

Gedanken

Es gibt Tage und Momente, da komme ich an meine Grenzen:

Deutsch, Physik und Musik lernen, um es den Kindern erklären zu können
Technik in den Griff bekommen, damit alle ihre Aufgaben machen können
Ferienprogramm auf die Beine stellen und daneben selber arbeiten
überlegen, wie Betreuung aussehen kann, weil die Großeltern ausfallen
immer neue Ideen entwickeln, damit es niemandem langweilig wird
für die Sorgen und Unsicherheiten der Kinder, der anderen da sein

Und manchmal können wir uns in all dem einfach nicht aus dem Weg gehen.
Da wird es eng –
in der Wohnung, im Haus, im Zimmer,
in der Familie, im Miteinander, in unseren Beziehungen,
in mir, in meinen Gedanken und Gefühlen.

Vieles, was ich gerne mache, geht gerade nicht
Jeder Augenblick mutet mir etwas zu
Alltag muss alltäglich neu sortiert werden
Und die Sorgen, wie es in Zukunft weitergeht mit meiner Arbeit, unserer Familie, den sozialen
Beziehungen,
nagen und zerren an mir.

Die Krise fordert mich,
manchmal überfordert sie mich.
Fragen und Anfragen,
Suche und Versuche,
Grenzen und Begrenzungen.
Alles Teil meines Lebens,
jetzt aber in einer Weise,
wie ich es noch nicht kannte.

Und dann?
Nicht überreagieren?
So tun als wäre nichts?
Einfach weitermachen?
Lachen oder weinen?
Beides kenne ich und beides brauche ich in diesen Augenblicken.
Lachen und weinen schaffen mir wieder Luft und Raum.
Lachen und weinen lassen mich kreativ werden und nicht aufgeben.
Lachen und weinen ermöglichen einen ehrlichen Blick auf die Welt
Lachen und weinen –
ich bin froh, dass ich es kann.
Danke.

Markus Vogt