

«Ich habe einfach zwei Ohren»

Mirjam Schlatter beherrscht die hohe Kunst des Zuhörens. In ihrem einzigartigen «Cafi Momo» nimmt sich die Opfikerin Zeit für all jene, die Kummer und Sorgen abladen oder auch einfach mal wieder über Gott und die Welt plaudern möchten.

Lisa Maire

Die Erkenntnis ist nicht neu, aber in unserer auf Effizienz getrimmten Welt aktueller denn je: Zuhören tut gut, tröstet, heilt. Wie ihr berühmtes symbolisches Vorbild, das Mädchen Momo im gleichnamigen Buch von Michael Ende, möchte auch Mirjam Schlatter den Menschen etwas «gestohlene Zeit» zurückgeben, indem sie einfach für sie da ist, ihnen zuhört. Zweimal die Woche für ein paar Stunden in einem öffentlichen Lokal in Zürich.

Empathie und Respekt

Dass die Zuwendung, die über das Zuhören stattfindet, kleine Wunder bewirken kann, hatte Schlatter bereits in ihrem Beruf als Pflegefachfrau im Spital und in der Alterspflege erfahren. In einem Bereich also, in dem die Zeit für Gespräche oft ein rares Gut ist. Als sie vor Jahren in der Opfiker Alterswohngruppe Böschwies das «Cafi Momo» einführte – eine wöchentliche Gesprächsgruppe, die sie ausserhalb ihrer bezahlten Arbeitszeit betreute – sank offenbar sogar der Medikamentenkonsum. Denn im «Cafi Momo» bekamen die Bewohnerinnen und Bewohner die Aufmerksamkeit, die sie sich zuvor zum Beispiel über häufiges nächtliches Klingeln wegen diffuser Beschwerden ans Bett bestellt hatten.

«Es geht darum, jemandem das Gefühl zu geben, dass man sich um ihn kümmert. Es geht um Empathie, um den Respekt vor dem Leid des anderen – aber nicht um Mitleid, das wäre die falsche Schiene», fasst Schlatter die Kunst des Zuhörens zusammen. Gelernt hat sie diese Kunst in einer Ausbildung in personenzentrierter Gesprächsführung nach Carl Rogers. «Viele brauchen jemandem zum Zuhören, sonst drehen sie im Kreis. Können sie erzählen, geht bei ihnen oft selbst ein Türchen auf – manchmal mit einem Schübchen von meiner Seite», lächelt sie.

Die 57-Jährige, die mit einem Architekten verheiratet ist und zwei er-



Das Buch «Momo» und der rote Schal sind ihre Erkennungszeichen: So wie hier zu Hause in Opfikon sitzt Mirjam Schlatter regelmässig an einem Tisch im NZZ Bistro oder im Kafi für Dich – bereit zum Zuhören. Foto: mai

wachsene Kinder hat, ist heute nicht mehr beruflich in der Kranken- und Alterspflege tätig. Sie habe es nicht länger ertragen können, immer mehr Zeit für Behördenkram aufwenden zu müssen – Zeit, die ihr dann in der betreuenden Arbeit gefehlt habe, bedauert sie.

Katalysator mit Ohren

Ihr seelsorgerisches Konzept «Cafi Momo» jedoch hat Schlatter aus dem Arbeitsbetrieb hinaus in ihren öffentlichen Alltag gerettet: Ausstaffiert mit ihren Erkennungszeichen, dem Buch «Momo» auf dem Tisch und einem knallroten Schal um den Hals, sitzt sie nun jeweils zu bestimmten Zeiten im «NZZ Bistro» am Stadelhofen oder im «Kafi für Dich» nahe Helvetiaplatz.

Wenn jemand im Voraus Gesprächsbedarf anmeldet, ist die entsprechende Zeit auf der Homepage, Facebook und Twitter von «Cafi Momo» für andere blockiert. Wer spontan vorbeikommt, hat die Zuhörerinnen eventuell nicht für sich alleine. Das passiert allerdings selten, meint Schlatter, die öfters auch mal alleine am «Momo»-Tisch sitzt. Dann nutzt sie die Zeit einfach für sich selbst, skypet mit Freunden und Bekannten, schreibt an ihrem Reiseblog, denkt nach, liest. Die meisten Leute, die

kommen, kennen Mirjam Schlatter und wissen: Nach einem Stündchen im «Cafi Momo» fühlen sie sich leichter. «Die Leute sind ja nicht krank, sie wollen einfach mit mir etwas teilen», erklärt Schlatter. Genau deshalb hat sie für die Momo-Gespräche eine unverfängliche Atmosphäre gewählt. «Kaffee trinken kann heissen: Ich brauche Energie, aber auch: Ich mache Pause.»

Im «Cafi Momo» kann man einfach abladen. Seien es Wut, Ängste oder Sorgen, Probleme auf der Arbeit oder in der Familie. «Ich habe einfach zwei Ohren», lacht Schlatter und zeichnet spontan zwei Riesenlauscher auf den Notizblock der Journalistin. «Was da drin passiert, ist mir egal. Ich höre es einfach. Ich gebe mich nicht rein, ich lasse es geschehen. Ich bin eine Art Katalysator im chemischen Sinn.» Gesegnet mit einer besonderen Feinfühligkeit und Herzlichkeit hört sie zu, fragt nach, motiviert. Ihr Gegenüber soll sich beim Erzählen entspannen können, lautet das Ziel.

Wer ins «Cafi Momo» kommt, bezahlt nur die Konsumation. Sie drücke ihren «Kunden» allenfalls einen Einzahlungsschein für ein Hilfswerk in die Hand, sagt sie. Nur wer einen persönlichen Gesprächstermin bei ihr oder bei sich selbst zu Hause haben

möchte, bezahlt dafür nach einem festgelegten Tarif. Trotzdem zieht Schlatter Gewinn aus ihren Begegnungen. «Wenn ich sehe, dass etwas, was ich selber gut finde, anderen auch weiterhilft», beschreibt sie diesen Benefit. Mit dem Helfersyndrom habe das nichts zu tun, schiebt sie nach. «Wenn ich als Katalysator wirken kann, werde ich nicht verbraucht.»

Arbeit als Privileg

Das «Cafi Momo» biete sie einfach an, weil sie's richtig finde, erklärt Schlatter. Leise lachend fügt sie an: «Vielleicht kann man mich ja auch als Narr bezeichnen.» Eines steht indes für sie fest: «Ich mache eine Arbeit, die mich selbst wirklich interessiert, mir etwas gibt.» Das sei eindeutig ein Privileg, meint die Zuhörerinnen, die auch leidenschaftlich gerne singt, reist und sich philosophisch weiterbildet. Ihr ist bewusst: «Ich kann die Welt nicht retten, aber ich kann für ein paar Leute sehr wohl etwas machen.» Genau diese Erkenntnis liegt auch der «Tavolata» des Dorfvereins zugrunde – einem Mittagessen für Alleinstehende, für das sich Mirjam Schlatter einmal im Monat (zurzeit im Wunderbrunnen) engagiert und das stets gut besucht ist.

Infos und Kontakt: www.cafimomo.ch

APROPOS...



Philippa Schmidt

Da hat mir meine Mutter Annemarie Schmidt-Pfister mit ihrer Kolumne «Keine Zeit?» (22. Oktober) was Schönes eingebrockt. Das nächste Mal, wenn ich einen Termin absagen muss, werde ich gesagt bekommen: «Hören Sie auf Ihre Mutter, nehmen Sie sich die Zeit!» Tatsächlich ist es die Krankheit meiner Generation, dass wir nie Zeit haben. Wir hetzen von Termin zu Termin, der Fertigsalat wird mittags vor dem Bildschirm verdrückt, das Sportprogramm muss abends auch noch reinpas-

Keine Zeit!

sen, vom Haushalt ganz zu schweigen. Der Kaffee wird «to go» getrunken und der Kontakt mit Freunden virtuell aufrechterhalten – das geht nämlich auch von unterwegs. Ganz besonders unter Zeitmangel leiden die Eltern, die zwischen Meeting und Kindergeburtstagskuchenbacken zerrieben werden. Selber schuld? Mitnichten, denn oft stecken Ansprüche anderer dahinter: Arbeitgeber, die Gesellschaft oder gerade das soziale Umfeld – wie viel unnütze Zeit verplempern wir Frauen, um einem überhöhten Schönheitsideal nachzugehen? Oft wollen wir zu perfekt sein und gestehen kleine Makel weder anderen noch uns selbst zu.

Gerade deswegen sollte man gelegentlich einfach einmal Nein sagen und sich den schönen Dingen des Lebens widmen, sei es der Familie, dem Partner, einem Hobby oder dem entspannenden Nichtstun – auch wenns schwerfällt. Ich habe es übers Wochenende ausprobiert und bin ganz privat – zum Stöbern und Geniessen – zur Frankfurter Buchmesse gefahren. Auch Rüdiger Safranskis Buch «Zeit» gab es da übrigens zu entdecken. Ich habe mir vorgenommen, mir die Zeit zu nehmen, dieses zu lesen. Doch vor meinem Frankfurt-Besuch kam ich dann doch unter Termindruck, schliesslich wollte ich den Kindern meiner Freundin, bei der ich übernachtet habe, ein echt-schweizerisches Geschenk mitbringen. Vielleicht die erste eigene Armbanduhr?

ANZEIGEN

Diese Eröffnung dürfen Sie nicht verpassen:

Der coole BackShop in Rümlang ist ein heisser Tipp!

Am 29. Oktober eröffnen an der Hofwisenstrasse 48 der Fleischli BackShop mit integriertem BackCafé und die moderne AVIA Tankstelle. Profitieren Sie vom attraktiven Eröffnungswochenende!

**Gutschein
Gratis**



zum warmen Getränk nach Wahl.

Einlösbar bis
30.11.2015
im BackShop
Rümlang



**Gutschein
3 Rappen
günstiger tanken**

pro Liter Benzin oder Diesel.

Einlösbar bis
30.11.2015
in der AVIA-Tankstelle
Rümlang



Nicht verpassen, sondern profitieren!

Donnerstag, 29. Oktober

• Jeder Kunde erhält als Eröffnungsgeschenk einen



gratis!

Donnerstag, 29. Oktober bis Sonntag, 1. November

- Glücklos für alle mit 1'000 Soforttreffern und grosser Schlussverlosung mit 3 Fleischli Memberkarten im Gesamtwert von CHF 1'000.–
- Kaffee & Gipfeli zum Eröffnungspreis von nur CHF 4.– statt 5.80
- Baked Potatoe Mittagsmenü auch im Take-away zum Eröffnungspreis von nur CHF 6.– statt 8.20
- Kaffee & Kuchen zum Eröffnungspreis von nur CHF 7.– statt 9.30
- Ab 14 Uhr warmes, ofenfrisches Brot für nur Fr. 3.50
- Spezialpreis für Erdgas/Biogas CHF 1.40/kg anstatt CHF 1.62, gültig Donnerstag bis Samstag

Hofwisenstrasse 48, Rümlang
Täglich offen von 6 bis 22 Uhr



Tankstelle mit



Fleischli
Einfach...
ein Bisschen mehr

Die Adresse für Geniesser