

## *Liebe Kolpingschwestern und Kolpingbrüder!*

Das Kolpingwerk Landesverband Oldenburg gibt nun schon seit mehreren Wochen unter dem Stichwort „Tröstliches“ fortlaufend Beiträge in dieser Corona-Zeit heraus. Diese Beiträge können eine Hilfe geben, wie wir diese Situation gut bewältigen können. Denn eine Gefahr besteht ja darin, dass all unser Denken nur noch um diese Krise kreist.

Wenn wir uns nur als Opfer der Umstände sehen, werden wir mit der Zeit bitter. Auch die aktuelle Krise können wir als Gelegenheit nehmen, aktiv, mit Kreativität und Phantasie zu reagieren. Denken wir einmal über folgende Fragen nach: Was macht gutes Leben aus? Was ist wirklich wesentlich? Und was kann auch in schweren Lebenssituationen helfen?

Eines sollten wir bedenken: Eine Gemeinschaft lebt nur dann auf Dauer gut zusammen, wenn das Verhältnis von Nähe und Distanz im Alltag jedes Einzelnen einigermaßen stimmt. Diese Virus-Pandemie hat uns gezeigt, wie wichtig es ist, dass wir uns auch im Alltag Nischen und Freiräume schaffen, und wie heilsam es sein kann, Zeit für sich selber einzuplanen, nicht immer für die anderen ansprechbar oder über Handy erreichbar zu sein.

Eine weitere Überlegung ist diese: Wir sollten einen festen Rhythmus haben. Das ist eine Hilfe für alle von der Krise Betroffenen. Wenn wir einfach nur formlos in den Tag hineinleben, ohne Struktur, dann tut uns das nicht gut. Es nimmt uns alle Energie. Formlosigkeit macht uns formlos und lähmt uns. Abwechslung in dem, was wir tun, hält wach. Ein guter wiederkehrender Rhythmus tut uns gut. Besonders in schweren Zeiten.

Vielleicht musste unser Ziel, in Urlaub zu fahren, wegen der Krise aufgegeben werden. Ziellosigkeit raubt uns auch Energie und macht uns aggressiv und unzufrieden. Nicht nur in solchen Ausnahmesituationen ist es hilfreich, um diese Gefahr zu vermeiden, sich Ziele zu setzen. Das können konkrete Ziele sein: Welche Bücher möchte ich lesen? Welche Wander- oder Radtouren möchte ich machen? Aber es können auch innere Ziele sein: Ich will mich besser kennen lernen. Ich versuche, mich selber auszuhalten und in mich hinein zu horchen, was da alles in mir an Emotionen auftaucht.

Der Philosoph Friedrich Nietzsche sagt: Wer ein Wozu hat, kann fast jedes Wie ertragen.

Wir brauchen einen Sinn, dann bewältigen wir schwere Zeiten. Sinn könnte gerade auch sein, eine neue Solidarität zu leben. Wo kann ich anderen Menschen helfen? Wie kann ich mit einsamen Menschen in Kontakt treten, um ihnen beizustehen? Und wir sollten noch tiefer fragen: Welche Spur möchte ich mit meinem Leben in diese Welt eingraben? Was möchte ich den Menschen vermitteln, denen ich begegne? Es gilt: Der gute Umgang mit Gefühlen ist mein Beitrag für ein gutes Miteinander in der Familie, in der Kolpingsfamilie, aber darüber hinaus auch in der Gesellschaft.

In der derzeitigen Krise haben wir erfahren, dass wir alle innerlich zusammenhängen. Wir können uns gegenseitig infizieren. Aber wir hängen auch auf andere Weise zusammen. Die Gefühle, die wir ausstrahlen, haben eine Wirkung auf die Gesellschaft.

So wünsche ich uns den reichen Segen Gottes in dieser außergewöhnlichen Zeit und zugleich den Engel der Gelassenheit als guter Begleiter auf unseren Wegen.

Euer  
Heinz Kranz  
geistl. Verbandsleiter

Kolpingwerk  
**Land Oldenburg e. V.**



**Kolping**

**Kontakt**  
Andreas Bröring  
T 04441 872-273  
F 04441 872-458  
Kolpingstraße 14  
49377 Vechta  
kolpingwerk@bmo-vechta.de