

# GEDULD

Wie kann uns Geduld durch diese Zeiten helfen?

In der heutigen Zeit muss alles schnell gehen. Am liebsten wäre es uns, wenn wir nur etwas sagen oder mit dem Finger schnippen müssten, damit etwas eintritt. Ja, so hätten wir es gern – aber die Realität sieht anders aus.

Zuerst: Was ist Geduld? „Ruhiges und beherrschtes Ertragen von etwas, was unangenehm ist oder sehr lange dauert“. Zu unserer normalen Liste von Dingen, für die wir Geduld aufbringen müssen, können wir alle sicher auch Corona hinzufügen. Corona hat Einfluss auf unser Leben, unsere Familien, unsere Finanzen und so weiter. Lass es uns geradeaus sagen: Corona strapaziert unsere Geduld. Es gibt bislang keinen festen Zeitpunkt, wann ich wieder in einem vollen Saal vor Zuschauern singen, tanzen und wirklich Spaß haben kann. Und ich weiß auch nicht, wann ich wieder meinem Beruf als Business Coach nachgehen kann, so wie ich es vor Corona tat.

Wenn du Mais anbaust, dauert es 3 bis 4 Monate, bis du ihn ernten kannst. Und alles, was du in der Zeit tun kannst, ist warten; natürlich nicht warten und nichts tun – aber warten und dich um das Unkraut kümmern, die Pflanzen zu wässern, wenn es gerade nicht regnet etc.

Die beiden Dinge, mit denen wir uns während des Wartens wohl am meisten schaden, sind zum einen zu faulenzten und einfach nichts zu tun – und zum anderen zu viel zu tun. Ich meine, sich zu sehr zu sorgen. Zu viele Sorgen zerstören die Hoffnung und die Geduld. Sich zu sorgen beeinträchtigt deine Investitionen. Ja, sich zu sehr zu sorgen kann dich sogar dazu veranlassen, große Schritte, die du getan hast oder große Entscheidungen, die du getroffen hast, rückgängig zu machen.

Dinge, die dir zu mehr Geduld verhelfen:

1. Mache dich mit deiner derzeitigen Situation vertraut. Zum Beispiel ist ein Impfstoff notwendig, damit wir wieder zur Normalität zurückkehren können. Alles deutet darauf hin, dass dieser Impfstoff im nächsten Jahr verfügbar sein wird. Daher wird es mir jetzt nicht helfen, mich zu sehr zu sorgen.
2. Akzeptiere die Situation, in der du dich befindest. Zum jetzigen Zeitpunkt müssen wir mit dem Virus leben. Wir müssen lernen zu leben, ohne die Menschen, die uns nahestehen, zu umarmen. Wir müssen lernen, Abstand zu halten und die Masken zu tragen. Traurig – aber es ist so.
3. Es könnte schlimmer sein! Ich hasse es, das zu sagen – aber ich muss. Wir alle wissen, dass bereits viele Menschen gestorben sind und viele sind noch immer im Krankenhaus und kämpfen um ihr Leben. Viele haben ihr Geschäft verloren und viele ärgern sich oder sind verzweifelt darüber, dass Corona gerade in dem Moment zuschlug, als ihr Geschäft gerade zu wachsen begann. Die meisten von uns haben etwas oder jemanden verloren. Und dennoch sage ich: „Es könnte schlimmer sein!“ Damit meine ich Folgendes: Dass du diese Sequenz hier siehst, bedeutet, dass du am Leben bist und dass du einen Zugang zum Internet hast. Vielleicht isst du gerade Frühstück, Mittag oder Abendbrot. Vielleicht bist du traurig oder deprimiert – aber du hast Möglichkeiten, Hilfe zu bekommen.

Der Maisbauer weiß, dass er 3 oder 4 Monate warten muss, ehe er den Mais ernten kann. Auch wenn wir nicht wissen, wann die Veränderung kommen wird – der Grundsatz ist immer derselbe. Lerne zu warten. Lerne zu warten!

Wenn du zum Beispiel von Hamburg nach München reisen möchtest, ist es egal, ob du mit dem Auto oder Zug fährst oder ob du fliegst. Alle Arten zu reisen haben eines gemeinsam: Du brauchst immer Zeit und Geduld. Es ist unmöglich, die Entfernung in einer Sekunde zurückzulegen. Lerne zu warten. Deine Zeit wird kommen – und deine Chance wird kommen.