

01.04.2022 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von  
Andrea Seeger,  
Evangelische Theologin

## Sei gut zu dir!

Der April fängt heute an und mit ihm brechen bessere Zeiten an. Hurra! Nach den vielen Einschränkungen wird es mit dem Frühling leichter, ganz sicher. Hoffentlich! Das lässt aufatmen.

Einge Gewohnheiten aus Harten Pandemie-Zeiten beibehalten

Wobei ... Einige Gewohnheiten aus den harten Pandemie-Zeiten möchte ich behalten. Das gute alte Picknick zum Beispiel. Ich habe mich sogar im Winter mit Freundinnen und Freunden draußen getroffen. Der eine hatte einen Käsekuchen dabei, die andere eine Flasche Wein. Das hatte was und macht jetzt mehr Spaß als im kalten, nassen Winter.

Wir können uns nicht sehen? Dann schreiben wir uns eben!

Im Urlaub möchte ich auch fortan lieber wandern, statt mit dem Flieger in möglichst weite Ferne zu jetten. Und ich möchte weiter Briefe schreiben. Auch das hat Corona bei mir wiederbelebt. Wir können uns nicht sehen? Dann schreiben wir uns eben! Echte Briefe in Handschrift erfordern Konzentration, stellen die Frage: Was ist wesentlich?

Es tut gut Briefe per Hand zu schreiben

„Liebe Freundin, ....“ so ungefähr 250 Wörter passen auf eine Seite. Ich muss genau überlegen, was ich sagen möchte. Mit welchen Worten ich das ausdrücken kann. Mir tut es gut, solche Briefe zu schreiben. Es bedeutet, inne zu halten, nachzudenken und nachzuspüren. Das führt unweigerlich zu der Frage: Wie geht es mir eigentlich? Was beschäftigt mich? So entsteht ein sehr persönlicher Austausch. Schon an der Handschrift zeige ich etwas von meiner Stimmung.

In gespannter Erwartung auf Antwort warten

Und natürlich freue ich mich auf eine Antwort. Schon lange war das Gefühl nicht mehr da, diese gespannte Erwartung, wenn die Postbotin kommt. Und das selige Lächeln, wenn sie ein Kuvert für mich überbringt.

Ich gieße mir eine Tasse Tee ein, zünde eine Kerze an und beginne zu lesen – ein besonderer Moment, den ich genieße. Eine Freundin schrieb neulich zum Schluss ihres Briefes: „Sei gut zu dir!“

"Sei gut zu dir!"

Dieser Gruß hat mich berührt. Er setzt nicht unter Druck, sondern er zeigt eine Möglichkeit. „Sei gut zu dir!“ Ich interpretiere das so: Höre rein in dein Leben und du wirst einen Klang finden, der dich trägt. Sei gut zu dir!