

Die Ruhe nach dem Sturm

Es ist gerade 48 Stunden her, der Gewittersturm vom Pfingstmontag, dem 9. Juni. Und doch finden wir und schnell in unserem „normalen“ Alltag wieder.

Natürlich, wir haben unsere Arbeiten zu tun, Geld zu verdienen, Dinge zu klären. Dennoch ist solch ein Ereignis ein guter Grund einmal (mehr) innezuhalten, wahrzunehmen, wie sich die Natur aufbäumt, welche Energie und Kraft in ihr steckt. Wir wäre es die Ruhe nach dem Sturm dazu zu nutzen - wenige Minuten nur - bewusst zu werden, dass es in uns auch Gefühle von Machtlosigkeit gibt, dass Wissen verletzbar zu sein? Gefühle, die in unserem Alltag kaum noch Platz finden; und die, wenn wir einmal genau hinschauen, die meisten von uns für Schwäche halten. Doch wir sind verletzbar, wir sind Menschen, und es geht nicht darum, in jedem Moment perfekt zu funktionieren. Es gibt Dinge, denen wir machtlos gegenüber stehen und die uns empfindlich treffen können. Es ausblenden zu wollen, alles schaffen zu können, so als gäbe es diese Verletzbarkeit nicht, kann viel Energie kosten.

Je mehr wir jedoch diese Verletzlichkeit zulassen, desto selbstverständlicher schauen wir auf die Menschen um uns herum, helfen, auch denen, die wir nicht kennen, einfach weil uns (intuitiv) bewusst wird, dass hier jemand an empfindlicher Stelle getroffen ist, wie verletzlich unser Leben ist.

Ein lieber Mensch sagte mir gestern „wir sollten nicht arbeiten gehen, wenn es nicht unbedingt erforderlich ist, sondern einander helfen ...“. Das können auch Mitfahrgelegenheiten, Botengängen oder einfach, nur' zuhören sein. Ich bin mir sicher, das verändert Vieles, nicht nur den Umgang miteinander.

Wenn wir die Ruhe nach dem Sturm nutzen, können wir auch entdecken, dass Glück einfach ist, zum Beispiel sich einem Fremden in der Not verbunden zu fühlen - oder einfach auf einer Wiese zu liegen und in den Himmel zu schauen, ... das ist nicht selbstverständlich - und leicht zu übersehen.

Alles Gute für die kleinen Momente nach dem Sturm

Ihre

Elke Scheffer