

Zuhause bei sich sein - Ein (noch) ungewohntes Phänomen unserer Zeit

***"Wir bleiben zuhause" - "Stayhome - Flatten der curve" -
"Wir bleiben für euch da - bitte bleibt ihr für uns zuhause"***

So klingen die Motivationssätze, die in den Netzwerken kursieren und Menschen gegenseitig daran erinnern, die geltenden Maßnahmen zur Eindämmung des Coronavirus einzuhalten. Zuhause bleiben, Kontakte verringern oder ganz meiden usw. hat immense Auswirkung, finanzieller wie auch sozialer Art, im positiven wie im negativen Sinn.

Erfreulich war es in der vergangenen Woche für eine Pfarrsekretärin unseres Pastoralen Raums: "Ich habe alle Leute auf Anhieb erreicht, um ihnen die Informationen weiterzugeben. Wie gut, dass jetzt gerade alle zuhause sind!"

Zuhause sein, ein zuhause haben und sich dort wohl fühlen ist lebensnotwendig. Das wird uns gerade mehr denn je bewusst. Doch es stellt uns auch vor so manche Herausforderung:

- weil sich die Partner oder die Familie nur bedingt aus dem Weg gehen kann,
- weil die "vier Wände" auf einmal so kahl oder chaotisch, viel zu klein und beengend wirken,
- weil einem "die Decke auf den Kopf zu fallen" scheint,
- weil die Stille wie ein beklemmendes Gefühl wirkt und keine Antwort gibt,
- wohin mit all den Gefühlen, Gedanken, die aus wortreichen Gesprächsfetzen oder den sich ständig veränderten Nachrichten und Vorgaben nachwirken?
- die Sehnsucht nach Abwechslung, nach den Freunden und geselligen Abenden in der Kneipe oder im Biergarten wächst
-

Warum nur fällt es so schwer, daheim zu sein und daheim zu bleiben?

In normalen Zeiten wünschen wir uns ab und an nach einer Zeit, in der wir einfach mal zuhause bleiben könnten. Jetzt erscheint es gar unerträglich.

Normalerweise sind wir auch nur eine begrenzte Zeit zuhause - und dann meist auch mit Alltäglichem beschäftigt:

zum Essen und Schlafen, zum Organisieren des Familienalltags, zum Schreiben von Einkaufszetteln, zum Lesen eines Zeitungsartikels, zum Ausruhen auf der Couch und sich berieseln lassen vom Fernseher, zum Umpacken der Arbeits- oder Reisetasche, zur Mitahme der Sporttasche, um beim Yoga endlich zur Ruhe zu finden

Also, eigentlich sind wir daheim - und doch nicht daheim.

Gedanklich noch im Tagesgeschäft oder total platt davon, auf dem Sprung zu einer Abendveranstaltung, dem Freizeitprogramm, ...

Nun heißt es: daheim ist daheim. Hier wird gearbeitet und gelernt, gekocht und gegessen, gechillt und die Langeweile vertrieben. Hier werden Gespräche geführt und es kommen unerwartete, bisher unbekannte

Themen auf den Tisch. Hier ist man auf einmal mit Dingen konfrontiert, mit dem was tief in mir und in meinen Mitbewohner Platz genommen hat, was immer mitschwingt und - auch unbewusst - beeinflusst. Hier kommen nun innere Wünsche, Sehnsucht, Sorgen und Ängste ans Licht und wollen angeschaut, besprochen, verarbeitet werden.

So etwas kenne ich von Exerzitien - und bin dann dankbar, das Gespräch mit Geistliche*n Begleiter*in führen zu dürfen. So ist wohl auch diese Corona-Zeit eine Form vom "Exerzitien im Alltag"- jedoch unter anderen Vorzeichen!?

Wenn wir also die Zeit des Daheimseins nutzen wollen, bietet sich darin eine Chance, mit dem Grund unseres Daseins in Berührung zu kommen und die Grundfeste zu stabilisieren - wie der kluge Mann, der sein Haus auf Fels statt auf Sand gebaut hat (vgl. Mt 7, 24-27). Dieser Grund, der "ich bin der, ich bin" (Ex 3,14) ist ganz präsent und doch unscheinbar, aufmerksam und zugewandt. Sein Dasein tut gut und bietet uns ein gutes Beispiel für unser Dasein in uns selbst und in unseren häuslichen Gemeinschaften.

Dann wird hoffentlich gelingen, was im Buch der Sprichwörter steht: "Durch Weisheit wird ein Haus gebaut, durch Umsicht gewinnt es Bestand. Durch Klugheit werden die Kammern gefüllt mit allerlei wertvollen, köstlichen Gütern. (Spr 24,3-4)"

Und wenn Sie dabei jemanden brauchen, um Gedanken und Gefühle zu sortieren, sich über den tragfähigen Grund bewusst zu werden, dann melden Sie sich bei einem Seelsorger/ einer Seelsorgerin. Wir sind für sie da - über Telefon oder Mail erreichbar!

Ein gutes Daheimsein wünscht Ihnen Barbara Voll,
Gemeindereferentin im Pastoralen Raum Bad Kissingen

Daheim

Daheim fühlen
an einem Ort
braucht seine Zeit

Daheim bleiben
für andere
ist zur Zeit nötig

Daheim sein
bei sich
ist eine wertvolle Zeit

Daheim ankommen
bei Gott
steht am Ende der Zeit.

- Barbara Voll -

