

# Jede Krise birgt die Chance zu Wachstum



Ich bin überzeugt, jede Krise birgt die Chance zu Wachstum. Also fragte ich mich: Was kann ich für mich und mein Umfeld tun, um gut durch die zweite Welle zu kommen? Was um sogar gestärkt daraus hervorzukommen?

Und dann kam mir die Idee, jetzt wo wir alle weniger Kontakte haben sollen und nicht mehr verreisen können, der Verzicht auf Vieles fast schon physisch schmerzt, starte ich diese LUFTPOST und lass euch teilhaben an meinen Gedanken, quasi als eine Einladung auf eine Reise zu sich selbst.

Mit Beginn der steigenden Corona Zahlen diesen Herbst, verspürte ich eine vermehrte innere Anspannung bei mir, bei meinen Kindern, und den Menschen in meiner Umgebung. Sorgenreiche und ängstliche Zukunftsfragen, aber auch Abwehr: Nicht schon wieder! Noch nicht so früh! Der Winter wird noch lang...

Wie kommen die Kinder damit klar, wie wir als Familie, wenn alle wieder enger aufeinandersitzen diesen Winter, wenn wir uns den Ersatz für „draußen“ geben müssen, aber ja auch glücklicherweise können?

Was machen die, die ganz alleine Leben? Die sozialen Netzwerke bilden keinen adäquaten Ersatz für „echte“ Beziehungen.

Bei allen vorsichtigen Kontaktaufnahmen im Sommer, es fehlte die Ungezwungenheit, die Nähe. Wenn einmal Umarmen, dann nur kurz und fast verstoßen... Das Leben geht weiter mit seinem Auf und Ab, da wären gerade die Freunde hilfreich.

Zudem die Unsicherheit was das wirtschaftlich und politisch für uns und die Gesellschaft bedeutet.

Was macht diese Anspannung und die zunehmende Angst mit uns? Wie können wir ihr entgegentreten?

Die Geschichte lehrt uns, dass alles dem Wandel unterliegt und der Mensch anpassungsfähig ist. Wird es eine neue Normalität geben?

Es fällt mir nicht ganz leicht, denn oft denke ich, wie schön wäre die Stille, wenn nur die Menschen sich äußerten, die wirklich etwas zu sagen haben...

...und dann ist es doch der Flügelschlag, der etwas verändert.