

Wie können wir verschiedenen Menschen in dieser Krise des Krieges helfen?

Stimme einer Logotherapeutin aus Moskau, Übersetzung Heidi Schönfeld

Die meisten geraten unwissentlich hinein. Wir müssen bedenken, dass wir nicht nur in einem Boot sitzen, sondern in einer Arche, zusammen mit folgenden verschiedenen Gruppen von Menschen:

- 1. Friedliche Menschen unter Beschuss**
 - 2. Diejenigen, die den Angriff abwehren**
 - 3. Das Militär, das angreift**
 - 4. Menschen, die Bürger des Landes sind, das angegriffen hat – und die diese Aktionen nicht unterstützen**
 - 5. Die militärische und politische Führung des Landes, das den Angriff abwehrt**
 - 6. Die militärische und politische Führung des angegriffenen Landes**
 - 7. Die militärische und politische Führung des angreifenden Landes**
- Verletzlichkeit überwinden, und das ist ein Kunststück.**
- 8. Menschen aus anderen Ländern, die nicht in den Krieg verwickelt sind**
 - 9. Die Führung anderer Länder, die sich auf die Seite eines der gegnerischen Ländern stellen kann**
 - 10. Menschen aus sozial schwachen Gruppen: Kinder, Kranke, ältere Menschen**
 - 11. Verwundete auf beiden Seiten**
 - 12. Menschen, die ihre Angehörigen im Krieg verloren haben**

1. Friedliche Menschen unter Beschuss

Das Platzen der Granaten scheint schockierend, absurd, eine totale Ungerechtigkeit, ein massiver Wutinfarkt. Angst, Groll, Wut und Ohnmacht sind die führenden Emotionen. Sofort entsteht der Wunsch, dem Aggressor auf die gleiche Weise zu begegnen, damit dieser, wenn er den Schmerz spürt, seine Gewalttätigkeit einstellt.

Dies ist der erste Wunsch. Das ist durchaus verständlich, denn es ist eine scheinbar natürliche, angemessene Reaktion. Auge um Auge. So wird es gedacht, so wird es empfunden. Das Ziel ist es, das loszuwerden, was man sich nicht ausgesucht hat, die Angst, den Schmerz, den Ekel abzuschütteln.

Der erste Schock wird vergehen, und zwei wichtige Gedanken müssen hervorgehoben werden:

Ich darf nicht das Böse wählen: Vergeltungsaggression setzt mich mit dem Aggressor gleich, aber ich bin nicht der Aggressor.

Und zweitens: meine Kinder (Enkelkinder), ich selbst – ich habe nicht das Recht einverstanden damit zu sein, dass mir meine Menschlichkeit genommen wird. Und zwar um des geliebten Menschen willen, für ihn oder sie, werde ich meine Menschlichkeit bewahren. Was auch immer es kostet.

Der Angreifer will mich in erster Linie mit ihm gleichsetzen – aber ich bin nicht er. Eines Tages wird der Krieg vorbei sein, woran werde ich mich erinnern: Wer werde ich gewesen sein? Der Mensch, den der Aggressor aus mir gemacht hat oder der Mensch, den ich selbst gestaltet habe?

2. Diejenigen, die den Angriff abwehren

Dies ist die erste Verteidigungslinie. Meistens sind es junge Leute, Maximalisten, Draufgänger. Aber es sind auch zitternde Männer, die gar nicht schießen wollen. Aber das müssen sie. Es ist beängstigend, einen anderen zu töten. Auch wenn Sie Ihre eigenen Leute verteidigen. Ja, wir bekommen alles als Leihgabe: Land, Haus, Reichtum, Nahrung, Kleidung, aber wir verteidigen es, als ob es uns gehören würde. Wie schützen wir das, wofür das Haus, das Land ein Symbol ist? Es geht um die Liebe, die Nähe, die Wärme, die in diesem Land, in diesen Häusern wächst. Kann sie überall wachsen?

Ja. Ich kann mein Zuhause verlassen, aber die Liebe bleibt bei mir. Und sie kann mir niemals weggenommen werden. Wenn ich mich dafür entscheide, es zu geben oder es zu lassen. Jeder Krieger muss wissen, dass er nicht seinen Besitz schützt, sondern das, was dieser Besitz bedeutet, wofür er ein Symbol ist. Und das kann nicht weggenommen werden.

3. Das Militär, das angreift

Es gab einen Befehl, sie dienen. Aber für wen, für was? Lassen wir die Staatlichkeit, die Zugehörigkeit und die Nationalität der Kriegsparteien beiseite, was bleibt dann noch übrig? Nur ein Mann. Er unterscheidet sich im Alter, in der Augenfarbe, in der Ausbildung, in den Talenten, aber inwiefern ist er denen ähnlich, die als Feinde betrachtet werden? Wo und in welchen Bereichen gibt es Überschneidungen, Gemeinsamkeiten? Was sehen Sie auf dieselbe Weise? Und davon gibt es so viel. Sie haben eine Mutter, eine Schwester oder einen Bruder, Sie lachen über die gleichen Dinge, der eine hat einen etwas schärferen Sinn für Humor und er lernt schneller, aber sie lachen über ähnliche Dinge. Und ihre Mutter oder Frau kocht Huhn fast nach dem gleichen Rezept. Und Sie mögen Ihr Brot schwarz, kein Pumpernickel oder was auch immer, oder vielleicht mit Zusätzen. Eure Frauen sehen sich in mancher Hinsicht ähnlich: so wohlgeformt. Und deine Töchter weinen wegen eines rührseligen Films. Ein Krieger, der angreift, das ist nicht das, wovon du geträumt hast, als du in den Kindergarten gingst und deine Tante dich fragte, was du werden wolltest. Sie haben nicht geantwortet: Ich werde auf Ukrainer schießen. Sie sagten, sie wollten Programmierer, Fahrer oder Blogger werden. Im Allgemeinen dachtest du, du würdest gutes Geld verdienen und reisen, deine Mutter heilen und deinem Vater eine coole Uhr kaufen. Der Krieg wird vorbei sein, aber er wird Ihnen

noch lange in Erinnerung bleiben. Und sie werden immer versuchen, nicht darüber zu sprechen, sich nicht daran zu erinnern. Denn man kann nicht stolz darauf sein, egal, was sie einem sagen. Man hat das Gefühl, dass man sich nicht täuschen lassen kann: Es ist alles umsonst, es ist eine schlechte Geschichte. Seit ihrer Kindheit wurde Ihnen beigebracht, dass Krieg böse ist. Und es gibt keine Ausreden. Was können sie tun? Sich weigern zu töten.

Es ist keine Verletzung des Eides, der Eid wurde vom Volk geschrieben, und es gibt etwas Höheres oder Wichtigeres, nämlich das Gewissen. Ja, rümpfen Sie nicht die Nase - es ist das Beste, was wir haben, es hilft auch dann, wenn nichts anderes hilft. Es wird sie durchbringen. Und die Angst überwiegen und ein Beispiel für andere sein. Sie werden derjenige sein, bei dem der Countdown des Anstands beginnt. er kann als Vermächtnis weitergegeben werden.

4. Menschen, die Bürger des Landes sind, das angegriffen hat – und die diese Aktionen nicht unterstützen

Das Leid derer, die sich als Geiseln fühlen, ist so groß: Sie gehören zum Land des Aggressors, teilen aber nicht dessen Handlungen. Und sie werden von denjenigen verflucht, auf die die Granaten herabregnen. Und sie haben das Gefühl, dass sie diese Flüche verdienen, weil sie sie nicht verhindert haben, während sie gleichzeitig glauben, dass sie wenig hätten tun können, um sie zu verhindern. Zwischen Hammer und Amboss: zu einem Aggressorland gehören, ohne die Aggression zu teilen, aber auch selbst Aggressionen empfangen, ohne sie zu verdienen. Manche sagen, dass sie ein Recht haben auf Auge um Auge, Zahn um Zahn – aber sie haben kein Recht, das zu sagen. Indem ich meine Verantwortung annehme, dem Bösen und der Aggression in meinen Gedanken und in meinem Handeln zu begegnen, beschließe ich, mich nicht auf einen Krieg der Worte einzulassen. Ich werde verstehen, dass die Person, die mich anklagt, in einem Zustand emotionaler Hitze aufgrund ihres Schmerzes NICHT MICH angreift, sondern mit ihrem Geschrei das Böse abwehrt, und das wird mir helfen, nicht in eine Haltung des Vergeltungsschreiens zu verfallen.

Das Böse vermehrt sich mit dem Bösen. Ich klammere mich gedanklich an meinen Angreifer, wütende Worte sind nichts für mich. Denn wenn mir jetzt etwas zustoßen würde, würde er, nachdem er eine Weile dagestanden hat, anfangen, mir zu helfen. Wenn ich sagte: "Ich brauche Hilfe", würde er mir helfen. Das ist eine Tatsache. Man muss es wissen, man muss es glauben. Es wird auch demjenigen helfen, der in gerechtem Zorn ist.

5. Die militärische und politische Führung des Landes, das den Angriff abwehrt

Diese Menschen sind unsere Familie, Kollegen und Freunde. Ja, sie mögen denken, dass der Angriff eine erzwungene Maßnahme ist, dass sie auf diese Weise diejenigen schützen, die bereits gelitten haben, die verletzt wurden. Und deshalb ist alles, was jetzt geschieht, eine Befreiung. Die Menschen glauben, dass eine solche Operation Erleichterung bringen wird. Sie sind in ihren Köpfen für das Gute, aber sie erlauben Befreiung NUR durch blutige Operationen.

Vielleicht ist die allgemeine Erinnerung fest verankert in der Form, wie es im Zweiten Weltkrieg war, es gab eine Befreiungsarmee, und es wurde als Pauspapier verwendet, wie zum Kopieren geschaffen. Aber es ist nicht immer möglich und

notwendig, mit nur einem Mittel, einer Methode zu handeln, um ein Problem zu lösen. Die Akzeptanz des Krieges als eine mögliche Option, hier können wir nicht stehenbleiben.

Es ist, als ob wir mit jemandem sprechen, der sagt, dass die einzige Möglichkeit, mit einer schwierigen Situation umzugehen, darin besteht, sich aus dem Fenster zu werfen, Federn zu essen oder im Winter nackt nach draußen zu gehen. Wir haben tatsächlich eine große Freiheit, auf verschiedenste Weise zu handeln. Es ist so verantwortungsvoll, das Interessante, das am besten Geeignete auszuwählen, um ins Schwarze zu treffen. Und das ist natürlich nicht der Krieg, denn nicht alle werden gute Früchte dieser Entscheidung sehen. Wenn es um Befreiung geht, dann kann es keine selektiven Wahlen geben. Und selbst wenn wir plötzlich denken: Wenn der Wald abgeholzt ist, fallen die Späne, wie können wir diese Position als selbstverständlich betrachten? Wie gehen wir mit der Tatsache um, dass wir glauben, dass wir ein Recht auf Leben haben - dass einige aber sterben müssen. Und wer sind diese Leute? Warum bieten wir ihnen das an? Was empfinden wir in der Tiefe unseres Herzens, wenn wir dies tun? Wir fühlen uns ein wenig (oder sehr) schlecht dabei, wir versuchen das zu erklären, und das ist unser Gespräch mit unserem Gewissen. Es ist das beste Gespräch, und die Tatsache, dass wir uns entschuldigen und erklären, zeigt uns, dass wir den Text hören müssen, den unser Gewissen uns sagt. Bevor wir uns erklären - hören Sie, was es Ihnen sagt. Erklären Sie nicht erst, lassen Sie es reden und es wird die beste Lösung vorschlagen, und es wird definitiv die beste Lösung sein, und es wird KEIN KRIEG sein, aber es wird die beste Lösung für alle Seiten sein. Und wir werden stolz darauf sein, wir werden uns darüber freuen, es wird uns inspirieren.

6. Die militärische und politische Führung des angegriffenen Landes

Was mit Millionen anderer Menschen geschehen wird, hängt von ihrem Handeln ab. Wovon werden sie sich leiten lassen, worauf wird sich ihre Aufmerksamkeit richten: auf das Gegenwärtige und Unmittelbare oder auch auf das, was auf lange Sicht kommen wird. Das ist der schwierigste Teil - sowohl die Gegenwart als auch die Zukunft im Blick zu haben. Metaphorisch gesprochen haben wir zwei Augen, nicht nur für das beidäugige Sehen, sondern auch, damit wir mit "mindestens einem Auge" in die Zukunft blicken können, die durch meine Entscheidungen in der Gegenwart zur Vergangenheit wird.

Die Zukunft wird gewählt, um dann in der Vergangenheit als unabänderliche Wahrheit zu bleiben. Die Zukunft ist erst einmal eine Möglichkeit.

Für die Führung eines Landes, das sich verteidigt, ist es doppelt schwierig, denn die Grenze zwischen Verteidigung und Angriff ist dünn und durchlässig. Sie wollen sich weder als Opfer in der Gegenwart sehen noch als anmaßende Rechthaber in der Zukunft. Und tun Sie gleichzeitig alles, um Ihr Land zu schützen, aber nicht um jeden Preis. Dies ist der wichtigste Punkt - nicht um jeden Preis. Wenn man erkennt, dass nicht alle Mittel gut sind, verringert sich die militante Emotionalität. Wenn man nicht in die Fußstapfen des Drachen treten will, indem man ihn tötet. Das ist eine mühsame Aufgabe, vor allem, wenn das eigene Land unwissentlich Rache üben will, aber nicht, weil es Blut will, sondern weil der Angreifer nicht nur physisch tötet, sondern auch auf das Herz der Menschheit zielt. Der Aggressor ist an Territorien und Ressourcen interessiert wie die Sahne in einer Tasse Kaffee, und das Wesen eines solchen Zaubers besteht darin, die Menschlichkeit zu rauben, den anderen mit seinem Angreifer zu vergleichen, dem Angreifer mitzuteilen, dass auch er im Kern der

Aggressor ist, nicht edel, anständig, menschlich, herzlich, sondern eine Kreatur, ihn auf das Schlimmste zu stürzen, ihn auf primitive Reaktionen zu reduzieren. Eine Führung, die Aggression widerspiegelt, hat die Chance, niedrige Erwartungen zu widerlegen und nicht der Versuchung des Bösen zu erliegen. Indem man Befehle zum Schutz gibt, alles genau zu tun, um die Bevölkerung zu schützen, wird dies tatsächlich Menschen retten und den Angreifer entwaffnen, denn auch er hat Augen, Ohren, Herz, und wenn die Vergeltungsgranaten fliegen, ist alles geschlossen und es ist unmöglich, einzudringen, aber wenn der Verteidiger sich verteidigt, selbst auf Kosten seines Lebens, sieht der Angreifer es, und sieht das Wichtigste, und es schmerzt das Herz, aber Gott würde solche Wunden segnen.

7. Die militärische und politische Führung des angreifenden Landes

Sie brauchen den größten Trost, denn aus dem Trost heraus sollte der kürzeste Weg zur Umkehr führen. Nur aus der Reue heraus, aus der Einsicht, dass der gewählte Weg gegen den Sinn gerichtet war, kann es ein besseres Ergebnis in Richtung Sinn geben. Ich weiß mit Sicherheit, dass ein Mensch einen besseren Weg sehen kann, auch wenn er noch so unangenehm und unerfreulich und zerbrechlich ist, aber der Weg bricht nicht ab, er ist immer noch einladend. Ein besserer Weg als der jetzige. Besser nicht nur für den, der geht, sondern auch für diejenigen, die später darauf gehen werden, und für diejenigen, die jetzt gehen und gehen müssen, ohne Angst haben zu müssen, am Wegesrand liegen zu bleiben. Vielleicht gibt es genug Platz für alle, und die Führung, die den Befehl zur Bombardierung des Weges gibt, kann sich darum kümmern. Wie ein Mann, der wütend und verärgert ist, kann er das Leben von jemandem retten, auf den seine Wut überzugreifen droht. Er kann retten. Die Führung, die den Krieg befiehlt, kann Menschen vor der Zerstörung bewahren. Was für eine schöne Mission! Den Befehl geben, den Frieden zu wahren. Es ist eine große Leistung, den eigenen Ressentiments auf den Leim zu gehen, um sie nicht weiterzugeben, um den anderen davon abzuhalten. Jede unserer Führungskräfte hat jetzt diese Chance. Ein Mann kann seinen Groll, seine Dämonen und seine Verletzlichkeit überwinden, und das ist ein Kunststück.

8. Menschen aus anderen Ländern, die nicht in den Krieg verwickelt sind

Wie schwierig ist es, wenn man auf beiden Seiten des Krieges Freunde hat, die einem nahe stehen. Wenn Sie wissen, dass Ihr Wort, Ihre Geste für beide Seiten um ein Vielfaches an Bedeutung gewinnt. Nur das Verständnis, dass es nicht zwei Seiten sind, sondern EINE, eine Seite, auf der eine Person steht, kann helfen. Wenn Sie eine Person unterstützen, die nicht geteilt werden kann, die Ihnen über alle Maßen nahe steht. Es ist schwer, den Blick auf das Menschliche in einem Menschen zu richten: Man wird immer wieder von Explosionen oder der eigenen emotionalen Instabilität abgelenkt. Festhalten an dem, was sein soll, trotz meines Zögerns, trotz meiner Versuche, die gemeinsame Arche zu erschüttern. Es ist das, was überwiegen muss, was bleiben muss, auch wenn die Gebäude zerstört werden. Was wird unzerstörbar bleiben? Frankl schrieb, selbst wenn mir alles genommen wird: Kleidung, Nahrung, Name, menschliche Behandlung - niemand wird mir das nehmen, was ich denken, fühlen kann, die Liebe erfahren oder mich in Gedanken dem Gebet zuwenden. Selbst wenn mir die Zunge herausgerissen und die Augen genommen werden, kann ich immer noch sehen und in Gedanken sprechen, und das können

Worte der Liebe sein, denn es gibt noch etwas, das geliebt werden will. Das kann niemand zerstören, niemals.

9. Die Führung anderer Länder, die sich auf die Seite eines der gegnerischen Ländern stellen kann

Sie haben einen besonderen Auftrag. Aber es sind nicht zwei Seiten, zwischen denen man wählen kann: Es gibt nur eine Seite, es ist die Seite des Sinns, und die ist objektiv und gehört niemandem, aber jeder kann sie mit seinem eigenen Schlüssel öffnen. An die besten menschlichen Gefühle und Gedanken, an das Mitgefühl zu appellieren, kann das oberste Gebot sein. Stellen wir uns vor, dass ein Bus eine Panne hat und alle darin sitzen. Wer ihn kaputt gemacht hat, ist jetzt weniger wichtig als die Reparatur des Busses und das Weitermachen. Andere Länder können der Meister sein, der sagt: Gebt uns einen Schraubenschlüssel, holt einen Wagenheber, lasst uns gemeinsam Bretter unter die Räder legen, man kann es nicht alleine schaffen, lasst uns den Bus auf trockenem Boden vorwärts schieben. Und genau darum geht es hier, auf festen Boden zu kommen.

Es ist ein Krankenwagen. Wenn wir gemeinsam schieben und derjenige, der den Unfall verschuldet hat, auch zum Schieben des Busses aufgerufen wird, dann geben wir, wenn wir alle zusammen auf dem Trockenen sitzen, dem Verursacher ein Taschentuch, wir sagen: Du kannst das gut, du bist stark, es ist gut, dass du DAS kannst. Und er wird nicht mehr beweisen wollen, dass er eine zitternde Kreatur ist, und er wird nicht eine alte Frau mit einer Axt töten und den zweifelhaften Lorbeer von Raskolnikow aufgeben. Und dann werden wir in aller Ruhe über die gemeinsame Suppe sprechen, die man kochen muss, um die Bedürftigen zu ernähren.

10. Menschen aus sozial schwachen Gruppen: Kinder, Kranke, ältere Menschen

Über sie wird meist nur ganz am Rande gesprochen. Aber sie haben so viel Durcheinander: Sie sind klein, oder alt, oder kraftloser als diejenigen, die mehr Kraft in ihren Armen und Beinen haben. Ihre persönliche Verletzlichkeit überschneidet sich mit der situativen Verletzlichkeit. Kinder werden zu früh erwachsen, sie werden zu Erwachsenen gemacht. Die Kindheit hört auf, ein Wert zu sein. Aber sie wird das sein, an das wir uns erinnern, wenn wir erwachsen werden. Wenn wir alt sind, ist die Kindheit unser Schutz, wenn es uns im Erwachsenenalter "nicht gut geht".

An welche Art von Kindheit werden sich die Kinder der heutigen kriegführenden Länder erinnern? Es liegt an uns, Farbe ins Spiel zu bringen, unsere Hilflosigkeit und Verwirrung zu überwinden, indem wir an die Kinder denken. Das wird sowohl sie als auch uns heilen.

Ältere Menschen können sich einerseits besonders gefährdet fühlen, aber sie können auch zu Atlanten werden, an denen sich die Sinnhaftigkeit der Welt festmachen lässt und die mit ihrer Ruhe und Fürsorge ein Gefühl der Verlässlichkeit und Beständigkeit vermitteln. Ältere Menschen können Altersschwäche und Kleinlichkeit beiseitelassen, weil sie vor großen Herausforderungen stehen: den inneren Frieden in ihren Familien zu schützen.

Unternehmen, Arbeitsplätze, Bildung, Wirtschaft und Kultur brechen zusammen, aber es gibt den Zusammenhalt der Familie - die Älteren können ihn übernehmen. Mit ihrem Geist und ihrer Einstellung, ihrer Fürsorge, ihren Geschichten über eine verlässliche Vergangenheit können sie uns stützen. Sie sind bleibend da für ihre

Kinder (wer sonst kann uns von unserer Kindheit erzählen als unsere Eltern!), sie erzählen darüber, wie sie waren, bevor wir geboren wurden - all das ist nicht überflüssig, auch wenn es mehr als einmal gesagt wird. Es ist wie eine altbekannte Geschichte und daher beruhigend und stabilisierend.

Eltern können das Gleiche für ihre Kinder tun, Kinder auf beiden Seiten sind es wert, dass man gute Worte findet. Und es ist sehr wichtig, in den Schulen keine ethnischen Kriege anzuzetteln - damit müssen sie später leben. Helfen Sie, mit diesen Widersprüchen umgehen: Kinder sind reaktionsfähig und belastbar. Wenn es einen Ort gibt, an dem es keine Kämpfe gibt, dann laden Sie die Schulklasse nach Hause ein, geben Sie ihnen ein schönes Essen, ja, lassen Sie es sich etwas kosten, das ist es wert. Kommen Sie in die Klasse mit einem Vortrag, einer Geschichte über Friedfertigkeit, aber nicht abstrakt, sondern mit Beispielen aus der Praxis. Erzählen Sie auch Geschichten mit Humor - nichts wirkt Aggressionen so entgegen wie Humor. Sich durchzusetzen und zu etwas durchzubrechen, das der Welt auch nur ein bisschen helfen wird. Das ist nicht vergebens. Denken Sie daran: „Das Wasser fließt durch das Sieb – aber das Sieb ist feucht.“

11. Verwundete auf beiden Seiten

Hören Sie nicht auf, die Wunden all derer zu verbinden, die verwundet sind, unabhängig von ihrer Zugehörigkeit. Ein Mann in Not braucht Hilfe. Wenn wir helfen, selbst wenn es sich um den "Feind" handelt, nehmen wir den Verwundeten vom Schlachtfeld. Erzählen Sie so viele Geschichten wie möglich über das Mitgefühl für die Verwundeten, die Gefangenen, wenn Barmherzigkeit zum besten Panzergraben wird, den ein Panzer nicht passieren kann.

12. Menschen, die ihre Angehörigen im Krieg verloren haben

Der Krieg wird zu Ende gehen, aber der Kummer nicht. Die Jungen, die Starken, die, die Häuser hätten bauen, Getreide ernten, Kinder gebären, in den Weltraum fliegen können, sind am Sterben. Sie sterben in der Blüte ihres Lebens. Dabei könnten sie noch in Gesundheit und Kraft leben. Das ist für die Angehörigen schwer zu verkraften. Und der Kummer verhärtet, er verlangt nach Bestrafung. Die Strafe wird den Ermordeten nicht zurückbringen, noch wird sie den Schmerz lindern, ihn sogar noch verschlimmern, aber man ist gefangen in Emotionen und traurigen Gefühlen, man versteht den Weg nicht, und man verirrt sich in Tränen. Für solche Menschen ist Hilfe und Unterstützung dringend erforderlich. Sowohl um ihrer selbst willen als auch um ihrer verstorbenen Angehörigen willen. Sie, die Verstorbenen, verdienen die besten Gedanken und Gefühle für sie. Nur Wut, Rache, Hass und Tränen können nicht in ihrem Gedächtnis bleiben. Ein solches Denkmal ist ihrer nicht würdig. In ihrem Leben gab es Licht, Liebe, Freude, Erfolge, Siege, Lachen und Freude. Trauernde Menschen brauchen eine leichte Erinnerung an ihre Lieben. Und wir alle brauchen Gedanken an eine gute Zukunft. Der Frühling kommt, alles Lebendige blüht, und auch in uns kann das Lebendige zum Licht durchbrechen. In jedem, in jedem.