Reduktion

Was jetzt not-wendig ist

Vor einigen Tagen erreichte mich ein newsletter einer der Kliniken, in denen ich als Krankenhaus-Seelsorger tätig bin.

Darin wurde alle Mitarbeitenden geraten, die persönlichen Kontakte und Begegnungen auf das wirklich Notwendige zurück zu fahren.
Auch in dienstlichem Kontext wurde deutlich gemacht, dass hier auch die persönlichen Kontakte zu KollegInnen auf das Minimum und Nötigste zurück gefahren werden soll.

Konkret heißt das: telefonische Absprachen oder Videokonferenzen, da wo es nötig ist und keine unnötigen kollegialen physischen Begegnungen innerhalb des Dienstes.

Meine persönliche derzeitige Situation

Als Heuschnupfen-Allergiker nehme ich seit Monaten an einer Hyposensibilisierung teil. Zwei Wochen vor und nach jeder

Spritze kann ich mich nicht impfen lassen. Das hat dazu geführt, dass ich mich seit Anfang Oktober nicht gegen die saisonale Grippe impfen lassen konnte, weil entweder der Termin nicht wahrgenommen werden konnte oder dann gegen Ende Oktober der Grippe-Impfstoff nicht verfügbar war.
Ich kann nur hoffen, dass sich ein günstiges Zeitfenster ergibt, wo ich mich gegen die Grippe impfen lassen kann.

Als Krankenhaus-Seelsorger ist es mir wichtig, dass ich mich durch eine Impfung nicht nur selber schütze, sondern auch im Falle einer Infektion einen Grippevirus nicht weiter verbreite.
Dazu kommt, dass ich – sobald ich erste Erkältungssymptome entwickle – nicht mehr ins Krankenhaus gehen darf; ich stehe dann also für meinen Dienst nicht zur Verfügung.

Da Vertretungen – gerade auch in dieser Zeit – sehr schwierig sind (wegen des allgemeinen Besuchsverbots und der Zugangsberechtigung nur für Mitarbeitende im Krankenhaus selber), musste ich also für mich persönlich eine Strategie entwickeln, wie ich möglichst ohne Infektionen durch diese Zeit komme und dann für meinen Dienst zur Verfügung stehe, wenn es nötig wird.

Meine derzeitige Strategie:

Schon vor diesem Newsletter war mir klar, dass ich selber auch in der Frage meiner persönlichen Kontakte umdenken muss.

Also habe ich eine eigene Strategie entwickelt, die aus folgenden Komponenten besteht:

1. Nutzung der Homeoffice-Möglichkeit
2. Reduzierung auch privater Kontakte
3. Umorganisation meines Einkaufsverhaltens

Homeoffice

Als Krankenhaus-Seelsorger ist es mir möglich, einen Teil meiner Aufgaben im Homeoffice zu erledigen.
So habe ich mich entschieden, an zwei Tagen in der Woche (montags und mittwochs) persönlich im Krankenhaus anwesend zu sein. An diesen Tagen schreibe ich entweder Patient*innen-Brief oder feiere mit meinem evangelischen Kollegen einen „Stellvertretungsgottesdienst“ (weil Gemeinschaftsgottesdienst nicht möglich sind).
In der anderen Zeit bin ich über mein dienstliches Mobiltelefon und auch über andere Kanäle (Email, Messenger, Videokonferenzen) erreichbar. So kann ich auch nach Bedarf kurzfristig wieder persönlich im Krankenhaus anwesend sein.

Patient*innen, gerade auch aus der psychiatrischen Klinik, nutzen diese anderen Kontaktmöglichkeiten.

Reduzierung privater Kontakt

Auch in meinem privaten Leben habe ich mich entschieden, private direkte Kontakte zu reduzieren.
Emotional ist das für mich wohl der einschneidenste Schritt. Denn das bedeutet für mich, sowohl zu meiner eigenen Familie als auch zu anderen engen Freund*innen den Kontakt nur noch über (Video-)Telefonie aufrecht zu erhalten.
Dieses erlebe ich aber nicht als eine Art Isolation, denn ich nutze lebhaft die anderen Möglichkeiten, die mir zur

Beziehungspflege bleiben.

Auch zu Weihnachten …

werde ich mich nur mit einer Person persönlich treffen, damit ich dieses Fest nicht ganz allein verbringe. Aber schon bereits in besseren Jahren war es für mich weniger ein Problem, Weihnachten nicht mit der ganzen Familie und mit Freunden zusammen zu sein. Irgendwann einmal habe ich für mich erkannte, dass ich an den meisten Tagen und Abenden des Jahres allein bin. Und ich habe für mich erkannt, dass der Heilige Abend bzw. die Weihnachtstage dann nur weitere Tage sind, wo ich so lebe, wie ich es in der meisten Zeit des Jahres gewohnt bin.
Es ist für mich also nur eine reine Kopfsache, wie ich mit dem Heiligen Abend allein umgehen kann. Denn meine regulären Alltagserfahrungen sind nicht wesentlich anders als am Heiligen Abend.

Genügend menschliche Begegnungen

Vielleicht hört sich das sehr radikal an.
Aber man muss auch wissen, dass ich ja nicht gänzlich ohne soziale physische Kontakte bin. Allein durch meinen Dienst geben sich immer wieder – notwendigerweise – physische

Kontaktmöglichkeiten, so dass bei mir sicherlich nicht die Gefahr der Selbstisolation besteht.

Momentan komme ich emotional mit dieser Vorgehensweise gut klar.

Umorganisation meines Einkaufsverhaltens

Schon während meines Urlaubs im September konnte ich mich in ein verändertes Einkaufsverhalten einüben:

Durch sorgfältige Planung und Organisation konnte ich meine Einkäufe auf ein bis zwei Einkäufe pro Woche reduzieren. Das reduziert auch die Möglichkeit unerwünschter Kontakte, von denen Infektionen ausgehen könnte.
Man muss sich nur vorher die Mühe eine sorgfältigen Haushaltsführung machen, dann ist auch das überhaupt kein Problem.

Unverständnis

Mit ist bewusst, dass meine Haltung sicherlich nicht auf breites Verständnis führt.
Aber ich bin sicher, dass diese Zeit uns vor die Frage stellt, was uns wichtig ist und wie wir selber am besten durch diese Zeit kommen wollen.

Dafür ist es auch wichtig, dass man sich Prioritäten setzt und die sind für mich ganz klar:

1. Ich möchte weitgehenst verfügbar bleiben für meinen Dienst; gerade auch deshalb, weil Patient*innen diese Zeit besonders schwer erleben, erst recht, weil es in den Krankenhäusern ein Besuchsverbot gibt. Als Krankenhaus-Seelsorger habe ich aber das Glück, weitgehenst noch den persönlichen Kontakt zu den Patient*innen haben zu können.
2. Ich reduziere meine persönlichen Begegnungen auf das machbare Minimum, damit ich gerade im privaten Bereich

auf persönliche Begegnung nicht gänzlich verzichten muss, um das Infektionsrisiko zu minimieren.

Chancen nutzen

Indem ich mein Verhalten in dieser Zeit ändere, spüre ich aber auch deutlich, dass sich andere, neue Möglichkeiten in meinem Leben ergeben: etwas, was ich immer schon mal wieder machen wollte, kann jetzt zum Zuge kommen.
Ich kann mal wieder ganz in Ruhe ein Buch zu Hand nehmen. Ich kann nötige handwerkliche Aufgaben in meinem Haushalt erledigen, für die ich sonst keine Zeit oder Muße gefunden habe. Ich kann Spaziergänge machen, die sonst viel zu kurz gekommen sind,

…

Mich in meinen physischen Sozialkontakten zu reduzieren, gibt mir ganz neue Möglichkeiten, die ich buchstäblich ent-decken kann, weil sie in der Geschäftigtkeit und Hektik früher Zeiten verschüttet wurden.

Ich finde, das ist ein guter Einstieg für mich in die nun beginnende Adventszeit, die wir so oft als Zeit der Muße und Besinnung bezeichnen.

Wie gehen Sie mit dieser Zeit um? Welche Akzente setzen Sie in dieser Zeit?
Schreiben Sie gerne Ihren Kommentar zu meinen Gedanken.

Reformationstag 2020

… vor leeren Bänken

Es ist schon eigenartig, was ich heute Morgen bei der Übertragung des evangelischen Gottesdienstes aus der Stadtkirche Bad Hersfeld gesehen habe …

Quelle: Tilman2007, CC BY-SA 4.0 https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0, via Wikimedia Commons

Ein wunderbarer Gottesdienst wird dort übertragen, der auch mich als Katholiken anspricht.
Mit viel Mühe und Aufwand wird dieser Gottesdienst von verschiedenen Personen gestaltet und getragen.
Die musikalischen Beiträge sind sehr hochwertig und von professionellen SängerInnen und MusikerInnen ausgeführt.

Die Aussenaufnahmen während des Gottesdienstes zeigen Bad Hersfeld von oben: volle Parkplätze und in der Einkaufsstraße laufen Menschen umher. –
Ach ja, es ist ja Samstag, die Geschäfte sind geöffnet, Menschen gehen einkaufen und genießen vielleicht auch gerade

in dieser Corona-Zeit den freundlichen Tag heute in Bad Hersfeld.

Dann ein Schwenk in die schöne evangelische Stadtkirche von Bad Hersfeld.

Der Blick geht vom Chorraum in die Kirche, in die leere Kirche!
Kein einziger Mensch sitzt in den Bänken, in denen sonst die Gemeindemitglieder Platz nehmen und am Gottesdienst teilnehmen.

Es wirkt etwas surreal: da vorne gestalten über ein dutzend Menschen einen durch und durch guten und durchdachten Gottesdienst, doch es gibt keine übliche Gemeinde, ’nur‘ die Fernseh-Gemeinde.

Eigenartig!

Ich frage mich, wie sich wohl die Akteure fühlen, die es sonst gewohnt sind, wenn auch nicht mehr vor vollem Haus so doch, vor einer gefüllten Kirche die Gottesdienste zu feiern?

Quelle: www.pixabay.com

Leere Kirchen drinnen – belebte und ‚geschäftige‘ Straßen draußen?

Ein Bild der Gegenwart! – Ein Bild der Zukunft?!

Ich merke, wie Unbehagen in mir hochkommt:
Da gibt es welche, die verkündigen eine Botschaft; heute konkret eine Botschaft der Hoffnung; eine Botschaft die Halt gibt. Sie sprechen von ‚Haltung' und wie notwendig sie sein kann, wenn das Leben uns herausfordert.

Doch augenscheinlich sind da keine, die die Botschaft hören. Jene, die sie hören könnten, sind ‚da draußen', weil sie nicht hinein durften (wegen der Pandemie) oder weil sie nicht hinein wollten (da sie vom ‚kirchlichen' Glaubensbetrieb nicht mehr angesprochen werden).

Da ist es fast egal, warum.

Ich spüre bei diesem Gottesdienst: wir müssen Wege und Formen finden, um als Kirche und mit der Botschaft unseres Glaubens nach draußen zu gehen, da, wo die Menschen sind, die nicht kommen können oder wollen.

Ich spüre den Drang, heraus zu gehen zu den Menschen, unter ihnen zu sein, mit ihnen zu sein, um dann – wenn die Zeit da ist – Rede und Antwort zu geben, zu verkündigen und zu bezeugen.

Ich wünsche meinen evangelischen Schwestern und Brüdern im Glauben, aber auch uns allen, einen gesegneten Reformationstag!

---

1 Petrus 3, 14 – 16a

„…Aber auch wenn ihr um der Gerechtigkeit willen leidet, seid ihr seligzupreisen. Fürchtet euch nicht vor ihnen und lasst euch nicht erschrecken, heiligt vielmehr in eurem Herzen Christus, den Herrn! Seid stets bereit, jedem Rede und Antwort zu stehen, der von euch Rechenschaft fordert über die Hoffnung, die euch erfüllt; antwortet aber bescheiden und

ehrfürchtig …“

10.000

Heute haben in Deutschland über 10.000 Menschen in Folge einer Corona-Infektion ihr Leben verloren

Bild von congerdesign auf Pixabay

Diese Zahl berührt mich, auch wenn unter ihnen niemand ist, die/den ich persönlich kenne.

Diese Zahl berührt mich und macht mich so traurig und auch zornig, wenn ich daran denke, wie oberflächlich, leichtfertig und sogar ignorant manche Menschen mit dieser Pandemie umgehen!
Es macht mich zornig, wenn ich daran denke, dass Menschen diese Pandemie und dieses Leid für ihre inhumane Ideologie missbrauchen!

Fragen wir uns eigentlich noch, wie schnell wir verantwortlich oder sogar mitschuldig werden am Schicksal, am Leid und Not und Tod anderer? Wie leichtfertig risikieren wir ihre Gesundheit und ihr Leben?

Gebet:

Gott und Herr des Lebens,
die Corona-Pandemie lehrt uns, wie schnell unser Handeln und Tun aber auch unser Nichtstun und Leichtfertigkeit massiven und teils gefährlichen Einfluß auf das leibliche und seelische Wohl anderer haben kann.
Stärke unsere Sensibilität und Verantwortlichkeit, damit wir diese Verantwortung tragen können.
Lass uns nicht zögern, kreativ und liebevoll mit den Herausforderungen unserer Zeit umzugehen.
Bewahre uns vor Angst und Lethargie in Zeiten, wo mutiges Handeln zum Segen werden kann.
Darum bitten wir dich durch Christus und im Heiligen Geist. Amen.

(c) Gerd Wittka, 24.10.2020

„Stille ist Stillstand“

Stille – Stillstand – Stärkung

Angesprochen

Ich fand heute einen Gedanken, der mich sehr angesprochen hat und in dem ich mich gut wiederfinden kann:

Quelle: www.pixabay.com

Ich danke allen, die meine Träume belächelt haben.
Sie haben meine Fantasie beflügelt.

Ich danke allen, die mich in ihr Schema pressen wollten.
Sie haben mich den Wert der Freiheit gelehrt.

Ich danke allen, die mich belogen haben.
Sie haben mir die Kraft der Wahrheit gezeigt.

Ich danke allen, die nicht an mich geglaubt haben.
Sie haben mir zugemutet, Berge zu versetzen.

Ich danke allen, die mich abgeschrieben haben.
Sie haben meinen Trotz geschürt.

Ich danke allen, die mich verlassen haben.
Sie haben mir Raum gegeben für Neues.

Ich danke allen, die mich verraten und missbraucht haben.
Sie haben mich erwachsen werden lassen.

Ich danke allen, die mich verletzt haben.
Sie haben mich gelehrt, im Schmerz zu wachsen.

Ich danke allen, die meinen Frieden gestört haben.
Sie haben mich stark gemacht, dafür einzutreten.

Ich danke allen, die mich verwirrt haben.
Sie haben mir meinen Standpunkt klar gemacht.

Vor allem aber danke ich all denen, die mich lieben, so wie ich bin.
Sie geben mir die Kraft zum Leben! Danke.

(Paulo Coelho) – Quelle: http://www.k-l-j.de/Gebet_persoenlich.htm