

THEMA: **KRISIS 1 – VERMISCHUNG DER EBENEN**

Mittwoch, 24.3.20 E-Mail-Anschreiben an Interessierte Mit-Forscher in dialogischer Form

Liebe interessierte Dialog-Leser und –Leserinnen,

wie erging es Euch die letzten Tage?

Seid Ihr auch ein wenig des Themas müde geworden?

Letztes Wochenende war ich froh, dass die Bewegung der schnellen Veränderungen der letzten 2 Wochen zu einem Ergebnis kam, in dem wir uns ein wenig erholen können: die Ausgangsbeschränkung.

Inhaltlich war ich nicht froh gestimmt - doch in der Grundhaltung des Nicht-Wissens, blieb nur nur zu hoffen, dass dies eine gute Entscheidung ist, auch wenn mich Sorge über die psychische Stabilität und Gesundheit, die krisengebeutelten Familien, die alleinlebenden Männer und Frauen immer wieder aufsuchte.

Zahlreiche interessante Beiträge, Links, Videos wurden mir zugeschickt - es war kaum bewältigbar diese Fülle. Auch davon wollte ich mal eine Pause nehmen, auch wenn manche sicher sehr wertvoll, interessant und gut sind. Bitte entschuldigt, wenn ich auf "Euer" Video etc. nicht reagiert habe oder es auch hier nicht weiterleite, da ich es noch nicht gesehen habe.

Ich bin nicht so dem Bild und bewegten Bild zugetan. Mein Nervensystem überfordert das eher.

Umso dankbarer bin ich, dass Ihr mir einige emails für Anknüpfungen an Dialoge geschickt habt. In den kommenden Tagen ergeben sich daraus sicher, interessante Möglichkeiten Lebensthemen und -fragen zu beleuchten.

Vielleicht haben sich manche von Euch gewundert, dass mein erster Dialog mit "Krisis 2" begonnen hat. Dies lag daran, dass die Inspiration für diese Art meines Beitrages an Euch durch einen Dialog mit einem Teilnehmer aus der Gruppe letzte Woche stattfand in der Zeit vor der Ausgangsbeschränkung. Die Wellen waren dann so hoch, dass ich erst darauf antworten wollte.

Nun möchte ich jedoch den Beginn der Dialoge mit Euch Euch schicken: "Die Vermischung SO vieler Ebenen": **Krisis 1**

Und weiterhin gilt: wie immer es Euch geht, was immer Ihr erlebt, wie schön auch immer Euer Leben sich anfühlt: lasst es mich wissen, wir können hier gemeinsam das unterstützende Feld aufrecht erhalten.

Ich grüße Euch sehr herzlich
Karin

P.S.: Für die Viel-Leser von Euch: einen interessanten und andersartigen Beitrag möchte ich Euch doch schicken:

<https://www.horx.com/48-die-welt-nach-corona/>

Danke für die Zusendung dieses Beitrages!

Falls Sie sich hierzu nähere Informationen wünschen, dann bitte mailen Sie mich an unter karin.pixner@t-online.de.

Dialog entstanden vor 4 Tage :20.3.20

Bedenken vor einem Seminar, dass bis Freitag-Mittag letzte Woche noch hätte stattfinden können und dann durch die Ausgangsbeschränkung teilweise online stattgefunden hat:

Ein paar Dinge treiben mich und uns um und ich möchte nun gerne Deiner Bitte um „Mitteilen“ nachkommen.

Ich finde Deine Ausführungen nachvollziehbar und bin Dir dankbar, dass Du den Mut hattest, dies mit mir und uns zu teilen - danke!

Innigkeit und Liebe schützen vor Krankheit und Ansteckung. Ja! Das haben wir prima verinnerlicht und bewegen uns da auch in einem nahezu angstfreien Raum. Ich habe keine Sorge vor Krankheit.

Das klingt befremdlich und für mich. Es wirkt nicht angstfrei, wie Du schreibst - aber vielleicht täusche ich mich da - ich bin irritiert.

Was mir Gedanken macht sind zwei Aspekte:

- **Solidarität:**
Wie solidarisch ist unsere Gruppe mit dem „Rest der Welt“, mit unseren Mitmenschen, mit denen die ungeschützt sind (körperlich wie auch seelisch) wenn wir uns versammeln über einen längeren Zeitraum auf engem Raum?
- Ich kann nicht für unsere Gruppe sprechen. Jeder muss das für sich entscheiden, was für ihn oder sie Solidarität bedeutet und wie er oder sie das leben möchte. Ich kann unterschiedliche Verständnisse von Solidarität gut respektieren.
- Wenn wir auseinandergehen und, womöglich durch Innigkeit geschützt, eine Infektion weitertragen, die uns nicht berührt aber über eine Kette die Menschen trifft, die unter die sog. Risikogruppe fallen. Unter diesem Gesichtspunkt erscheint es mir fragwürdig das Seminar abzuhalten.
- Hier ist es wieder: meine Irritation. Wir scheinen ein unterschiedliches Verständnis von „Innigkeit“ zu haben. Ich sehe diese Qualität nicht wie eine antivirale Medizin an, sondern als etwas Tragendes und die Seele schützendes – egal, was wir erleben oder erleiden müssen. Wir und unsere Mitmenschen profitieren davon, wenn diese Qualität in das Leben kommt. Ob andere dadurch krank werden oder gar sterben, kann ich nicht beurteilen. Ich gehe davon aus, dass Viele diesen Virus bekommen „müssen“ und manche daran sterben. Innigkeit als Seins-Qualität könnte uns alle unterstützen bei diesen möglichen schmerzvollen Zeiten.
- Und genau deswegen (falls dem so sein sollte), halte ich es für sinnvoll, das Seminar anzubieten: wir werden gerade massiv an den Grundfesten der menschlichen Sicherheiten verunsichert bzw. davon abgeschnitten.

Wer von uns hat nicht schon mal die Erfahrung gemacht, dass in der inneren Isolation, so Vieles so unglaublich groß, schlimm, unlösbar, beängstigend erscheint - und kaum kommt wieder Kontakt, Verbundenheit, Verstehen auf, ist der Blick darauf ganz anders: Hoffnung, Perspektive, klare und kreative Denkmöglichkeiten eröffnen sich für ein kluges und besonnenes Handeln.

Ich verstehe meine Arbeit und mein Angebot als einen kleinen Beitrag gegen die geistigen Viren, die gerade uns das Hirn vernebeln.

Mein Verständnis von Solidarität:

Falls Sie sich hierzu nähere Informationen wünschen, dann bitte mailen Sie mich an unter karin.pixner@t-online.de.

Ich lebe Solidarität auf die Weise, dass ich der möglichen Ansteckung oder Quarantäne, wenn ein Teilnehmer das Virus z.B. hat, zustimme. Ich möchte mich da nicht raus nehmen und sagen: mir passiert das nicht - oder: ich hab so Angst davor, dass ich mich schon gleich im Vorfeld als "solidarisch" erkläre und freiwillig so in Isolation lebe - dann zwingt mich niemand dazu, dann bin ich immerhin Akteur und nicht Opfer der Geschehnisse (wie all denen, denen das derzeit passiert ist). Ich fühle mich also als potenzielles Opfer der Quarantäne solidarisch mit den schon Opfern dieser hoffentlich sinnvollen (das kann ich nicht beurteilen) Bewegung, von der niemand mehr weiß, was eigentlich richtig und gut und was falsch und zerstörerisch ist.

Gleichzeitig suche ich nicht die Massen auf, klar - ich wäge ab:
wofür setze ich mich dieser täglich wachsenden Möglichkeit, dass ich zu Hause bleiben, muss aus und bin dann so, wie all die anderen, die das erlebt haben, erleben und erleben werden?

Meine Antwort: ganz klar: Ich setze mich täglich der wachsenden Möglichkeit auf Ansteckung aus für die durch meine Person erlebbare Wiederanbindung an tragende und gute Kräfte, wie z.B. die Verbundenheit. Auch für die Sortierung der so vielfältig durcheinander kommenden Ebenen.

So viele Geschichten wirbeln und verwirbeln unser Hirn, unser Herz, unser Miteinander-Sein - wow.

- Welches Signal senden wir im Ort Eberfing, wenn dort acht Autos parken und offensichtlich Seminarbetrieb herrscht? Was macht das mit den Menschen, die womöglich gerade dort für zwei Wochen in Quarantäne sitzen?

Ich kenne hier niemand, der in Quarantäne sitzt.

Und die, die ich kenne (in München), für die ist es nicht nur schlimm - es ist keine Strafe. Manche finden zu der Chance, die das bedeutet in ihrem Leben nach anfänglicher Krise. Ich habe schon ein paar begleitet am Telefon, die ihr Leben tief neu geordnet haben.

"Quarantäne" und "Isolation" rufen als Worte all die frühkindlichen Traumatas hervor von abgeschnitten werden, nicht dazugehören, nicht mitmachen dürfen, einsam sein - HIERZU werden wir in Angst und Schrecken versetzt.

- Quarantäne:
Innigkeit schützt...aber nicht vor zwei Wochen Hausarrest. Wird eine Person in unserem Umfeld positiv getestet, trifft die Quarantäne die ganze Gruppe und deren unmittelbaren Angehörigen. Die Vorstellung das Haus zwei Wochen lang nicht verlassen zu dürfen, finde ich äußerst einengend und gruselig. So geschehen bei meiner Nichte und Schwägerin in Hamburg, die auf einer Fortbildung für Jugendleiter war. Die Gruppe potenziert also das Risiko, dass das eintreten könnte.

Ja, die Vorstellung, wie gesagt ruft dies hervor. Es könnte jedoch auch ein Geschenk sein - auch Dein Wort "Hausarrest" klingt klar nach der Zeit aus Kindertagen - wann wurden wir das letzte Mal in der Wohnung, in dem Haus nicht raus gelassen?

In der Kindheit wurden wir das - folglich: das holen wir als Erfahrung hervor.

Doch: wir leben heute meistens mit Menschen, die wir echt lieben, mit denen wir gern Zeit verbringen usw. - dazu gäbe es viel zu sagen - das wäre ein eigene Arbeit. Auch das könnten wir vertiefen bei Bedarf.

Falls Sie sich hierzu nähere Informationen wünschen, dann bitte mailen Sie mich an unter karin.pixner@t-online.de.

Vor allem diesen Aspekt möchte ich gerne abwägen gegenüber der Freude auf ein Wiedersehen in Innigkeit und Liebe.

Gut!

Ich freue mich von Dir zu lesen, falls Dir das möglich ist, Du hast sicherlich eine äußerst anspruchsvolle Zeit und grüße Dich sehr herzlich!

Ja, die Zeit ist anspruchsvoll, stimmt. Ich grüße Dich auch herzlich!

Und nun an alle Lesenden:

Wir werden an unseren Werten, die wir alle lieben berührt: Verantwortungsgefühl und Solidarität.

Gerade wir sind eine Generation, die es gewohnt ist, zurück zu stecken und für die Eltern verantwortlich zu sein.

Eine kluge Verantwortlichkeit, die viele Aspekte gleichzeitig abwägen kann, finde ich sehr sinnvoll.

Eine Verantwortlichkeit, die mir keine Wahl lässt, mindestens dies zu reflektieren, lässt mich stutzig werden. Allein schon das Hinterfragen bringt heftige Emotionen hervor, so dass ich eine Verengung in der Freiheit des Denkens erlebe. Ich werde den Regeln und Vorgaben natürlich in meinem Verhalten zustimmen. Und heute, wo ich das schreibe, ist es erlaubt, sich mit gebührendem Abstand in einer kleinen Gruppe zu treffen.

Bisher war bei Grippewellen die Haltung: man kann dies sich einfangen von dem, der einen angehustet hat, aber auch vom Einkaufswagen, oder, oder, oder ... das "Du hast mich angesteckt" war eher heiter als ernst (wobei das manche auch ernst meinten, ich weiß).

Wenn ich erkrankte, erkenne ich stets, warum das für mein Leben wichtig ist, warum das so "kommen musste". Dies "neuartige Virus" ist jedoch ein isolierter "Feind" anscheinend, der mit Deinem und meinem Leben nix zu tun hat - er "schießt uns einfach so über den Haufen, wenn wir nicht aufpassen"... Die isolierte Betrachtungsweise bringt sehr viel Chaos mit sich.

Nun wurde uns vorgeführt mit den ersten 7 Infizierten: man kann klar sagen, wer wen angesteckt hat.

Wenn wir also uns treffen am Woe und "morgen Opa sterben sollte" nach einem Besuch von Dir oder mir, dann sind wir plötzlich "dran" - natürlich will niemand an dem Tod Opas schuldig sein, also sind wir bereit, uns selbst zu isolieren - außerdem ist es leichter sich selbst aktiv in die Einsamkeit zu bringen, als passiv gezwungen zu werden.

Schuldig möchten wir auf keinen Fall sein. Schon gleich gar nicht an dem Tod von uns lieben und nahen Menschen – so vermengen wir Schuld und Verantwortung. Wir sagen dann „Verantwortung“ und meinen „ich meide meinem potentiellen Schuldig-Sein“ aus.

Ob da klare Gedanken aufkommen können für echte Verantwortlichkeit, empfinde ich gerade fraglich.

Zwei Stränge sehe ich (Schuld und erzwungene isolierte Einsamkeit), die uns gewillt sein lassen, dem schnell zu zustimmen.

Falls Sie sich hierzu nähere Informationen wünschen, dann bitte mailen Sie mich an unter karin.pixner@t-online.de.

Wir wollen keine Opfer sein, in dem uns jemand in die Isolation bringt. Das haben wir alle mehr oder weniger heftig erlebt in der Kindheit. Es ist leichter, dies „freiwillig“ zu tun – denn dann sind wir Akteure und nicht Gezwungene.

Dann wurde sehr viel Angst produziert: Neurotische Angst entsteht durch das Unbekannte, das Ungreifbare:

Hier ist es das viel zitierte "das neuartige Virus" - wir wissen nix darüber.

Ob diese Angst berechtigt ist, oder nicht, weiß ich nicht. Ich sehe nur, dass durch die Berichterstattung und die Texte wir nur Angst bekommen können.

Jeder der mit Angsstörungen zu tun hat, wird aktiviert dazu.

Wie reagieren wir Menschen bei solcher ungreifbaren Bedrohung?

Mit das Haus sichern (also Hamstern) und sich informieren, informieren, informieren - Ausschau halten nach dem Feind, ihn endlich sehen, verstehen, absichern...

Wenn wir uns vielfältig lesend informieren würden, dann hätten wir bessere Chancen, den klugen Kopf zu bewahren. Wenn wir allerdings hörend oder gar sehend und hörend informieren, dann sind wir der völligen Manipulation ausgeliefert (ob der willentlichen oder unwillentlichen). Je mehr Menschen derzeit vor dem Fernseher sich informieren, desto ängstlicher, entwurzelter und verrückter werden sie - so meine Beobachtung.

So schon aus der Verbundenheit (durch Angst, Schuld, hektischer Verantwortlichkeit (echte Verantwortung macht klar, zentriert, schafft eine Ruhe)) gerissen, wird uns nun endlich ein verbindender Wert angeboten:
Solidarität.

So greifen wir natürlich dazu: Ja, wir wollen solidarisch sein! JA

Und es wird uns zudem gesagt, wie das geht: isoliere dich, folge den Regeln (am besten noch mehr als die Regierung vorgibt).

Und: wenn Du das auf diese Weise, wie nun Solidarität definiert wird, nicht tust droht dann das Machtvollste: Du wirst zur Gefährdung.

Mir wurde das 3 Mal letzte Woche gesagt, als ich etwas hinterfragen wollte, diskutieren wollte, mir meine Gedanken sortieren wollte.

Als ich die Worte vernahm hatte das klar die Energie von "Du bist der Jude".

Zunächst wird uns der unsichtbare Feind "das Virus" vorgestellt.

Zunächst dachte ich: ah, das ist der neue Jude von heute!

Doch nein:

Zur Bekämpfung des unsichtbaren Feindes, müssen wir unser wichtigstes Gut aufgeben - das wird dann Solidarität genannt - und wer das nicht hinterfragt oder sich Wege suchen möchte innerhalb der Regeln: der wird zur Gefahrenquelle und muss angefeindet werden.

Ich fordere nicht auf: Leute, trifft Euch!

Falls Sie sich hierzu nähere Informationen wünschen, dann bitte mailen Sie mich an unter karin.pixner@t-online.de.

Nein: ich fordere auf, nachzudenken, zu hinterfragen und zu versuchen die Entscheidungen zu finden, die jeder wirklich echt verantworten kann (wie schon öfters gesagt: innerhalb der Regeln) - nicht die, die uns erzählt werden, was Verantwortung nun ist, Solidarität oder gar aus der Drohung heraus schuldig und zum Feind des Staates zu werden.

Ich bin verblüfft, wie schnell das ging die letzten 2 Wochen.

Vor 3 Wochen war ich noch Psychotherapeutin - nun bin ich durch meine Art des Fragens gefährlich - wow.

Wer kommen möchte am Wochenende, ist herzlich eingeladen.

Wer aus welchen Gründen auch immer fern bleiben möchte, kann dies gern so entscheiden.

Die Maßnahmen, die ich getroffen habe, sind sehr gut meines Erachtens. Die Stoff-Handschuhe sind angekommen, die antiviralen Mittel stehen bereit, Desinfektionsmittel auch, Cystus-Halstabletten auch - und: das Wichtigste ist tief wirksam - die Verbundenheit - aber davon wisst Ihr ja.

Ich werde das Seminar komplett aufnehmen. Zudem, wenn alles so läuft, werde ich morgen Konferenzschaltungen abhalten können. All diejenigen, die zu Hause bleiben möchten, müssen etc, könnten auch dazu geschaltet werden für gewisse Zeiten oder komplett.

Ich werde da sein und weiter forschen, gern weiter mich austauschen, um noch tiefer und klarer sehen zu können - doch dafür brauchen wir Menschen Menschen, leibhaftig oder immerhin hörend und sprechend.

Deswegen bin ich Dir, ..., sehr dankbar, da Du diese Ausführungen angeregt hast.

Gern nehme ich Eure Bedenken entgegen oder auch Entscheidungen, gern spreche ich mit Euch.

Ich grüße Euch herzlich und wünsche Euch klare und kluge Gedanken

Karin

P.S.: Zur Zusammenfassung:

Die Ebenen, die durcheinander gemischt werden, sind:

- die Ebene der Werte, die wir lieben (Verantwortungsgefühl),
- die Ebene, der Emotionen (Angst, Schuldig-Sein, Verteilt-Werden),
- die Ebene der realen Phänomene des Lebens: Gesundheit, Krankheit, Tod,
- die Ebene der Logistik, was dies für die Krankenhäuser bedeutet,
- die Ebene der Gesellschaft, was dies für Viele gleichzeitig bedeutet und v.a. bewirkt, zu sterben, nicht behandelt werden zu können, jemanden zu verlieren,
- die Ebene, wie wir eine Lösung finden sowohl für unsere Bedrohung und damit Hilflosigkeit als auch für die Isolation: die Solidarität,
- die Ebene der faschistischen Bedrohungslage, dass wenn wir Vorgaben hinterfragen, sofort als gefährlich einzustufen sind,
- die Ebene des Vertrauens, dass auch Gutes daraus entstehen könnte, hält in der Diskussion in spirituellen Ebenen massiv dagegen – so massiv, dass man auch rausfällt, wenn man dort mögliche berechnete Ängste formuliert,
- die Ebene der real existenziellen, wirtschaftlichen Gefährdung von Vielen,

Falls Sie sich hierzu nähere Informationen wünschen, dann bitte mailen Sie mich an unter karin.pixner@t-online.de.

- die Ebene unserer liebenden Verbundenheit mit familiären Angehörigen, die uns das Leben geschenkt haben, oder durch die unsere Eltern nie geboren worden wären und damit wir nie leben würden,
- ... wahrscheinlich noch ein paar...

Es ist sichtbar komplex. Differenzierung, klares und kreatives Denken wird mehr denn je gefordert – allerdings mit Herz :).

Mögen wir uns immer wieder durch Dialoge und unterschiedliche Perspektiven dies eröffnen.

Herzlich
Karin