

SELBSTERFAHRUNG

# OHNE LICHT IST DAS LEBEN BUNTER

Menschen nehmen ihre Umwelt zu 80 Prozent mit den Augen wahr. Fällt dieser Sinn weg, öffnet sich eine ganz andere Welt: zuerst mit weniger Halt und weniger Sicherheit, dann aber mit mehr Lebendigkeit und mehr Gefühl. Ein Erlebnisbericht im Dunkeln.

„Ich glaube, ich bin verloren“, höre ich mich sagen. Vor mir, neben mir, überall ist etwas im Weg. Ich kann nicht erkennen, wo es weitergeht. Die Schwärze der Dunkelheit füllt den Raum. Die Stimmen der anderen fühlen sich meilenweit entfernt an. Doch Marc hat meine leisen Worte gehört und kommt sofort, um mir zu zeigen, dass ich nur einen kleinen Bogen nach rechts machen muss. Er kennt sich hier im Dunkeln sehr gut aus.

Ich bin in der Ausstellung „Dialog im Dunkeln“ in Hamburg. Marc ist einer der Mitarbeiter im Dialoghaus in Hamburg. Er arbeitet dort als Guide und führt Gruppen mit bis zu acht Teilnehmern durch die Erlebnisausstellung. Wie auch viele andere Angestellte, ist er selbst sehbehindert. Seit seiner Geburt verliert er immer mehr Sehkraft. Während Marc in seinen ersten Lebensjahren noch normal sehen konnte, kann er nun nur noch Hell und Dunkel unterscheiden. Er kennt Farben und auch Gegenstände, findet es aber schwierig zu erklären, wie die Bilder in seinem Kopf genau aussehen. Innerhalb der 400 Quadratmeter großen Ausstellung findet er sich sehr gut zurecht. Er führt die Besucher durch verschiedene Themenräume. Dabei ist jeder Raum ausgestattet mit Requisiten und Lautsprechern, die die Atmosphäre von bestimmten Alltagssituationen erzeugen. Es geht in die freie Natur, an einen Bach und über wacklige Brücken, in die Stadt zum Wochenmarkt, an belebte Straßen und über die Ampel bis hin zum alltäglichen Umfeld in einer Wohnküche – immer wieder gilt es den Raum mit allen verfügbaren Sinnen wahrzunehmen.

Es ist noch gar nicht so lange her, da hatte ich selbst Angst zu erblinden. Vor einem Jahr begann alles mit einem grauen Schleier auf meinem rechten Auge, am nächsten Tag konnte ich dann schon nicht mehr lesen. Im Krankenhaus erhielt ich die Diagnose: Sehnerv-Entzündung. Noch fünf Tage lang verschlechterte sich mein Zustand. Ich konnte nicht mal mehr Gesichter mit dem Auge erkennen. Meine Ängste stiegen. Werde ich auf dem Auge erblinden? Was wenn das andere Auge auch betroffen ist? Wenn ich blind wäre, würde ich nie mehr den mit Liebe erfüllten Blick meines Freundes sehen können. Der Gedanke an diesen Verlust schmerzte.

#### DER STIMME FOLGEN

„Worauf habe ich mich da nur eingelassen? Ich werde jetzt schon ganz nervös“, sagt eine Besucherin im ersten dunklen Raum. Zu meiner Verwunderung bin ich, die sonst in dunklen Räumen schnell panisch wird, vollkommen entspannt. Ich erinnere mich an einen Satz aus dem Konzept der Ausstellung: ‚Wer nicht spricht, ist nicht existent‘. Für einen Moment schweige ich und lasse mich ganz in dieses Erlebnis hineingleiten. Irgendwo in der Nähe öffnet sich eine Tür, das merke ich nur an den leisen Schritten der sich nähernden Person. Ein Mann sagt: „Kommt auf mich zu. Folgt meiner Stimme.“ Ich bewege mich in seine Richtung, es fühlt sich an wie vorwärts, aber genau sagen kann ich das nicht. Den Blindenstock schiebe ich vor mir auf dem Boden. Klack rechts, Klack links. Widerstand vorne. Okay, da ist etwas. Ich bleibe stehen – direkt vor Marc. Seine Stimme ist nun so laut, als würde er aus zehn Zentimeter Entfernung in mein Ohr sprechen. Persönliche Distanz gibt es in der Dunkelheit wohl nicht mehr. Ich kann die Entfernung zu meinen Mitmenschen erst einschätzen, wenn ich sie reden höre. Marc lacht leise, es ist eher ein Kichern, dann sagt er betont langsam: „Das hier ist eine neue Situation für jeden von euch. Aber ich bin die ganze Zeit da und helfe.“

Marc erklärt uns, dass Menschen ihre Umwelt zu 80 Prozent mit den Augen wahrnehmen. Das Interessante beginnt da, wo die anderen Sinne ins Spiel kommen. „Ihr denkt


## Ein Spaziergang über den Alten Urnenfriedhof

Mit Vorstellung des neuen Bestattungswaldes „Im Birkenhain“

Samstag, 19. August, 10.30 Uhr



Alter Urnenfriedhof in neuem Gewand



Treffpunkt: Eingang Alter Urnenfriedhof, Eichhofstr. 48a. Die Wege auf dem Friedhof sind barrierefrei. Die Teilnahme ist kostenlos und ohne Anmeldung möglich. Für Kaffee und Gebäck ist gesorgt.



ganz häufig nicht nach. Ihr habt den Sehsinn und nutzt den sehr stark. Dabei könnt ihr auch noch Hören, Tasten, Riechen und Schmecken.“ Es klingt fast ein bisschen anschuldig. Hat er Recht? Was entgeht mir alles, weil ich zu sehr auf meinen Sehsinn vertraue?

#### **DIE BILDER IN MEINEM KOPF**

Trotz der allumfassenden Schwärze, die mich nun schon mehrere Minuten lang umgibt, sehe ich ständig Bilder vor meinen Augen. Mein Gehirn ver-

sucht die Dunkelheit zu überlisten und wandelt alles was ich höre, rieche oder ertaste gleich in ein konkretes Bild um. Sehe ich Umrisse? Schräg vor mir steht doch Marc, die andere Ausstellungsbesucherin ist links neben mir. Gar nicht so weit entfernt höre ich Wasser plätschern und Vögel singen. Mit dem nächsten Schritt nach vorne merke ich den weichen Untergrund. Mein Blick wandert nach unten: Grüne, saftige Grashalme umspielen meine Schuhe. Ein Windhauch streift meine Stirn und

*Bei „Dialog im Dunkeln“ können Besucher erleben, wie es ist, komplett blind zu sein.*

ich blicke auf. Marc führt uns näher ans Wasser heran, ein kleiner Holzzaun nur wenige Zentimeter hoch, trennt uns vom Bach. Ich entspanne mich in der Atmosphäre dieser friedlichen Naturszene und vergesse für einen Moment die Dunkelheit.

Wie genau erfassen Blinde eine unbekannte Umgebung, frage ich mich. Bei neuen Treffpunkten bittet Marc manchmal einen Freund, ihm den Weg zu zeigen. Den Boden tastet Marc dann mit seinem Blindenstock ab, merkt sich markante Stellen. Ist er alleine unterwegs, nutzt er auch die Sprachsteuerung seines Smartphones. Diese helfe ihm bei der Orientierung. Gute Hilfe leistet ihm auch sein ausgeprägter Hörsinn. Sogar kleine Schallunter-

## **MEHR TOLERANZ FÜR SEHBEHINDERTE UND GEHÖRLOSE**

Neben der lichtlosen Erlebnisausstellung „Dialog im Dunkeln“ bietet das Dialoghaus Hamburg auch das „Dinner in the Dark“ an. Dabei erleben Besucher einen Restaurantbesuch aus der Perspektive eines Blinden. Wie es ist, nichts mehr hören zu können, wird in der Ausstellung „Dialog im Stillen“ simuliert. Mit Schallschutz-Kopfhörern ausgestattet, kommunizieren die Besucher mit ihrem Guide nur über Mimik und Gestik. Mehr Informationen zum Dialoghaus gibt es online unter [www.dialog-im-dunkeln.de](http://www.dialog-im-dunkeln.de)

schiede können Sehbehinderte wahrnehmen und so ihre Umgebung besser einschätzen. Problematisch wird es aber dann, wenn es sehr viele laute Geräusche gibt. Dann fällt das Herausfiltern von einzelnen Tönen sehr schwer. Wie sich das anfühlt, zeigt er uns im nächsten Themenraum.

Mit einem Mal wird es laut. Es scheint, als stünde ich an einer belebten Straße. Autos und Motorräder knattern an mir vorbei. Die Geräusche scheinen von überall zu kommen. Es ist so laut, ich möchte mir die Ohren zu halten. Der Lärm durchdringt meinen ganzen Körper. Ich möchte hier weg, lieber wieder an den Bach zurück. Marc gibt sich unbeeindruckt: „So laut ist es eben in der Normalität.“ Mit Mühe filtere ich aus dem Lärm das Signal der Fußgängerampel heraus. Als ich den Metallpfahl ertaste, finde ich Erleichterung im gleichmäßigen Ton der Anlage. Doch dann wird es wieder hektisch. Die Frequenz des Signals hat sich geändert, Marc ruft: „Los, los, los. Schnell rüber!“ Überforderung auf allen Ebenen. Wie weit ist es denn? Wo genau geht es lang? Ich stolpere den Absatz

vom Bordstein auf die Fahrbahn herunter und gebe mir Mühe vorwärts zu kommen. Ziemlich wild schwinge ich meinen Stock einen Meter nach links und einen Meter nach rechts. Als ich den Kantstein der anderen Seite erreiche, werde ich langsamer, hebe meinen Fuß lieber etwas höher, da ich die Höhe der Stufe nicht gut einschätzen kann und erreiche schließlich den sicheren Gehweg. Unglaublich, was für ein Stress und dabei hatte ich noch nicht einmal Gegenverkehr von anderen Fußgängern.

Nach der Aufregung brauche ich erst einmal eine Ruhepause. Zum Glück ist der nächste Raum die Dunkelbar. Es ist auch unsere letzte Station im Dunkeln. Bei einer Limo tauschen wir uns über das Erlebte aus. Mir wird klar, dass ich seit meiner Sehnerventzündung, die zum Glück ganz ausheilte, immer öfter auf der Suche nach Erlebnissen bin, die ich mit dem ganzen Körper wahrnehmen kann. Einfache Dinge wie Barfußlaufen im Park, fühlen, wie das Gras kitzelt und die Kieselsteine leicht in die Fußsohle zwicken. Den Wind und den Regen auf dem Gesicht spüren. In

Kontakt mit der Welt um mich herumkommen – spüren, dass ich existiere. Die Welt ist so reich an Eindrücken außerhalb des Sehens.

TEXT: SABRINA AUST | FOTOS: PIXABAY, DIALOGHAUS HAMBURG

Johannes Janson und Monika Wildner-Jaghuber,  
Haus & Grund-Mitglieder seit 2002

## Unsere Immobilie? Dafür haben wir jemanden!

Haus & Grund berät und unterstützt Immobilieneigentümer – und solche die es werden wollen. Für einen Jahresbeitrag ab 48,- Euro.

Mehr Infos bei Haus & Grund Kiel unter 0431 6636-123 oder  
[www.haus-und-grund-kiel.de](http://www.haus-und-grund-kiel.de)

Recht & Steuern | Vermieten & Verwalten | Bauen & Renovieren | Technik & Energie



**Haus & Grund®**

Eigentum. Schutz. Gemeinschaft.