Neue Rituale

Meine Rituale helfen mir meinem Alltag eine Struktur zu geben. Ich liebe den Kaffee am Morgen, das Lesen der Zeitung oder abends Netflix zu schauen. Sie machen die Tage irgendwie zu etwas Besonderem. Vielleicht weil es für mich kleine Auszeiten sind.

Manche Rituale, die mir eine große Freude gemacht haben, mussten eine Pause einlegen. Es gibt kein Fußballtraining, keine Musikprobe, keinen Stammtisch und zur Kirche konnte ich auch eine Weile nicht gehen.

Dafür bin ich gerade dabei neue Rituale einzuüben: Maske aufsetzen, mit Abstand Menschen begrüßen oder für jemanden einkaufen gehen. Dies mache ich vielleicht nicht ganz freiwillig. Dennoch schaffen diese Rituale eine neue Aufmerksam dafür, dass Nächstenliebe - zumindest äußerlich - nicht immer Nähe, sondern manchmal auch Abstand bedeutet.

Sven Köder