



26. März 2020

Durch Homeoffice und Homeschooling oder weil wir unseren Beruf nicht mehr ausüben dürfen, sind wir alle viel mehr zu Hause, evtl. auf engem Raum. Zusätzlich plagen uns vielleicht noch existentielle Ängste weil das Geschäft, das Restaurant, die Praxis geschlossen werden musste.

Diese Belastungen können zu Überforderungen und Beziehungsproblemen, aber auch inneren Konflikten führen.

Versuchen wir unseren Blickwinkel etwas zu ver-rücken, alles aus einer anderen Perspektive zu sehen um neue Erkenntnisse aus dieser herausfordernden Situation zu gewinnen.



### **Geschichte vom Rabbi**

Ein Mann und eine Frau kommen zum Rabbi, weil es schlecht steht um ihre Ehe. Erst beklagt sich der Mann, und der Rabbi sagt: „Du hast Recht.“ Dann beklagt sich die Frau, und der Rabbi sagt: „Du hast Recht.“ Da sagen beide: „Rabbi, du bist verrückt.“ Da sagt der Rabbi: „Ihr habt Recht.“

Es braucht also ein wenig Bereitschaft zum Verrücktsein – nämlich, die Dinge aus einer anderen Perspektive zu betrachten, eben zu ver-rücken, um neue Erkenntnisse zu gewinnen.

Beide haben Recht, sie sehen aber nicht das Leiden des anderen, weil sie ganz auf ihr eigenes fixiert sind, und genau dadurch befinden sie sich in einer scheinbar unauflösbaren Situation.

Unsere innere Situation lässt sich damit vergleichen: Wir haben kein Verständnis für die andere Seite in uns. Der gesunde Teil will oft nichts von dem kranken Teil und dessen Potenzial wissen, der kranke aber häufig auch nichts von den Möglichkeiten der gesunden Seite. Können wir anerkennen, dass beide Seiten Recht haben, erschliessen sich uns neue Möglichkeiten.-

aus: Eine Reise von 1000 Meilen beginnt mit dem ersten Schritt, von Luise Reddemann, Herder Verlag