

# Blasius – Der Stimmheilige

Der 3. Februar ist im Kalender der Blasiustag – ein Tag mitten im Winter, die Heiserkeit hat Hochsaison. Raue, belegte, unreine, tonlose Stimmen ertönen, meist verursacht durch Entzündungen im Hals- und Rachenbereich. Gleichzeitig bleibt unser Sprechpensum gleich umfangreich durch die üblichen Präsentationen, Vorträge, Kundengespräche, Telefonate.

**S**timmübungen helfen, und verschiedenste Stimmpflegemittel von der Isla-Lutschpastille bis zum Johannisbeerbonbon unterstützen den Heilungsprozess. Immer gut für den empfindlichen Halsbereich ist das Tragen eines dicken Schals zur Vorbeugung. Und manchmal hilft Beten.

In den christlichen Kirchen ist für alle Arten von Hals- und Stimmkrankheiten der Heilige Blasius zuständig. Sein Namenstag wird am 3. Februar begangen. Blasius ist einer der 14 Nothelfer in der katholischen Religion. Er starb als Märtyrer im Jahr 316 in Sebaste (Kleinasien). Die Legende besagt, dass er während seiner Gefangenschaft in einem römischen Gefängnis einem jungen Mann, der an einer Fischgräte zu ersticken drohte, das Leben rettete. Der spezielle Blasiussegen wird mit zwei gekreuzten oder ineinander verschlungenen Kerzen gespendet. Die Fürsprache des Heiligen erbittet man nachgewiesen seit dem 16. Jahrhundert und soll so wirken, dass wir von Halskrankheiten verschont bleiben.



Das geht natürlich weit über die Heiserkeit hinaus. Schließlich haben wir ja oft auch im übertragenen Sinn „zu viel am Hals“ oder sind manchmal halsstarrig. Wir bekommen gelegentlich etwas in den falschen Hals. Wir haben oft Gefühle wie einen Kloß im Hals, oft steckt Trauer fest, der Hals ist zugeschnürt, wenn wir Angst haben. Auch für die seelischen Hintergründe dieser Symptome können sich Gläubige getrost auf die Fürsprache des Hl. Blasius verlassen.

Ingrid Amon  
Institut für Sprechtechnik, Wien  
[www.iamon.at](http://www.iamon.at)

Abdruck mit freundlicher Genehmigung  
von Kamphausen Media und Ingrid Amon

## Buchtipp

### Ingrid Amon: Meine Stimme – Mein Erfolg



Der kompakte Ratgeber  
für die wirkungsvollste  
Stimm- und Sprechtechnik  
Mit 100 Übungen, Tipps und  
Anwendungsbeispielen

Fischer & Gann,  
Broschur, 206 Seiten  
ISBN 978-3-903072-66-3