



23.03.2020

## EIN PAAR WORTE ZU CORONA-PANDEMIE

Liebe/r Leser/in,

seit Dienstag, dem 17.03.2020 sind die Kindergärten und Schulen geschlossen.

Für die nächsten zwei Wochen (voraussichtlich) treten verschärfte Maßnahmen des Gemeinschaftslebens in Kraft.

Viele Bürger und Bürgerinnen des Landes und die meiste Weltbevölkerung sind in Sorge um eigene Gesundheit und die Gesundheit von Angehörigen.

Die Pandemie beherrscht die Welt!

Was aber auch nicht weiter verwundert, wenn man überlegt wie GLOBAL wir Menschen leben. Es wird einfach mal für ein Meeting am Nachmittag für ein paar Stunden ins Ausland geflogen. Es wird für ein Wochenende ein Flug nach London oder New York gebucht, einfach nur um zu Shoppen, sich sozusagen eine Abwechslung zu gönnen. Der kurzen Reisetrips nach Mallorca, Gran Canaria, Tunesien und, und, und.... nicht zu vergessen. Ganz hoch im Kurs ein Wochenende in Barcelona, Venedig, Prag, Paris. All das für wenig Geld und fast für jeden ohne große finanzielle Anstrengung erreichbar!

Das tägliche Leben ist für uns Menschen leichter geworden.

Für die Essensbeschaffung müssen wir nicht stundenlang anstehen, bzw. uns selbst körperlich betätigen. Oft flitzen wir schnell in den Einkaufsladen hinein und bedienen uns sorglos an dem vielfältigen Angebot. Auch hier ist die Globalisierung bemerkbar. Viele der Produkte werden nicht mehr in Deutschland hergestellt, das Gemüse und Obst hier zu Lande nicht angebaut.

Jetzt, scheint es mir, hat uns der sorglose Umgang mit uns, unserem Körper, den Gedanken (oder auch ein wenig Gedankenlosigkeit) und unseren Ressourcen eingeholt.

Die ANGST greift um sich.... es kommt zumindest mir so vor.

Menschen aus meinem engsten Bekanntenkreis äußern Sorgen und fühlen sich verängstigt!

Sie werden plötzlich mit dem Gefühl nicht zu genügen, konfrontiert. Warum?

Weil sie in der kurzen Zeit reflektiert haben, dass sie zu der Risikogruppe gehören (könnten)!

Ja, in dieser Zeit werden wir uns mit der Sorglosigkeit des Handelns unserem Körper gegenüber auseinander setzen dürfen!

Ich denke, das bleibt uns nicht erspart.

Ich stelle mir die Frage, was mag mich die kommende Zeit lehren?

Der plötzliche STOPP aus der Routine heraus, folgert für viele Unsicherheit und man könnte schon fast sagen, sie stehen neben sich. Aber wieso denn?

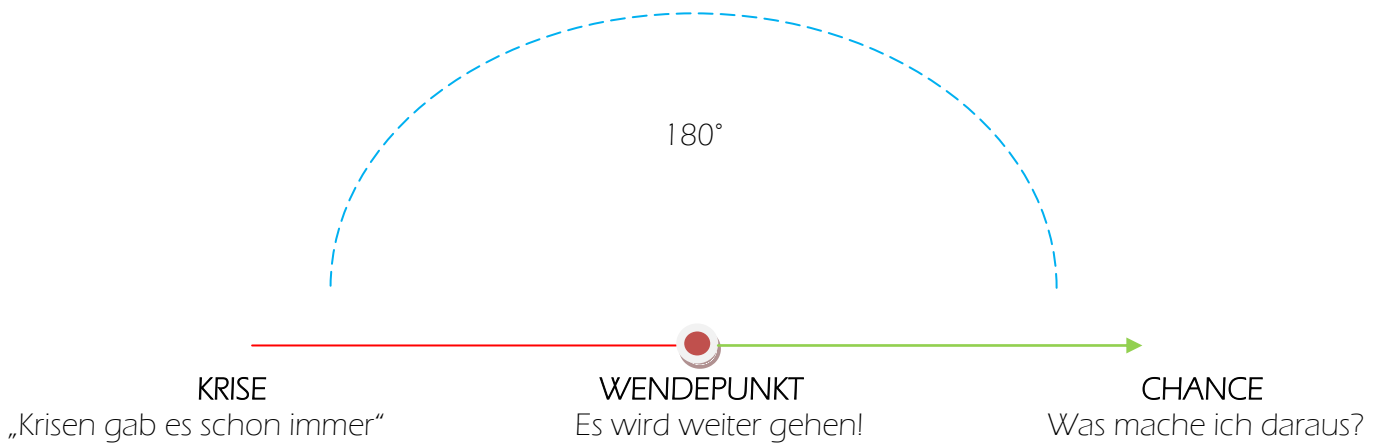
Nun, die Situation fühlt sich surreal an. Viele von uns sind mit landesbezogenen Krisensituationen nicht mehr vertraut. Dieser Zustand ist nicht fassbar, begreifbar und nicht abschätzbar.

Und genau darin sehe ich die CHANCE für jeden einzelnen von uns.

Nutzen wir die surreale Zeit uns neu, vielleicht ein bisschen besser, zu erfinden!

Schauen Sie sich bitte dazu das folgende Bild an.

SICHTÄNDERUNG :-)



Ich betrachte die surreale Situation als ein PRÄSENT!

JETZT wurde mir die ZEIT geschenkt. Ich darf mir gegenüber aufmerksam werden und mich darauf freuen, welche Chancen daraus für mich entstehen.

Das gleiche gilt für uns alle, für die ganze Nation und die Weltbevölkerung!

JETZT können wir unser bisheriges Handeln reflektieren, auf vieles Vergessene besinnen, Kraft tanken, einfacher, gelassener werden, uns neu erfinden und vor allem in den GENUSS der STILLE kommen.

Jetzt kommen wir in den Genuss sauberere LUFT zu atmen.

Greta Thunberg hat zur Besinnung aufgerufen und Millionen junger Menschen gegen die Klimaerwärmung = Umweltverschmutzung sensibilisiert.

Ein Virus schaffte das, was wir noch vor ein paar Tagen für unmöglich gehalten haben.

Das abrupte STOPP zwingt uns beinahe dem Wesen des Lebens näher zu kommen, wieder in den Genuss der Natur, der Wälder und Wiesen zu gelangen.

Raffen Sie sich auf, gehen Sie spazieren, walken oder joggen. Atmen Sie tief durch und versuchen Ihren persönlichen Rhythmus zu finden.

Nehmen Sie Ihr Kind an die Hand und zeigen ihm die Vielfalt der Natur, die uns die Mutter Erde noch im Stande ist zu schenken.

Öffnen Sie Ihre Augen und genießen Sie jeden Ihnen geschenkten Augenblick, und zwar JETZT, genau JETZT.

Einfach nur herrlich!

Ich wünsche Ihnen eine Vielzahl an Eindrücken und Nutzung der sich Ihnen bietenden Chancen!  
Bleiben Sie weiterhin auf der sonnigen Seite des Lebens

*Ihre Romana Gerke*