

Eröffnungsvortrag Silser Balint Woche – Zu Ohren kommen

Am 6.9.2026

Dr.med. Barbara Riedl, Innere Medizin FMH, spez. Psychosomatik SAPP
MAS Philosophie und Medizin, Universität Luzern

Einsame Stille

Der Schrei einer einzigen Zikade

Der im Stein versinkt.

Bashô

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer, Liebes Leiterteam, Liebe Besucher und Besucherinnen.

Was Matsuo Bashô, japanischer Dichter aus dem 17. Jh so meisterhaft ausgedrückt hat, soll heute Gegenstand meines Vortrags sein.

Das Zuhören.

Über Zuhören sprechen? Ist so etwas sinnvoll? Ist es überhaupt möglich? Wenn Zuhören Hinwendung zum Anderen meint, dementiert sich ein Vortrag darüber nicht automatisch selbst? Was meinen wir, wenn wir «zu-hören» sagen?

Auch wenn uns Zuhören so alltäglich erscheint wie die Luft zum Atmen, bleibt dieser stille und intime Vorgang häufig unbeachtet. Letztlich tritt sein echter Wert wohl erst dann in Erscheinung, wenn er uns abhandenkommt.

Zuhören ist ein Prozess, der wesentlichen Anteil an dem hat, was Beziehung ausmacht, also dem zentralen Thema der Balintarbeit, dem wir hier in Sils auf der Spur sind.

Einander zuzuhören ist unabdingbar, um in Beziehung zu gehen und stellt eine wesentliche Bedingung dar, damit Balintarbeit funktionieren kann.

Deshalb möchte ich im Folgenden einige Gedanken mit Ihnen zu diesem Thema teilen.

Wir alle gehören zu den professionell Zuhörenden, dessen Praxis eine wesentliche Grundlage unseres Berufs bildet. Täglich hören wir den geschilderten Nöten und Beschwerden unserer Patienten und Patientinnen zu und ziehen daraus folgeschwere Schlüsse für Diagnostik und Therapie. Diese Tätigkeit trägt den Namen **Sprechstunde**. Wer dort wie lange sprechen und zuhören darf, ist tariflich exakt festgelegt. «**Sprechende Medizin**» hat sich als Begriff für Interventionen etabliert, welche die Kommunikation zwischen Ärzt:in und Patient:in als Wirkfaktor nutzen.

«Den Menschen zuhören», «auf Augenhöhe sprechen», «den Dialog suchen», «sich gehört fühlen» sind Schlagworte unserer Zeit und drohen dabei zu Leerformeln zu verkommen. Nicht zuletzt aufgrund der fortschreitenden Digitalisierung und der Nutzung sogenannter sozialer Medien scheint heute beinahe jeder und jede auf Sendung sein. Vor dem Lärm der Welt schützt man sich mit immer besseren Kopfhörern.

Der slowenische Schriftsteller Aleš Šteger bemerkt in seinem lesenswerten Buch «Ohr sein» dazu «Der fatale Irrtum unserer Zeit ist, dass der Mensch zu allem auf der Welt eine Meinung haben soll – eine Meinung und kein Ohr».

Wer hört die unzähligen Schreie unzähliger Zikaden im Stein versinken? Wer hört zu?

Das Ohr wird nicht nur in Politik und Management vernachlässigt. Auch die «zuhörende Medizin» bleibt unerwähnt. Der Philosoph und Psychoanalytiker Bernhard Waldenfels bemerkt in seinem Essay «Hören auf die fremde Stimme» die seit der Antike bestehende

Tendenz aktiver Rede den Vorzug vor dem passiv-rezeptiven Hören zu geben. «Der Logos steht im Zeichen der Rede, der Verlautbarung». - Vernunft spricht offenbar lieber.

Es mag auch etwas mit der Rolle zu tun haben, welche das Ohr als Erkenntnisquelle in der westlichen Welt traditionell innehat. Sensorisch nimmt das Hören seinen selbstverständlichen Platz ein und Musik wird als Kunstform hochgeschätzt, dennoch haftet dem Hören in unserer Kultur eine gewisse Geringschätzung an. Orale Kulturen geben Mythen und Geschichten von Mund zu Ohr weiter, man denke an den hörbereiten Anruf der Musen, der die «Odyssee» einleitet. «Andra moi eneppe musa». «Sage/Singe mir Muse...» Schriftkulturen bedeutet etwas lediglich vom «Hörensagen» zu kennen keine verlässliche Quelle mehr, sondern Wissen aus zweiter Hand.

Heute steht das Hören als Quelle von Wissen oder Erkenntnis deutlich im Schatten des Visuellen. Beispielsweise adelt der Philosoph Immanuel Kant in seiner Anthropologie den Gesichtssinn, der «wenngleich nicht unentbehrlicher als der des Gehörs» als den «edelsten Sinn, weil er sich (...) am wenigsten afficirt fühlt (...) hiemit also einer reinen Anschauung (der unmittelbaren Vorstellung des Objects ohne beigemischte merkliche Empfindung) näherkommt.» (Kant Anthropologie, §19, AA VII 156)

Etwas kommt ans Licht, etwas erhellt sich, wird transparent, e-vident. Zahlreich sind die Redewendungen, die den Zusammenhang zwischen dem Sehen und der Erkenntnis betonen, was im Zeitalter der Aufklärung und der Naturwissenschaften, die durch Beobachtung, Messungen und Experiment Wissen generieren, seinen Siegeszug antrat.

Die Verknüpfung zwischen Licht und Erkenntnis ist jedoch bereits wesentlich älter. Seit der Antike liegt in der Lichtmetaphorik das Versprechen nach Erkenntnis, Klarsicht und Wahrheit, wofür Platons Höhlengleichnis aus dem 7. Buch der Politeia («der Staat») als bekanntes Beispiel Pate steht.

Heute leben wir in einer hypervisuellen Welt. Bilder bestimmen unsere Weltwahrnehmung und auch wenn ihr Wahrheitsgehalt durch KI generierte Fakes zunehmend verfällt, bleibt ihre Macht ungebrochen. Etwas mit eigenen Augen zu sehen vermittelt Gewissheit, eine Annahme, welche auch mit dem durch das Sehen vermittelten Weltbezug zusammenhängt.

Sehend steht uns die Welt gegenüber, als Ansammlung fester Körper auf die wir als Mensch handelnd Einfluss nehmen können. Eine einseitige Überbetonung des Visuellen ist nicht unproblematisch, wie der Philosoph und Medizinethiker Giovanni Maio betont, denn aus der Perspektive des Visuellen werden wir verführt zu glauben, dass diese Welt da draussen nicht nur greif- und messbar ist, sondern auch grundsätzlich beherrschbar.

Von solchen Annahmen wird auch die naturwissenschaftliche Medizin geprägt, welche das Leitbild einer grundsätzlich quantifizierbaren Welt pflegt, die vom Beobachtenden getrennt existiert. Gesehenes lässt sich «einfrieren» und in Daten überführen, welche als belastbare Evidenz verwertbar werden. Für die Medizin bedeutet dies die Möglichkeit, Befunde in bildgebende Verfahren oder Laborbefunde übersetzen zu können, welche verlässliche und objektive Angaben über den Gesundheitszustand einer Patient:in machen können. Eine zunehmend biologisch geprägte Psychiatrie bewegt sich in eine ähnliche Richtung.

Mit Hilfe der naturwissenschaftlichen Herangehensweise gingen enorme Fortschritte einher, doch Giovanni Maio mahnt die Gefahr an, dass ein zu einseitiger naturwissenschaftlicher Ansatz der eigentlichen Aufgabe der Medizin nicht gerecht wird, ja diesen im Grunde verfehlt. Denn es bleibt die Aufgabe eine Antwort auf die Not des erkrankten Menschen zu finden.

Eine Antwort auf existenzielle Fragen darf sich nicht nur im Erklären von Tatsachen erschöpfen.

Vielleicht sind Sie während dieser Ausführungen schon etwas ungeduldig geworden mit einem berechtigten Einwand auf der Zunge. – Wir hören doch zu!

In unserer Anamneseerhebung hören wir den Schilderungen unserer Patienten und Patientinnen zu. – Der Einwand ist richtig. Doch wie gehen wir da genau vor? Bereits während des Medizinstudiums werden angehende Ärzte und Ärztinnen dahingehend geschult, Leitsymptome aus dem Narrativ der Patienten und Patientinnen herauszufiltern, um diese zu Syndromen und Diagnosen zusammenzufassen. Leitsymptome lassen aufhorchen. Es ist das Hören auf einen Alarm.

Schlüsselworte, Signale, lassen uns aufhorchen, denn sie bilden Indizien für potentiell gefährliche Erkrankungen. Somit wird in der Anamnese nicht einfach zugehört, sondern versucht mit den richtigen Fragen «Licht ins Dunkel» der Erzählung des Patienten zu bringen. – Im Grunde wird uns beigebracht - hier zitiere ich noch einmal Giovanni Maio – das Hören wie das Sehen einzusetzen. «Ein Überfliegen mit den Ohren, rasternd und Einzelheiten herauspickend». Gerade für akute Erkrankungen ist ein solches Vorgehen essentiell, da sie rasches Handeln erfordert. Ohne geschultes Ohr, ohne diese Hellhörigkeit für bestimmte Inhalte, für bestimmte Schilderungen von Schmerzen würde es keine gute Anamneseführung geben.

Erschöpft sich die Anamneseerhebung einseitig auf das Abfragen von Symptomen und vernachlässigt andere Hörformen, bleiben uns wesentliche Teile der Geschichte der Patient:innen verschlossen. Ein Abarbeiten an einem standardisierten Fragekatalog, um die Patient:innen möglichst rasch in diagnostische Schubladen zu stecken, lässt uns im Grunde nur das hören, was wir bereits wissen. Die Chance umfassender Zu-zu-hören besteht darin, nicht nur Informationen zu hören, sondern eine Person in ihren Zusammenhängen.

Maio betont in diesem Zusammenhang, dass «unsere Patient:innen nicht nur mit Worten sprechen, sondern aus ihnen eine Stimme spricht».

Das Hören auf diese Stimme wird Befindlichkeit nicht nur durch Befunde beantworten, sondern eine Medizin praktizieren, welche ihre Aufgabe ernst nimmt.

Wenn wir uns in die Welt des Hörens begeben, betreten wir eine andere Welt. Dieser Weltbezug ist wohl der Ursprünglichste. Ungeborene sind von einer akustischen Welt umflossen, nachweislich hören sie bereits Töne, Geräusche oder die Stimme der Mutter. Es ist eine nicht gegenständliche Welt - eine, der wir als Hörende gerade nicht gegenüberstehen, sondern mittendrin sind.

Während wir unsere Augen schliessen können, dringt der Schall über das Ohr in uns ein. Ohne Hilfsmittel bleibt es unmöglich die gehörte Welt komplett abzusondern.

Geräusche, Töne, Klang werden laufend neu hervorgebracht, wodurch sie als Welt kommen und gehen.

Anders als ein Bild bleibt Gehörtes nicht, wo es ist, sondern hat einen sich aufdrängenden Charakter. Es ist eine Zumutung, die nicht um Erlaubnis fragt. Hörend tauchen wir viel weniger in einzelne Details ein, sondern in Atmosphären, welche uns emotional ergreifen und die wir deshalb nicht so einfach von uns abspalten können. Hörend können wir uns dem Gehörten nicht entziehen. Das gilt insbesondere für menschliche Stimmen. Lange bevor wir selbst sprechen wird mit uns gesprochen. Dieses Gehörte hat stets einen Bedeutungsüberschuss. Wir hören viel mehr, als uns bewusst ist.

Stimmungen, einen gewissen Unterton, Lautstärke, Rhythmen. Ein schriller oder matter Klang der Stimme ergreift uns, bevor wir begreifen, was da inhaltlich gesagt wurde.

Feinste Stimmungsnuancen, möglicherweise zu fein, um sie bewusst zu registrieren, werden leiblich fühlbar. Als Spannung, Schwere oder wohlige Weite. Solche Zwischentöne bewahren sich etwas Unbestimmtes. Etwas Nicht-Sagbares oder Noch-nicht-Sagbares wird im Raum schwebend atmosphärisch wahrgenommen.

Dies hängt, so schliesst Maio, mit der Lebendigkeit unseres Sprechens zusammen.

Da spricht ein Mensch. Wir hören zu und werden damit unmittelbar in vibrierenden Fluss lebendiger Stimmungen und in das Wesen des Sprechenden hineingezogen.

Die feinsten Ohren besitzen naturgemäss die Kinder. Der Theologe Ulrich Lincoln beschreibt in seinem Essay «Hören und Wachen» wie seine zweisprachig aufgewachsene Tochter nach einem Umzug nach Grossbritannien morgens mit einem amerikanischen Akzent in den Kindergarten ging und abends mit einem britischen Akzent heimkehrte. «Kindliche Ohren sind wie Schwämme, sie nehmen alles auf.»

Im Laufe des Lebens schwindet diese Offenheit. Nicht nur wird die Welt durch Wiederholung und Erfahrung vorhersagbarer, sondern es legt sich ein Filter über die gehörte Wahrnehmung. Ein dichter werdendes Gewebe, ja manchmal können regelrechte Mauern vor die offenen Ohren nach oben wachsen. Aleš Šteger beschreibt, wie wir zwischen uns und die Welt, ähnlich wie Kafka in seiner Erzählung «Vor dem Gesetz» einen Wächter stellen, der reguliert, was in unser Ohr eindringen darf. Das schützt vor Überflutung.

Wer Angst hat, verschliesst die Ohren vor der Welt. Wer verletzt wurde, wird harthörig, stumpft ab. Hört nur noch das, was ihn bestätigt. Wir alle leben in Echokammern geformt von eigenen Welterfahrungen.

Bernhard Waldenfels betont, dass es kein einfaches Hören gibt, was sich im Deutschen sprachlich durch eine Unzahl an Präfixen ausdrückt. Ein Gespräch oder auch ein Brustkorb können ab-gehört, eine Bitte kann an-gehört werden oder un-gehört verhallen. In Gesprächen können wir genau hin-hören oder man kann sich ver-hören. Verhört werden aber auch delinquente Personen. Bewusst oder unbewusst kann über-hört werden, mehr oder weniger diskret weg-gehört. Empört rufen wir aus: «Das ist un-er-hört»

Schliesslich gibt es noch die Verführbarkeit des Hörens, das Hörig-werden oder das unhinterfragte Annehmen von Regeln, das Ge-horchen.

Zu guter Letzt gibt es noch das Zu-hören, um das es im Folgenden genauer gehen wird.

Zu-hören überschreitet die sinnliche Erfahrung des Hörens und setzt eine Haltung voraus, damit ist es mehr als passives Hören.

Der zuhörende Mensch ist in Erwartung für das Unbestimmte, das Noch-Nicht-Feststehende. Ohne zu wissen was kommt - neugierig auf das, was kommt ist er zu-gewandt und fokussiert zugleich. Zuhören verlangt die gesamte Aufmerksamkeit. Wer zuhören will muss still werden, geschehen lassen. Wirkliches Zuhören geht nicht «nebenbei». Es verträgt keine andere Tätigkeit.

Der Philosoph Hans Blumenberg fasst das Zuhören treffend zusammen: Das Auge kann suchen, das Ohr nur warten.

Warten, auf das was kommt, auf das was einfällt. Ganz Ohr. Hörend entsteht die Welt im Grunde immer wieder neu. Eine solche Haltung ist nicht mit einer bilanzziehenden, kalkulatorischen Maxime vereinbaren, ist Zuhören doch weder berechenbar, noch optimierbar oder wiederholbar.

Es verlangt Bescheidenheit und Geduld. Vor allem aber die Fähigkeit, sich etwas sagen zu lassen, anstatt etwas vorwegzunehmen oder es bereits zu wissen glauben. Es bedeutet eigene Vorstellungen und Vorurteile für einen Moment beiseitezulegen, damit eine tiefe Offenheit entstehen kann. Auf diese Weise wird deutlich, dass Zu-hören nicht nur eine Fähigkeit ist, sondern immer wieder geübt werden muss. Fähig sein zu hören, bedeutet noch nicht zu-hören zu können.

Ein solches Zu-hören übersteigt das Hören auf Alarmsignale, auf Warnungen, sondern präsentiert sich nach Roland Barthes viel eher als intersubjektives Hören. Freud hat diesen Vorgang als «gleichschwebende Aufmerksamkeit» bezeichnet.

Um auf diese Weise zuhören zu können ist es gemäss Freud nicht nur wichtig Störungen der Aussenwelt auszublenden (oder solche vorsorglich auszuschalten, wie ein Mobiltelefon), sondern auch zu versuchen, persönliche Neigungen und Erwartungen zu vermeiden, da «der Analytiker sonst Gefahr läuft, niemals etwas anderes zu finden, als man schon weiss.» Gleichschwebende Aufmerksamkeit zu praktizieren heisst die Unterbrechung all dessen, was für gewöhnlich Aufmerksamkeit auf sich zieht, wozu insbesondere auch theoretisches Wissen gehören. Die Schilderungen des Patienten sollen nicht voreilig kategorisiert oder durch logische Schlussfolgerungen eingeengt werden. Als Arzt war Freud bestens mit der Methode der Anamneseerhebung vertraut, mit seiner Methode zuzuhören gibt er uns eine Möglichkeit an die Hand darüber hinaus zu gehen.

Gerade in der Balintarbeit schaffen wir Räume, in denen solche intensiven Formen des Zuhörens ermöglicht wird.

Nicht zuletzt bietet bereits das Setting wichtige Bedingungen, um sich auf diesen Prozess einlassen zu können. Wir nehmen uns Zeit. Neunzig Minuten, um eine Fallgeschichte zu hören und zu besprechen. Dafür ziehen wir uns in einen Raum zurück, in dem wir nicht unterbrochen oder gestört werden.

Diese besondere Strukturierung von Raum und Zeit stellt das konzentrierte Zuhören a priori in den Mittelpunkt.

Im Folgenden möchte ich zwei Situationen in der Balintarbeit besonders herausheben. Zwei Situationen, in denen meines Erachtens das Zuhören ganz besonders im Zentrum steht:

Zu Beginn der Balintarbeit steht die persönliche Schilderung einer Patientengeschichte durch eine Referent:in. Dadurch, dass dieser Erzählung, die ohne Eile oder streng logische Stringenz bzw. rein faktenbasiert vorgetragen werden darf, vorbehaltlos und ohne Zwischenfragen zuhört wird, öffnet sich ein Möglichkeitsraum. Zu-hörend taucht die Gruppe in die Atmosphäre dieser Erzählung ein. Dadurch entsteht die Möglichkeit, dass wir nicht nur das hören, was jemand sagt, sondern viel mehr. Wir hören Atem, Tempo, Pausen, Lautstärke, Suchbewegungen, Abbrüche, ja, auch das, was nicht gesagt wird. Bilder steigen auf. Leiblich gehen wir in Resonanz, spüren dem Gehörten nach, unbewusst gefiltert durch eigene Erwartungen und Erfahrungen. Hier wird deutlich wie Zuhören das rein auditive Erleben überschreitet, sondern eine Synästhesie aus Sehen, Hören und Fühlen wird, verwurzelt in unserer gemeinsamen Leiblichkeit.

Die zweite Situation betrifft den Moment, bevor die Gruppe mit der Arbeit beginnt und die Referent:in aufgefordert wird, sich zurückzulehnen und zuzuhören.

Ab diesem Moment spricht die Gruppe über das Gehörte und vermeidet es, die Referent:in direkt anzusprechen oder mit Blicken in das Geschehen zu involvieren.

Auf diese Weise wird der Referent:in ein rezeptiver Rückzugsort ermöglicht, in welchem er oder sie dem Geschehen beiwohnen und sich gleichzeitig in eigene Fantasien hineinragen lassen kann. Gleichzeitig verschwindet die schweigende Referent:in nicht, er oder sie wird nicht gänzlich passiv, sondern wirkt durch seine körperliche Präsenz zwischenleiblich auf die Gruppe ein.

Verzichtet wird viel mehr darauf kontrollierend mit Worten auf das Gruppengeschehens einzuwirken. Schweigend widerfährt dieses der Referent:in gewissermassen. Es geschieht

etwas. Etwas, das die Referent:in gemäss Waldenfels anspricht, anrührt und angeht, ohne aber von ihm oder ihr direkt erzeugt oder kontrolliert werden zu können.

Auf diese Weise können Überzeugungen, Wahrheiten oder Gewissheiten brüchig werden. Die Referent:in merkt auf. Die eigene Echokammer wird aufgebrochen.

Wenn wir als Referent:in während der Gruppenarbeit den Assoziationen der Gruppe und dem parallel dazu ablaufenden eigenen, inneren Prozess zuhören, merken wir oft, wie wir eigenen Vorurteilen begegnen und wie schwer es sein kann, sich aufdrängenden Impulsen zu widerstehen, Abweichendes oder Befremdendes vorschnell zu korrigieren oder verwerfen zu wollen. Wir merken, wie schwierig es bleibt dem Unbekannten, dem Fremden gegenüber tatsächlich offen zu bleiben und es auszuhalten. Wir sind, um wieder mit Waldenfels zu sprechen, «pathisch» (von griechisch *pathos* = Leid, Empfinden, das Erleidende). Damit kommen wir auch der Lebensrealität unserer Patient:innen auf andere Weise nahe, indem wir uns auf ihr Leid einlassen, ohne es sofort 'lösen' zu müssen. Dabei ist die eigene emotionale und leibliche Betroffenheit kein Störfaktor, sondern ein Wegweiser, sie gibt Aufschluss.

In der Balintarbeit setzen wir uns als Referent:in, Gruppenteilnehmer:in, ja auch als schweigende Zuhörer:innen im Aussenkreis uns selbst aus. Wir kommen im Echo unseres Zuhörens und Weg-hörens nicht nur in Kontakt mit einer Arzt-Patienten-Beziehung sondern auch mit unserer eigenen Person, mit eigenen Fragen, eigenen Nöten, die durch die spezifische Beziehung mit diesem spezifischen Patienten angerührt und gewandelt werden können.

Gerade dadurch, dass wir den Experten in uns zum Schweigen zu bringen und bewusst aus dem üblichen Vorgehen aussteigen, in dem immer mehr Daten zu immer mehr Wissen führen, wird neues Terrain zu betreten. Wir hören hin, als wäre es das erste Mal. Solche Erfahrungen sind für den klinischen Alltag relevant. Auch unter Zeitdruck ist es möglich, eine ganze Person wahrzunehmen, ihre Stimme hören, nicht nur die Worte die sie spricht.

Auf diese Weise kann Un-erhörtes, Un-bekanntes lautwerden.

Eine solche Offenheit ist niemals ohne Risiko und ihr Gelingen bleibt stets prekär. Der Soziologe Hartmut Rosa würde sie als «unverfügbar» bezeichnen.

Sie kann nicht wie Strom einfach erzeugt werden, sondern bleibt ebenso kontingent wie der griechische Gott der günstigen Gelegenheit, der «Kairos», an dessen Stirn ein grosses Bündel Haare prangt, um ihn an diesem Schopf ergreifen zu können. Verpasst man hingegen diesen Haarschopf, gleitet man am kahlen Hinterkopf ab.

Ergreifen wir also die Gelegenheiten, die sich uns allen hier in Sils bieten.

Literatur und Musik

- **Baggini Julian**, Wie die Welt denkt; eine globale Geschichte der Philosophie, C.H. Beck 2025
- **Freud Sigmund**: *Ratschläge für den Arzt bei der psychoanalytischen Behandlung* [1912]. Studienausgabe, Ergänzungsband, Frankfurt am Main, Fischer,
- **Maio Giovanni** (Hg.) Zuhören; Grundreflexionen zu einer besonderen zwischenmenschlichen Leistung, Herder Verlag 2026
- **Pörksen Bernhard**, Zuhören; Die Kunst sich der Welt zu öffnen, Hanser Verlag 2025
- **Rosa Hartmut**, Unverfügbarkeit, Suhrkamp, 2020
- **Sartorius Julian** (* 1981 in Thun) ist ein Schweizer Jazz- und Improvisationsmusiker (Schlagzeug, Perkussion, Komposition), Hidden tracks Domodossola – Weissmies
- **Šteger Aleš**, Ohr sein; Für ein Leben in Achtsamkeit, Residenz Verlag 2026