

Ich schau auf mich – Ich achte auf mich

Mitte März/Ende April 2020

Die Corona-Krise, bzw. die Auswirkung auf unser tägliches Leben, traf mich unvorbereitet. Zunächst Mitte März dachte ich an einen eher kürzeren Verlauf, jetzt Ende April bin ich ziemlich verunsichert. Staunend sehe ich, wie ein Volk auf ein Lungen-Virus mit dem übermäßigen Kaufen und Horten von Toilettenpapier antwortet. Selbst bin ich derweil unverhofft und ungefragt halb ausgebildeter Virologe geworden. Und das wollte ich genau genommen nicht werden.

Ziemlich bald nach dem Beginn der Ausgangsbeschränkungen in Bayern ist mir eines unangenehm aufgefallen. Die täglichen Meldungen in allen Medien, in jedem erdenklichen Programmformat über Corona gehen an meine Substanz, tun mir gar nicht gut. Deshalb höre ich ausschließlich nur noch als Nachrichtensendung die Tagesschau um 20.00 Uhr und sonst nichts. Diese Abstinenz tut mir sehr gut. Ich fühle mich trotzdem sehr gut informiert. Mir fällt ein, dass ich dies auch schon seit langer Zeit mit den politischen Magazinen und Talkshows mache. Nur immer über ein Thema informiert werden, und dies mit dieser Penetranz macht seelisch krank. Jede Menge von Sondersendungen, Corona-News-Ticker, Corona-Update, ein Spezial nach dem andern, und dann noch ein Spezial, jedes noch so unverdächtiges Fernsehformat Thema – Corona nervt ohne Ende. Also mache ich öfters Pause und höre Musiksendungen. Eine wahre Erholung. Wunderbar!

Was mich bedrückt ist, dass ich nicht zum Campingplatz kann. Jetzt endlich habe ich ein feststehendes Vorzelt und könnte bei **jedem** Wetter in Badhütten sein. Und nun dies. Ein dämlicher Virus bremst mich aus. Jetzt ist Fantasie gefragt. So habe ich beschlossen mir ein zweites festes „Vorzelt“ zu zulegen.



Foto: David Mark auf Pixabay

Und als Belohnung dafür, dass ich die Ausgangsbeschränkungen einigermaßen einhalte, habe ich mir auch gleich die nötige Umgebung mit dazu gedacht.

Erfreut und beruhigt bin ich um meine Trockenheit. Viele Jahre im Freundeskreis Westallgäu zahlen sich jetzt aus. Ich kann Dinge (auch wenn es ein Virus ist) hinnehmen, die ich nicht ändern kann. Ein schönes, ermutigendes Gefühl. Jetzt zeigt sich, die vielen Gruppenstunden waren nicht umsonst. Dafür bin ich dankbar. Und dankbar bin ich den vielen Freunden, die mich dabei begleitet und unterstützt haben. Deshalb der Gelassenheitsspruch in voller Länge:

*Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann,
den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann,
und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.*

Frei nach Reinhold Niebuhr

Oder in der wohl diesem Spruch zugrundeliegender Form von Epiktet (antiker Philosoph der Stoa [* um 50 † um 138]):

„Das eine steht in unserer Macht, das andere nicht. In unserer Macht stehen: Annehmen und Auffassen, Handeln-Wollen, Begehren und Ablehnen – alles, was wir selbst in Gang setzen und zu verantworten haben. Nicht in unserer Macht stehen: unser Körper, unser Besitz, unser gesellschaftliches Ansehen, unsere Stellung – kurz: alles, was wir selbst nicht in Gang setzen und zu verantworten haben.“

– Epiktet, *Handbüchlein der Moral*,

Das bringt mich auf eine dreifache Überlegung. Erstens, was war vor dieser Virus Krise? Zweites, wie ist mein Verhalten in der Krise und drittens, was passiert danach? Vor Corona habe ich mit meinen Freunden im ev. Gemeindehaus den 70. Geburtstag gefeiert. Es erscheint mir schon fast unwirklich dieses Fest. Dort habe ich gesagt, weil ich ja 1950 geboren bin, ist der Beginn eines neuen Jahrzehnts auch bei mir der Beginn eines neuen Lebens-Jahrzehnts. Und das ich hoffe, mindestens mein 8. Jahrzehnt noch vollständig vollenden werden kann. Dies ist auch in Corona noch mein fester Vorsatz. Und darum denke ich Gelassenheit ist ein guter und richtiger Wegweiser dorthin. Nach Corona werde ich mich neu begreifen und zu achten haben, vor allen werde ich neu mit mir und anderen in Beziehung zu treten haben.

Ein Virus – und alles ist auf einmal anders. Wirtschaftswachstum? – auf einmal nicht mehr wichtig! Geld beim Staat? – auf einmal beliebig vorhanden! Kapitalismus? – auf einmal ade? - Unglaublich!!!