Kirche im hr

07.11.2020 um 07:10 Uhr
hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von
Christoph Schäfer,
Katholischer Religionslehrer, Rüsselsheim

Ein Mittel gegen den Corona-Blues

Vor einer Weile bin ich samstags richtig früh auf den Beinen gewesen: Ich bin zu einer Wandertour Richtung Rhön aufgebrochen, mit Übernachtung. Diese Herbsttage waren eine Kraftquelle. Seit die neuen Corona-Einschränkungen gelten, hab ich oft an sie zurückgedacht. Und einen kleinen Stich gespürt: So was geht jetzt nicht mehr! Dann hab ich gedacht: *„So fühlt er sich an: mein fieser kleiner Corona-Blues“*. Einerseits bin ich in einer vergleichsweise guten Lage, weil ich etwa weiter mein Gehalt bekomme. Aber ich hab mich trotzdem niedergeschlagen gefühlt, wenn ich an meinen Freiheitsverlust gedacht hab. Dabei spür ich gerade jetzt oft Aufbruchs-Sehnsucht. Denn viele Nachrichten machen mir zu schaffen – vom Attentat in Wien bis hin zur Aggression rund um die Wahl in den USA.

Lauter "Runterzieher"

Aber dann hat mir ein Satz zum Thema Corona, den ich im Internet gehört hab, zu denken gegeben: Der Virologe Christian Drosten hat sich in einem Gesprächsabend darüber aufgeregt, dass man die Zeit vor den Einschränkungen die *„letzten Tage in Freiheit“* nennt. Da verbauen wir uns die Sicht auf das, was eigentlich wichtig ist, hat er sinngemäß gesagt.

Dadurch bewahre ich unsere Freiheit

Ich hab das erst provokant gefunden. Aber dann hab ich darüber nachgedacht. Und ich finde es jetzt sogar als befreiend, das Thema *„Freiheit in der Coronazeit“* aus dieser Perspektive zu sehen. Ich hab meine Corona-Beschränkungen nun so verstanden: Wenn ich jetzt nicht zum Sport gehe, sorge ich dafür, dass andere Dinge weiter möglich bleiben. Ich bewahre mir Freiheiten, die ich derzeit ja noch habe und die ich genieße: Ich kann mich im Alltag in vielerlei Hinsicht frei bewegen. Diese Freiheiten sind so selbstverständlich, dass ich sie oft gar nicht wahrnehme. Nur wenn ich jetzt dazu beitrage, die Infektionszahlen nicht weiter ansteigen zu lassen, kann ich massivere Einschränkungen verhindern. Und ich bewahre Freiheit für andere: für Risikopatienten zum Beispiel. Ich bewahre sogar womöglich ihre Gesundheit.

Die Ruhe genießen

So gesehen, werde ich jetzt die kleinen Freiheiten an diesem Wochenende nutzen: die Ruhe genießen, Spazieren gehen. Bewusst Kraft tanken. Und mich nicht mit der fruchtlosen Frage aufreiben, was ich jetzt ohne Corona-Beschränkungen noch viel Aufregenderes machen könnte. Ich spüre: Das ist kein Allheilmittel gegen die vielen großen und massiven Probleme rund um die Pandemie. Aber ein Mittel gegen den kleinen, fiesen persönlichen Corona-Blues.