

Die Adventszeit hat begonnen. Eigentlich ist zu dieser Zeit unsere Pastorin Frau Frommann regelmäßig in der Klinik und wir befinden uns in der „heißen Phase“ der Vorbereitungen auf die Weihnachtsmeditation. Gedanken und Impulse werden gesammelt, Texte geschrieben und Lieder geübt. Doch dieses Jahr ist alles anders. Corona hat uns weiter fest im Griff.

Keine Weihnachtsmeditation im herkömmlichen Sinne und Singen schon mal gar nicht. Und besinnlicher war es auch schon mal. Auf dem Flur gehen Menschen mit weißen und blauen Masken und immer „auf Abstand“ nebeneinander her. Respektvoll wie immer, vermutlich sogar noch eine Spur achtsamer als in den vergangenen Adventszeiten. Anders achtsam, mit einem Fokus immer auch im Außen, um niemandem zu nahe zu kommen. Erstaunlicherweise ist eine innere Achtsamkeit dennoch weiterhin möglich. Vielleicht sogar mehr denn je. Denn in den verkleinerten, fest zusammengesetzten PatientInnengruppen, die wir seit der Pandemie hier etabliert haben, erleben wir berührende Prozesse. Menschen, die sich in der Verunsicherung, die Corona und die Therapiethemen mit sich bringen, zeigen und mitteilen, ein „Verstehen ohne Worte“ der anderen Gruppenmitglieder wenn ein Mitteilen gerade nicht möglich ist. Es entstehen intensive individuelle Wachstumsprozesse und Gruppenprozesse, von denen wir zu Beginn der Pandemie nicht sicher waren, ob sie in dieser Ausnahmesituation möglich wären. Ob ein „so tiefgehendes sich Einlassen“ in den stetig wechselnden äußeren Bedingungen zwischen Lockdown und Lockerungen möglich wären.

Das, was wir hier täglich in den Kontakten und im Miteinander erleben, übertrifft unsere Vorstellungskraft und berührt uns immer aufs Neue. Wir sind tief beeindruckt von der Offenheit, dem Mut und der Zuwendung zu den eigenen oft schweren Themen der Menschen in dieser so herausfordernden und oft auch überfordernden Zeit. Es ist ein bisschen wie „Weihnachtsmeditations-Gefühl“ jeden Tag aufs Neue.

Natürlich ist diese Zeit auch schwer. Für alle, die hier an ihren eigenen Themen arbeiten und auf eine oft schmerzhaft und traumatische Lebensgeschichte zurückblicken, um anders nach vorne schauen zu können. Und für uns, die wir in den vergangenen Monaten immer neue Strukturen und Konzepte entwickeln mussten, täglich zwischen der Klinik und den angemieteten Räumen im Dietrich-Bonhoeffer-Haus hin und her pendeln und uns – zum Schutz aller – in wechselnden patientInnenbezogenen Besprechungen statt regelmäßig in

festen Teams treffen. Und doch ist in dem Schweren auch viel gewachsen. Wo wir sonst mitunter viel Zeit brauchten, um uns an Änderungen zu gewöhnen, sind Veränderungen jetzt alltäglich und wir sind damit flexibler geworden. Nicht so, dass wir dauerhaft in diesen Zeiten leben möchten, aber so, dass Corona uns weniger sprachlos macht und wir handlungsfähig bleiben.

Selbst wenn es keine Weihnachtsmeditation im herkömmlichen Sinne gibt, werden wir hier Weihnachten „zusammen feiern“. Zwar nicht in einem Raum, ohne Lieder und anschließende Kekse, aber in einer tiefen inneren Verbundenheit und dem Wissen, dass wir Corona „im Wir“ täglich neu bewältigen können. Und dass unabhängig davon, wie lange uns die Pandemie noch begleitet, wir alle gewachsen sind. Jede/r für sich und wir alle auch als Team. Als solches denken wir auch an Sie und wünschen Ihnen von Herzen zwar andere, aber dennoch auf eine Art auch die Situation und damit verbundenen Belastungen bewältigende Feiertage. Wir denken an Sie! Frohe Weihnachten.

Dr. Anke Bebermeier, Leitende Psychologin, im Dezember 2020