

Ein Apfelbäumchen pflanzen! – Solidarität und Gemeinsinn in der Selbsthilfe in Zeiten der Krise

Liebe Selbsthilfeaktive,

„Wenn ich wüsste, dass morgen die Welt unterginge, würde ich heute noch ein Apfelbäumchen pflanzen!“ soll Martin Luther wohl gesagt haben.

Es gibt keinen Beleg dafür, wann und wo er das gesagt haben soll.

Wahrscheinlicher ist die Vermutung, dass dieser Satz dem Reformator in den Mund gelegt wurde – nämlich in einer extremen Krisenzeit: um als Mutmacher und Hoffnungsgeber die Menschen zu stärken und zu stützen.

Selbsthilfegruppen sind – um im Bild zu bleiben - für viele Ihrer Mitglieder wie seelische Obstgärten. Orte, wo wir auftanken, ankommen, einfach da sein können, Mut schöpfen, gegen die persönlichen Krisengefühle aktiv werden können ...

Gerade wenn mit weitreichenden Einschränkungen des öffentlichen Lebens alle Veranstaltungen und selbst die Selbsthilfegruppentreffen ausgesetzt sind, ist es umso wichtiger, ein soziales Netz zu haben und dieses fest(er) zu knüpfen und zu pflegen.

Bleiben Sie im Kontakt mit anderen Gruppenmitgliedern. Telefonieren Sie, nutzen Sie die modernen Möglichkeiten der elektronischen Medien – skypen, chatten, mailen Sie und unterstützen Sie sich menschlich gegenseitig mit all den Möglichkeiten, die wir derzeit haben...

Jede*r von uns braucht Hoffnung und positive Ankerpunkte, um die Realität eines herausfordernden Alltags gut bewältigen zu können.

Niemand soll in der Krise das Gefühl haben, alleine zu sein!

Ein solidarisches Miteinander ist wichtiger denn je, um seine seelische Ausgeglichenheit und ein Gefühl von Sicherheit so gut wie möglich aufrecht erhalten zu können.

Die Italiener*innen mit ihren täglichen Konzerten von den Balkonen machen uns gerade vor, wie wir uns gegenseitig stärken: **„Andra tutto bene! – alles wird gut!“**

Lassen Sie auch uns gemeinsam kreativ sein, um in der Krise gut zusammen zu stehen!

Jede*r von uns kann heute seinen/ihren Beitrag leisten.

„Solange wir etwas haben, das wir lieben, haben wir auch etwas, worauf wir hoffen können.“, so schreibt der Weltbestsellerschriftsteller Jonathan Franzen in einem seiner neuesten Essays.

„Gemeinsam statt einsam!“, so lautet ein bekannter Leitsatz in der Selbsthilfe und er scheint gerade über-lebens-wichtig.

Herzliche Grüße

Lisbeth Wagner KISS Regensburg

