

Bis jetzt fand ich es ja eigentlich recht interessant, das alles.

Natürlich auch schlimm. Aber irgendwie auch interessant. Vor ein paar Wochen die ersten Informationen über die neue Krankheit. Fast jeden Tag konnten wir etwas Neues lernen. Die Entwicklung der Fallzahlen. Inzwischen weiß wohl fast jeder, was exponentielles Wachstum bedeutet. Alles ganz furchtbar, aber doch eben – neu. Anders. Dann nahm die Entwicklung an Fahrt auf. Erst hieß es, es gibt keine Schulschließungen – ein paar Tage später waren die Schulen zu. Gedanken an Ausgangsbeschränkungen wurden laut – und viel schneller Wirklichkeit, als erwartet. Hatte ich, als ich den „Gemeindebrief“ (der, den Sie zugeschickt bekommen haben) geschrieben habe, noch den Eindruck, ich müsste über die Krankheit informieren und für Abstand und Händewaschen werben, war das – als der Brief Sie über Infopost 5 Tage später erreicht hatte – Schnee von gestern. Ich hatte das Gefühl, nicht mehr hinterherzukommen. Es wirkte alles sehr surreal.

Das tut es immer noch – aber jetzt habe ich das Gefühl, im Surrealen stecken geblieben zu sein. Das einzig wirklich Interessante in den Medien ist für mich im Moment die schreckliche Situation, in der sich Amerika befindet; mit einem Präsidenten, der nicht verstehen will, dass Menschenleben wichtiger sind als der DAX.

Wir haben eine Vollbremsung hingelegt. Das Einzige, was sich jetzt noch verändert, sind die Fallzahlen. Trockene Zahlen halten Wissenschaftler und Politiker in ihrem Bann, die Zahlen entscheiden über unsere unmittelbare Zukunft. Wann sinken sie? Wann greifen die Maßnahmen? Ab wann können die Ausgangsbeschränkungen, gelockert werden?

Klar ist, dass die Fallzahlen nicht so schnell sinken werden. Wer sich vor 10 Tagen angesteckt hat zeigt erst nach ein paar Tagen Symptome (wenn überhaupt). Bis er getestet wird und das Ergebnis da ist vergehen wieder ein paar Tage. Die Fälle, die jeden Tag gemeldet werden, sind die Zahlen der Menschen, die sich ungefähr 10 Tage vorher angesteckt haben. Deshalb kann die Zahl der Neuinfektionen frühestens 10 Tage nach Beginn der Ausgangsbeschränkung sinken ...

Das heißt: Jetzt ist Warten angesagt. Ein Warten, während dem mein Gehirn durch keine neuen Informationen angeregt wird. Angeregt ist übrigens das richtige Wort. Denn das Gehirn reagiert auf Neues tatsächlich mit der Produktion von Glückshormonen. Deshalb ist es manchmal auch so schwierig, YouTube wegzuklicken oder den Fernseher auszumachen, weil das Hirn dem Reiz des Neuen – und sei es noch so doof – nur sehr schwer widerstehen kann.

Der fehlt jetzt, der Reiz des Neuen. Jetzt bleibt nur noch der Schrecken der Realität. Und das Warten. Jetzt müssen wir Geduld lernen. Angeblich eine Tugend.

Was ist so gut an der Geduld. Warum kann es möglicher Weise ganz gut für uns sein, wenn wir die jetzt lernen?

Zunächst einmal: Ungeduld ist auch nicht schlecht. Sie kann uns antreiben, unsere Ziele mit Energie zu verfolgen. Wer beim Wandern in den Bergen unbedingt das Gipfelkreuz erreichen will, kommt möglicher Weise schneller oben an, als jemand, der sehr viel Geduld hat. Gleichzeitig kann es natürlich sein, dass der, der mehr Geduld hat im Lauf mehrere Tage dann doch mehr Gipfel ersteigen kann, weil er seine Kräfte richtig eingeschätzt hat, sein Herz und seinen Kreislauf nicht zu sehr belastet hat, weil er nicht voller Hektik zu wenig auf seinen Tritt geachtet hat und gestürzt ist. Dazu kommt: Wer nie Geduld gelernt hat, tut sich schwer damit, unangenehme Situationen auszuhalten. Denn er lebt unter der Annahme, dass nur das gut ist, was sofort gut ist. Seine Gefühle rechnen nicht mit der Möglichkeit, dass es auch in einer etwas entfernten Zeit noch gut werden kann (ein Prinzip, das sich Hoffnung nennen).

Geduld hat schon große Vorteile. Wer geduldig ist, der hat gelernt, dass manches seine Zeit braucht. Der sagt sich selbst Sätze wie: „Eines nach dem anderen.“ „Gut Ding will Weile haben.“ „Es geht so schnell, wie es eben geht.“



„Am Ende wird es mir gelingen.“ Mit dieser Einstellung kommen wir vielleicht nicht so schnell auf einen Berg hinauf, wie ein Ungeduldiger, aber wir können mit Bedacht mehrere Gipfel nehmen, einen nach dem anderen. Wir haben größere Ausdauer, die Fähigkeit zur Selbstkontrolle und mehr Frustrationstoleranz. Wir können uns auf das konzentrieren, was wir gerade tun, bleiben gelassen. Wir haben die Fähigkeit von einem Problem zurückzutreten und mit Abstand die Lösung zu suchen, statt ungeduldig eine Lösung aus der Situation heraus zu erzwingen, die dann vielleicht nicht trägt.

Wow, das hört sich gut an, oder? Ich hab nicht viel Geduld, muss ich an dieser Stelle zugeben. In manchen Bereichen schon, im Umgang mit fremden Kindern zum Beispiel. Bei den eigenen ist das schon schwieriger.

Die momentane Situation für mich eine Lernmöglichkeit. Vielleicht nehmen wir am Ende aus dieser Krise ja alle etwas mit, was uns der moderne Lebensstil nicht unbedingt gelehrt hat: Geduld. Ich hoffe es ...

Es gibt einen Satz aus einem Paulusbrief, der mir in den letzten 2 Monaten ständig begegnet ist, ohne dass ich ihn aktiv gesucht habe. „Durch Leiden lernen wir Geduld“ – das würde ja zu der momentanen Situation passen – „durch Geduld kommt es zur Bewährung“ – Bewährung heißt, dass wir lernen in einer Situation auszuhalten – „durch Bewährung festigt sich die Hoffnung. Und die lässt uns nicht zugrunde gehen“. Das ist wohl das Beste an der Geduld. Sie hat Hoffnung. Sie erzählt mir: Es kann gut ausgehen. Deshalb kannst du dich jetzt entspannen.

Der Satz im Zusammenhang (aus dem Römerbrief, Kapitel 5 ab Vers 3) „Durch Leiden lernen wir Geduld, durch Geduld kommt es zur Bewährung, durch Bewährung festigt sich die Hoffnung. Und die lässt uns nicht zugrunde gehen.“

Ich wünsche uns allen ganz viel Geduld – und Hoffnung. Ihre Silke Tröbs

PS: Das Klopapier, das zurzeit in deutschen Haushalten lagert, muss wohl auch noch ein wenig Geduld haben:

**24. September
2047
Elias-Kevin öffnet
gerade die letzte
Packung Klopapier,
gekauft von seinen
Eltern im März
2020**