

**Exzerpt von R. König:
Anselm Grün: Quarantäne! Eine Gebrauchsanweisung: So gelingt friedliches
Zusammenleben zu Hause. Freiburg im Breisgau 2020.**

Vielleicht wird sich manch einer fragen, ob es wirklich nötig war, solch ein Buch jetzt zu veröffentlichen. Ich kann solche Fragen verstehen. Aber ich glaube zutiefst, dass wir alle in solch einer Situation zusammenhalten müssen, dass wir uns solidarisch zeigen müssen, dass wir uns unterstützen und teilen müssen – und mit diesem Buch möchte ich die Erfahrungen, die wir Mönche seit mehr als 1500 Jahren gemacht haben und die heute wirklich konkret helfen können, teilen. Und ich möchte mit diesem Buch die Erfahrungen teilen, die die Menschen in Taiwan mit dieser Krise gemacht haben. Meine taiwanesischen Verlegerin, Frau Hsin-Ju Wu, erzählte mir, wie die ganze Gesellschaft gemeinsam die Krise bewältigen will. Sie handeln nach dem Grundsatz: »Ich schütze mich, um dich zu schützen.« So prägt eine christliche Idee die ganze Gesellschaft, in der nur 6 % Christen sind. Es geht mir in diesem Buch um die beiden Gedanken: die Solidarität und den guten Umgang mit der Situation, in der wir auf uns selbst geworfen sind, in der uns viele Ausweichmöglichkeiten genommen werden.

Dem Benediktiner Anselm Grün geht es vor allem darum drei Lehren/Regeln des Benedikt auf den Umgang mit der aktuellen Krisenlage anzuwenden:

1. Emotionsfähigkeit

Emotionsfähigkeit bedeutet auch, „andere Menschen einfach zu fragen, wie es ihnen gerade geht.“ (p107)

„Wir können das Hören neu einüben, gerade jetzt, es ist eine Chance. Im Hören auf die Sorgen und Nöte, aber durchaus auch auf die Wünsche, Ziele und Träume.“ (p121)

Wir müssen auch nicht ständig reden. Wir brauchen auch die Ruhe und Stille. Aber besonders die Alten und Kranken haben niemanden, „außer ihrer Einsamkeit, der Angst und den Zweifeln. Nutzen wir die großartigen digitalen Möglichkeiten, um selbst in Zeiten der Isolation zusammen zu leben.“

Denn wenn der heilige Benedikt 'Gottesdienst' meint, „dann geht es auch darum, den andern zu dienen, ihnen zu helfen, offen für sie da zu sein. Gottesdienst ist Menschendienst, gerade jetzt.“

Wir können auch „neue Rituale finden oder alte wiederfinden, um Menschen zu erreichen und ihnen das Gefühl zu geben, bei ihnen zu sein: Für mich ist beispielsweise ein besonders wertvolles Freundschaftsritual das Briefschreiben. Handy und E-Mail zählen natürlich auch, doch sich bewusst hinzusetzen, sich die Zeit zu nehmen – die Zeit, die jetzt da ist! – und einem Freund oder einer Verwandten einen Brief zu schreiben, das ist ein wunderbar erfüllendes Ritual, für mich als Schreiber und für den anderen als Leser.“ (p135)

2. Wir sollten auch Gehorsamkeit üben, also Regeln und Ratschläge, die zur Bewältigung der Krise dienen, akzeptieren und mittragen.

3. Schließlich geht es auch darum, „Widerstände auszuhalten, mit komplizierten Situationen umzugehen, etwas leisten“ und andern helfen zu wollen. (p156) „Der heilige Benedikt hat das in den prägnanten Satz im 48. Kapitel seiner Regel gepackt: 'Müßiggang ist der Seele Feind.'“ (p178)