

Zwischentöne

Montag bis Freitag, 9.45 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

28. Oktober bis 01. November 2024 - Wendekreis der Hilfe

Von Cornelia Glindkamp und Claus Arne Mohr

Einmal im Jahr gestalten Menschen mit Handicap die Zwischentöne auf NDR 1 Niedersachsen. Der Religionswissenschaftler Claus Arne Mohr ist auf den Rollstuhl angewiesen, die Buchbinderin Cornelia Glindkamp lebt mit einem seelischen Handicap.



Claus Arne Mohr und Cornelia Glindkamp

Redaktion: Oliver Vorwald
Evangelische Kirche im NDR
Redaktion Hannover
Knochenhauerstr. 38-40
30159 Hannover
Tel. (0511) 32 76 21
www.ndr.de/kirche

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf nur für private Zwecke des Empfängers benutzt werden. Jede andere Verwendung (z.B. Mitteilung, Vortrag oder Aufführung in der Öffentlichkeit, Vervielfältigung, Bearbeitung, Übersetzung) ist nur mit Zustimmung der Ev. Kirche im NDR zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

Montag, 28.10.2024: "Don't Worry Be Happy" von Cornelia Glindkamp

"Don't Worry Be Happy" - so heißt ein Song von Bobby McFerrin aus den 80er-Jahren. "Don't Worry Be Happy" ins Deutsche übersetzt heißt das: Ärgere dich nicht, sei glücklich. Ich finde, das ist eine gute Einstellung. Es gibt viele Menschen, die Zeit damit verbringen, sich zu ärgern. Sei es, dass sie sich über andere Menschen ärgern, über die hohen Spritpreise oder auch nur über das Wetter. Ich finde jedoch, es bringt nichts, sich zu ärgern oder sich aufzuregen. Man bekommt davon nur Kopf- oder Bauchschmerzen. Ich lebe seit meiner Jugend mit einem seelischen Handicap. Trotzdem bin ich ein lebensfroher Mensch. Ich habe nur sehr selten schlechte Laune. Außerdem bin ich ein unerschütterlicher Optimist. Ich glaube fest daran, dass sich auch schwierige Situationen zum Guten wenden können. Ich werde oft gefragt: Wo nimmst du das bloß her? Mir hilft der Bibelsatz: Mit meinem Gott kann ich über Mauern springen. Auf mich und mein Leben übertragen heißt das: Vieles ist möglich und kann gelingen - und ich bin ja nicht allein. Ja, es läuft im Leben nicht immer alles so, wie man es gerne hätte. Da bleibt nur, sich der Situation anzupassen - und das Beste daraus zu machen.

Dienstag, 29.10.2024: "Teilhabe" von Claus A. Mohr

"Ja, aufgrund einer Mitarbeiterversammlung in Berlin kann ich Sie nicht in den Zug einsteigen lassen. Denn dort ist niemand, um sie wieder auszuladen." Als Rollstuhlfahrer bin ich mit der Bahn viel in Sachen Teilhabe unterwegs. Dazu muss ich mich jedes Mal anmelden, um mit Rollstuhl eingeladen werden zu können - und eben auch wieder ausgeladen. Auch dieses Mal schien alles zu klappen. Meine neuerliche Fahrt wurde genehmigt. Es stand der alljährliche Termin beim Bundesbeauftragten für Menschen mit Behinderungen an. Und dieses Mal sollte sogar der Bundeskanzler dabei sein. Als ich jetzt voller Elan diese Reise antreten wollte, gab es diese Ansage: "Aufgrund einer Mitarbeiterversammlung ich Sie nicht in den Zug einsteigen lassen." Auch Alternativen an und im Zug wurden mir verwehrt. Ich glaube, wir alle können Geschichten von der Bahn erzählen. Das ist traurig und frustrierend. Ich fühle mich oft einfach nur ausgeliefert. Aber ist das nicht jeder auf seinem Weg, unabhängig von einer Behinderung? Ich hatte ein paar Tage vor meinem Berlin-Termin einen Unfall und aufgrund dessen immer noch Schmerzen. Vielleicht hat Gott mir diese Zwangspause verordnet? Ich glaube, er führt unsere Wege, macht unseren Terminplan.

Mittwoch, 30.10.2024: "Wendekreis der Hilfe" von Claus A. Mohr

"Kannst Du vielleicht mal?" Und ... "geht auch ganz schnell." Ich muss das oft fragen. In der Bahn, im Kino, im Theater und manchmal sogar in der eigenen Wohnung. Für den Wendekreis meines Rollstuhls ist viel zu wenig Platz. Da wird der Rollstuhl als großes Helferlein manchmal zum Feind des Alltags. Ich komme nicht an das gewünschte Buch. Das Bücherregal ist viel zu hoch und viel zu tief. Auch der Arbeitsplatz in der Küche ist für meinen Radius schlicht zu klein. Das Leben mit Behinderung ist begrenzt, manchmal sogar an Lebensjahren. Es begrenzt mitunter auch den Freundeskreis. Ich bekomme keine professionelle Pflege rund um die Uhr. Die Stunden dafür sind schlicht limitiert, meine finanziellen Mittel sowieso. Gott hilft mir nicht dieses bescheuerte Buch zu finden. Er hilft mir auch nicht, an den Hindernissen in meiner Küche nicht zu verzweifeln. Gerade solche Kleinigkeiten machen mein Leben oft so schwer, viele denken gar nicht darüber nach.

Aber wenn man es schafft, Menschen zu finden, hilfreiche Strukturen zu bauen, macht mich das glücklich. Und ich glaube ganz fest, dass Gott mir dabei hilft, Menschen zu finden. Dass wir einander finden. Und dann muss es auch nicht immer ganz schnell gehen.

Freitag, 01.11.2024: Die Entdeckung der Langsamkeit von Cornelia Glindkamp

In meinen jungen Jahren kannte ich nur eine Richtung: vorwärts. Und das nach Möglichkeit schnell. Ich war sehr ungeduldig, wollte alles sofort und noch mehr. Bei der Arbeit gab ich alles - und war zu Feierabend mit meinen Kräften am Ende. Abends lag ich auf dem Sofa und schlief meist sofort ein. Meine Freizeit diente nur dazu, mich so weit zu erholen, dass ich am nächsten Tag wieder arbeiten konnte. Immer Vollgas. Ich war oft krank. Mein Körper holte sich so die Pausen, die ich ihm nicht gönnte. Heute denke ich: Was hast du dich verrückt gemacht! Was ich da gemacht habe, war hochgradig ungesund. Ich musste es erst lernen, es auch mal langsamer angehen zu lassen. Ich lernte das in den letzten Lebensjahren meiner Mutter. Sie verlangte nie, dass ich etwas schnell machte. Ich sollte einfach nur bei ihr sein und mit ihr Zeit verbringen - je mehr, desto besser. Altersbedingt ging bei ihr alles langsamer, und ich passte mich dem an. Ich gewann dadurch. Ich lernte geduldiger zu sein - vor allem mit mir selbst. Von Ungeduld berichtet die Bibel nichts. Im Gegenteil. Hier heißt es: "Ein jegliches hat seine Zeit, und alles Vorhaben unter dem Himmel hat seine Stunde." Genauso ist das.