

Herzfehler? Die zwei wirklichen „Herzhälften“ des Menschen

Ein Weihnachtsprojekt von Kristina Sophie Grohs

Liebe Leserinnen und Leser, am 31.08.1988 erblickte ich, Kristina Sophie, mit einem Herzfehler das Licht der Welt, welcher am 03.08.1994 in Birmingham nicht korrigiert, allerdings erfolgreich operiert wurde. Für diese gelungene Operation werde ich mein Leben lang unendlich dankbar sein. Daher dreht sich mein Leben, wenn bewusst auch noch nicht allzulänglich, um das Thema Herz. Im letzten Jahr habe ich eine große Wandlung durchlebt und mich sehr intensiv mit meinem Herzen beschäftigt. Ich erkrankte am Pfeifferschen Drüsenfieber und war daher körperlich über ein Jahr außer Gefecht gesetzt. Aufgrund dessen hatte ich viel Zeit mich gedanklich mit mir und meinem Leben auseinanderzusetzen, wofür ich heute, trotz aller Umstände, auf gleiche Weise dankbar bin. Diese Veränderung beeinflusste meine Entwicklung und meine Einstellung zum Leben bedeutend. Sie führte zu einem neuen befreienden Lebensabschnitt, indem ich mich mit meinem angeborenen Herzfehler nicht länger in der Gesellschaft versteckte, sondern mich zeige, da er mich zu dem Menschen macht der ich heute bin und ich ohne ihn wahrscheinlich ein Anderer wäre. Durch diesen offensichtlichen Herzfehler habe ich den Vorteil, besonders empfindsam zu sein. Somit nehme ich mein Herz nicht nur anatomisch, sondern vor allem emotional wahr. In der vergangenen Zeit musste ich jedoch mit Schrecken feststellen, dass eine Vielzahl der Menschen in meinem sozialen Umfeld ihr Herz nicht mehr vollständig wahrnimmt. Gefühle werden unterdrückt, um mit den Normen der Gesellschaft mithalten zu können. Damit schränkt sich die Mehrheit in ihrer persönlichen Entfaltung ein und übersieht darüber hinaus leider auch das Privileg, „das Leben mit seinem Herzen zu sehen“. Daher glaube ich, dass Unzählige an einem „emotionalen Herzfehler“ leiden. Ich verwende diesen extremen Ausdruck, da wir, in meinen Augen, heute in einer Gesellschaft le-

ben in welcher Empfindungen und innere Werte keine große Rolle mehr spielen. Viele Menschen arbeiten lediglich nach Vorgabe und funktionieren wie Maschinen, um schließlich doch nur auf materielle Dinge und Äußerlichkeiten reduziert zu werden. Des weiteren wird uns durch Zeitdruck und Schnellebigkeit die Fähigkeit, auf unser Herz zu hören, genommen.

Um meine Annahme zu überprüfen wagte ich ein erstes Experiment. Unterstützt von einer Freundin, führte ich in der Vorweihnachtszeit letzten Jahres Besucherumfragen in Form von Drei-Minuten-Texten auf verschiedenen Weihnachtsmärkten durch. Mit der Vorweihnachtszeit begann für viele Menschen, wie jedes Jahr, eine sehr emotionale und gefühlvolle Phase in der es, wie ich fand, Zeit für „Herzsumfragen“ war! Mein Interesse bestand in erster Linie darin herauszufinden, wie die Gesellschaft zum Thema Herz steht und was den Menschen instinktiv dazu durch den Kopf geht. Sind sie überhaupt bereit sich mit diesem Thema zu beschäftigen? Daher sollten die Besucher in den Drei-Minuten-Geschichten ihre spontanen Einfälle zum Thema Herz zu Papier bringen. Da sie somit nicht wie bei normalen Umfragen stupide antworten konnten, sondern ihre intuitiven Gedanken aufschrieben, brachte diese Umfrage sehr ehrliche Antworten mit sich. Da Grüner Tee generell sehr gesund für unseren Körper ist, jedoch auch explizit für das Herz-Kreislaufsystem, verteilte ich als kleines Dankeschön verpackte Teebeutel mit dem Symbol des Herzens und meiner E-Mail-Adresse an die Besucher. Damit wollte ich sie dazu anregen, sich ihr Herz wieder ins Bewusstsein zu rufen, es anatomisch zu schützen und emotional zu empfinden. Auch forderte ich sie auf, mir das kleine Herz in Form eines schönen Fotos per E-Mail wieder zurückzusenden, um eine Collage aus allen Bildern zu erstellen. So konnte ich nebenher auch herausfinden, wer sich nicht nur in dem



Moment, sondern auch nachhaltig Gedanken zu diesem Thema macht. Ausgestattet mit Klemmbrett, Befragungsbögen, Stift und Stoppuhr, befragten wir Menschen auf den Weihnachtsmärkten in Duisburg, Essen, Gladbeck, Oberhausen und Münster. Um den Hals trugen wir selbstgebastelte, rote Herzen um auch visuell Aufmerksamkeit zu erregen. Angesichts der Tatsache, die Umfragen so anonym wie möglich zu halten, wurde lediglich nach Geschlecht, Alter und Beruf gefragt. Diese Angaben empfand ich für wichtig, um die Texte später besser auswerten zu können. Schon zu Beginn war eine Vielzahl sehr interessiert an meinem Projekt und nahm gern an der Befragung teil. Ich erzählte immer erst nach den drei Minuten kurz etwas zu mir und meiner Geschichte, da ich die Gedanken der Personen vorab nicht beeinflussen wollte. Neben Mindmaps und Tabellen kamen fantastische Texte zustande, von denen viele einen sehr tiefgründigen Sinn hatten. Sie bejahten das Wesen Herz und





der Inhalt war geprägt von emotionalen Aspekten wie Liebe, Gefühl, Familie und Herzlichkeit!

Auch der organische Aspekt blieb nicht außer acht. Viele der Mindmaps enthielten Begriffe wie – Herz-Kreislaufsystem, Transplantation und wichtigstes Organ des Menschen. Auf dem Weihnachtsmarkt in Münster kam es zu einer wirklich besonderen Begegnung. Ein echter Herzensmensch fuhr mir mit seinem geschmückten Fahrrad über den Weg, welcher den Menschen eine ähnliche Botschaft entgegenbrachte wie ich – „zeigt mehr Herz“! Der als Nikolaus verkleidete Mann sprach zu mir: „Die Hauptsache ist, man hat sein Herz am rechten Fleck“! Auch er schrieb mir den folgenden sehr gefühlvollen Text, der mich neben den anderen wunderschönen Texten besonders berührte: „Das Herz oder die Herzlichkeit spielt im ganzen Leben immer eine große Rolle. Es fängt schon beim Baby an, bei der Geburt. Es ist das Größte im ganzen Leben. Immer wieder besonders in der Liebe. Verschenke ein Herz und du wirst selbst Eines bekommen!“ Abgesehen von dem Geschriebenen, faszinierte mich auch dieses Aufeinandertreffen selbst, da ich merkte, dass beide seiner „Herzhälften“ im Einklang standen.

Ich machte aber leider auch die Erfahrung, dass zahlreiche Leute nicht einmal drei Minuten zur Verfügung hatten, da sie gerade in der Vorweihnachtszeit in Eile waren und permanent unter Zeitdruck standen. Andere Reaktionen ließen vermuten, dass auch die roten Herzen die Menschen irritierten, gar abschreckten. Nach den ersten schnellen Blicken waren viele gar nicht interessiert, senkten ihren Kopf und umgingen so die Befragung. Ich begegnete Frauen die sich, nach eigener Aussage, nicht mit diesem unpassenden Thema beschäftigen wollten und Anderen, deren Freizeit zu kostbar war. Ein junger Mann im Alter von 20 Jahren schrieb auf das Papier: „Ich scheiße auf das Herz“! Er erzählte, dass er in seinem kurzen Leben schon des Öfteren emotional verletzt wurde. Einerseits schockiert und sprachlos, wusste ich in diesem Moment jedoch, wofür ich meine Projekte mache. Nachdem ich ihm von meiner Geschichte erzählte, wendete sich das Blatt. Nun war der junge Mann sichtlich schockiert und entschuldigte sich mehrfach für seinen Satz. An seiner Reaktion war zu sehen, dass ich ihn mit meiner Botschaft erreicht und zum Nachdenken angeregt hatte. Wieder andere dachten, ihr Schriftstück sei nicht gut genug woran

zu erkennen war, dass sie sich unbewusst unter Druck setzten.

Trotz der verschiedenen Aufzeichnungen bekam ich von fast allen Teilnehmern ein erfreuliches Feedback mit der Erkenntnis, ihre Herzen wieder bestimmter wahrnehmen zu müssen. Mir ist bewusst, dass es lediglich ein winziges Experiment war, meine anfängliche Annahme jedoch größtenteils bestätigt wurde. Obwohl die Meisten meinem Projekt große Bewunderung schenkten und mir ein Bild versicherten, erhielt ich von nur knapp 6% aller Befragten Eines zurück. Auf den ersten Blick ist dies ein sehr ernüchterndes Ergebnis, regt mich jedoch auf den Zweiten zum Weitermachen an. Es ist ganz egal wie viele Menschen ich erreichen konnte. Habe ich nur einen der Befragten mit meinem Projekt bewegt und zum Nachdenken angeregt, ist mein Plan aufgegangen. Man muss klein anfangen, um Großes zu schaffen. Aufgrund dieser Ergebnisse ist es mein Ziel, auch zukünftig das Thema Herz wieder soweit wie möglich public zu machen. Es geht mir dabei nicht darum den Menschen einen „emotionalen Herzfehler“ zu unterstellen, sondern sie dazu anzuregen ihr Herz seelisch wieder in Anspruch zu nehmen und es zu berühren. Wichtig ist mir der Respekt eines jeden Menschen vor sich selbst und seinem Herzen, welches nicht alleinig anatomisch sein wichtigstes Organ ist das immer und durchgehend schlägt. Dabei steht Ehrlichkeit und die Fähigkeit der eigenen Akzeptanz im Vordergrund. Leider musste ich für mich erkennen, dass es nicht nur anatomisch angeborene oder erworbene Herzfehler gibt, sondern die wahrscheinlich Häufigsten der Menschen die „Emotionalen“ sind. Meiner Meinung nach hängt dies damit zusammen, dass durch die herrschende Konsumgesellschaft das Zwischenmenschliche mehr und mehr auf der Strecke bleibt. Schnellebigkeit und Ersetzbarkeit sorgen dafür, dass Herzensangelegenheiten weder gelebt noch verarbeitet werden können. Um seine Existenz nicht zu gefährden, ist der Mensch dazu gezwungen diese zu verdrängen und unter den Teppich zu kehren. Wir müssen den Mut haben, unsere Herzen wieder zu fühlen, da nicht nur ein anatomisch offensicht-



licher Herzfehler behandelt werden muss, sondern auch unser emotionaler Zustand. Es ist ein Zusammenspiel beider „Herzhälften“, die voneinander abhängig, und somit komplett gleichwertig zu betrachten sind. Stehen sie, wie bei dem herzlichen Nikolaus, miteinander im Einklang, kann der Mensch wieder Mensch sein.

Da ich mich durch meine Geschichte als Querdenkerin bezeichnen würde und gerne mal hinter die gesellschaftlichen Kulissen schaue, werde ich an meinem Gedanken festhalten, die Menschen in Zukunft ein wenig zu bewegen und sie wieder „herzlicher“ zu machen.

Daher habe ich weitere Projekte geplant, in denen ich **allen** Menschen auf Herzebene begegnen möchte. Denn jeder kann ein Herzmensch sein.

*Kontakt: kSophieg@gmx.de,
www.herzja.de*