

Shut Down

WEGE-LeserInnen haben die „Corona-Auszeit“ sehr unterschiedlich erlebt...

Flora Schreiber (22), Wien

Das Leben geht weiter

Katja Knapp (34), Graz

Karussellfahrt



Meine Gefühlsachterbahn während des Shutdowns zeigte sich zunächst in Form von Beklemmung – gefolgt von Wut und Enttäuschung darüber, dass wir uns von diesem Virus dermaßen in die Knie zwingen lassen müssen. Freiheit und Selbstbestimmung, wo seid ihr?!

Ganz am Anfang war ich vor allem traurig. Aufgrund der Ausgangsbeschränkungen musste ich nämlich auf unbestimmte Zeit meine geliebte, ehrenamtliche Tätigkeit als Gassigeherin mit Tierheim-Hunden auf Eis legen. Um das Wohl der „inhaftierten“ Hunde durften sich ab sofort nur mehr die fix angestellten MitarbeiterInnen kümmern. Unbeeindruckt von meiner destruktiven Stimmungslage drehte sich das Corona-Gefühlskarussell jedoch beständig weiter:

Eines schönen Lockdown-Tages folgte ich einer spontanen Eingebung und gratulierte meinem Ex-Freund per SMS zum Geburtstag. Fazit: Obwohl wir vor vielen Jahren im Streit auseinander gegangen sind, erlebte ich dank Covid-19 und neuer Technologien – und ausgerechnet in Zeiten von strengstem „Social Distancing“ – eine freundschaftliche Versöhnung!

Auch den Genuss und die Freude über meinen ersten Stadtbummel inmitten geöffneter Geschäfte werde ich – mit Abstand und trotz Maske – so schnell nicht vergessen...
Willkommen, in der (neuen) Normalität!



Es war einer dieser Tage, an denen ich viel zu spät aufgewacht bin und bemerkte, dass jetzt was passieren muss. Zu lange bin ich wartend auf dem Sofa gesessen und habe Körbchen gehäkelt, zu oft hab ich schon das Bad geputzt und zu viel darüber nachgedacht, mir eine Katze zuzulegen. JETZT war die Zeit gekommen!

Jetzt wollte ich endlich bei der Feldarbeit helfen – und damit die sinnvollste Arbeit verrichten, die es überhaupt gibt. Die „Gemeinsame Landwirtschaft Ochsenherz“ öffnete ihre Tore – und schon war ich dort. Hier in Gänserndorf konnte man dem Virus zumindest ein wenig entkommen. Hier schien alles so, als stehe die Zeit still. Hier wollte ich verweilen. Hier wurde mir bewusst, dass Weiterwachsen Zuwendung bedarf:

Jedes Pflanzenkind, das erst vor kurzem das Licht der Welt erblickt hatte, und jedes fertige Mangoldblatt, das mir in verschiedenen Farben vom Feld aus zulächelte, waren Beweis für Leben. Für ein Leben, das weitergeht und sich auch von Hindernissen (tiefwurzelndes Beikraut) nicht vom Sein abhalten lässt. Das Leben, dem man sich zuwenden muss, um seine Komplexität zu verstehen und seine Schönheit zu erkennen. Vor einer Tomatenpflanze hockend zupfte ich ihr sanft die „Geizblätter“ ab und band sie vorsichtig nach oben, sodass sie nicht mehr am Boden liegt. Waren das nun heldenhafte oder einfach lebensbejahende Momente?

Symbolisch kann das jetzt für alles stehen. Auch für eine Einladung, nachzudenken, bevor man konsumiert. Auch für nachhaltige und ökologische Landwirtschaft. Aber auch für Respekt und Achtsamkeit im Miteinander und mit der Umwelt.

Thomas Hahn (69), Rheinbach/D

Mein Corona-Lied



... habe ich im Juni als Grußbotschaft für meinen Chor auf YouTube veröffentlicht – zur Melodie von Leonard Cohens Song „Halleluja“. Hier einige der insgesamt 7 Strophen, die ich aktuell neu getextet habe – gerne zum Nachsingen:

Ich weiß noch genau, wie es vorher war – ohne das Virus so wunderbar – wir

tranken eng beisammen Bier und Wein. Doch sitzen wir nun allein Zuhause – nur noch unser Hund darf raus – wegen Corona muss das wohl so sein.

Refrain: *Go Corona, go Corona, go Corona, go Corona.*

Wir laufen jetzt alle mit Masken rum – alle Konzerte, sie bleiben stumm – Kneipen und Bars sind alle fest verschlossen. Auch die Kirchentür bleibt zu – jetzt hat sogar der Herrgott Ruh – das hat er sicherlich auch mal genossen. Go Corona, go Corona ...

Der Himmel strahlt oft blau vergnügt – weil kaum noch wo ein Flugzeug fliegt – sie alle stehn am Boden, still und stumm. Die Wirtschaft prescht nach unten nur – schwerkrank ist die Konjunktur – der Wachstums-Traum erweist sich als sehr dumm. Go Corona, go Corona ...

Das Virus lehrt uns grad geschwind – dass für uns doch noch Grenzen sind – auch wir sind nur ein Teil von dieser Welt. Gehn mutig wir mit sehr viel Schwung – heran an die Veränderung – wo Nachhaltigkeit dann auch noch wirklich zählt. Dank Corona, dank Corona...

Was wirklich zählt ist Menschlichkeit – Lachen und Singen verringern Leid – Musik bringt Freude fix in unser Ohr. Mut ist der Schlüssel fürs wahre Glück – Angst wirft uns in die Not zurück – singen wir fröhlich laut vereint im Chor: Go Corona, go Corona ...

(Nachzuhören auf:

<https://www.youtube.com/watch?v=v0KNbFdtgZkj>)

Doris Waldhäusl (48), Ernstbrunn/NÖ

Existenzängste



Mit dem Alleinsein hatte ich eigentlich wenig Probleme. Ich war es ja auch schon vor dem Lockdown gewohnt, einen Großteil meiner Zeit auf dem Bauernhof zu verbringen und mich mit meinen tierischen Therapeuten (11 Pferde, 1 Lama und ein paar kleinere Tiere) zu beschäftigen. In der ersten Woche war es sogar richtig befreiend, sich

mal komplett rauszunehmen und durchzuatmen. Da war mir aber noch nicht bewusst, dass die ganze Sache viel länger dauern würde, als vermutet. Diese Erkenntnis kam jedoch rasch und damit die zentrale Frage:

„Wie rette ich bloß meinen Therapie-Pferdehof?!“

Ich arbeitete bis dahin vorwiegend mit Kindern, und es war ziemlich schmerzhaft, mitzuerleben, wie sehr manchen unserer kleinen Klienten die wertvolle Zeit mit den Tieren und mir fehlte. Ein Mädchen, das ich schon länger begleite, glaubte sogar, ich sei gestorben. Ich musste sie am Telefon beruhigen und ihr versichern, dass ich wohlauf bin.

Die Zwangspause in der Therapiearbeit hat mir zwar wieder ins Bewusstsein gerufen, warum und wie gern ich das alles mache – aber mit dem anfänglichen Durchatmen war es schnell vorbei. Bald wurde mir klar, dass ich mich (zumindest für heuer) komplett neu orientieren muss. Unter enormem Druck und innerhalb kürzester Zeit entwickelte ich also mit Hilfe meiner engsten Vertrauten einen neuen Schwerpunkt für mein Therapiezentrum. Jetzt bin ich stolz auf die neuen Erwachsenen- und Selbsterfahrungsangebote und wieder voller Hoffnung.

Während des Lockdowns habe ich auch wieder gelernt, mich selbst besser zu spüren. Da es ja zu meinem Job gehört, ständig zu geben, musste ich im Alltag immer sehr darauf achten, mir auch mal Zeit für mich selber zu nehmen. Jetzt wurde mir diese Zeit einfach geschenkt.

Insgesamt gab es in dieser „Quarantäne“ nur vier Tage, an denen ich so richtig mies drauf war. Aber selbst an diesen geschah dann doch irgendwas Tolles – meistens in Form von unerwarteten Unterstützungsmomenten, die mir unheimlich viel Kraft gegeben haben, meinen Weg weiter zu gehen.

Dr.med. Ulrike Güdel, Reigoldswil /Schweiz

Gegen den Strom



Zunächst war Schock: Alle Seminare und Vorträge abgesagt, und auch meine Arztpraxis litt unter Terminabsagen. Offenbar nahmen die Menschen vor lauter Angst in Kauf, noch kränker zu werden, als zum Arzt zu gehen. Verrückte Welt.

Dann aber kam das Ausatmen, die bewusste Entschleunigung, die Freude über das

strahlend schöne Wetter, den super blauen Himmel, die Ruhe ohne Flugzeuge, die neue Tagesstruktur, die viel Raum ließ zum Kochen, Ausprobieren, Klavierüben und Lesen – gänzlich ohne inneren Antreiber oder schlechtes Gewissen. Göttlich! Mein Mann und ich haben es ziemlich genossen. Nur das Getrenntsein vom Rest der Familie tat weh.

Nach etwa drei Wochen wurde ich der täglichen Horrornachrichten langsam überdrüssig – und in meinem Kopf tauchten immer mehr Fragen auf: Was bezweckt eigentlich dieses große Sozialexperiment? Wieviel Einschränkung nehmen die Leute klaglos hin? Wer ist besonders anfällig für Manipulation und Panikmache? Wer traut sich noch, den eigenen Kopf zum Selberdenken zu benutzen? Wie spezifisch sind die Tests? Wer könnte etwas davon haben, wenn kleine oder mittlere Unternehmen Bankrott gehen? Wie steht es ums Thema häusliche Gewalt? War's wirklich die Fledermaus – oder doch ein gezüchtetes Laborvirus?...

Je länger der Stillstand dauerte, desto offensichtlicher wurde, dass auch „Experten“ irren können. In den sozialen Medien entstanden Gegenbewegungen, mit kritischen Fragen und Interviews, manche besonnen und klug, andere eher laut und hektisch. Einige davon wurden sehr schnell wieder gelöscht – das Phänomen der Internetzensur findet eben nicht nur in China, sondern auch hierzulande statt.

Trotz der stetigen Warnung vor der „zweiten Welle“ (damit ja niemand zu „übermütig“ wird!) habe ich mich von Anfang an der Panikmache widersetzt. Ich habe meine Patienten empfangen, „berührungsfrei“ behandelt, dabei gelächelt und mich liebevoll verbeugt (obwohl Umarmungen doch so viel heilsamer wären!). Ich habe viel Angst und Panik gesehen, wenig Widerstände gegen Tracing-Apps – und wo immer möglich, habe ich meine Mitmenschen informiert, dass es auch andere Stimmen gibt...

Denn unsere im Grundgesetz verankerte Freiheit gilt es mit allen friedlichen Mitteln zu verteidigen!

Silvia Edinger (68), Horn/NÖ

Corona-Dambruch



Karwoche 2020: Schon seit fast einem Monat war nichts mehr so wie vorher.

Radio Ö3 begleitete mich vom Aufwachen bis zum Bettgehen. Es war mir wichtig, zu hören, was bei den Pressekonferenzen gesagt wird, was wir tun dürfen und was nicht, was mit den Schülern passiert und wie sich die statistischen Kurven der Krankheits-Verbrei-

tung entwickeln. Zwischen den verstörenden, beängstigenden und manchmal auch hoffnungsvollen Kommentaren spielte man dann die „Lieblingshits der Österreicher“, gewählt von Ö3-Hörern via Internet. So mancher Ohrwurm, der sonst nur selten auf der Playlist stand, verkürzte mir die Zeit beim Gemüseschneiden, beim Aufräumen oder beim Putzen und beschwor sogar Bilder aus meiner Gymnasialzeit herauf.

Am Ostermontag dann das „Grande Finale“ mit den Gewinnern der Hörer-Umfrage: Zuerst ließ die heißgeliebte „*Bohemian Rhapsody*“ von Queen meine Augen feucht werden, diese wunderbare Musik zum Schwelgen und Hineinfallenlassen... Und dann wurde Nummer EINS angekündigt. Natürlich hatte ich dieses Lied erwartet, gewünscht und auch selbst dafür gevotet! Nun erklang also die heimliche Hymne Österreichs, deren Text (fast) jeder Österreicher besser kennt, als den der Bundeshymne: I am from Austria!

„*Dei hohe Zeit ist längst vorüber...*“, und schon war es vorbei mit meiner Fassung. All die nicht geweinten Tränen der letzten vier Wochen brachen wie ein Wasserfall aus mir hervor. Die Trauer über abgesagte Freudenpunkte im heurigen Jahr, die Hilflosigkeit gegen die auferlegten Ausgangsbeschränkungen, die schmerzlich vermissten Besuche und Umarmungen – all das mischte sich mit der Freude, dass so viele Österreicher auf dieses Land genauso stolz sind wie ich. Dass wir es gemeinsam mit Disziplin und Durchhalten so weit geschafft haben. Dass die Statistikbalken wieder kleiner werden und die Zahl der Genesenen immer größer wird.

Staudämme müssen von Zeit zu Zeit gewartet werden – meiner ist jetzt wieder aufnahmebereit! Ich fühle mich gestärkt durch so viele österreichische Votings.

Es darf also weiter- und vorwärts gehen.

Gemeinsam.

Von mir aus auch mit Maske und Distanz...

Martina Signer, Puchenu bei Linz/OÖ

Alles ganz anders...



Corona hat mir einen kräftigen Strich durch die Rechnung gemacht. Dabei hatte ich so schöne Pläne: Als Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin arbeite ich schon seit 33 Jahren im Linzer KH der Barmherzigen Schwestern. Nach 11-jähriger Leitung der Akut-Ambulanz habe ich dort eine eigene Ambulanz für Kontinenz- und Stomabe-

ratung (KSB) aufgebaut – zusätzlich absolvierte ich eine Ausbildung zur Dipl. Sexualberaterin, da das Thema Sexualität aus diesem „Arbeitsbereich unter der Gürtellinie“ nicht auszuklammern ist. Die Leitung und Organisation dieser ersten ambulanten Nachsorgestelle in OÖ für Menschen mit künstlichem Blasen- oder Darmausgang (sowie meine rege Vortragstätigkeit zu diesem Thema) war mir von Anfang an ein großes Herzensanliegen. Umso wichtiger, die Übergabe und Nachfolge für mein bevorstehendes Ausscheiden gut zu planen:

Gemeinsam mit meinem zweiten Ehemann habe ich beschlossen, bereits heuer (zwei Jahre vor meinem offiziellen Pensionsantritt) mit dem Arbeiten aufzuhören, um künftig unser Haus und Garten, die Enkelkinder und das Reisen mehr genießen zu können. Am 25. März 2020 sollte mein letzter Dienst in der KSB-Ambulanz stattfinden, zwei Tage später war noch ein großes Abschiedsfest im KH geplant, mit über 100 lieben Weggefährten... Und dann schnellten die Covid-19-Infektionszahlen rapide in die Höhe. So trat ich am 27. März (nach einem 10-minütigen Telefonat mit der Pflegedirektorin) meinen ersten Nachtdienst auf der Corona-Isolierstation an. Statt Abschiedsfeier war plötzlich Dienst unter höchst erschwerten Bedingungen angesagt!

Die aufwändigen Pandemie-Schutzmaßnahmen waren tatsächlich eine riesige Herausforderung. Außerdem lag mein letzter Einsatz auf einer Bettenstation schon 40 Jahre zurück. Aber es ist ein wenig wie Radfahren – wenn man die Grundpflege mal gut gelernt hat, kann man sie schnell wieder abrufen. Ganze zwei Arbeitsmonate habe ich dann also noch das Team auf der Isolierstation unterstützt. Erst Anfang Juni, nach einem letzten Abschiedsdienst in „meiner“ KSB-Ambulanz, startete ich in mein neues Leben. Doch leider hat nicht nur Corona unsere Pläne durchkreuzt, sondern auch eine schwerwiegende Diagnose bei meinem Mann, die eine Operation erfordert... Mit viel Optimismus werden wir aber auch diese Herausforderung gemeinsam meistern!

Alexander Eder (55), Wien

Insekten-Begegnungen



16. März 2020: Von einem Tag auf den anderen mussten meine Frau und ich unsere Praxis für Körperarbeit schließen. Das Gute daran: dadurch entstand ganz überraschend mein erstes Buch!

Und das kam so:

Während des Shutdowns ging ich zum Stressabbau täglich am Wienerberg laufen.

Schon bei der ersten Runde

begegnete ich einem *Ölkäfer*. Als Hobby-Entomologe seit Kindertagen schoss ich gleich ein paar Fotos und postete diese voller Freude mit meinem Handy. Ob Zufall oder nicht – ab da begegnete mir jeden Tag ein anderes Insekt. Also beschloss ich, für die Zeit der Entbehrungen und Distanz darin meine Mission zu sehen:

Ich gründete einen Blog mit dem Namen „*Bee with you*“ (*Die Biene sei mit Dir*) und erzählte darin täglich von meinen Begegnungen sowie über die faszinierende Welt der Insekten. Die positive Resonanz meiner Follower war so motivierend, dass bis Anfang Mai fast 50 Beiträge über verschiedene Spezies entstanden sind. Unterstützend zu meinen Fotos begann ich dann auch, Zeichnungen für Erklärungsinhalte sowie von nicht fotografierbaren Insekten anzufertigen. Besonders gefreut habe ich mich auch, als mir andere Insektenbeobachter plötzlich ihre Fotos schickten.

Mit diesem „Online-Insekten-Tagebuch“ durfte ich also immer mehr Menschen mit meiner eigenen Faszination für diese Geschöpfe in Gottes Natur anstecken. Und dann entstand die Idee, diese Beiträge nicht temporär im Äther verschwinden zu lassen, sondern noch zu erweitern, buchgerecht zu gestalten und in einem gedruckten Nachschlagewerk zusammenzufassen.

Bleibt zu hoffen, dass ich mit meinem kleinen Insektenbuch bei einigen Menschen eine neue Achtsamkeit für diese oft so missachteten Lebewesen wecken kann. Unser aller Verantwortung liegt im Erkennen der Schönheit und des Nutzens der beeindruckenden Insektenwelt, im Bewahren unserer Umwelt als Lebensraum dieser Tiere und im Respekt bei jeder Begegnung.

Ein wacher Blick, Gottesvertrauen, ein offenes Herz und etwas Glück werden auch Dir schöne Insekten-Begegnungen ermöglichen.

Denn Insekten sind überall, es gilt sie nur zu entdecken!

Bee with you!

Ulrike Längle (61), Nenzing/Vbg.

Knapp am Limit



Ende März kam meine Tochter aus ihrem portugiesischen Wohnort nach Vorarlberg, um gemeinsam mit mir einen Tanzworkshop zu besuchen. Der Workshop startete mit viel Energie und dem Virus trotzender Freude. Doch am Sonntag wurde vorzeitig abgebrochen, weil viele Grenzen geschlossen wurden.

So kam es, dass ich völlig

überraschend wieder mit meiner Tochter zusammenwohnte – und auch mit einem Sohn, der seit 4 Jahren aufgrund einer psychischen, depressiven Erkrankung wieder bei mir lebt und das Haus seit Weihnachten nicht mehr verlassen hatte. Die Spannungen waren teils kaum erträglich. Dazu kamen die Nachrichten der zweiten Tochter: Sie lebt in Italien, war damals fraglich selbst infiziert und hatte gleich in der ersten Woche zwei Freunde verloren. Und mein zweiter Sohn, der in der Schweiz wohnt, sollte Anfang Juni sein erstes Kind bekommen... Es waren große emotionale Herausforderungen für mich! Als dann auch noch unser ganzes Dorf unter Quarantäne gestellt wurde, wuchs in mir die Wut. Es dauerte jedoch nicht lange, bis ich entdeckte, dass die Wurzel meiner Aggressionen pure ANGST war: Alle redeten von „*Alles wird gut*“, „*zusammenhalten*“, „*kein Grund zur Panik*“ – aber ich war weit davon entfernt. Ich fühlte mich alleingelassen und einsam. Wie sollte ich die drückende Atmosphäre im eigenen Haus überstehen? Wochenlang eingesperrt und ganz ohne Treffen mit anderen Familienmitgliedern oder Freunden? Im Krieg waren die Menschen wenigstens miteinander – aber das hier war doch der Albtraum schlechthin! Wir Menschen sind doch Bewegungs- und Beziehungswesen!?!...

Unendlich dankbar war ich für die Möglichkeit, in die Natur zu gehen. Jeden Tag war ich mit meiner Tochter 3-4 Stunden draußen unterwegs (mein Sohn blieb in seinem Zimmer) und erlebte den Frühling in seiner ganzen Kraft und Pracht. Auch die Musik, gute Filme und Spiele haben wir als Kraftquellen genutzt. Es waren Wochen voller trauriger, wütender Momente, Zeiten des Lachens, Tage des Schweigens und des totalen Rückzugs, Stunden der Aktivität, Motivation und Kreativität... Und die anfängliche Abneigung veränderte sich wieder in ein gutes Zusammensein. Inzwischen bin ich auch wieder mit Freunden verbunden – wir weinen, lachen und ermutigen einander.

Manuela Mordhorst (49), Handeloh/D

Zeit für mich



Ich erlebte den Shutdown nicht wesentlich anders als die Zeit vor Corona. Ich arbeite schon seit vielen Jahren selbstständig von Zuhause aus und habe das Glück, im Grünen mit eigenem Heim und Grundstück leben zu dürfen. Weil ein Direktkontakt mit Klienten nicht möglich war, hatte ich meine Heil-Praxis die ganze Zeit geschlossen. Aber dank

Zoom und anderen Kommunikationsprogrammen mit Video-funktion konnte ich teilweise gut weiterarbeiten.

Ich kann mich selbst und auch meinen Ehemann grundsätzlich gut aushalten – daher war es auch keine besonders schwere Umstellung, eine zeitlang keine anderen Menschen treffen zu dürfen. Natürlich habe auch ich Familie und Freunde vermisst – doch durch die heutige Technik war es immerhin möglich, sich jederzeit am Bildschirm zu sehen und zu sprechen, sodass das Gefühl von Vereinsamung und Isolation nicht wirklich eintreten kann.

Letztes Jahr wollte ich am liebsten für 2020 ein Sabbatical planen – nun bin ich etwas anders als gedacht „in so einen Zustand geraten“. Ich schätze die Mehr-Zeit für mich selbst, ohne Eile, ohne zig Sachen gleichzeitig tun zu müssen. Ab Beginn des Shutdowns habe ich versucht, das Beste daraus zu machen, erledigte Dinge, die ich schon lange vor mir hergeschoben habe und füllte die Wochen ohne Termindruck und Verpflichtungen mit positiver Energie und Freude. Das funktioniert bis heute gut. Ich kann mich einfach mehr auf mich selbst fokussieren und auf das, was mir gut tut.

Für die Zukunft wünsche ich mir, dass bestimmte neue Aspekte auch über die Corona-Zeit hinaus erhalten bleiben – z.B. mehr Zeit für sich zu haben und mehr für sich selbst zu sorgen.

Gelernt habe ich, dass Menschen, die grundsätzlich eher ruhig und gelassen sind, dies auch in der Krise bleiben und einfach vernünftig abwarten – die emotional Labileren hingegen verhalten sich in Krisenzeiten viel hektischer und ängstlicher.

Matthias Strolz (47), Wien

Ja, es tut weh.



Meine Nachbarin weint. Im Hauseingang bricht es aus ihr heraus. Sie hat gerade ihrer Freundin beim Umzug geholfen. Es war ihre erste Fahrt in die Stadt seit Beginn des Lockdowns. „Ich konnte sie nicht einmal umarmen“, schluchzte sie...

„Er ist ganz alleine gestorben. In seiner Wohnung. Sie mussten die Tür aufbrechen“, so

die SMS eines Freundes. Ein früherer Weggefährte wurde vom Virus hinweggerafft...

„Ja, gekillt. Ich weiß nicht, wie es weitergeht. Vielleicht verkaufen wir unser Haus“, berichtet ein befreundeter Kleinunternehmer. „Jetzt geht's uns allen an den Kragen“, setzt er nach. „Da werden viele nicht mehr aufstehen.“

Die Krise bekommt ein Gesicht, viele Gesichter. Was zuerst Nachrichtenmeldungen waren, wird nun konkretes Leben, konkreter Tod. Jeden Tag ein Stück mehr. Es wird nicht morgen vorbei sein. Auch nicht übermorgen.

„Wir werden uns erst 2022 wieder die Hände schütteln“, meint ein Virologe im Radio. „Der hat ja einen Vogel!“, sagt mein innerer Revoluzzer. Am liebsten würde ich in die Straßbahn steigen und wahllos Menschen umarmen oder mit Handschlag begrüßen. „Wer seid ihr, mir das zu verbieten?!“, pulst es in meinem Kopf.

Dann krieg ich mich wieder ein. Zieh mir eine Dosis Internet rein – Infektionsstatistiken, Arbeitslosenzahlen, Verschwörungstheorien. Was halt so reinkommt.

Oder wende mich den Kindern zu. Homeschooling hat was, jedenfalls füllt es den Familienalltag.

Oder ich räume den Geschirrspüler aus – das gefühlt dritte Mal heute. Ein Kaffeehäferl gleitet mir aus der Hand. Aufprall. Zerlegt in 100 Teile. „Scheiße!“, sag ich. Mehrfach. Und schau mich um, ob die Kinder eh nichts gehört haben. „Scherben bringen Glück“, trällere ich wischend vor mich hin.

„Papa, von was werden wir leben?“, fragt mich eine Tochter. „Ihr verdient jetzt ja beide nichts mehr.“...

„Weißt du, wir kommen da gut durch. Das geht sich schon bis Herbst aus.“, lautet meine Antwort. Ich rechne nochmals nach. Das mache ich derzeit öfter. Und denke mir jedes Mal,

wie heftig es sein muss, wenn es sich nicht ausgeht. Ich kann die Angst erahnen, den Schmerz, die Wut.

Ich diskutiere das mit meiner Frau. Wir sind uns einig: An manchen Tagen geht's uns besser von der Hand, an anderen schlechter. Es werden noch viele Tage kommen, an denen wir Aggression und Trauer spüren, uns in Gelassenheit und Akzeptanz üben können. Diese Gefühle werden wichtig sein, um das zu bewältigen, was noch auf uns wartet. Viele Dimensionen der Krise sind erst im Ansatz (be)greifbar. Es wird uns allen viel abverlangen. Wir werden es schaffen. Weil wir es noch immer geschafft haben.

„Krise, du kannst mich mal“, schwing ich mich auf mein Fahrrad, um ein Stück Frühlingssonne zu erhaschen. Die Zeit danach wird ein Aufbruch sein. Darauf freu ich mich schon, denk ich bei mir.

Beim Müllcontainer treffe ich wieder die Nachbarin.

„Ballast abwerfen. Das tut gut“, meint sie. Heute lächelt sie. Ich lächle zurück.

Wir wachsen. Gemeinsam mit der Krise.

„Cogito ergo sum“?

„Ich denke, also bin ich“... So sah es zumindest der französische Mathematiker und Philosoph René Descartes. Vermutlich sind wir uns alle einig, dass „Mensch-Sein“ viel mehr ist, als bloß die Fähigkeit zu logischem Denken. Neben der kognitiven gibt's immerhin noch einige andere „Intelligenzen“, die uns im Leben weiterbringen. Aber weil das Verbinden dieser verschiedenen Wahrnehmungs- und Handlungsebenen (z.B. Verstand, Emotionen, Gefühl, Intuition, Spiritualität...) so verdammt schwierig ist, entscheiden sich die meisten lieber doch für einen persönlichen „Königsweg“...

Denken oder Fühlen, Glauben oder Wissen: Welche „Geisteshaltung“ spielt in DEINEM Leben die größte Rolle?

Hirn, Herz oder Bauch: Was hilft dir am besten, um dich auf dieser Welt und im Zusammensein mit anderen Menschen zu orientieren?

Gerne kannst du auch von konkreten Lebensmomenten erzählen, in denen die eine oder andere Haltung besonders hilfreich bzw. erfolgreich war!

• Schicke deine Reflexionen und Erfahrungen dazu (Textlänge 1.000 bis max. 2.000 Zeichen) unter Angabe von Name, Alter und Adresse und mit passendem Foto bis spätestens 30. Oktober 2020 an redaktion@wege.at.

Falls dein Text in der Winter-WEGE veröffentlicht wird, erhältst du nach Erscheinen ein kleines Dankeschön-Geschenk!