

## Dat kannst' mi glöven - Plattdeutsche Andachten

Montag bis Freitag, 14.15 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

**06. November bis 10. November 2023**

**Von Annie Heger, Sängerin, Schauspielerin, Moderatorin**

Sie ist neu in der Runde der Andachtssprecher:innen: Annie Heger, Sängerin, Schauspielerin, Autorin, Moderatorin. Und vielen bekannt als Sprecherin bei „Hör mal 'n beten to“. Als ‚Küchentheologin‘, die mehr Kochbücher als Bibeln besitzt, macht sie sich Gedanken über Gott und die Welt: Was brauchen wir im Moment? Wie ist das mit dem Beten? Und mit der Chance, immer wieder neu anzufangen?



**Annie Heger**

Redaktion:  
Anita Christians-Albrecht  
Pastorin und Beauftragte für Alten-  
seelsorge in der hannoverschen  
Landeskirche

Veröffentlichung:  
Evangelische Kirche im NDR  
Redaktion Hannover  
Knochenhauerstr. 42  
30159 Hannover  
Tel. (0511) 32 76 21  
[www.ndr.de/kirche](http://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.

## **Maandag, 06.11.2023**

Moin, ik bün't Annie Heger, Kökentheologin. Nee dat is kien echten Beroop. De Titel hebb ik mi sülvst geven. Ik hebb mehr Kookboken in d' Schapp stahn as Bibeln. I sammel de nämlich, un bi mi geiht de Glööv ok dör de Maag, so Hand in Hand quasi mit de Leevde. In mien Köken word' danzt, sunge, smüüstert un foss diskuteert. Dat Leven spöölt sük doch bi de meisten in d' Köken of. Daar kummt de Familie tosamen of de WG. Een vertellt, wat an de Dag all passeert is, daar word sük kabbelt un över een heet Hohnerzopp weer verdragen. Daar föhl ik mi wohl un tohuus. Un heel genau so will ik mi even ok in mien Glööv föhlen. Wohl un tohuus. Bi us in Oostfreesland seggt man ok: „Wenn't Buukje vull is, hett de Seel Rüst.“ Wenn een Kökentheologie hören deit, denkt een ja futt ok an de Kökenpsychologie. Un miene Kökentheologie is haast dat glieke Prinzip: Se maakt Saken eenfacher, vertellt dat, wat wichtig is, seggt dat ok nich all un döggd dorum nich för een Dokterarbeit, man se sett' Impulse setten köönt. Se präsentiert theologisch Smachthappen Lüttje Portionen, man nich immer lichte Kost un man es recht kien Trivialtheologie. Disse Kökentheologie kratzt nicht bloot an de Oberfäche of is naiv, man bloot wiel de Antwoorden up komplex Fragen mennigmaal so einfach wesen köönt. To disse Kökentheologie höört, dat man tosamen an een Disch sitt. Dat man geneten un danken deit, mit'nanner lacht un still swiggt. Dat man einfach bi'nanner is un dat Leven mit all Sinnen smeckt.

## **Dingsdag, 07.11.2023**

Moin, leeve Lüüd, hier bün ik weer, Annie Heger. Jo neje Lieblingskökentheologin. Wat bruken wi nu? Also Du un ik, wi as Gesellskup. Ik kunn nettakkrat en groot Kluck Beer verdragen, denn ik sitt al siet Stünnen in de Düütsche Bahn un kumm nargens an. Doch wat bruken wi wohrraftig? Bruken wi siet de 7. Oktober annerswat as vördem? Vör de 7. Oktober was na de Sömmer 2022, in de ik de Diagnose kregen hebb, villicht in Tokunft blind to worden. Man disse Sömmer mit de Diagnose was kört nah de 25. Februar 2022, as de Krieg anfang in de Ukraine. Un disse Februar was weer nah de Määrtmaant 2021, as mien Fründin Mary stürven is. Un hör Doot was nah de Määrt 2020, as de Pandemie anfang in Düütskland. Un de was, nahdem twee Maanten vördem mien Frau un mien Mama an d' glieke Dag Krebs kregen hebben. Dat sall hier kien Whataboutism-Kett wesen, also en argumentativ Oflenkungsmanöver, waar well de een Katastrophe lütt maken deit, mitdat he mit een anner groot Katastrooph um d' Eck kummt. Nee, so meen ik dat nich. Disse Katastrophen, de stahnt all glik mall tegenanner. Un unnerratts bruken wi wat, um dordöör to komen. Ik wünsk mi net mien Leven as bi dat groot schwedisch Möbelhuus, dat wi all kennen. Waar so Pielen up d' Grund tekent sünd, so dat een weet, waar lang, ohn de Kersen, Servietten un Bambus-Potten to verpassen. Ik wünsk mi so en Mitarbeider mit en blau „Hej“ in groot Letters up d' Rügg van dat geel

Poloshört, de mi denn an de Hand nimmt un seggt: „Ik plaan nu mit di de PAX Schkappkombinatioon, nüms mutt daar alleen dör.“ Un an d' Enn kriggst du en Hot Dog, de vullpackt is mit Röstziepels, inleggt Gurken, Ketchup un Remouladensooß as Lohn. Jo, dat Leven is wall kien schwedisch Möbelparadies, man klaar is, wiledes wi all up good Nachrichten wachten, schafft wi dat all bloot mit een goden Kompass, anständig Eten... un wenn wi us mehr an d' Hand nehmen. Denn „nüms mutt daar alleen dör.“

### **Mittweek, 08.11.2023**

Moin, leewe Lüüd, hier bün ik weer, Annie Heger. Jo neje Lieblingskökentheologin. Futt mit de Döör in't Huus: Wo hollen ji dat mit dat Beden? Is dat wat, wat ji elke Dag um de glieke Klocktied maken? Beden ji vör't Eten, sogar bi McDonald's över't Tablett, of stüürn ji bloot twüskendöör maal so een Gebedd nah boven nah d' Hemel, wenn wat nich so recht lopen deit? Beden ji mit Worden, de dat al giffet oder is dat denn ehrder so'n improviseerten Text? Hebbt ji de Hannen in d' Schoot of kieken ji daarbi vielleicht sogar nah boven? Of beden ji överhoopt nich? Also ik hebb al vööl mit Gott schnackt, ofschoon dat immer een recht eensiedigen Schnack is. Ik fang meist immer an mit de Satz: „Gott, hier bün ik weer, Annie. Ach, dat weetst du ja. Ik mutt di wat vertellen. Ach, dat weetst du ja ok al.“ Un denn weet ik mennigmal nich, wo ik wiedermaken sall, wiel ik bang bün, dat he sük langwielt. Of dat he denkt: „Nu rappel di, Annie, ik hebb noch een poor anner Minsken up d' Liest stahn vandaag!“ Dat hett mi echt Tied kost, to verstahn, dat dat egaal is, wat ik denk, wat he nu weet un wo ik mi an besten utdrücken sall. De Worden mutten nich extra-fromm wesen. Ik kann sogar ok einfach swiegen. Dat Gebedd kann ok richtig wesen, ohn dat du mit een spannend vertelt Geschicht praat steihst of wenn du dien Gedanken man bloots so fleegen lettst. Dat kann di trotzdem stark maken. Dat Gebedd is dafür daar, us Kraft to geven, ok wenn wi nich genau weten, wo wi över us Lengen, Nood un Hoop proten söllen. Un an disse Stee giffet mi dat Toversicht, dat he doch so un so allens weet. Un ich mag mi dat so gern vörstellen, wo Gott stillkens daaröver lacht, wenn Annie weer anfangen deit, hör Gebedd to stammeln.

### **Dünnerdag, 09.11.2023**

Moin, leewe Lüüd, hier bün ik weer. Annie Heger, de Kökentheologin ut Oostfreesland. Mi is verleden Week allns över d' Kopp wussen. Ik harr dat so wat van drock, allns hentokriegen, dat ik mi echt unseker weer, of dat, wat ik maakt hebb, an'n Enn överhoopt good weer. Ik was einfach froh, dat ik dat schafft hebb. So geiht mi dat ok, wenn ik an disse besünner Dag, an d' 9. November, in de Welt kiek. So vööl, wat nich good is, So vööl, wor mien Stimm un mien Hand bruukt ward. Un ik weet nicht, wo dat bi Jo is, aver wenn allns to glieke Tied up mi daal kummt un ik nich weet, waar boven of unnern ist, denn hör ik

ehrder up, as dat ik anfang. Ik bliev stahn! Wenn dat um dat Upschuven geiht, bün ik Königin.

Ik find immer noch wat, wat ogenschienlich noch wichtiger is, wat ik doon mutt, as de vöölst to grote Barg an Upgaven oftobuddeln, de daar al is. Aver wiel ik mi kenn, tricks ik mi nu ut: Ik geev mi 20 Minüden Slaap of Eten, meist Eten, haal daarnah eenmaal deep Luft un denn: Liste maken un „Een nah dat An-nere“! Nich versöken, allns to glieke Tied hentokriegen un an Enn nüms bried to maken. Wi seggen in Oostfreesland ok: „De togliiek schitt un löppt, kriggt fule Hacken.“ Un wenn ik denn dör bün mit mien List, denn kiek ik faken up de Liest för mörgen. Man daar kenn ik noch wat, dat wi Oostfresen seggen: „Sörcht jo nich um mörgen; denn de token Dag sörcht för sük sülst. Dat langt, dat elke Dag sien egen Plaag hett.“ Of was dat well anners, de dat seggt hett? Egaal! Dat is also okay, een nah dat anner to maken un nich al an dat to denken, wat mörgen up de Barg sitt. Un heel ehrlich, wenn't all koppheister geiht, wiel du nich mehr achteran kummst... denn is't eenfach to vööl. Denn mutt wat över Bord gahn. Of du muttst eenfach maal fragen, of di vielleicht well helpen kann.

### **Freedag, 10. November 2023**

Moin, leeve Lüüd, hier bün ik weer. Annie Heger, de Kökentheologin ut Oostfreesland. Dünner, gesunder, beter, minner, mehr, ördentliker, flietiger, stadi-ger, fakener, Sport, Eten, Slapen, Schummeln, Sparen, Verpusten... un nah Klock Acht avends kien Gummibärchen mehr. Meist is de Liest van dat, wat een ännern will langerder as dat, wat een al an sük un an sien Leven good finnen deit. Un disse Liest langt van Mama fakener anropen bit hen to kien Eenweg-Coffee-to-go Bekers mehr bruken. Man waar fangt een an un waar höört een up? Mien Kusien ett kien Fleesk, en Fründin van mi flüggt nich mehr mit'n Flee-ger in d' Urlaub, un ik bün de akribistischste Müll-Trennerske, de een sük vörstellen kann. Daarför eet ik aver Mettwurst, mien Fründin bestellt bi Amazon hör Wiehnachtsgeschenken un mien Kusien deit bestimmt ok wat, van dat wi bloot noch nix weten. Man wi all doont uns' Best! Dat geiht ja darum, dat wi all us Bidrag geven, so lüttjet of groot de wesen mag, aver wi sünd uplest kien överminskelk Engels. Doch wat bruken wi, um ok maal up us Liest wieder to komen un vielleicht sogaar wat otohaken? Elk un een hett de Chance, heel van vöörn antofangen. Bi de lüttje Dingen un bi de groten. Mennigmaal is so en Vörhebben en good Anfang, denn de Marschrichtung is denn tominnst klaar. Un wenn dat Enn nienich biraakt word, denn weer dat vielleicht de richtig Rich-tung, man nich dat richtig Ziel. Un denn upgeven? Paulus un ik hebben so us Kabbeleen, man he hett seggt: „Ik do bloot dat een: Ik vergeet nu, wat achter mi liggt un streck mi nah dat ut, war vör mi liggt. Ik loop d'r liek up an!“ Dat kann ik so unnerschrievn. Dat, wat nich slumpt' hett, achter di laten, de Kumpass richten of dat Segel anners setten un de Richtung ännern, of van vöörn anfan-gen.