkehrt herum hinein.

Einmal habe ich dann gesagt: „Ja, Inklusion ist schwierig!“ Da haben alle gelacht. Überhaupt haben wir viel gelacht über oder mit diesem Mikrofon, und im Verlauf des Abends wurde es für die drei immer selbstverständlicher, es sich vor den Mund zu halten.

Und ich?

Ich habe von unserer Unterhaltung so viel mitbekommen wie schon lange nicht mehr. Und fast alle Doppelkopfansagen sofort verstanden. Gewonnen habe ich leider nicht. Dennoch war es das beste Doppelkopfspiel seit Jahren!

Ich fühlte mich mutig und glücklich und habe gedacht: *„Mit meinem Gott kann ich über Mauern springen!" (Psalm 18,30)*

Trau dich!

Eine Fortsetzungsgeschichte, Teil 1

In der nächste Woche bin ich auf einer mehrtägigen Fortbildung. Es geht um die Bibel, genauer um das Neue Testament.

Dem Tagungsplan entnehme ich, dass dort viele Vorträge von Professorinnen und Doktoren der Theologie gehalten werden. Meine erste Frage: Sprechen die auch so laut und deutlich, dass ich sie verstehen kann? Meine Befürchtung: nein.

Was tun? Immerhin möchte ich verstehen, was sie über die Bibel zu sagen haben. Als Beauftragte für Schwerhörigenseelsorge habe ich es leicht – ich schreibe einfach eine Mail an den Veranstalter:

„Ich bin Beauftragte für Schwerhörigenseelsorge der Landeskirche. In dieser Funktion habe ich nicht nur den Wunsch, bei (Fortbildungs-)Veranstaltungen selbst gut zu hören, sondern auch in Erfahrung zu bringen, wie Schwerhörige in solchen Veranstaltungen gut hören können.

Meine Frage: Haben Sie im Haus Hörhilfen? Induktionsschleifen oder FM-Anlagen oder Ähnliches? Wenn nicht: Gibt es die Möglichkeit, dass ich ein Umhängemikrofon mitbringe, das direkt auf meine Hörgeräte überträgt (eine Variante nur für meine Person und/oder eine für mehrere Personen), dessen sich dann zumindest die Referent*innen bedienen?“

Die Antwort kommt innerhalb von 20 Minuten: „Ich habe Ihre Anfrage an das Tagungshaus weitergeleitet. Sobald ich eine Rückmeldung zur vorhandenen Technik habe, werde ich mich bei Ihnen melden.“

Das hört sich doch erst einmal sehr gut an! Ich bin gespannt, wie es weitergeht …

Trau dich!

Eine Fortsetzungsgeschichte, Teil 2

Es ist 14.30 Uhr. In einer Stunde beginnt das Seminar. Ich stehe im Seminarraum. Neben mir stehen der Hausmeister, der Haustechniker und die Veranstaltungsleitung. Der Veranstalter hat das Tagungshaus informiert, und die haben dieses Treffen vereinbart.

Alle sind mir gegenüber ausgesprochen zugewandt, gehen bereitwillig auf meine Schwerhörigkeit ein und zeigen mir die Möglichkeiten auf, die der Seminarraum bietet.

Es gibt zwar keine Induktionsschleife, aber da das Seminar in Hybridform, also auch mit von außen digital zugeschalteten Teilnehmenden stattfindet, kommt eine Lautsprecheranlage zum Einsatz. Sie wird vom Haustechniker ausgesteuert.

Auf den Rednertischen stehen zwei Mikrofone. Außerdem gibt es noch zwei weitere Mikrofone, die die Teilnehmenden benutzen. Es werden also alle durch Mikrofone sprechen, was mir das Hören sehr erleichtert.

Auch ich stelle der Veranstaltungsleitung meine mitgebrachten Hörhilfen vor. Es sind: eine tragbare Funkmikrofonanlage, die wie eine Induktionsschleife funktioniert, und ein kleines Mikrofon, das ich auf den Tisch legen kann. Beides überträgt die Töne direkt auf meine Hörgeräte.

Die technischen Voraussetzungen für ein gut zu verstehendes Seminar sind also gegeben. Es kann losgehen, und ich bin gespannt, wie die gut hörenden Teilnehmenden auf mich und meine Hörbehinderung reagieren …

Trau dich!

Eine Fortsetzungsgeschichte, Teil 3

Wir sind im Seminar. Die Professor*innen halten ihre Vorträge. Die Lautsprecheranlage und meine Hörgeräte sind gut aufeinander abgestimmt. Außerdem werden die Vorträge von PowerPoint-Präsentationen untermalt.

Ich verstehe alles und kann gut folgen. Auch die Redebeiträge der Teilnehmenden verstehe ich, weil alle in die Mikrofone sprechen.

Aber dann kommt eine Aufforderung: „Gehen Sie jetzt bitte in Kleingruppen, und tauschen Sie sich dort über folgende Bibeltexte aus.“

Habe ich jetzt ein Problem? Kleingruppenarbeit geht für mich trotz der Hörgeräte eigentlich nicht mehr.

Ich frage meine Kleingruppenteilnehmenden, ob sie etwas dagegen haben, sich der Funkmikrofon-Anlage zu bedienen. Immerhin heißt das für sie, sich ein Funkmikrofon umzuhängen und beim Hineinsprechen jedes Mal daran zu denken, den roten Aufnahmeknopf zu drücken.

Alle gehen offen auf mein Anliegen ein, lassen sich bereitwillig die Funktionsweise der Mikrofone erklären und verwenden sie ausgesprochen zuverlässig. Ich kann mich gut an dem Gespräch beteiligen, weil ich alles und alle höre.

Ich höre auch, wie eine Teilnehmerin sagt: „Wir sind doch alle freundliche Menschen. Deshalb geben wir uns auch Mühe mit dir.“ Dieser Satz begleitet mich noch über die Kleingruppensitzung hinaus.

Mir fällt eine Aufforderung aus der Bibel ein: „*Seid untereinander freundlich und herzlich …*“, heißt es da. Auf dieser Fortbildung ist das wahr geworden: Alle waren freundlich und herzlich zu mir.

Aber noch etwas anderes hat sich bewahrheitet: Dass es gut ist, mich zu trauen über meine Hörbehinderung offen und zielorientiert zu sprechen.

Also: trau dich!

Trau dich!

Ein Nachtrag

… und wenn man sich schon etwas besser kennt, dann werden Worte manchmal sogar überflüssig.

Abendgestaltung: Am zweiten Abend sehen wir einen Film. Ich sage der Veranstaltungsleitung, dass ich Filme nur noch mit Untertiteln für Schwerhörige hören kann. Die Antwort: „Die haben wir für Sie schon eingestellt.“

Ich bin verblüfft. Und freudig überrascht: Die Veranstaltungsleitung hatte mich und meine Schwerhörigkeit so deutlich im Blick, dass ich sie gar nicht mehr hätte ansprechen müssen.

Alles nur eine Frage der Gewohnheit

Meine jüngste Tochter hat Geburtstag. Sie wird 20 Jahre alt. Wir als Eltern richten ihr ein letztes Mal die Geburtstagsfeier aus. Unter anderem ist ein abendliches Pizza-Essen mit sieben Personen geplant.

Die Pizzeria, in die wir gehen, ist beliebt und hat außerdem am Geburtstag meiner Tochter „Pizzatag“. Das bedeutet, dass die Pizza an diesem Tag besonders günstig ist und auch, dass die Pizzeria gerappelt voll sein wird.

Ich bin ein bisschen eher vor Ort und setzte mich an den bestellten Tisch. In der Tat: Die Pizzeria ist gerappelt voll, und der Lärm ist ohrenbetäubend. Oh je, hier werde ich nichts von der Unterhaltung mitbekommen, denke ich gerade, da fällt mir ein, dass ich doch extra mein kleines Mikrofon mitgenommen habe. Manche von euch kennen es schon. Es ist das vom Doppelkopf, das das Gesprochene direkt auf meine Hörgeräte überträgt.

Ich hole es aus meiner Tasche und aktiviere es. Kurz danach trudeln die anderen ein. Nachdem ich die Funktion erklärt habe, wird das Mikrofon unter großem Hallo in Gebrauch genommen. Meine älteste Tochter hält es sich mit wichtiger Miene vor den Mund, sagt: „Test, Test …“ und fragt dann im Tonfall einer Reporterin in meine Richtung: „Bin ich auf Sendung?“

Alle lachen und das muntere „Hör-Spiel“ mit dem Mikrofon geht weiter.

Einer der Gäste kommt später. Aufgeräumt drückt meine älteste Tochter ihm das Mikrofon in die Hand: „Da musst du reinsprechen, damit Mama dich verstehen kann.“ „Nee, nee!“ Er hält es für einen verspäteten Aprilscherz und es dauert geschlagene fünf Minuten, ehe wir ihn davon überzeugen können, dass wir ihn nicht auf den Arm nehmen.

Dann folgt auch bei ihm das scheinbar unvermeidliche „Test! Test!“, und er nimmt das Mikrofon in Gebrauch. Was folgt, ist ein fröhliches Geburtstags-Pizza-Essen, bei dem ich rede und höre, lache und lustig bin und alles verstehe.

Aber wo ist über dem Ganzen eigentlich das Geburtstagskind abgeblieben? Das hat neben mir gesessen, und es gab neben Hörkontakt auch wohlig warmen Hautkontakt zwischen Mama und Kind.

Am Ende, ebenso unvermeidlich wie das „Test, Test …“ der Gäste, nun ein Satz aus der Bibel: *„Prüft aber alles und das Gute behaltet.“ (1. Thessalonicher 5, 21)*

Schmerzlich vermisst – und wiedergefunden!

Was ihr dort seht, ist mein kleines Mikrofon. Ihr kennt es schon. Es ist das von der Geburtstagsfeier meiner jüngsten Tochter, das das Gesprochene direkt auf meine Hörgeräte überträgt. Was ihr noch seht, ist die linke Hand meiner jüngsten Tochter.

Nach ihrer Geburtstagsfeier war das Mikrofon wie vom Erdboden verschluckt. Ich suchte in meinen Handtaschen. Und in meinem Auto.

Ich rief in der Pizzeria an. Ich fragte den Freund meiner älteren Tochter, ob ich es in seinem Auto verloren haben könnte. Ich bat meine jüngste und meine zweitjüngste Tochter alle Wege abzusuchen, die wir an diesem Abend gegangen waren. Was beide bereitwillig taten.

Dennoch: Das Mikrofon war einfach nicht aufzufinden.

Ich hatte es nicht dabei, als ich an der Pressekonferenz einer Selbsthilfegruppe teilnahm, und ich konnte es auch nicht zu einem Trauergespräch mitnehmen. Und ich vermisste es schmerzlich!

Das Foto stammt übrigens von Pfingstsonntag. Es wurde um 4.53 Uhr aufgenommen und dann auf mein Mobiltelefon geschickt.

Meine jüngste Tochter hatte das Mikrofon gefunden. Und zwar an einer Stelle, an der nun wirklich keiner gesucht hatte: unter der Schuhablage.

Als ich morgens aufgewacht bin, war dieses Foto so ziemlich das Erste, was mir an Pfingsten begegnet ist. Ihr könnt euch sicherlich vorstellen, wie begeistert ich war! Und immer noch bin.

Jetzt ist die Zeit!

Dieser Mann heißt Jan Philipp Strelow. Er ist Pfadfinder und Objektleiter in der Sankt-Sebald-Kirche in Nürnberg. Ach ja, ehe ich es vergesse: Ich bin auf dem Kirchentag in Nürnberg.

Meine Landeskirche hat mich beauftragt, herauszufinden welche Inklusionsmaßnahmen für Schwerhörige für den Kirchentag 2025 in Hannover übernommen werden können.

Es ist Donnerstagabend. Nach einem langen Tag habe ich etwas Schönes für mich ausgesucht. Nämlich ein Konzert von Felix Mendelssohn Bartholdy. Es findet in der bereits erwähnten Sankt-Sebald-Kirche statt, und es wird von Studentinnen und Studenten der Nürnberger Musikhochschule aufgeführt.

Im Kirchentagsprogramm ist bei dieser Veranstaltung ausdrücklich ein Ohr ausgewiesen, also das Symbol, dass es hier eine Induktionsschleife gibt.

Als ich in die Kirche komme, ist sie gerappelt voll. Auch den Bereich für die Induktionsschleife finde ich nicht. Aber dafür finde ich Jan Philipp Strelow. In seiner Pfadfinder-Kluft ist er für mich deutlich zu erkennen.

Auch ich gebe mich zu erkennen. Sage, dass ich schwerbehindert schwerhörig bin. Sage auch, dass diese Veranstaltung mit dem Zeichen für Induktionsschleife ausgewiesen ist. Und frage, wo sich die dazugehörenden Plätze befinden. Außerdem sage ich noch, dass ich die Beauftragte für Schwerhörigenseelsorge der Hannoverschen Landeskirche bin.

Jan Philipp Strelow kümmert sich sofort um mich! Ob es eine Induktionsanlage gibt, weiß er nicht. Aber als Pfadfinder weist er mir den Weg. Er führt mich bis ganz nach vorne. Bis zum Dirigenten. Schildert meine Situation als Schwerhörige und versucht, gemeinsam mit dem Dirigenten eine Lösung zu finden.

Soll es vielleicht die erste Reihe sein? Wo die Solistinnen und Solisten sitzen? Der Dirigent verneint. Das sei ein schlechter Platz. Dort würde das Orchester den Chor übertönen. Wohin dann?

Seitlich vom Chorraum stehen bereits einige Stühle. Ob ich dort auch sitzen wolle, fragt mich Jan Phillip Strelow. Ich bejahe, und er holt mir einen Stuhl aus der Sakristei. Ich setze mich und denke: Was habe ich für einen guten Platz erwischt!

Ich denke auch: Wie lautet schnell noch das Motto des Kirchentages? Jetzt ist die Zeit! Genau! Jetzt ist die Zeit! Die Zeit für jede und jeden Schwerhörigen, mutig ihre oder seine Bedürfnisse anzumelden. Mutig und freundlich. Und in der Erwartung: Es finden sich immer freundliche Menschen, die helfen. Wie der Pfadfinder Jan Philipp Strelow!

Ich bin mir sicher: Er hätte das auch getan, wenn ich eine „normale" Schwerhörige ohne dienstlichen Auftrag wäre.

Am Schluss noch eine Bemerkung: Für Jan Philipp Strelow war das Ganze damit noch nicht beendet. Als ich meinen Platz eingenommen hatte, fragte er mich, was nötig sei, damit das Induktionszeichen für die Sankt-Sebald-Kirche seine Funktion erfülle. Nachdem ich es ihm erklärt hatte, hielt er sofort Rücksprache mit der Technikleitung.

Es stellte sich heraus, dass in der Sankt-Sebald-Kirche eigentlich nur ein Hinweisschild für Schwerhörige fehlt. Und ich bin mir absolut sicher, dass Jan Philipp Strelow sich für die nächsten Veranstaltungen darum kümmern wird, dass das aufgestellt wird.

Letzter Satz: Es war ein wundervolles Konzert!

Filigrane Blüten

Ich war im Urlaub. Genauer: im hohen Norden von Dänemark. Und da habe ich auf einem Spaziergang diese filigranen Blüten entdeckt.

Ihr merkt schon: Dieses Mal geht es nur bedingt ums Hören. Die Blumen heißen zwar Glockenblumen, aber sie läuten natürlich nicht. Vielleicht würde man bei ihnen noch ein zartes Klirren vermuten, aber auch das tun sie nicht.

Warum habe ich sie dann fotografiert? Das hat etwas mit dem Ort zu tun, an dem

ich sie gefunden habe. Sie standen, nur wenig geschützt von einer Sanddüne, direkt an der Nordsee, und der Wind brauste erst über die Düne und dann über sie hinweg. Und doch standen sie da, mit ihren filigranen Blüten an noch feineren Stängeln und hielten dem Wind stand.

Nein. Das stimmt nicht. Sie hielten ihm nicht stand. Sie leisteten gar keinen Widerstand, sondern bewegten sich einfach im Wind. Sie wogten in ihm. Hin und her und ohne Schaden zu nehmen. Und gerade das konnten sie nur, weil ihre Stängel und Blüten so fein und filigran waren.

Damit sind wir nun doch wieder beim Hören: Fein und filigran ist nämlich alles, was sich hinter unseren Ohrmuscheln befindet. Fein und filigran ist bei vielen Schwerhörigen auch das Seelenkostüm.

Gerade das als Stärke zu entdecken, haben mich die Glockenblumen hinter der Düne am Meer gelehrt: Ich will, wie sie, im Brausen meiner Schwerhörigkeit wogen. Hin und her. Und ohne weiteren Schaden zu nehmen.

Und wer weiß: Vielleicht höre ich dabei sogar ein zartes, glockenreines Klirren, weil in meiner Seele ein freudiger Ton angeschlagen wird.

Interessantes aus der Zeitung

Ich sitze am Frühstückstisch und blättere durch die Tageszeitung. Mit einem Mal bleibt mein Blick an dieser Überschrift hängen: „Hörgeräte können vor Demenz bewahren.“ Das ist ja interessant, denke ich und lese den Artikel.

Ich erfahre, dass eine jüngst in einer medizinischen Fachzeitschrift veröffentlichte Studie zeigt, dass die Verwendung von Hörgeräten das Risiko eines verstandesmäßigen Verfalls um 48 Prozent reduzieren kann. Ich erfahre auch,

dass es für den Hauptautor der Studie eine große Überraschung gewesen sei, dass ein besseres Hörvermögen so viel Einfluss hat. „Es unterstreicht“, so sagt er, „dass Hören wirklich wichtig ist.“

Ich erfahre zuletzt von drei mögliche Gründen, warum ich mit Hilfe von Hörgeräten im Alter geistig fit bleiben kann:

1. Menschen mit schlechtem Hörvermögen müssen sich mehr anstrengen, um das Gesagte zu verstehen. Sie müssen nämlich ihre verstandesmäßigen Fähigkeiten einsetzen, um aus den Bruchstücken, die sie gehört haben, einen sinnvollen Satz zu formen. Als Schwerhörige verschwende ich damit meinen verstandesmäßigen Vorrat, und der steht mir dann für andere Aufgaben nicht mehr vollständig zur Verfügung.

2. Bei Menschen mit Hörverlust schrumpft der Schläfenlappen schneller, weil er weniger Höranstöße vom Innenohr bekommt.

3. Menschen mit Hörverlust ziehen sich mehr zurück. Wenn ich als Schwerhörige weniger unter Menschen gehe und mich weniger an Gesprächen beteilige, erhalte ich auch weniger anregende Anstöße.

Ich lege die Zeitung beiseite und denke: Wie wahr! Und: Wahrscheinlich spielen alle drei Gründe eine wichtige Rolle. Ich denke auch: Mach einfach so weiter wie bisher:

1. Stecke gleich zu Beginn des Tages deine Hörgeräte in die Ohren und nimm sie erst wieder am Ende des Tages raus.

2. Geh‘ weiter unter Menschen und beteilige dich an ihren Gesprächen. Und wenn deine Hörgeräte nicht mehr ausreichen:

3. Verwende andere Hilfsmitel wie das kleine Mikrofon und setze sie zielgerichtet und selbstbewusst bei allen deinen Begegnungen und Gesprächen ein.

Greta

Ich muss gestehen: Schon ihr Name hat mir gefallen! Aber ich fange lieber von vorne an. Ich war schon lange nicht mehr im Kino. Weil ich dazu inzwischen zu schlecht höre.

Ihr kennt das? Für viele Hörgeschädigte werden die Filme ohnehin zu laut abgespielt. Und dann überlagert meist noch lautere Filmmusik alle Dialoge. Kino

machte mir jedenfalls unter diesen Bedingungen keinen Spaß mehr. Aber dann kamen zwei Filme ins Kino, die ich unbedingt sehen wollte: „Barbie" und „Oppenheimer". Ich habe mich also ins Internet begeben und recherchiert. Und habe dabei Greta gefunden!

Greta ist eine kostenlose App. Mit ihr kann man im Kino während des Films auf seinem Smartphone Untertitel für Gehörlose und Schwerhörige (SDH-Untertitel) mitlesen.

Und wie funktioniert das? Ihr ladet euch die App auf euer Smartphone. Und ihr registriert euch bei Greta. Dann gebt ihr ein, was Greta für euch tun soll. Ich wollte von ihr natürlich die SDH-Untertitel und habe ihr das durch entsprechende Eingaben auch mitgeteilt. Daraufhin hat sie mir alle Filme angezeigt, bei denen die Filmverleihfirmen solche Untertitel zur Verfügung stellen. „Barbie" und „Oppenheimer" waren zum Glück dabei.

Dann hat Greta mich aufgefordert, diese beiden Filme runterzuladen. Aber nicht erst im Kino, sondern schon zu Hause. Das habe ich getan, und zwar zunächst „Barbie“. Denn den wollte ich zuerst sehen. Dann bin ich mit meinem Smartphone in der Tasche ins Kino gegangen.

Beim bereits heruntergeladenen Barbie-Film war an Stelle der gelben Download-Aufforderung inzwischen ein Abspielpfeil zu sehen. Auf den sollte ich im Kino drücken und dann entspannt auf den Beginn des Filmes warten. Das habe ich getan, aber als dann eine Weile gar nichts passierte, wurde ich doch ein bisschen nervös. Funktioniert es vielleicht doch nicht? Oder noch nicht während der Werbung und der Filmvorschauen?

Genau so war es! Denn sofort, als „Barbie“ losging, erschienen auch die ersten Untertitel auf meinem Smartphone. Es funktionierte also! Und sogar richtig gut.

Ich habe wirklich alles aus dem Film verstanden! Bei „Oppenheimer" wusste ich dann schon, wie es geht und war völlig entspannt. Dank Greta macht Kino jetzt wieder richtig Spaß für mich!

Übrigens: „Barbie" hat mir ein bisschen besser gefallen als „Oppenheimer", aber das liegt bestimmt daran, dass ich eine weibliche Schwerhörige bin.

Ein Kaffeebecher

Kennt ihr das auch? Es ist Montagmorgen, und eigentlich klingeln euch die Ohren noch von der anstrengenden letzten Woche. Dass es ein Wochenende gegeben hat, scheint in eurem Körper nicht angekommen zu sein. Im Gegenteil: Ihr fühlt euch kaputt und habt keine Lust zu gar nichts. Mir jedenfalls ging es heute Morgen so.

Aber dann habe ich mir einen Becher Kaffee eingeschenkt. Und mir den Becher das erste Mal, seitdem ihn mir meine zweitjüngste Tochter geschenkt hat, genauer angesehen.

Hier ist er, versehen mit der Überschrift: „Von Herzen für dich".

Ich habe langsam meinen Kaffee getrunken und mir dabei die vielen aufgedruckten Begriffe angesehen – also alles, was meine zweitjüngste Tochter mir mit dem Becher von Herzen wünscht. Am besten haben mir dabei die Worte „warme Füße" gefallen. Aber auch „Marienkäfer" und „einen Apfel am Tag" fand ich richtig gut.

Und dann stand da noch „schöne Gedanken". Diese beiden Wörter wirkten wie eine Aufforderung an mich: „Mach‘ dir an diesem Montagmorgen schöne Gedanken!"

Genau das habe ich getan und mit einem Mal den „blauen Himmel" gesehen. Und den „Sonnenschein". Das alles hat mir ein „Lächeln" aufs Gesicht gemalt.

Als ich meinen Kaffeebecher leer getrunken hatte, war ich voller „Energie". Und ich war mir sicher: Ich werde auch in dieser Woche genug „Ausdauer" haben.

Als ich den Becher gerade in die Spülmaschine stellen wollte, fiel mein Blick noch einmal auf das Wort „Himmel" aus dem Wunsch „Von Herzen für dich: blauen Himmel". „Von Herzen für dich: Himmel!", dachte ich da, und merkte, wie „Freude" in mir aufstieg.

Und dann fiel mir natürlich eine Strophe aus dem Gesangbuch ein: *„Himmel, Erde, Luft und Meer zeugen von des Schöpfers Ehr; meine Seele singe du, bring' auch jetzt dein Lob herzu."*

Leise und voller „Glück" sang ich die Strophe des Liedes vor mich hin und dachte dabei: Manchmal zeugen noch ganz andere Dinge von des Schöpfers Ehr – zum Beispiel dieser Kaffeebecher.

Atmen

„Gott gab uns Atem, damit wir leben ..."

Ich bin mit einer Gruppe Pastorinnen und Pastoren auf Fortbildung. Bei schönstem Wetter auf der Insel Langeoog. Dort wird jeden Morgen am Strand eine Atemmeditation angeboten. Von dieser jungen Frau. Sie heißt Nadine Stalter und ist Teil des Sporteams Langeoog.

Habt ihr erkannt, was sie um ihren Hals trägt? Genau – es ist eine Induktionsschleife mit Sender. Und ich trage den dazu passenden Empfänger um meinen Hals.

Atemmeditation am Strand. Wo jedes Wort im Wind verhallt. Das kann ich nur machen, wenn auch mein Gegenüber mitmacht. Deshalb habe ich Nadine Stalter gefragt, ob sie sich den Sender umhängt, und sie hat das sofort getan.

Die Meditation beginnt. Ich liege mit geschlossenen Augen auf meiner Matte und höre auf die Worte von Nadine Stalter. Ich muss mich dabei nicht anstrengen. Ihre Worte strömen durch die Hörgeräte direkt in meine Ohren.

Angeleitet durch diese Worte konzentriere ich mich ganz und gar auf meinen Atem: Wie er in meine Lungen strömt und sie füllt. Wie eine kleine Pause entsteht. Ein Freiraum zwischen Einatmen und Ausatmen. Wie der Atem dann wieder ausströmt und meine Lungen sich leeren. Wie wieder ein Freiraum entsteht. Dieses Mal zwischen Ausatmen und Einatmen. Und dann der Kreislauf des Atems und des Lebens erneut beginnt …

Aber nun will ich ehrlich sein: Ich kann mich nämlich nicht die ganze Zeit über auf meinen Atem konzentrieren. Manchmal lenken mich Geräusche ab. Und manchmal werde ich über dem Atmen einfach müde oder gehe meinen Gedanken nach.

Aber Nadine Stalter sieht das alles kommen. Für die gut Hörenden genauso wie für die Schwerhörigen. Sie holt uns jedes Mal durch ihre Worte zurück zu unserem Atem. „Bewertet nicht, was ihr hört", sagt sie. Und: „Bleibt achtsam. Kehrt zurück ins Hier und Jetzt und spürt erneut eurem Atem nach."

Ich höre ihre anleitenden Worte. Ich höre sie genauso gut wie die gut Hörenden. Weil Nadine Stalter den Sender um ihren Hals trägt und ich den Empfänger um meinen. Und ihre Worte so durch die Hörgeräte direkt in meine Ohren strömen.

Ich denke noch: *„Gott gab uns Atem, damit wir leben …"*. Dann folge ich wieder den Worten von Nadine Stalter und spüre erneut nur meinem Atem nach.

Alles roger!

Da ist er endlich: Roger. Ja, genau! Ich meine den kleinen grau-schwarzen Stab, der neben einer Speisekarte auf einem Eichenholztisch in einer sehr gut besuchten oberbayerischen Gastwirtschaft liegt. Die beiden jungen Frauen sind übrigens zwei meiner Töchter: Elisabeth und Hanna *(Foto auf Seite 25)*. Sie sehen Roger zum ersten Mal und bestaunen ihn.

Er ist aber auch erstaunlich: leistungsstark, vielseitig anwendbar und voller Energie. Gerade liegt er auf dem Tisch. Und richtet sich so automatisch auf die gerade sprechende Person aus.

Kurze Zeit später nehme ich ihn in die Hand und richte ihn auf den Kellner aus. Ich höre dessen Stimme klar und deutlich und gebe entspannt meine Bestellung auf. Und wenn ich mit nur einem Gesprächspartner in dieser oberbayerischen Gastwirtschaft säße, dann könnte ich Roger sogar in eine Halterung stellen und auf mein Gegenüber ausrichten. So hätte ich beide Hände frei, um etwa Schweinsbraten mit Kartoffelknödeln, Biersauce und Krautsalat zu essen. Und mein Gegenüber könnte ebenso ungehindert zu Messer und Gabel greifen.

Aber: Damit habe ich nur einen Teil von Roger beschrieben, nämlich den Sender. Den Empfänger seht ihr auf dem Bild unten. Ihr kennt das schon: Es ist eine gute alte Induktionsschleife. Nur eben nicht im Boden verlegt, sondern um meinen Nacken gelegt.

Und das wisst ihr auch: Dieser Empfänger funktioniert im Zusammenspiel mit der T-Spule in meinen Hörgeräten. Die ich schon vor längerer Zeit beim Hörakustiker habe aktivieren lassen. So überträgt Roger klar und deutlich alles, was meine Töchter und der Kellner mir zu sagen haben, an bayerisch-lautem Stimmengewirr vorbei auf meine Hörgeräte.

Ich habe einen wunderbaren Abend: mit einer entspannt aufgegebenen Bestellung, deftigem bayerischem Essen inklusive Apfelstrudel mit Vanillesauce zum Nachtisch und einer angeregten Unterhaltung mit Hanna und Elisabeth. Alles roger also. Oder biblisch gesprochen: *… und siehe, es war sehr gut!*

Zuletzt noch zwei Anmerkungen: 1. Meine Töchter haben der Veröffentlichung ihres Fotos ausdrücklich zugestimmt. 2. Roger kostet natürlich Geld. Aber es gibt mögliche Kostenträger. Etwa die Agentur für Arbeit oder das Integrationsamt oder die Rentenversicherung.

Mit Roger bei der Arbeit

Ich bin immer noch begeistert von Roger und habe ihn neulich das erste Mal mit zur Arbeit genommen.

Das wisst ihr doch?! Dass ich in meiner Landeskirche nicht nur die Beauftragte für Schwerhörigenseelsorge bin, sondern auch als „normale“ Pastorin unterwegs?! Zur Mitarbeit im Kirchenkreis nennt sich das, und was ich da mache, sind Gottesdienste, Taufen, Trauungen und Beerdigungen.

Und hier beginnt das Problem. Nein, ich muss es anders formulieren: Hier begann mein Problem, als ich meine Schwerhörigkeit noch mehr oder weniger verdrängt habe. Da bin ich nämlich zu jedem Tauf-, Trau- und Beerdigungsgespräch mit äußerst gemischten Gefühlen gegangen. Was, wenn ich an entscheidender Stelle etwas falsch verstehe, lautete die Überschrift über allen diesen Gesprächen.

Bei Taufen und Trauungen war es noch nicht mal so schlimm. Ein fröhliches Fest verzeiht vieles. Aber bei Beerdigungen? Wo die Trauer jedes Wort auf die Goldwaage legt und ein falsches eben nicht verziehen wird?

Ihr könnt es mir glauben: Ich habe die Ohren gespitzt wie ein Luchs, und das war so anstrengend, dass mir dabei jedes Mal der Schweiß den Rücken entlanglief.

Dann, als es gar nicht mehr ging, kam die Einsicht: Du musst dich endlich mit deiner Schwerhörigkeit auseinandersetzen. Sie akzeptieren und in dein Leben und deine Arbeit integrieren. Sie offen und freundlich kommunizieren.

Das alles habe ich getan. Und schon das war ein gutes Gefühl. Dann habe ich angefangen, auch bei der Arbeit Hilfsmittel zu verwenden. Wie jetzt Roger. Der mit seinen hochwertigen Mikrofonen zielgerichtet mehrere Gesprächspartner*innen aufnimmt. Und mit seinem Empfänger das Gesprochene direkt in meine Hörgeräte überträgt.

Vielleicht könnt ihr euch schon denken, wo ich ihn das erste Mal eingesetzt habe? Genau! Bei einem Beerdigungsgespräch.

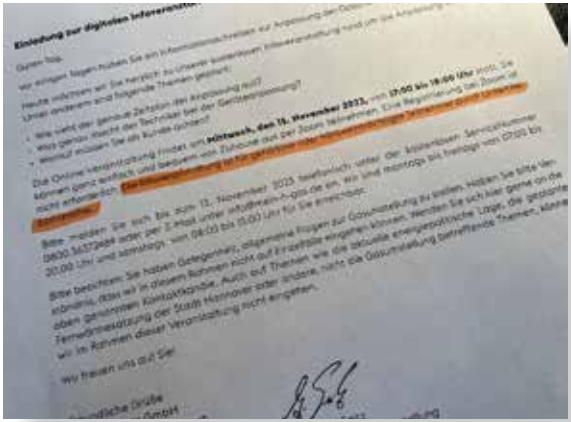
Stellt euch vor: Acht Trauernde sitzen um einen großen Wohnzimmertisch. Sie sprechen leise und mit verhaltenen Stimmen. Nur mit Hörgeräten ausgestattet, wäre ich an dieser Situation gescheitert. So aber lege ich Roger auf den Tisch, erkläre seine Funktion und schalte auf die T-Spule in meinem Hörgerät um.

Ich höre alles klar und deutlich und vor allem: völlig stressfrei! Wann und wo die Verstorbene geboren wurde, wie ihre Kinder heißen, und dass sie Witwe gewesen ist. Dass sie eine sehr gute Köchin war und ihr Schweinebraten mit Rotkohl und Klößen sagenhaft. Dass sie für die ganze Familie Socken gestrickt und bis zuletzt teilgenommen hat am Leben ihrer Kinder und Enkelkinder. Und dass sie jeden Sonntag Bingo mit Michael Thürnau gesehen hat.

Noch einen Satz verstehe ich laut und deutlich, und der wird später zur Grundlage meiner Ansprache: „Jetzt ist Mama im Himmel wieder mit Papa zusammen, und die beiden sitzen vorm Fernseher und füllen ihre Bingoscheine aus."

Eine freudige Überraschung

Mein Energieversorger stellt sein Gas auf H-Gas um. Das ist Gas mit höherem Methangehalt und dementsprechend höherem Brennwert. Damit das funktioniert, muss zuvor meine Gastherme an dieses Gas angepasst werden. Das heißt: Es gibt einen Zeitplan, ein Techniker kommt zu mir nach Hause, und ich muss als Kundin auch einiges beachten.



Alles in allem scheint das Ganze ein doch etwas umfangreicherer Prozess zu sein. Deshalb hat mein Energieversorger jetzt auch zu einer Online-Informationsveranstaltung eingeladen.

Und nun die freudige Überraschung: „Die Infor-

mationsveranstaltung ist für gehörlose oder hörbeeinträchtigte Teilnehmer durch Untertitel barrierefrei."

Ich habe das sofort farbig markiert. Dann habe ich gedacht: Besser geht's nicht! Und: Da hat mal wer mitgedacht. Ich werde in jedem Fall an dieser Veranstaltung teilnehmen.

Auf Wiedersehen

Nein, ich will mich nicht von euch verabschieden. Es geht weiter mit meinen Ermunterungstexten, und hier kommt ein neuer.

Wie ihr vielleicht wisst, ist mein Mann Architekt. Und kommt in diesem Zusammenhang mit vielen Bauleuten zusammen. Mit Maurern und Malern, mit Fliesenlegern und Elektrikern, mit Tischlern und Klempnern.

Manchmal wird es dann auch privat, und mein Mann erzählt, dass er mit einer Pastorin verheiratet ist. Das trifft in diesen Kreisen auf großes Erstaunen. Ein bisschen so, als habe er eine Art Alien geheiratet. Noch größer wird das Erstaunen allerdings, wenn mein Mann erzählt, dass seine Frau nahezu ertaubt ist. Dann kommt mit 100-prozentiger Wahrscheinlichkeit die Frage: „Wie unterhältst du dich denn mit ihr? Kannst du Gebärdensprache?"

„Nein", antwortet mein Mann dann. „Meine Frau trägt Hörgeräte. Außerdem benutzt sie andere technische Hilfsmittel."

Wenn mir mein Mann von solchen Gesprächen erzählte, fand ich die Frage nach der Gebärdensprache jedes Mal ziemlich lustig. Sie war für mich Ausdruck von Unkenntnis, und ich habe über sie gelacht.

Aber neulich abends, als ich neben meinem Mann im Badezimmer stand und meine Hörgeräte bereits rausgenommen hatte, sagte er noch etwas zu mir, und ich verstand keinen einzigen Ton. Da habe ich gedacht: Eigentlich wäre es doch ganz gut, wenn man ein bisschen Gebärdensprache könnte.

Dann fiel mir ein Ehepaar ein, das ich vor einiger Zeit besucht hatte. Beide sind nahezu ertaubt, aber trotzdem in der Lage, sich miteinander – nein, nicht in Gebärdensprache, aber mit lautsprachbegleitenden Gebärden, ohne Hilfsmittel zu unterhalten. Sie untermalen jedes ausgesprochene Wort mit einer Gebärde, und durch den Dreiklang von Lippenbewegung, gesprochenem Wort und Gebärde verstehen sie sich.

Ich habe das Ehepaar bei meinem letzten Besuch gebeten, mir einige Worte zu zeigen. Sie taten es. Nämlich: AUF – WIEDER – SEHEN.

Ich zeige euch das mal mit lautsprachbegleitenden Gebärden – in dem Wissen, dass ich es eigentlich nicht kann und die beiden mich, wenn sie diesen Text lesen, sicherlich korrigieren.

AUF

WIEDER

SEHEN

Wenn ich das Ehepaar das nächste Mal besuche, dann werde ich fragen, wie ich meinem Mann mit lautsprachbegleitenden Gebärden „Gute Nacht!“ sage. Und natürlich: „Ich liebe dich!“

Das würde ich ihm dann auch sofort beibringen. Damit er es mir vorm Zubettgehen, wenn ich meine Hörgeräte nicht mehr drin habe, so sagen kann, dass ich es verstehe.

PS: In diesem Ermunterungstext wird für Berufsbezeichnungen bewusst nur die männliche Form gebraucht, da es sich um die Wiedergabe realer Erfahrungen handelt und in diesem Fall die benannten Berufe nur männlich besetzt waren.

Ohne Worte

Was ich euch heute erzähle, ist schon fast drei Jahre her. Aber da ich beim letzten Mal angefangen habe, von meinem Mann zu erzählen, will ich euch jetzt auch erzählen, wie es mit ihm angefangen hat: Es war Silvester, ich noch Gemeindepastorin in der Nähe von Hannover und von einem Kollegen zu seiner

Silvesterparty ins ferne Ostfriesland eingeladen. „Ich habe aber vorher noch den Silvestergottesdienst“, sagte der Kollege zu mir. Und ich antwortete: „Dann komme ich eben in deinen Gottesdienst.“

Das tat ich auch. Mitten in der Corona-**Hoch**zeit. Mit dem damals üblichen Abstand, gekennzeichneten Sitzplätzen und mit Maskenpflicht.

Als der Gottesdienst mit dem Orgelnachspiel endete, drehte ich mich um, um die Orgel besser hören zu können. Da fiel mein Blick auf einen Mann, der etwa fünf Bankreihen hinter mir stand. Er trug, wie ich, eine Maske, und über seiner Maske blickte er mich mit aufmerksamen Augen an. Und ich blickte zurück. Und er blickte zurück. Und ich blickte zurück. Und er blickte zurück …

Dann verließ er die Kirche, und auch ich ging nach draußen, um dort auf meinen Kollegen zu warten. Dort sah ich den Mann erneut, und wieder begann unser Spiel mit den Blicken. Schließlich ging der Mann weg, und ich fuhr mit meinem Kollegen zu der Silvesterparty.

An Party war aber überhaupt nicht zu denken, weil mich die ganze Zeit über Fragen umtrieben: „Was war das? Wer ist dieser Mann? Wie kriege ich Kontakt zu ihm?“

Um es für euch kurz zu machen: Mit Hilfe der gekennzeichneten Sitzplätze und des Internets gelang es. Dann nahm ich allen Mut zusammen und rief den Mann an. Und der sagte, während mir das Herz bis zum Hals schlug: „Mir ging es genauso, als unsere Blicke sich trafen. Es war wie ein Blitz vom Himmel!“

Letztes Jahr haben wir geheiratet und uns im Sommer dieses Jahres Gottes Segen für unsere Ehe geben lassen. In derselben Kirche, in der sich vor fast drei Jahren unsere Blicke trafen. Und natürlich von demselben Kollegen, bei dem ich zur Silvesterparty eingeladen war.

Das alles Entscheidende aber geschah ohne Worte. Manchmal muss man eben gar nicht hören, um Wunder zu erleben!

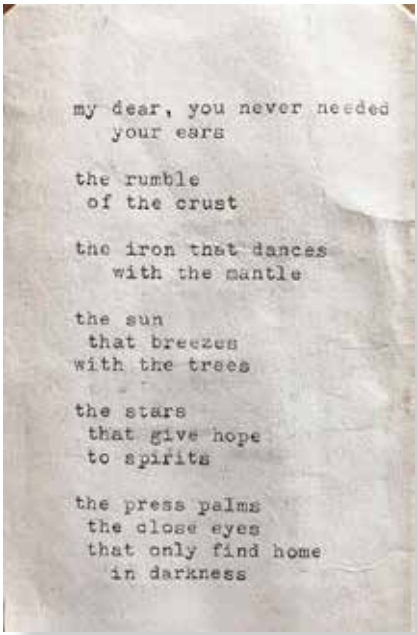
Das Gedicht in meiner Handtasche

Da gibt es ein Gedicht. Ich trage es immer bei mir in meiner Handtasche. Der Dichter verfasste es in einem U-Bahn-Gang in New York. Auf seiner kleinen Schreibmaschine von Olympia aus Wilhelmshaven. Nur für mich.

„Sag‘ mir, was dich bewegt“, forderte er mich in Englisch auf. „Ich schreibe dir

das passende Gedicht dazu. Ganz umsonst.“ Ich nahm meinen Mut zusammen und auch mein Englisch. Ich erzählte dem Dichter von meinen Ohren. Von der noch nicht lange zurückliegenden Cochlea-Implantation. Und davon, dass ich noch nicht ganz in der hörenden Welt angekommen sei.

Er hörte mir aufmerksam zu, und dann verfasste er auf seiner Schreibmaschine diese sagenhaften Zeilen:



my dear, you never needed
your ears

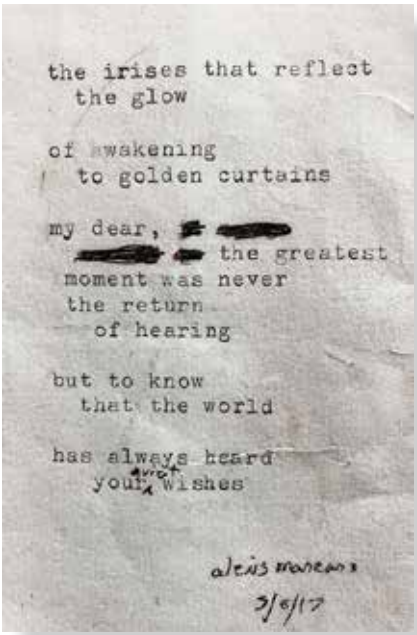
the rumble
of the crust

the iron that dances
with the mantle

the sun
that breezes
with the trees

the stars
that give hope
to spirits

the press palms
the close eyes
that only find home
in darkness



the irises that reflect
the glow

of awakening
to golden curtains

my dear, [redacted]
[redacted] the greatest
moment was never
the return
of hearing

but to know
that the world

has always heard
your wishes

alois mancan
3/6/17

Ich las die englischen Worte und war tief berührt. Dieser Dichter hatte in mein Innerstes gesehen! Ich nahm sein Gedicht und legte es in meine Handtasche. Schon damals wusste ich genau: Der Dichter wird mich damit bis heute tragen.

Habt ihr es nicht selbst gesehen? Wie zerknittert sein Papier an einigen Stellen ist? Weil ich es immer wieder aus der Handtasche nehme, um es zu lesen. Habt ihr nicht auch gesehen, wie sorgfältig der Dichter seine Worte wählte und veränderte?! Damit es auch wirklich **mein** Gedicht wird.

Vier Wörter strich er aus und eines fügte er handschriftlich ein. So steht nun zwischen „your“ und „wishes“ ein Wort, das wie kein anderes zu mir passt: „quiet“. Aber er hat es so gesetzt, dass dieses „quiet“ für mich das beste aller Worte wurde:

Meine Liebe,
Der größte Moment war niemals der, als du wieder hören konntest
Sondern der, zu wissen, dass die Welt
Schon immer deine ***leisen*** *Wünsche hörte*

Am Ende bekommt ihr das ganze Gedicht vom Englischen ins Deutsche übersetzt:

Meine Liebe,
Du hast deine Ohren nie gebraucht
Das Knuspern der Kruste
Das Bügeleisen, das mit dem Umhang tanzt
Die Sonne, die mit den Bäumen spielt
Die Sterne, die den Seelen Hoffnung geben
Die Zeitung verdeckt
Die geschlossenen Augen, die nur im Dunklen heimfinden
Die Iris, die das leuchtende Erwachen unter goldenen Schleiern spiegelt
Meine Liebe,
Der größte Moment war niemals der, als du wieder hören konntest
Sondern der, zu wissen, dass die Welt
Schon immer deine leisen Wünsche hörte.

Anmerkung: Diese Geschichte habe ich zwar verfasst, aber sie ist nicht meine Geschichte. Sie wurde mir freundlicherweise geliehen von einer Person, der sie 2017 in New York widerfahren ist, und die das in ihr zitierte Gedicht noch heute in ihrer Handtasche bei sich trägt.

Eine wahrhaft „**engel**ische“ Geschichte. Passend zu Weihnachten.

Macht hoch die Tür

Macht hoch die Tür, die Tor macht weit; es kommt der Herr der Herrlichkeit,
ein König aller Königreich, ein Heiland aller Welt zugleich,
der Heil und Leben mit sich bringt …

Der Dezember ist weit fortgeschritten und mit ihm der Advent. In drei Tagen feiern wir Heiligabend, und in meinem Wohnzimmer ist schon einiges an Weihnachtsdekoration angekommen. Auch meine Weihnachtspyramide. Ich stelle sie jedes Jahr zu Beginn der Adventszeit auf. Ich entzünde ihre Kerzen, und

sogleich fangen ihre Figuren an, sich zu drehen. Auf der untersten Ebene der Pyramide ziehen drei Könige in blauem, grünem und rotem Gewand an mir vorbei. Sie alle tragen Kronen.

Ist einer von ihnen der König, für den ich die Tür hoch und das Tor weit machen soll?

Nein! Um diesen König zu sehen, muss ich meinen Blick auf die nächste Ebene der Pyramide richten, denn dort finde ich ihn: Er liegt zwischen Maria und Joseph als schreiender Säugling in einer Krippe.

Dieser König steht in meiner Pyramide mit seiner Krippe auf festem Boden. Ihn kann nichts erschüttern. Er ist der Heiland der Welt. Er bringt Leben und Heil mit sich!

Um ihn herum drehen sich Hirten mit ihren Schafen. Kleine Leute. Die so einiges um die Ohren haben. Meist sogar viel zu viel. Und doch drehen sie sich um ihn.

… derhalben jauchzt, mit Freuden singt: Gelobet sei mein Gott, mein Schöpfer reich von Rat.

Genau das tun diese kleinen Leute: Sie jauchzen und singen. Obwohl sie viel um die Ohren haben. Tun wir es ihnen doch einfach nach! Drehen wir uns wie die Hirten um unseren König und Heiland. Jauchzen und singen wir, weil wir bei diesem Säugling auf offene Ohren stoßen, und er mit seinem Schreien sogar zu tauben Ohren vordringt.

„Halte deine Ohren steif!“, hören wir ihn dann sagen. Aber auch: „Ich bringe Heil und Leben zu dir!“

Bestandsaufnahme

Zu Beginn eines neuen Jahres eine Bestandsaufnahme zu machen, das kennt ihr doch sicherlich auch. Zumindest in Bezug auf die Frage: „Wieviel Kilo Gewicht habe ich über die Feiertage zugenommen, und wie wenig habe ich mich sportlich betätigt?“

Aber diese Bestandsaufnahme meine ich nicht. Sondern ich meine die in Bezug auf die Frage: „Wieviel höre ich noch?“ Und zwar immer dann, wenn die Geräusche sehr leise sind oder aus der Ferne kommen. Und wenn ich alle mir zur Verfügung stehenden Hilfsmittel – also Hörgeräte oder Cochlea Implantate oder andere Hilfsmittel wie den Roger oder die FM-Anlage aktiv nutze.

Ich habe das in diesen ersten Tage im Januar mal an mir selbst beobachtet, und ich bin zu einem wirklich erfreulichen Ergebnis gekommen:

Ich höre das morgendliche Zwitschern der Vögel.
Ich höre das Wasser ins Waschbecken plätschern.
Ich höre das Rascheln der Zeitung.
Ich höre das Acht-Uhr-Geläut der Kirchenglocken.
Ich höre den Regen ans Fenster klopfen und auf die Fensterbank prasseln.
Ich höre das Klackern meiner Tastatur.
Ich höre das Sirren des Wasserkochers.
Ich höre das Brutzeln des Fleisches in der Pfanne.
Ich höre das leise Schnarchen meines Mannes beim Mittagsschlaf.
Ich höre das Ticken der großelterlichen Wanduhr.
Ich höre das Säuseln des Windes in den Bäumen.
Ich höre das Rauschen der Wellen am Strand.
Aber das Beste: Ich höre das Schnurren meiner Katzen.

Dies ist eine von ihnen. Sie schnurrt gerade meine Handpuppe an: Pastor Johannson. Und passenderweise liegt sie dabei auch noch in der Nähe meines „Hörkoffers“ mit der FM-Anlage. Mit der ich sogar leise Stimmen in großer Runde höre.

Ich muss euch sagen: Für dieses

viele Hören bin ich sehr dankbar! Und nun frage ich euch: Was hört ihr noch alles? Ich freue mich auf eure Antworten! Und ich bin mir sicher: Auch eure Bestandsaufnahme wird sich lohnen.

Thronwechsel

Ich liebe Dänemark! Ich mag die dänische Lebensart und das dänische Königshaus. Die hatten am 14. Januar Thronwechsel: Königin Margrethe II dankte per Unterschrift im Kronrat ab, und König Frederik X wurde kurz danach vor jubelnden Menschen von Ministerpräsidentin Mette Frederiksen zum neuen König ausgerufen.

Aber das war noch nicht alles: Eine Woche später wurde in der Domkirche in Aarhus zum Abschluss des Thronwechsels ein Festgottesdienst gefeiert, an dem die ganze Königsfamilie teilnahm. Und ich war natürlich auch mit dabei. Sogar live! Und zwar über DR.dk, die Website des „Ersten Programmes“ in Dänemark.

Genau, ihr habt das richtig verstanden: Ich habe mir diesen Festgottesdienst in dänischer Sprache angeschaut. Ich kann euch sagen: Das ist eine echte Herausforderung für eine Hörgeschädigte. Jede und jeder weiß, dass die Dänen noch mehr nuscheln als die Deutschen, und dann kommt auch noch dieser typisch dänische Stoßton dazu, der sich für deutsche Ohren wie Stottern anhört.

Warum hat es trotzdem funktioniert? Zunächst einmal hat der Bischof, Henrik Wigh-Poulsen, während seiner Predigt ausgesprochen deutlich gesprochen. Dann sind bei allen biblischen Lesungen und auch bei den Liedern die Texte eingeblendet worden. Ich habe also mitgelesen und sogar mitgesungen.

Und schließlich, und das ist für mich am wichtigsten gewesen: Ich habe mei-

nen TV-Adapter benutzt. Ihr seht ihn auf dem Foto am unteren Bildrand. Dieser Adapter hat mir den Ton vom Fernseher direkt auf meine Hörgeräte übertragen, und zwar genau in der von mir gewünschten Lautstärke. Durch ihn konnte ich alles hören und das meiste verstehen. Und wenn ich dann doch mal was nicht verstanden habe, dann lag das ausschließlich an meinen mangelnden Dänischkenntnissen.

Was mir bei diesem Gottesdienst übrigens am besten gefallen hat: Wie bei allen dänischen Gottesdiensten hat in ihm ein einfaches Kirchenmitglied das erste und das letzte Wort gehabt. Und zwar in Form des Eingangs- und des Ausgangsgebetes, bei dem sich die Gemeinde inklusive königlicher Familie erhoben und der Bischof in seinem prächtigen Gewand am Altar sogar gekniet hat.

Mal alles richtig gemacht

Am 26. Januar 2024 wurde ich in einem feierlichen Gottesdienst gemeinsam mit drei anderen Kolleginnen aus dem Zentrum für Seelsorge und Beratung offiziell als Beauftragte für Schwerhörigenseelsorge in mein Amt eingeführt. Einige Tage zuvor hatte mich mein Mann gefragt: „Wie geht es dir denn damit? Bist du aufgeregt?“

Ich war tatsächlich aufgeregt. Aber nicht wegen meiner Einführung, sondern weil ich wusste, dass an diesem Gottesdienst mit anschließendem Empfang auch Hörgeschädigte teilnehmen. Meine Hauptsorge war: Schaffen wir es, Gottesdienst und Empfang so zu gestalten, dass auch Hörgeschädigte alles verstehen?

Um es vorwegzunehmen: Wir haben es geschafft! Und zwar mit Hilfe der Funkmikrofonanlage in meinem „Hörkoffer“. Ihr kennt den schon. Das ist der, neben dem letz-

tens meine schwarz-weiße Katze lag. Aus diesem Hörkoffer boten wir nämlich gleich zu Beginn allen Hörgeschädigten einen Empfänger mit Ringschleife an. Den brauchten sie sich nur umzuhängen und ihre Hörhilfen auf T-Spule zu stellen. Außerdem baten wir alle Redenden, sich ein Sendemikrofon aus dem Hörkoffer zu nehmen und dort hineinzusprechen.

Sie haben das bereitwillig getan. Und an dieser Stelle muss ich das Wort bereitwillig noch einmal betonen: Es gab während des Gottesdienstes und Empfanges kein einziges Wort, das nicht von den „Hörkoffersendern" zu den „Hörkofferempfängern" übermittelt wurde.

Als etwa beim Auflegen der Hände die Segensworte gesprochen wurden, wurden die auf diese Art und Weise direkt auf die Hörhilfen der Hörgeschädigten übertragen. Und als der predigenden Oberkirchenrätin zu Beginn ihrer Ansprache nicht klar war, ob einer der anwesenden Hörgeschädigten sie auch versteht, unterbrach sie sogar ihre Predigt und fragte nach: „Können Sie mich hören?" Er konnte.

Mein Fazit: Mal alles richtig gemacht! Und wen es interessiert, hier noch die mir zugesprochenen Segensworte: *Denn es sollen wohl Berge weichen und Hügel hinfallen, aber meine Gnade soll nicht von dir weichen, und der Bund meines Friedens soll nicht hinfallen, spricht der Herr, dein Erbarmer. (Jesaja 54, 10)*

Und: *Mit meinem Gott kann ich über Mauern springen. (Psalm 18, 30)*

Schnecke

Ich sitze im Wartezimmer. Auf meinem Schoß halte ich eine kleine, gehäkelte Schnecke. Sie streckt mir ihre beiden Fühler entgegen und lacht mich an.

Genau, ihr habt richtig gelesen! Ich sitze im Wartezimmer. Es ist das Wartezimmer vom Hörzentrum der Medizinischen Hochschule Hanno-

ver. Ich habe mich da mal als Patientin eingereiht. Nach dem letzten Ohrenarztbesuch will ich abklären lassen, ob für mich ein „Schneckenimplantat“ in Frage kommt.

Aber ich will lieber den korrekten Begriff benutzen, damit ihr nicht irritiert seid: „Cochlea-Implantat“ heißt es richtig.

Mit mir im Wartezimmer sitzen die unterschiedlichsten Patientinnen und Patienten: Einige tragen Hörgeräte hinter den Ohren, andere haben dort ein Verbandspolster. Wieder andere tragen zwar nichts hinter den Ohren, dafür aber ein Smartphone in der Hand, mit dem sie Sprache zu Text werden lassen. Und noch andere tragen hinter den Ohren Cochlea-Implantate.

Die mit den Hörgeräten lassen prüfen, ob sie für ein Cochlea-Implantat überhaupt infrage kommen. Die mit dem Verband sind gerade frisch operiert und bekommen ihren ersten Probeton. Die mit dem Smartphone durchlaufen die Erstanpassung. Und die mit den Schnecken-Implantaten kommen zum Nachstellen.

Ich sehe alte und junge Leute und viele, auch sehr kleine Kinder. Dann blicke ich noch mal auf die Schnecke in meinem Schoß. Wie zierlich und putzig sie aussieht! Mit ihrem orangen Körper und ihrem hellgrünen Schneckenhaus. Und mit ihren zwei runden, schwarzen Knopfaugen und dem freundlich-hellgrünen Lachen.

Diese Schnecke wurde mit großer Sorgfalt von liebevollen Händen gehäkelt. Aber nicht nur diese. Sie hat nämlich viele weitere Artgenossinnen. Die alle als „Trösterli“ an die kleinen Kinder verschenkt werden, wenn sie im Hörzentrum an ihrer Schnecke behandelt werden.

Mich hat das beeindruckt. Da schwingt nämlich etwas mit, das weit über eine rein medizinische Behandlung hinausgeht und die Seele berührt. Meine Seele hat diese kleine Schnecke jedenfalls zum Schwingen gebracht, als sie mir im Wartezimmer ihre beiden Fühler entgegenstreckte und mich anlachte.

Wen es interessiert, hier das Ergebnis meiner Untersuchung: Obwohl ich an Taubheit grenzend schwerhörig bin, höre ich mit gut eingestellten Hörgeräten noch so gut, dass ich noch kein Schneckenimplantat benötige.

Schneeglöckchen

So langsam wagen sie sich hervor. Sogar im hohen Norden Deutschlands, im sturmerprobten Ostfriesland: die zarten Schneeglöckchen.

Ihre Keime haben sich den Weg aus dem kalten Boden gebahnt. Sie haben Erde, verwelkte Eichenblätter, kleine Holzstöckchen und oft auch Schnee einfach beiseitegeschoben und sind in Richtung Sonne gewachsen. Von deren Licht beschienen, haben sie sich entfaltet: zuerst ihre beiden Laubblätter, dann ihr Blütenschaft und schließlich ihre Blüte.

Jedes Schneeglöckchen hat nur eine einzige Blüte. Deren Stiel ist so schwach und zart, dass sie sich senkt. Fast könnte man meinen, das Schneeglöckchen neigt bescheiden den Kopf. Oder blickt es nur deshalb auf den Boden, um zu betrachten, was es bereits alles hinter sich gelassen hat?

Genauso ist es! Es betrachtet, was es hinter sich gelassen hat. Der kalte Boden, die verwelkten Eichenblätter, die kleinen Holzstöckchen und selbst der Schnee können es an nichts mehr hindern. Das Schneeglöckchen hat sich von dem allem losgeeist. Es streckt sich befreit und frei dem Licht der Sonne entgegen und wird dafür mit einem wunderbar weißen Blütenglöckchen belohnt.

Was meint ihr? Wäre es nicht schön, wie diese Schneeglöckchen zu sein?

Ich gebe gerne zu, ein bisschen Anstrengung ist vonnöten, und zwar umso mehr, je zarter und schwächer wir uns fühlen. So etwas wie ein kleiner Ruck muss durch uns hindurchgehen.

Also: Ich höre mit meinen Hörgeräten nicht mehr gut? Dann mache ich

jetzt einen Termin beim Hörakustiker. Ich bin schon lange nicht mehr in Gesellschaft gewesen? Dann tue ich das jetzt und stelle dabei freundlich eine für mich passende Hörsituation her. Ich verstehe meine Kolleginnen und Kollegen nicht? Dann spreche ich das offen an und wir versuchen gemeinsam, eine gute Lösung zu finden.

Wir können das! Altes hinter uns lassen und Neues wagen. Und dann: Aufblühen wie Schneeglöckchen! Und uns befreit und frei und wunderbar belohnt fühlen.

Alles ganz einfach?!

Ihr erinnert euch noch an das Schneeglöckchen? Das auf den Boden blickt, um zu betrachten, was es bereits alles hinter sich gelassen hat? Heute bekenne ich euch: In dieser Woche musste es mich ein bisschen ermahnen.

Ich hatte mir nämlich schon lange vorgenommen, ein „Hörset“ zu erwerben, und zwar hauptsächlich, weil ich morgens meinen Wecker nicht mehr höre. Also Lichtsignalanlagen, Rauchmelder und natürlich einen Blitzlichtwecker. Damit mir alles, was ich nur noch schlecht oder gar nicht mehr höre, zusätzlich durch Lichtblitze, Audiosignale und Vibration angezeigt wird.

Zunächst kam der leichte Part: Ich holte ein Angebot einer Fachfirma ein, klärte die Finanzierung ab, freute mich über die komplette Kostenübernahme und bestellte schließlich das gesamte Hörset.

„Ich schicke Ihnen das per Postpaket“, sagte der Händler. Und: „Mit der Installation dürften Sie keine Probleme haben. Das ist ganz einfach.“ Diese Woche kam das Paket. Und mit ihm die Frage: „Das ist ganz einfach???“

Das Paket verschlossen zu lassen und nicht weiter zu beachten, war natürlich keine Option. Schon gar nach meinem Schneeglöckchen-Ermunterungstext! Wie war das da noch? „Ein bisschen Anstrengung ist vonnöten … So etwas wie ein kleiner Ruck muss durch uns hindurch gehen.“ In diesem Fall durch mich!

Also: Postpaket auf den Tisch stellen und öffnen, die einzelnen kleinen Kartons auspacken und sichten. So viele sind das? Ach ja, da stehen ja auch noch die Blumen, die mein Mann mir am Wochenende geschenkt hat … sind die nicht schön? Nicht ablenken! Weiter wie das Schneeglöckchen! Altes hinter mir lassen und Neues wagen.

Den ersten kleinen Karton öffnen. Es ist eine Tischblitzlampe. Gebrauchsanweisung in die Hand nehmen und lesen. Dazu habe ich alle Zeit der Welt. Und wenn ich etwas nicht verstehe, dann lese ich es ein zweites Mal. Oder frage meinen Mann. Der mir ja nicht nur schöne Blumen schenkt. Oder den Händler. Der das sowieso angeboten hatte.

Brauche ich alles nicht. Die Gebrauchsanweisung hält, was der Händler versprochen hat: Es ist alles ganz einfach! Die Tischblitzlampe kann ich schon mal bedienen.

Dass ich dabei wie das Schneeglöckchen aufgeblüht wäre, wäre ein bisschen übertrieben. Aber ich war doch froh um die Ermahnung. Und ein bisschen belohnt gefühlt habe ich mich auch.

Bernstein

Gerade aus dem Urlaub zurück, will ich euch erzählen, dass ich kurz vor Ostern reich beschenkt wurde. Und zwar vom „Westmeer“. So nennen die Dänen nämlich die Nordsee. Die spült bei Frühjahrsstürmen etwas an den Strand, das in der Sonne wunderbar glitzert und glänzt und eigentlich nicht zu übersehen ist: Bernstein.

Ich wähle das Wort „eigentlich“ mit Bedacht. Denn Bernstein ist durchaus zu übersehen, und manchmal habe ich das Gefühl, er lässt sich gar nicht suchen, sondern nur finden. In diesem Jahr hat er sich allerdings reichlich von mir finden

lassen, nach fünf Jahren Pause.

Warum schreibe ich das? Es hat für mich etwas mit Ostern zu tun und mit einem griechischen Wort: Dieses Wort heißt „Kairos“. Kairos ist der rechte Zeitpunkt.

Beim Bernsteinsuchen also nach einem Frühjahrssturm und bei Sonnenschein und möglichst dann, wenn noch nicht viele Menschen am Strand waren. Kairos ist eben aber auch dann, wenn meine Augen im rechten Moment auf die richtige Stelle blicken: etwa unter den Seetang, der den Bernstein so gerne in sich birgt, oder neben den größeren Stein, der nur so tut, als sei er Bernstein.

Kairos ist, wenn ich mich dann bücke, den Bernstein aufhebe, ihn vom Sand befreie, auf meine Handfläche lege und ihn im Schein der Sonne betrachte. Denn dann glitzert und glänzt er so wunderbar, als habe er alle Sonnenstrahlen in sich aufgenommen und gebe sie nun an mich weiter. Ob ihr es mir glaubt oder nicht: Mir hüpft dann jedes Mal mein Herz voller Freude, und ich rufe aus: „Wie schön!“

Aber was hat das mit Ostern zu tun? Ihr ahnt es. Auch an Ostern geht es darum, im rechten Moment auf die richtige Stelle zu blicken. Also neben den großen Stein, der bereits vom Grab weggewälzt ist, und direkt auf den Auferstandenen, der im Gewand des Lebens wie das Licht der Sonne leuchtet.

Und was hat das mit dem Hören zu tun?

An Ostern: Dass ich auf mein Herz höre, wenn es beim Anblick des Auferstandenen voller Freude hüpft, und zur rechten Zeit ausrufe, was dann andere hören. Nämlich: *Der Herr ist auferstanden, er ist wahrhaftig auferstanden!*

Und beim Bernsteinsuchen? Dass ich das Rauschen des Westmeeres höre, wenn ich den Bernstein noch einmal gegen die Sonne halte, um mich an seinem Glanz zu erfreuen. Und dabei merke, dass dieses Rauschen für mich unabdingbar zum Bernsteinfinden dazu gehört.

Die Neuen

Seit acht Tagen trage ich sie bei mir. Oder besser: in meinen Ohren. Und das meist länger als 16 Stunden am Tag: meine neuen Hörgeräte! Noch habe ich sie zur Probe, und ein weiteres Paar Neue wartet schon darauf, dass ich sie auch noch ausprobiere.

Es ist bereits einige Jahre her, dass ich das letzte Mal Hörgeräte zur Probe getragen habe. So lange, dass ich im Großen und Ganzen vergessen oder verdrängt habe, wie es mir damals damit ging. Aber jetzt ist alles wieder da.

Ich verlasse das Hörakustikgeschäft und steige in die Straßenbahn ein. Als die das erste Mal in einer Kurve betäubend laut über die Schienen quietscht, halte ich das kaum aus und bin versucht, sofort die Lautstärke mehrere Stufen runterzupegeln. Ich lasse es. Mein Hörakustiker hatte mir ja gesagt, dass genau das passieren würde.

Ich stehe in meinem engen Flur und höre ein Geräusch, das ich nicht einordnen kann. Es hört sich fast wie eine beginnende Rückkopplung an. Das Geräusch macht mich einen Tag lang verrückt. Dann ist es weg. Eine beginnende Rückkopplung war es wohl nicht.

Ich merke nachmittags, dass die Ohrenstücke meiner Hörgeräte zu drücken beginnen. Anders als bei meinen alten bestehen sie nämlich aus einem harten Material, um die Mikrophone in sich zu bergen. Ich bin versucht, die Hörgeräte aus den Ohren zu nehmen, lasse das dann aber. Stattdessen schreibe ich das Problem auf. Beim nächsten Besuch bei meinem Hörakustiker werde ich es ansprechen.

Ich sitze an meinem Laptop und höre das leise Rauschen seiner Lüftung. Interessant! Das habe ich lange nicht mehr so deutlich gehört.

Ich bin in einer vollbesetzten Kneipe. Am Nachbartisch sitzt eine zehnköpfige Motorradgruppe. Die Männer unterhalten sich lautstark. Ob ich mit den Neuen meine Freundin verstehe, ohne den Roger zu benutzen? Es funktioniert erstaunlich gut, weil die Technik in den Neuen die Umgebungsgeräusche bis zu

zehn Dezibel runterpegeln kann. Ich bin erfreut und merke mir: Das musst du bei den anderen Neuen unbedingt unter ähnlichen Bedingungen testen, das ist wichtig.

Schon jetzt kann ich sagen: Beim Probetragen der Neuen ist Geduld und Durchhaltevermögen vonnöten. Aber auch: Mit diesen Neuen höre ich deutlich mehr als mit meinen alten Hörgeräten!

Zither

Der Hut mit dem Gamsbart verdeckt es, aber wenn ihr genau hinseht, dann erkennt ihr es: Der Mann auf dem Foto, der die Zither spielt, trägt Cochlea-Implantate.

Seine Implantate versetzen ihn nicht nur in die Lage, Zither zu spielen, sondern mit diesem Instrument auch vor Publikum aufzutreten. Was aber noch bemerkenswerter ist: Sie versetzen ihn sogar in die Lage, sich bei seinen Auftritten von einem Gitarrenspieler begleiten zu lassen.

Der Zitherspieler nennt sich übrigens Alpöhi. Sein Gitarrenbegleiter heißt Hannes. Aber jetzt lasse ich Hannes mal selbst zu Wort kommen. Der schreibt über diesen Auftritt nämlich an den Zitherspieler: „Ich bin mit meiner Gitarre ja nur Begleitung, merke aber, dass ich dich auch leiten kann, … du hast dich oft dem Rhythmus meiner Gitarre angepasst, als … zum Beispiel das Plenum gesungen hat, habe ich das Tempo etwas angezogen und du bist sofort drauf ‚gesprungen'."

Der Alpöhi hat also nicht nur gespielt, sondern er hat auch auf seine Begleitung gehört!

Hannes meint dazu: „ … dies zu hören erfordert eine gute Musikalität und ein Beherrschen des Instruments …" Ich ergänze das mal: „… und gut eingestellte Cochlea-

Implantate wie deine.“ „Das hat mir schon imponiert!“, fährt Hannes fort. Und mir imponiert es auch.

Die beiden spielen an diesem Tag auch das „Harry Lime Theme“ aus dem berühmten Film „Der Dritte Mann“ mit Orson Welles. Auch hier macht Hannes dem Zitherspieler Komplimente zu seinem Musikgehör und seinem Musikverständnis, und er bringt seine Bewunderung darüber zum Ausdruck, wie der Alpöhi die Zither spielt: „… mit dem Daumen und dem Ring der rechten Hand die Melodie und mit den anderen Fingern der rechten Hand in einem unterschiedlichen Metrum die Begleitung.“

Ich denke: Da muss man sich auch selbst gut zuhören können. Aber genau das kann der Zitherspieler mit seinen Cochlea-Implantaten offensichtlich.

Das Ganze macht mich so neugierig, dass ich mir das Harry Lime Theme auf YouTube anhöre. Habt ihr es noch im Ohr? Dieses schmissige Leitmotiv in typischem Zitherklang: dö dö döö dö-dö-dö-dö / dö dö döö dö-dö-dö-dö?

Nein?! Ich habe es auch schlecht wiedergegeben. Hört es euch lieber auf YouTube an: *https://www.youtube.com/watch?v=75tiRL_n-GU.*

P.S.: Diese Geschichte ist mir mal wieder geschenkt worden von einem Leser der Ermunterungstexte. Danke, Alpöhi, dass ich sie mit Foto verwenden darf!

Auf Sabbattagen

Ich bin auf Sabbattagen im Kloster Frenswegen, ganz im Westen unserer Republik, unmittelbar an der holländischen Grenze. Sabbattage, das heißt: drei Tage raus aus der Arbeit und unter fachkundiger Anleitung in sich selbst hineinhören. Und das für mich noch immer mit den Testhörgeräten in meinen Ohren.

Wir gehen in einer Gruppe einen Pilgerweg. Die Gruppe weiß, dass ich hörgeschädigt bin, und eigentlich weiß es auch der Anleiter.

Unsere letzte Station auf diesem Pilgerweg: der Brunnen vor dem Kloster. „Was speist euch?“, fragt der Anleiter. „Was ist eure Quelle des Lebens? Ist es Gott, wie die Bibel sagt: ‚*Bei dir ist die Quelle des Lebens, und in deinem Lichte sehen wir das Licht*‘?“

Der Anleiter lädt uns ein, am Brunnen eine Achtsamkeitsübung zu machen. Jeweils zwei Minuten lang sollen wir uns auf je einen unserer fünf Sinne konzentrieren. Der Anleiter sagt: „Fangen wir mit dem Hören an, das ist am einfachsten.“ Ich stutze, und dann muss ich grinsen. Das ist am einfachsten? Für mich nicht!

Ich blicke in die Gruppe. Auch da grinsen einige, und dann lacht die ganze Gruppe. Weil alle dasselbe denken wie ich. Nun bemerkt auch der Anleiter seinen Fehler. „Entschuldigung!“, sagt er. „Wir können auch mit was anderem beginnen.“ Ich halte ihm lachend den erhobenen Daumen entgegen: „Ist schon okay.“

Dann höre ich. Mit meinen Testhörgeräten. Ich höre: das Brummen von Autos im Hintergrund. Das Zwitschern der vielen Vögel in den mächtigen Buchen und Linden rund ums Kloster. Tschilp, tschilp, tönt es von oben und etwas tiefer tschülp, tschülp. Tirili höre ich, so hoch, dass es sich fast wie Sirren anhört. Rucke di gu, rucke di gu von der einzigen Vogelart, die ich sicher zuordnen kann: von Tauben.

Und ob ihr es mir glaubt oder nicht: Ich höre sogar das Brummen einer Hummel, die vor mir im Gras ein Gänseblümchen anfliegt.

Dann geht es weiter mit den anderen Sinnen: Fühlen, und ich fühle die warmen Sonnenstrahlen auf meinem Gesicht. Sehen, und ich sehe die dicken Rhododendronbüsche mit ihren vollen, lilafarbenen Blüten und den Klostergraben, dessen Wasser mit hellgrüner Entengrütze bedeckt ist. Schmecken, und ich schmecke dem köstlichen Zwiebelkuchen nach, den ich gestern hier zu Abend gegessen habe. Riechen, und ich rieche an meinem Halstuch, das nach meinem Parfum riecht. Und sogleich fallen mir meine Kinder ein, für die ich als Mutter so eng mit diesem Parfum verbunden bin, dass sie mich riechen, wenn sie dieses Parfum riechen.

Ich kehre noch einmal zum Hören zurück: Ich habe wirklich viel gehört mit meinen Testhörgeräten. Ich habe aber auch intensiv in mich hineingehört: beim Hören, Fühlen, Sehen, Schmecken und Riechen. Ich habe in mich hineingehört, und mein Inneres hat mir geantwortet: Du kennst so viele Quellen des Lebens! Neben dem Hören und über das Hören hinaus. Gehe zu ihnen wie zu einem

Brunnen. Schöpfe aus ihnen. Wenn dein Gehör dich im Stich lässt. Aber auch, wenn du dich auf dein Gehör verlassen kannst.

Und wenn du darüber hinaus noch das Bedürfnis verspürst, bei Gott deine Quelle des Lebens zu finden, dann gehe einfach auch zu diesem Brunnen und schöpfe aus ihm. Das geht nämlich sogar ohne Riechen, Schmecken, Sehen, Fühlen … und Hören – weil Gott über allen unseren Sinnen steht!

Ungeduld

Ich bin ungeduldig. Bei uns vorm Badezimmerfenster hängt ein Meisenkasten. Anfang April fand sich dort ein Meisenpärchen ein. Das Männchen zeigte dem Weibchen den Kasten, und es fütterte das Weibchen wieder und wieder. Dabei schlugen die beiden umeinander tanzend und werbend mit den Flügeln.

Dann begann der Nestbau: Zweige und Moos und Federn und Gras wurden durch das kleine Loch in den Meisenkasten transportiert und dort abgelegt. Dazu flogen die Meisen aus dem Loch und in das Loch und aus dem Loch und in das Loch … und dann geschah nichts mehr. Oder besser gesagt: Dann habe ich nichts mehr gesehen.

Einen Tag lang, zwei Tage lang … die Meisen blieben verschwunden. Hatten sie das Nest verlassen? War es zu kalt gewesen? Hatte der Wind die Eier zerstört?

Ich bin ungeduldig. Ich konnte nicht mehr abwarten. Und so schlich ich mich zu dem Meisenkasten, um vorsichtig durch das Loch zu spähen. Ich sah nichts. Alles dunkel.

Aber dann hörte ich das aufgeregte Schlagen von Flügeln. Tatsächlich – ich hörte

das! Es war das Weibchen, das sein Nest und sein Gelege verteidigte. Das hörte ich! Also schnell weg vom Nest! Die Meisen sind ja noch da. Und sie brüten offensichtlich.

Aber ich kenne mich. Ich bin ungeduldig. Ich sehe mich schon das nächste Mal zum Meisenkasten schleichen … vielleicht höre ich dann das Fiepen der jungen Nestlinge.

Stille

Ich bin in Hannover, es ist wunderbares Wetter, und ich habe nach einem langen Vormittag eine kurze Mittagspause. Nach Hause zu fahren, lohnt sich nicht, und außerdem verlockt die Sonne dazu, draußen zu verweilen. Ich gehe also in den nahegelegenen Annapark, und ich habe Glück: Direkt vor einem der Teiche ist eine Bank frei.

Ich setze mich und blicke über den Teich zum gegenüberliegenden Ufer und in den blauen Himmel. Dann schließe ich die Augen, um mich vom Licht der Sonne wärmen zu lassen. Eine halbe Sekunde später öffne ich die Augen wieder. Hinter mir macht sich ein unerträglicher Lärm breit. Woher kommt der? Ich brauche eine Weile, um es zu erkennen.

Dann weiß ich es: Er kommt von dem riesigen Aufsitzrasenmäher, den ich beim Gang zu den Teichen schon gesehen habe. Der gehört zum Annabad, das direkt neben den Annateichen liegt, und wo just in dem Moment, als ich meine Augen geschlossen habe, mit dem Rasenmähen begonnen wird. Mist! Dann wird es hier wohl nichts mit einer ruhigen Mittagspause.

Oder doch? Ich teste doch immer noch meine Hörgeräte. Und da gibt es eine besondere Funktion: „Umgebungen stummschalten“ heißt die. Ich stelle sie an.

Augenblicklich stellt sich Stille ein. Wunderbar!

Ich blicke noch einmal über den Teich: Erst jetzt – in der Stille – bemerke ich die gelben Schwertlilien. Und sofort fallen mir dazu natürlich die passenden Sätze aus der Bibel ein: *Schaut die Lilien auf dem Feld an, wie sie wachsen: Sie arbeiten nicht, auch spinnen sie nicht. Ich sage euch, dass auch Salomo in aller seiner Herrlichkeit nicht gekleidet gewesen ist wie eine von ihnen.*

Und dann denke ich noch: „Manchmal ist es auch richtig gut, schwerhörig zu sein!“

Na ja, jedenfalls hatte ich eine sehr erholsame Mittagspause im Annapark.

Himmel und Wolken

Ich bin auf Fortbildung. Auf einem Malkolleg mit dem Thema „Dem Himmel so nah“.

Schon beim gemeinsamen Kaffeetrinken zu Beginn oute ich mich als hochgradig schwerhörig. Sogleich passiert etwas Bemerkenswertes: Nein, nicht, dass die Gruppe das aufmerksam zur Kenntnis nimmt, sondern dass sich eine weitere Person als behindert outet! „Was für ein schöner Trittbrettfahrer-Effekt“, denke ich. „So wünsche ich es mir öfter.“

Das Malkolleg beginnt. Ständig wiederkehrende Aufgabe: Himmel und Wolken zu malen oder zu zeichnen oder zu skizzieren. Wisst ihr eigentlich, dass das unglaublich schwer ist?! Und sehr viel Konzentration erfordert?

Deshalb schweigen wir auch die meiste Zeit, was für mich natürlich sehr angenehm ist: Wo geschwiegen wird, da muss ich auch nicht hören. Was weniger angenehm ist: Es erscheint mir nahezu unmöglich, den Himmel und die Wolken angemessen auf Papier zu bringen.

Meine ersten Versuche scheitern kläglich: Weder mit Bleistift noch mit Pinsel und Acrylfarben bringe ich irgendetwas zustande, dass auch nur annähernd an Himmel und Wolken erinnert.

Dann kommt der dritte Tag, und die Kursleiterin zeigt uns, wie man mit Pastellkreiden malt. Auch hier misslingt der erste Versuch. Aber zumindest lerne ich dabei, dass ich immer wieder neue Schichten Pastellkreide aufs Papier bringen muss, um Räumlichkeit zu erzeugen. So entstehen zwei Bilder, die ich am Ende mit nach Hause nehme: eins mit Himmel und eins mit Wolken.

Nachtrag: Gar keine Wolken gibt es bei dieser Fortbildung in Bezug auf meine Schwerhörigkeit. Gruppe und Kursleiterin sind ausgesprochen zugewandt, fragen immer wieder nach, ob ich auch alles verstünde, und wiederholen, wenn es nötig ist.

In dieser Hinsicht fühle ich mich das ganze Malkolleg über dem strahlend blauen Himmel so nah, wie die kleinen roten Luftballons, die in ihn hinein fliegen …

Implementieren

„Implementieren“ bedeutet so viel wie: Regeln, Standards oder Vorgaben in einem Handlungsbereich umsetzen oder anwenden.

Ich bin auf einer Tagung in Hannover. Beginn 10.30 Uhr, Ende 16.30 Uhr, großer Seminarraum, Teilnehmendenzahl etwa 25 Personen. Schon im Vorfeld ist klar: Dieses Setting sprengt die Möglichkeiten meiner Hörgeräte komplett. Wenn ich von dieser Tagung irgendetwas mit nach Hause nehmen will, dann muss ich meinen „Hörkoffer“ einsetzen.

Ihr wisst doch noch: Das ist dieses System mit der tragbaren Induktionsschleife, das die Töne unter Verwendung der T-Spule in den Hörgeräten über fünf Sprechermikrofone direkt in meine Hörgeräte überträgt.

Ich teile also gleich zu Beginn der Tagung die fünf Mikrofone aus und erkläre, wie sie verwendet werden: Jede oder jeder, die oder der spricht, nimmt sich ein Mikrofon, drückt dessen Aktivierungsknopf und hält den Knopf so lange gedrückt, wie sie oder er spricht. Einzige Ausnahme: Das Moderatorinnen-Mikrofon. Das geht nämlich automatisch an, wenn die Moderatorin spricht, und es dominiert alle anderen Mikrofone.

Die Umsetzung funktioniert von vorneherein recht gut. Und wenn jemand doch vergisst, sich beim Sprechen ein Mikrofon zu nehmen, dann greift jedes Mal – und das muss ich an dieser Stelle wirklich deutlich betonen: jedes Mal! – die Moderatorin ein und ruft: „Mikrofon!“ Oder: „Das Mikrofon liegt hier vorne!“ Oder: „Erst das Mikrofon nehmen!“ Dann hört die oder der Sprechende auf zu sprechen, nimmt sich ein Mikrofon, drückt den Knopf und spricht erst dann weiter.

Im Laufe des Vormittags gewöhnt sich die Gruppe an den Gebrauch der Mikrofone, und am Nachmittag ist das Ganze für alle selbstverständlich geworden. Deshalb verwenden sie die Mikrofone auch einfach weiter, als ich kurz vor Ende des Seminars zur Toilette gehe und dazu natürlich den Raum verlasse.

Das versetzt mich in die Lage, selbst auf der Toilette noch alles mitzubekommen, was im Seminarraum neben mir gesprochen wird. „Ist ja witzig!“, denke ich. Aber auch: „In diese Gruppe hat sich für diesen Tag das ‚System Hörkoffer‘ vollständig implementiert!“

Ich jedenfalls habe den ganzen Tag über ausgezeichnet gehört – sogar beim Gang auf das eigentlich stille Örtchen.

Balance

Ich erhalte eine Mail aus einem Ortsverein für Schwerhörige. In dieser Mail heißt es: „Bei uns ergab sich eine Diskussion zu einem Rundbriefbeitrag eines Lesers mit dem Inhalt: ‚Was will ich **nicht** hören!' Eine weitere Ergänzung ergab sich daraus: ‚Ich genehmige mir die Freiheit zu entscheiden, was ich hören möchte und ändere mein Programm (*Anmerkung d. Verf.: in den Hörgeräten)*. Das kann der Guthörende eben nicht'."

Ich erfahre von der Verfasserin der Mail, dass der Rundbrief dieses Ortsvereins regelmäßig in Arztpraxen ausliegt. Sie schreibt, sie befürchte „... bei betroffenen Lesern, die vor einer Versorgung stehen, einen Rückzug bzw. Ablehnung, denn die kennen ja nicht Ihren Beitrag mit der positiven Erfahrung mit dem, was wieder hörbar ist. Oder man müsste beides nebeneinanderstellen." In diesem Ortsverband diskutieren sie also die Frage, ob und wie sie den oben erwähnten Rundbriefbeitrag in ihrem nächsten Rundbrief veröffentlichen.

Ich verstehe das sehr gut! Denn es geht bei dieser Frage um die rechte Balance zwischen „der Freiheit, etwas nicht hören zu wollen" und „dem Segen, möglichst viel zu hören".

Ich will das mal auf mich übertragen. Wenn ich mir – wie etwa in meinem Ermunterungstext „Stille" beschrieben, die Freiheit nehme, in meiner Mittagspause an einem Teich den Aufsitzrasenmäher nicht hören zu wollen und deshalb meine Hörgeräte auf „Umgebung stummschalten" schalte, dann tue ich das, weil ich genau weiß, wie ich meine Hörgeräte und andere Hilfsmittel ansonsten bestmöglich nutze – und warum ich das tue: nämlich um zu hören!

Deshalb würde ich in einem Gespräch mit einer schwerhörigen Klientin, die mir gegenüber ihre nuschelnden Mitmenschen beklagt und meint, dass alle nur etwas deutlicher mit ihr sprechen müssten, und die mir dann noch erzählt, dass sie schon gar nicht mehr unter Leute gehe, weil sowieso alle so rücksichtlos seien, erst einmal davon ausgehen, dass diese Klientin nicht weiß, wie sie Hör-

geräte und andere Hilfsmittel bestmöglich nutzt – und mit keiner Silbe von der Freiheit, etwas nicht hören zu wollen, sprechen!

Ich würde diese Klientin stattdessen fragen, ob sie bereits mit Hörgeräten versorgt ist. Ist sie es nicht, würde ich ihr dringend eine Hörgeräteversorgung empfehlen. Ist sie es, würde ich sie fragen, ob ihre Hörgeräte gut eingestellt sind und ob die T-Spule aktiviert ist. Ich würde ihr empfehlen, die Hörgeräte gleich morgens in die Ohren zu stecken und sie erst abends wieder rauszunehmen. Und ich würde sie dazu ermuntern, unter Leute zu gehen und die dann freundlich über ihre Schwerhörigkeit zu informieren …

Es gibt einen Satz aus der Bibel. Den finde ich sehr passend, obwohl er ein völlig anderes Thema betrifft. Er lautet: *Seht … zu, dass die … Freiheit für die Schwachen nicht zum Anstoß wird!*

Für mich heißt das: Von meiner Freiheit, zu entscheiden, nicht alles hören zu wollen, rede ich erst dann offensiv, wenn ich zuvor unkundige Schwerhörige zum Hören ertüchtigt habe. Erst in dieser Balance wird meine Freiheit allen zum Segen.

Schneckenfrau

Eine meiner Klientinnen ist Künstlerin. In einem unserer Gespräche zeigte sie mir eine Mappe mit ihren Werken. Von dem Bild „Schneckenfrau“ war ich sofort begeistert – und zwar wegen seiner Doppeldeutigkeit.

Ich fragte die Künstlerin, ob ich dieses Werk für meine Ermunterungstexte verwenden dürfe, und ob sie mir einige Informationen zur Entstehung des Bildes zukommen lassen könne. Sie bejahte beides, und deshalb lasse ich sie jetzt erst einmal

selbst sprechen: „Das Bild heißt Schneckenfrau und entstand 1984 für meine dritte Ausstellung in Bremen als Teil einer Porträtserie. Das Schneckenhaus auf dem Kopf war eine spontane Eingebung, die mir gut zum Gesichtsausdruck und dem Hintergrund zu passen schien.

Das Bild hatte ich mit Pastellkreide angefertigt, die immer fixiert werden muss, damit sie auf dem Papier haftet. Leider war die Düse der Sprühdose defekt, und es landeten viele dicke Tropfen auf der Zeichnung, die nicht mehr verschwinden wollten. Ich ärgerte mich sehr …

Schließlich hatte ich eine weitere Idee und verwandelte die hässlichen Sprühkleckse in Regentropfen.

Dann dachte ich: ‚Was mir aus Versehen doch für eine passende Darstellung meiner besonderen Befindlichkeiten, über die ich damals nicht sprechen sollte/wollte/konnte, gelungen ist!'

Zu diesem Zeitpunkt hörte ich schon nicht mehr gut, und es war schwer, über eine Behinderung zu schweigen, mit der ich täglich konfrontiert war und die mich beeinträchtigte. Ich stand buchstäblich im Schneckenhaus gefangen im Regen."

Das war 1984. Inzwischen sind 40 Jahre vergangen, und die Schneckenfrau gibt es noch immer. Aber wenn ich sie heute betrachte, dann sehe ich sie mit ganz anderen Augen als die Künstlerin. Für mich ist diese Schneckenfrau in den vergangenen 40 Jahren nämlich so aus sich herausgewachsen, dass sie ihrem Schneckenhaus entwachsen ist.

Sie steht schon lange nicht mehr von ihm gefangen im Regen. Nein, sie hat diesem Schneckenhaus in ihrem Kopf inzwischen genau den Ort zugewiesen, wo es hingehört. Und ihm zugleich die Funktion gegeben, die es hat: nämlich als winzig kleine Cochleae – oder soll ich besser sagen: als winzig kleine Hörschnecken – hinter ihren beiden Mittelohren!

Auf diese Hörschnecken gibt sie gut acht. Und manchmal sorgt sie sich auch um sie. Das kann man auf dem Bild immer noch deutlich erkennen. Aber sie lässt sich von ihnen nicht mehr so einengen, dass sie darüber Tränen vergießt. Sie hat ja bereits vor 40 Jahren begonnen, über ihre Behinderung zu reden, indem sie dieses Bild malte. Und sie wird darüber auch nicht mehr schweigen.

Der Blick der Schneckenfrau hat sich geweitet. Mit wachen Augen blickt sie so durch die Regentropfen hindurch aus dem Bild heraus, dass ich auf Grund der

vorhin schon benannten Doppeldeutigkeit nun Folgendes sehe: Sie und ihre Hörschnecken haben ein gutes Miteinander gefunden.

Und: Ihr Schneckenhaus ist zu einem schönen, die Schneckenfrau schützenden und schmückenden Hut geworden!

Rascheln

Das ist eine meiner Katzen. Ihr kennt sie schon aus dem Ermunterungstext „Bestandsaufnahme“ vom Anfang des Jahres.

Neulich musste ich mit ihr zur Tierärztin. Die übliche, jährliche Untersuchung mit Impfung und Entwurmung. Beides Dinge, die sie hasst. Aber das hatte ich an diesem Tag leider nicht bedacht. Deshalb stellte ich kurz vor Aufbruch auch völlig arglos ihre Katzenbox in unseren Hausflur. Sie kam erst neugierig an, steckte dann zögernd ihren Kopf in die Box, schnupperte kurz und drehte schließlich abrupt um.

Als ich sie eine Minute später in die Box setzen wollte, war sie unauffindbar. Sie ist nämlich eine wahre Meisterin im Verstecken.

Ich kam unter Zeitdruck. Kurz überlegen: Wo kann sie sein? Nach draußen kann sie nicht, die Katzenklappe ist versperrt. Also drinnen! In den Regalen hinter den Büchern vielleicht? Dort versteckt sie sich sonst gerne.

Ich suchte alle Regale ab. Sie war nicht zu finden. Die Uhr tickte unbarmherzig. Aus meinem Zeitdruck wurde Zeitstress. Noch mal überlegen … Im hinteren Kellerraum vielleicht? Unter den Regalen? Auch nicht! Im vorderen Kellerraum unter den Regalen? Ebenso Fehlanzeige.

Ich wollte den Kellerraum schon wieder verlassen, da fiel mir ein: Ruf sie doch einfach! „Flocke! Flocke?“ Ich hörte ein leises Rascheln. Wo kam das her? Ich rief

nochmal: „Flocke, wo steckst du? Komm mal her!“ Wieder das leise Rascheln. Und jetzt konnte ich es orten: Es kam vom Regal an der hinteren Wand und dort hinter den Umzugskisten hervor.

Ich ging zum Regal und rief nochmal: „Flocke, komm!“ Ein erneutes Rascheln, und dann kam tatsächlich sie hinter einer der vielen Umzugskisten hervor. Und was machte ich? Etwas, das sie wohl am allerwenigsten erwartet hatte: Ich griff sie einfach beherzt, trug sie mit festem Griff nach oben, setzte sie in ihre Transportbox und fuhr mit ihr zur Tierärztin. Ich glaube, sie hat es mir verziehen …

Eins ist für mich aber völlig klar: Ohne meine gut eingestellten Hörgeräte hätte ich sie niemals gefunden.

Celine Dion

Nein. Celine Dion hat überhaupt keine Probleme mit ihren Ohren. Wahrscheinlich hat sie sogar ein absolutes Gehör. Jedenfalls hört sie mühelos jeden falschen Ton.

Am 26. Juli 2024 singt sie bei der Eröffnungsfeier der Olympischen Spiele in Paris. Ein Chanson von Edith Piaf: *L'Hymne à l'amour.* Sie steht dabei auf dem Eiffelturm. Allein schon das ist unglaublich beeindruckend.

Mich beeindruckt aber noch viel mehr, dass es ihr erster Auftritt nach vier Jahren ist: Ausgerechnet bei einem solchen Ereignis! Und vor einer solchen Kulisse! Denn Celine Dion ist krank. Wie schon gesagt: nichts mit den Ohren.

Es ist eine Erkrankung, die ihr das Singen und Auftreten erschwert oder sogar unmöglich macht: Die Muskeln in den Händen und Füßen, in der Brust und im Bereich der Stimmbänder verkrampfen sich. Unvorhersehbar und unkontrollierbar.

Celine Dion hat das seit 17 Jahren. Und sie hat es lange gut versteckt. Aber in diesem Jahr lässt sie die Menschen an ihrer Erkrankung teilhaben. In einer Dokumentation, die sie durch das letzte Jahr begleitet. Zum Teil sehr ungeschützt. Und nun steht sie also auf dem Eiffelturm. Und singt. Und ich bange um sie. Ob sie dieses Chanson auch „über die Bühne“ kriegt.

Ich bange besonders vor ihrem letzten Einsatz. Bevor das Chanson nach einer kurzen Gesangspause zum Atemholen in sein Finale übergeht. Denn da sieht Celine Dion für einen kurzen Moment sehr ergriffen (oder sogar angegriffen?)

aus und blickt zu ihrem Klavierspieler. Dann aber blickt sie ins Publikum zurück und singt die letzten Worte des Chansons mit einer so ungeheuren Stimmgewalt, dass es mir die Tränen in die Augen treibt.

Als ihr letztes Wort verklingt, macht sie diese Geste: Sie ballt ihre rechte Hand zur Faust und winkelt ihren rechten Arm mit der geballten Faust mutig und kraftvoll über ihrem Kopf an. Für mich heißt das: „Ich mache weiter! Trotz meiner Erkrankung. Und mit ihr. Ich lasse mich von meiner Erkrankung nicht mehr behindern, und ich vertraue euch. Deshalb erzähle ich euch von ihr. Und deshalb singe ich heute hier!“

Aber warum erzähle ich das Ganze? Und das auch noch in meinen Ermunterungstexten für Schwerhörige? Weil wir es genau so halten sollten wie Celine Dion: Unsere Schwerhörigkeit offenlegen. Sie in unser Leben und unsere Arbeit integrieren. Trotz und mit unserer Schwerhörigkeit mutig und kraftvoll weitermachen, manchmal sogar mit geballter Faust. Vor allem aber: Unsere Mitmenschen voller Vertrauen an unserer Schwerhörigkeit teilhaben lassen!

Die letzten Worte des von Celine Dion gesungenen Chansons lauten übrigens: *Dieu réunit ceux qui s‘aiment – Gott vereinigt alle, die sich lieben.* Für mich ist das kein Zufall!

Entscheidung

Das Probetragen meiner Hörgeräte hat nach knapp fünf Monaten nun ein Ende, und ich habe mich entschieden: für die teureren Hörgeräte mit der künstlichen Intelligenz.

Schon beim Probetragen habe ich gemerkt: Mit den Neuen höre ich deutlich besser als mit den Alten. Und das ist auch so geblieben. Ich kann mit ihnen

fernsehen, ohne meinen TV-Adapter und die Untertitel zu benutzen. Ich kann mit ihnen beim Doppelkopf in der Kneipe meine Freundinnen verstehen, wenn in dieser Kneipe nicht zu viele Menschen sitzen. Ich kann mit ihnen ins Kino gehen, ohne die Greta-App zu benutzen. Ich kann mit ihnen in die Selbsthilfegruppe in Wittmund gehen, ohne die Funkmikrofon-Anlage zu benutzen.

Ihr habt es bestimmt schon gemerkt: In den letzten vier Sätzen taucht jedes Mal das Wort „kann“ auf. Und das hat einen bestimmten Grund.

Trotz meiner neuen Hörgeräte benutze ich beim Fernsehen nämlich weiterhin meinen TV-Adapter und auch die Untertitel. Und beim Doppelkopf in der Kneipe benutze ich weiterhin meinen Roger oder mein zu den Hörgeräten passendes, externes Mikrofon. Und wenn ich ins Kino gehe, lasse ich mir weiterhin von der Greta-App auf meinem Smartphone die Untertitel für den Film anzeigen. Und wenn ich in die Selbsthilfegruppe gehe, dann benutze ich weiterhin die mir dort angebotene Funkmikrophon-Anlage.

Warum mache ich das? Es hat etwas mit Stress zu tun. Genauer: mit Hörstress. Denn obwohl ich mit meinen neuen Hörgeräten viel besser höre, merke ich doch, dass es viele Situationen gibt, in denen es für mich einfach leichter und angenehmer ist, mit den zusätzlichen Hilfsmitteln zu hören.

Ich habe mich also nicht nur für die teureren Hörgeräte mit der künstlichen Intelligenz entschieden, sondern auch und insbesondere dafür, trotz dieser neuen Hörgeräte weiterhin meine anderen Hilfsmittel zu benutzen.

Ich habe sie für euch mal zusammengestellt und fotografiert: die Greta-App, den KIND TV-Adapter, das KIND Mikrofon, das Roger Mikrofon, den Roger Empfänger und, natürlich, meine Hörgeräte.

Aber jetzt will ich euch doch noch von einer Situation erzählen, in der meine neuen Hörgeräte auch ohne weitere Hilfsmittel einfach unschlagbar

sind: Wenn ich mit hohem Tempo auf der Autobahn fahre! Dann schalte ich sie einfach in das Programm „Gruppe“ und pegele dieses Programm zwei Stufen hoch. Der Erfolg: Die Fahrgeräusche werden stark abgedämpft, und ich höre das Autoradio klar und deutlich.

Wartburg

Kaum zu glauben, aber als ich letzte Woche auf der A4 Richtung Eisenach unterwegs war, überholte ich direkt auf der Werratal-Brücke einen alten, beigefarbenen Wartburg – und das auch noch mit Blick auf die über Eisenach thronende Wartburg!

Ich war unterwegs zur Konferenz der Evangelischen Schwerhörigenseelsorge in Deutschland. Zweimal Wartburg auf dem Weg zu dieser Konferenz, das konnte doch kein Zufall sein!

Zur Wartburg auf dem Berg fiel mir natürlich sofort was ein: Dass sich Martin Luther dort ein knappes Jahr lang als Junker Jörg versteckt hielt. Und dass er diese Zeit nutzte, um die Bibel zu übersetzen. Nein. Nicht die ganze Bibel. Dazu war die Zeit zu kurz. Aber das Neue Testament. Das übersetzte er aus dem Griechischen ins Deutsche.

Warum er das machte? Weil er wollte, dass die Leute verstehen! Das taten sie nämlich nicht, selbst wenn sie ihre Ohren noch so sehr spitzten! Sie konnten weder das Griechisch der Bibel noch das Latein ihrer damaligen Übersetzung. Aber genau das wollte Martin Luther unbedingt: Dass die Leute verstehen, was dort über Jesus geschrieben steht.

Ums Verstehen ging es auch bei unserer eintägigen Konferenz unterhalb der Wartburg: Was tun wir, damit Schwerhörige uns gut verstehen?

Auch wir „übersetzen“! Nein, nicht vom Griechischen ins Deutsche. Sondern vom Laut in die Schrift. Und von der „Schallübertragung durch die Luft“ in „durch Mikrophone direkt in die Hörgeräte“. Da wir in unserer Konferenz neben mir noch weitere Schwerhörige haben, taten wir das sogleich an Ort und Stelle. Also: Wir legten eine Induktionsschleife. Aktivierten die T-Spulen unserer Hörgeräte. Und sprachen alle wie selbstverständlich in die Mikrofone der mitgebrachten Konferenzanlage.

Und: Wir ließen jedes gesprochene Wort durch zwei Schriftdolmetscherinnen in Schriftsprache übersetzen und projektierten die an eine Leinwand. Wer doch einmal nichts verstanden hatte, konnte so nachlesen, was gerade gesprochen wurde.

Hörstress gab es für uns Schwerhörige damit nicht. Im Gegenteil: Einer von uns sagte sogar, dass er die ganze Zeit über so gut gehört habe, dass sein Gehirn vollständig unterfordert gewesen sei …

Noch mal zurück zu dem alten, beigefarbenen Wartburg auf der A4. Der fuhr da wahrscheinlich, weil diese Autos bis 1991 in Eisenach produziert wurden. Aber das musste ich erst recherchieren.

Was ich an dem Auto übrigens zuerst wahrgenommen habe, war sein Geruch. Aber beim Überholen habe ich ihn mit meinen Hörgeräten auch deutlich gehört: Im unverwechselbarem Takt seines Zweitakt-Ottomotors tuckerte er mit gemächlichen 100 Stundenkilometern über die Werratal-Brücke Richtung Eisenach und Wartburg …

Wohlgeordnet

Ihr erinnert euch noch an die Meisen? Und an ihren Meisenkasten? Mein Mann und ich wollen natürlich, dass dieser Meisenkasten auch im nächsten Frühjahr wieder von einem Meisenpärchen bewohnt wird. Deshalb haben wir uns auf der Website des NABU informiert, was da zu tun ist.

Dessen Information: „Im September hat auch der letzte Vogelnachwuchs die Nistkästen verlassen. Nun gilt es, alte Nester mitsamt den darin lebenden Pa-

rasiten wie Vogelflöhen, Milben und Zecken zu entfernen, damit die Vogelbrut nicht übermäßig befallen wird.“

Das wollen wir natürlich nicht. Also holten wir den Meisenkasten vom Stamm, schraubten dessen Rückseite ab, und erwarteten, dass uns Millionen von Parasiten entgegenspringen. Das geschah allerdings nicht. Nicht einmal, als wir vorsichtig unsere Hand auf das Nest legten.

Es gab in diesem Kasten also keine Vogelflöhe und auch keine Zecken. Und hoffentlich auch keine Milben. Aber wir fanden das: Eine wohlgeordnete und bestens durchdachte Polsterung des Bodens mit Moos. Und in diese Polsterung eingebettet die kleine Kuhle für das Gelege. Auch sie rundum gepolstert mit Moos und weichen Tierhaaren. Und gut versteckt in der rechten Ecke unterhalb des Einflugloches, damit sie von außen nicht zu erspähen ist.

Was wir dort nicht fanden: Eierschalen oder Vogelkot. Oder andere Verunreinigungen. Alles sah nicht nur wohlgeordnet, sondern auch sauber aus. So, als könne es sofort wieder verwendet werden. Das dachten jedenfalls mein Mann und ich. Und dann beschlossen wir, dieses durchdachte Kunstwerk nicht zu entfernen, sondern es für ein – hoffentlich – im nächsten Frühjahr zu uns kommendes Meisenpärchen und dessen Brut im Meisenkasten zu belassen.

Wir schraubten also einfach nur die Rückseite des Deckels wieder an. Und hängten den Meisenkasten dann zurück an den Baum.

Aber warum erzähle ich das hier? Mit Schwerhörigkeit hat das nun wirklich nichts zu tun.

Weil mich der Anblick dieses Nestes in seiner wohlgeordneten Schönheit so sehr berührt hat. Ich glaube, dass unsere gesamte Welt und auch wir Menschen mit einer solchen Schönheit ausgestattet sind. Und ich wünsche mir sehr, dass alle gut auf diese Schönheit achtgeben.

Das aber betrifft Schwerhörige genauso wie gut Hörende.

P.S.: Wer von euch nun doch triftige Argumente gegen unser Nichtentfernen des Nestes hat, der melde sich bitte. Noch hätten wir Zeit, das zu ändern.

P.P.S: Nach vielen Rückmeldungen von euch haben wir den Meisenkasten nun doch gesäubert – in dem Wissen, dass die Meisen ihr Nest auch im nächsten Jahr wieder in wohgeordneter Schönheit bauen werden.

Mehr zur Tätigkeit von Pastorin Beate Gärtner und zu den Angeboten der Schwerhörigenseelsorge sowie weitere Ermunterungstexte finden Sie auf der Webseite des Zentrums für Seelsorge und Beratung in Hannover:

www.zentrum-seelsorge.de/arbeitsfelder/schwerhoerigenseelsorge

Wer direkt in den Mail-Verteiler für den Versand der Ermunterungstexte aufgenommen werden möchte, schreibe gerne eine kurze Nachricht an:

Beate.Gaertner@evlka.de

Ich begegne dir – du begegnest mir. Und im „Zwischen“ (Martin Buber) ist Freiraum für etwas von Gott und seinem tröstenden Geist.

Wo Ärger liegt, ist Gold vergraben. (Ralf Denkers)

Gelingende Seelsorge ist zuerst eine Frage der eigenen Haltung.

Wo Seelsorge geschieht, da ist unsere Kirche bei den Menschen.

Beratende Seelsorge ist eine Antwort auf das Verlangen nach konkreter Zuwendung. (Howard John Clinebell)

Seelsorge ist für mich: Zeit zu haben, wahrzunehmen, zuzuhören, mit zu schweigen, mit zu schwingen, mit auszuhalten – einen Menschen zu respektieren und zu würdigen, so wie er jetzt gerade ist.

Seelsorge orientiert sich an den Bedürfnissen des Menschen.

Und meine Seele spannte weit ihre Flügel aus, flog durch die stillen Lande, als flöge sie nach Haus. (Joseph von Eichendorff)

Seelsorge ist nicht nur ein partieller Bereich sondern eine Perspektive kirchlichen Handelns, von der Predigt über den kirchlichen Unterricht bis hin zur liturgischen Feier oder einer diakonischen Aktion. (Richard Riess)

Seelsorge begleitet Menschen auf der Suche nach ihren eigenen Möglichkeiten und weist über diese hinaus.

Ich lebe und ihr sollt auch leben. (Jesus)

„Ja, so ist das. Meine Frau und ich lieben mich.“ (Mann, 48 Jahre, in der Paarberatung)

Seelsorge ist ... abends am Bett der Kinder ein Abendlied zu singen.

Der Mensch wird am Du zum Ich. (Martin Buber)

Seelsorge ist Hilfe zur Selbsthilfe und Selbstverantwortung. (Matthias Kroeger)

Seelsorge begleitet in Situationen, die nicht änderbar sind und hält die Spannung und den Schmerz mit aus.

Seelsorge ist Begegnung, Interaktion, gestaltete Zeit. (Christoph Morgenthaler)

Seelsorge ist eine „Kunst“ für alle.

Seelsorge heißt, Sehkraft fürs Wesentliche zu gewinnen.

Seelsorge ist als Beziehungsgeschehen zu verstehen.

„Du wirst schon noch sehen, wie sehr du mir fehlst.“ (Frau, 37 Jahre, in der Paarberatung)

Wesentlich für eine hilfreiche Seelsorge ist die Sorge um die Seele der Seelsorgenden.

Wie die Liebe zu Gott damit beginnt, dass wir sein Wort hören, so ist es der Anfang der Liebe zum Bruder, dass wir lernen, auf ihn zu hören. (Dietrich Bonhoeffer)

Seelsorge geschieht in kleinen und alltäglichen Gesprächen.

Sire, geben Sie den Menschen ihre Bedeutung zurück! Heute hier, morgen zwischen Moskau und Smolensk und übermorgen auf der ganzen Welt. Beginnen wir, meine Lieben, mit unserem Weg, nämlich bei uns selbst. (Hanns Dieter Hüsch)

Hörе meiner Rede zu und lass mir das deine Tröstung sein. (Hiob)

Menschen möchten gedeutet haben, was sie überwältigt – Schweres wie Gutes.

Seelsorge bietet einen geschützten Raum.

Seelsorge und diakonisches Handeln gehören zusammen.

Das Herz eine Kugel - gestoßen - einen Zentimeter rollend - Sandkorn Herz. Das Herz der große Werfer - aller Kugeln. (Hilde Domin)

Die pastorale Seelsorge wird aus der reichen Weisheit und Vollmacht der hebräisch-christlichen Überlieferung gespeist. (Howard John Clinebell)

Seelsorge geschieht in dem Bewusstsein, dass das Gelingen eines Gesprächs, dass Veränderung, Wandlung und Wachstum unverfügbar sind und nicht durch die Seelsorgerin „gemacht“ werden.

Seelsorge eröffnet heilsame Räume in der Begegnung mit Menschen und in der Begegnung mit Gott.

Du Trost der Verlorenen, Kraft der Schwachen, Begleiter der Leidenden, Licht im Dunkel. Wir rufen dich an in der Nacht dieser Welt. (Jörg Zink)

Wesentlich für die Seelsorge sind die Achtung, die Wertschätzung und der Respekt gegenüber der Individualität des Gegenübers.

Seelsorge ist – phänomenologisch betrachtet – Psychotherapie im Kontext der Kirche. Sie ist damit Psychotherapie aus der Perspektive des Glaubens. (Dietrich Stolberg)

Seelsorge sieht das Göttliche im Alltäglichen.

Seelsorge ist wesentlicher Ausdruck kirchlichen Handelns. Sie orientiert sich an den Bedürfnissen des Gegenübers. Seelsorge ist die Hinwendung zum Nächsten im Licht der Liebe Gottes.

Seelsorge verhilft Menschen zu einer autonomen Lebensgestaltung.

Seelsorge ist ein Befreiungsgeschehen. Sie dient der Emanzipation und der Autonomie des Menschen.

Seelsorge ist Hilfe zur Lebensgewissheit, sie soll die Lebensgewissheit stärken, fördern, erneuern oder begründen. (Dietrich Rössler)

Ist der Gottesdienst die Mitte der Seelsorge? (Manfred Seitz)

Auf dem Weg nach Hamburg lag eine Hand. Ich hab sie gedrückt. (Herman van Veen)

Seelsorge ist die Erweiterung von Möglichkeiten.

Wenn Seelsorge gelingt, ist sie heilsam für Leib und Seele.

Seelsorge ist eine Möglichkeit zum Freilegen verschütteter Ressourcen.

Wenn du kannst, hilf mir aus deiner Fülle, wenn nicht, schone dich. (Bernhard von Clairvaux)

Seelsorge weiß um das Fragmentarische des Lebens.

Umgang mit Angst – wie immer man dieses Phänomen erlebt und deutet – gehört in jedem Fall zum seelsorglichen Handeln und Können. (Klaus Winkler)

Helfen heißt herrschen. (Dietrich Stollberg)

Christliche Seelsorge ereignet sich im „Versprechungszusammenhang“ von Tradition und Situation.

Die Seelsorge beginnt mit der Sorge um die eigene Seele.

Einer trage des anderen Last. (Galater)

Nein, dem Ich ist nicht zu trauen. Man darf es niemals sich selbst überlassen, wenn es darum geht zu erkennen, wer ich bin. Es muss zumindest noch ein anderes Ich da sein, das zuhören kann, das zu fragen versteht, dem man antworten muss und vor dem man sich verantworten darf. (Eberhard Jüngel)

Seelsorge entdeckt das Potenzial der Veränderung, das die gebundenen Kräfte freisetzt, um krankmachende Lebensumstände zu verlassen, und hilft, andere Wege auszuprobieren.

Alle Seelsorge knüpft sich ebenso an diese allgemeinen geselligen Verhältnisse als an den Cultus. (Friedrich Schleiermacher)

Einzelseelsorge - das war lange Zeit hindurch das unanschaulichste Stück der Berufsarbeit des Pfarrers. (Joachim Scharfenberg)

Alle Menschen werden ganz andere Menschen wenn sie merken, da ist plötzlich jemand, der oder die sich für das, was ich so mache, interessiert. (Hanns Dieter Hüsch)

Aber die größte Idee von Freiheit ist wahrscheinlich, dass man ein Problem lösen kann. (Christoph Schlingensief)

Seelsorge hat es immer mit der Begnadigung des Sünders zu tun. (Hans Asmussen)

Überhaupt betrachtet sich der analysierende Pfarrer nie als Nebenbuhler, sondern stets als Gehilfen des Mediziners, zu dem er bei gemeinsamer Behandlung eines Kranken eine ähnliche Stellung einnimmt wie der Badewärter oder Masseur. (Oskar Pfister)

Viele blühen doch richtig auf, wie ein Honigkuchen Libiza, wenn man sie fragt, was sie denn so machen. (Hanns Dieter Hüsch)

Seelsorge schafft einen Rahmen für vertrauensvolle Begegnungen.

Einer hat immer Unrecht, aber mit zweien beginnt die Wahrheit. (Friedrich Nietzsche)

Seelsorge begleitet Menschen in lebensgeschichtlichen Krisen und in den darin aufbrechenden personalen und sozialen Konflikten. (Kristian Fechtner)

EVANGELISCH-LUTHERISCHE LANDESKIRCHE HANNOVERS

Zentrum für Seelsorge und Beratung | ZfSB

www.zentrum-seelsorge.de