

# Tagesimpuls für Dienstag, 28.4.2020

## Was geholfen hat

Was hat Ihnen in den letzten Wochen geholfen,  
mit dieser Zeit der Isolierung fertig zu werden?

Welche Gespräche und Gedanken haben

Ihnen Mut gemacht?

Ich möchte Sie bitten,

wirklich einmal einen Augenblick

darüber nachzudenken,

wie Sie mit der Krise umgehen

und was Ihnen hilft:

- Was sind die größten Veränderungen in Ihrem Alltag?
- Womit verbringen Sie Ihre Zeit?
- Wann geht es Ihnen nicht so gut?
- Welche Menschen sind Ihnen in diesen Tagen besonders wichtig?
- Sind Sie jetzt mehr im Haus oder in der Natur?
- Essen Sie jetzt mehr oder weniger?
- Schauen Sie mehr TV und Internet, oder Lesen Sie mehr?
- Telefonieren Sie viel und haben sich die Gesprächsinhalte verändert?
- Sind Sie häufiger alleine?

Für mich ist der Austausch mit anderen ganz wichtig.

Ich merke auch, dass ich jetzt gerne draußen bin.

Wenn ich mit meinem Hund einen Spaziergang mache merke ich:

„da geht noch was....“

Ich suche nach Antworten in den Medien,

in der Literatur und in der heiligen Schrift.

Ich leide mehr mit den Leidenden und

freue mich mehr mit den Freudigen,

**das Leben ist für mich intensiver geworden.**

Was mir geholfen hat, hilft noch immer:

***Die Dankbarkeit leben zu dürfen.***

***Die Freude an einer Welt, die zusammen hält.***

***Der Glaube an die Nähe Gottes.***

*Ich wünsche Ihnen,*

*dass sie finden,*

*was Ihnen hilft.*

Aus dem Forum St. Peter

Michael Heyer