

Tinnitus

Ein Brummen, ein Zierpen ein Läuten.
Plötzlich hat man's im Ohr.
Kann's am Anfang nicht deuten
und fürchtet sich davor.

Es nervt und quält gar fürchterlich,
läßt nicht sich erklären.
Warum nur ich, fragt man sich,
ach könnt' ich mich nur wehren.

Man geht zum Arzt, zu Professoren
und alle sind so fürchterlich klug.
Ich hab' Geräusche in den Ohren,
aber welcher Doktor macht mir Mut?

Doch mit der Zeit, ganz langsam,
nach vielen Tiefs und Tränen,
wußt ich, worauf es ankam,
hab' gelernt, "Ihn" zu zähmen.

Heut' leben wir zusammen,
nicht "er" mit mir, sondern ich mit "Ihm".
Wie sollt' ich "Ihn" verdammen,
nur friedlich sind wir beid' ein Team.

"Er" ist halt überall dabei,
Ich nehm "Ihn" mit auf jede Reise,
egal wie weit es manchmal sei,
Ohne "Ihn" wär's sicherlich leise.

Sabine Steinherr, Berlin, 1992

Mit diesem Gedicht, abgedruckt in einem Heft der Tinnitus-Liga im Jahr 1992,
möchte ich allen Mitbetroffenen einen möglichen Weg zur Bewältigung
dieser oft sehr unangenehmen Beeinträchtigung aufzeigen.

Inzwischen nenne *ich* "Ihn" meinen Freund.
Er macht sich mit seinen Geräuschen, erinnernd an ein nahendes Bombengeschwader
aus den letzten Kriegstagen, unüberhörbar bemerkbar. Er gibt mir ein eindringliches Zeichen,
dass es an der Zeit ist, wieder einmal inne zu halten in meiner Geschäftigkeit ...

Und wer ist wohl aufmerksamer als ein Freund?

Margret Budde