

## Dat kannst' mi glöven - Plattdeutsche Andachten

Montag bis Freitag, 14.15 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

**24. März bis 28. März 2025**

**Von Annie Heger, Künstlerin und Autorin**

Annie Heger und ihre Küchentheologie erklären uns wieder den Glauben: Wenn die Seele nur 21 Gramm wiegt - dann ist Sterben vielleicht doch gar nicht so schwer ... Und hat nicht auch der Mond, der seit Kindertagen dageblieben ist, nicht etwas ungeheuer Tröstliches?



**Annie Heger**

Redaktion:  
Anita Christians-Albrecht  
Pastorin und Beauftragte für  
Altenseelsorge 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.

#### **24. Märt 2025: De Seel un dat Starven**

De Seel wiggt 21 Gramm. Dat hett en amerikaansch Dokter mol rutfunnen. He hett Minschen in't Starven wogen un faststellt, dat all disse Lüüd kört nah't Intreden vun de Doot mehr of minner disse Grammtahl verloren harrn. För de Dokter weer nu kloor: De Minsch hett en Seel un de wiggt 21 Gramm. Also bummelig so veel as en Schokoriegel. Of en Kolibri. Wenn de Seel so licht is, vielleicht is Starven denn gor nich so ernst un swoor, as wi us dat vörstellen. Vielleicht warrt mien Seel einfach afhaalt. Nich mit en himmelsch Limousien, nee, dat weer veel to prahlsch. Ehrder sitt mien Seel in so en klapperig VW-Bulli, tohoop mit anner Selen. De Sittplätz sünd kommodig, ik ruukt en Zitronenduftboom un dorbi löppt in't Radio de Playlist, de mi dör mien Leven dragen hett. Un irgendwann seggt de Busfohrersche: "Eerst Stopp: De Brügg nah d' anner Siet!" Vielleicht kann een sik dat aver ok utsöken bi so'n Oort Check-in-Schalter. "VW-Bulli, Segelfleger, Rullstohl, Düütsche Bahn, of Sommervagelflünken? Du hest de Wahl!" Un denn fraagt en fründlich Stimm. "Hebht se Bagaasch dorbi?" "Man bloot en beten", segg ik denn. Dat Besinnen up Sömmerfesten, Ümarmungen un Sand twüschen de Töhnen. Un denn: Affloog. Un bi't Lannen töövt dor een mit en Smuustergrientje. Vielleicht Gott. Vielleicht Oma mit en Stück Krömelkoken: Moin, Annie, wat fein, dat du hier büst!

#### **25. Märt 2025: Emily**

Of dat Emily woll noch gifft? Emily, de Frotteeemaand? En Halvmaan, geel un samtweek, bold bit to d' Unkennborkeit ofleevt. Se höörde mien Fründin Conny ut d' Grundschool. Emily was nich einfach bloot irgendeen Kuscheleert of Küssen. Emily bleev immer Connys Nummer Een. Emily weer överall mit dorbi. Se keem ok mit nah Oostfreesland nah mien Oma un Opa, as wi dor Ferien op'n Buernhoff maken deen. Ik hebb keen Emily hatt, man en Kuscheeball. De is mi bit vundaag hillig un liggt in mien Wahnstuuw. Mien Süster harr en Schaapsfell, dat ehr as lütt Deern Stütt un Roh geven dee. Kuscheleerten, Schaapsfellen, Frottee-Maanden - se weren all en Fixpunkt in us lütt Welt, de elkeen Dag groter wurr un sik allmanweg verännern dee. Schoolmester kemen un gungen, Schoolfründschoppen weren wankelmödig, Connys Wöstenspringmuus hett op en Slag doot in d' Kasten legen, man Emily weer dor un bleev. As wi öller worrn sünd, is Emily seker Connys eerst Fründ weken. Vielleicht hett se aver ok jichtenswann ehr letzt Waschgang nich schafft. De Vörstellen, dat jichtenswo in Connys Wahnstuuw, op Dackböhn of in en Box ünner't Bett en licht versleten, plattdrückt, man immernoch grienig Frotteeemaand liggt, maakt mi glücklich. Nich de unbannig groot Dingen sünd de, de dat Leven licht maakt, man de lütten, an de wi uns fastholen, wenn de grote Welt sik immer wiederdreihet.

#### **26. Märt 2025: Radiesken**

Annerletzt hebb ik en Diskuschoon modereert: över Landweertschop - mit Blazer över d' Kapuzenpulli. Goot un dringlich Fragen, tüschendörch Smalltalk över Radiesken. Nahmiddags denn en Gräffnis, wo ik singen dee. Swart Kleed, andächtig Toonfall - man dörch de Rullenwessel immer wedder dat Mantra in mi: "Keen Witz, keen Radieskenwitz." Man de Höhepunkt vun mien Rullenkuddelmuddel: en Talk över Ethik in en Kark. Endlich bloot ik ween! Do see de Moderatoorsche: "Froo... äh... Annie, kunnen Se vielleicht mit en Gebeet anfangen?" Bangde in d' Nack, binnen Sekunden in de Pastoorsche-Rull. Ik mutt improviseren: "Gott, hölp us, dat wi plietsch Saken seggt un us hüüt nich blameert. Amen." Hett holpen - de Avend leep goot. Ik snackde över Ethik, Minschenrechten un Jesus, de ok en Kuddelmuddel vun Rullen hett: Timmermann, Lücht van d' Welt,

Messias, Rabbi – un Gott sien Söhn. Un wohrschienlich hett he sik ok mol dacht: "Kann ik nich einfach bloot in de Bedrief vun Papa Josef arbeiten un Fensterrahmens un Dören tosamentimmern?" An Enn hett he ja nu wohrhaftig de Job maakt, de sien Vader in d' Himmel vun em verwacht hett, un dat weer keen Spazeergang. Ehrder en Krüüzgang. Ok wenn't all dörnanner geiht, wi sünd doch all nich bloot dat Een of Anner un mööt de enkelten Puzzlestücken immer wedder nee tosamenstellen. Dat Wichtigste is ja, dat dat Bild bunt blifft. Un ik laat nu nee Visitenkoorten drucken: "Singen. Sabbeln. Segnen. Spezialrebbett: Radiesken."

### **26. Märt 2025: De Maand**

Ik hebb al as Baby slecht slapen. Nah't Seggen weer mien eerst Slaapplatz de Achtersitz in't Auto vun mien Papa. Un mien eerst Woort? Nich "Mama" of "Papa". Nee: "Ball". Dor meen ik de Maand mit – de keek mi dor elke Nacht in d' Gesicht. De Wahrheit is: Slaap un ik, dat weer nie en goden Fründschop. Ik drööm elke Nacht van Terror, Krieg, Minschen retten, nienich jichtenswo antokamen. Faken warr ik waak de anner Dag un föhl mi, as harr ik de hele Nacht Minschen ut en brennend Huus haalt. Un nüms an d' Fröchstüeksdisch, de mi seggen kann, wat de Drömen to bedüden hebbt. Slimm is ok, wenn ik in d' Midden vun de Nacht opwaken do un nich weer torügg in d' Slaap kaam, wiel mien Kopp denn eerst recht Gruvelee-Extrarunnen dreiht. Schuld is dat Melatonin, düt Hormon, dat de Slaap-Waak-Rhythmus reguleert. Wenn wi in Düstern upwaakt, is us kognitiv Kuntrullmechanismus, de normalerwies negativ Gedanken reguleert, nich vull aktiv. Wat nu hölpel kann sünd woll Krüüzwoortradels - echt! De sünd dat nächtlich Fitnessstudio för en dörchdreht Kopp: Wieldes dien Bregen överleggt, wo veel Bookstaven "Massachusetts" hett, blifft keen Tiet för Gedanken an Apokalypsen of Stüerverkloren. Vielleicht is dat Geheemnis nich, gegen de düüstern Gedanken to kämpfen, man se mitnehmen - op de Achtersitz vun Papas Auto. Denn wies ik ehr dor de Maand un segg: "Kiekt mal, de is ok immer noch dor." Un wioldem wi all um de Knaal ümto tuckern, waarn de Sorgen denn heel still - un ik ok.

### **28. Märt 2025: Över dat Snacken**

Wi mutten schnacken. Nämlich över dat Schnacken. Kommunikatoon is komplizeert. Besünners, wenn wi daaröver in Schnack komen willt, an wat wi glöven. Man ik segg jo: Schnacken lohnt sik. Immer. Sogor mit us Jesus was dat nich immer einfach. He harr up elke Fraag en glaskloor Antwoord geven kunnt, hett he aver nich. He hett dorför en Geschicht vertellt un de Lüüd müssen hör egen Bregen bruken. Kien einfach Wahrheiden. Wat anstrengend, aver villicht de beste Weg, sülvst wat to begriepen. Ik bün, as ik 16 Jahr old weer, ja in de USA för en Jahr as Uttuschschölerske west. Up amerikaansch Partys geev dat en Regel: Dat word nich över Politik un Religioon snackt. Worum? Wiel dat flink eskalieren kann. Aver is dat wohrhaftig de Lösung? Jesus sülvst wenigstens hett de verscheedenste Minsken an en Disch brocht. Un na klaar, ik as Kökentheologin, ik denk immer an't Eten. Wo weer't denn mit so en amerikaansch Potluck-Party, bi de jedeen wat to Eten mitbringen deit. Salaat, Kook, Antipasti ... Dat is doch, wat Kommunikatoon is un wo se an d' Enn funksioneert: Wi brengen all us Geschichten mit, delen, wat wi hebbt, probieren wat Neeis. Mennigmaal schmeckt us wat nich, mennigmaal woll, ok wenn't an Enn eerstmaal bloot dat egens mitbrocht Stückje Kook is. Man wi blifft in Proot. Hören nich up, mitnanner to snacken. Wi lustern to, fragen nah, un upletzt marken wi, dat en Gespreek över de Gloov nich immer swoor in d' Maag liggen mutt.