



Zeit zum Hören

Wir können das Hören neu einüben, gerade jetzt, es ist eine Chance. Im Hören auf die Sorgen und Nöte, aber durchaus auch auf die Wünsche, Ziele und träume. Fragen wir doch jetzt, wo wir zu Hause sind, unseren Partner oder unser Kind danach, was er oder es sich erträumt. Das reißt ihn oder es vielleicht aus dem Grübeln heraus und zeigt, dass es ein Morgen und ein Leben nach Corona geben wird.

Die Fähigkeit des Menschen, seine innere Resilienz kann gestärkt werden. Wir merken plötzlich: Da hört uns jemand zu und will wissen, was wir vorhaben in unserem Leben! Das ist ein Vertrauen und eine Zusage an uns – und an das Leben, das selbst Vertrauen und Kraft schenken kann. Nehmen wir uns doch zum Beispiel vor, mindestens einmal in dieser Woche, vielleicht auch öfter, nur über Wünsche, Ziele und Träume zu sprechen. Lassen wir das zu unserem Traum-Ritual werden, es kann uns und das Miteinander verändern. Denn eine Gemeinschaft, die Träume hat und Ziele, wird stärker auf Krisen reagieren.

Anselm Grün in: „Quarantäne!“ Verlag Herder, Freiburg 2020