

Salute!

Von welcher Seite aus schaust Du auf Corona? Wie das Kaninchen vor der Schlange, das zitternd hofft, nicht gefressen zu werden und die Zahl der Infektionen und Lebenseinschränkungen zählt?

Lass uns unser Leben von der Seite der Gesundheit betrachten; lass uns fragen, was wir brauchen, um gesund und lebensfroh zu bleiben oder auch zu werden. Was macht unsere Lebensfreude aus und welche Spielräume bleiben uns heute, da Begegnungen und Bewegungsfreiheit eingeschränkt sind? Mir fallen spontan die drei kulturübergreifenden Merkmale von Glück ein, die der Soziologe Hartmut Rosa fand: Lachen – Singen – Tanzen. Alle drei Dinge können wir sowohl in Gemeinschaft als auch Solo tun ... Und auch der Medizin-Soziologe Aaron Antonovsky betrachtet das Leben von der Gesundheit aus. In seinem Ansatz zur Salutogenese beschreibt er keine Krankengeschichte, sondern Möglichkeiten der gesunden Entwicklung auch in schwierigen Zeiten. Was wir seiner Ansicht nach brauchen sind: Die Fähigkeit, die Zusammenhänge des Lebens zu verstehen. Die Überzeugung, das eigene Leben gestalten zu können und den Glauben an den Sinn des Lebens.

So lasst uns versuchen, die Zahlen, die uns täglich übermannen zu sortieren und zu verstehen - zu verstehen, wie sie gewonnen wurden, was sie aussagen und auch was sie nicht aussagen. Lasst uns schauen, wie und wo wir lachen, singen und tanzen, auch unter Quarantäne und anderen Widrigkeiten. Und lasst uns darüber nachdenken, wie wir die Welt jetzt und nach Corona für alle lebenswert gestalten können.

Bleibt gesund, geschmeidig und frohen Mutes ...

Jens

