

EIN GUTES WORT FÜR HERZ UND SEELE

Wenn einem das Hören und Sehen vergeht

Als ich plötzlich erfuhr, dass 19 von 28 Mitschwestern bei einem PCR Test positiv auf Covid-19 getestet worden waren, hat es mir wahrlich den Boden unter den Füßen weggezogen, ja da sind mir im übertragenen Sinn, das Hören und Sehen vergangen, weil ich nie damit gerechnet hatte.

Ich bin mir sicher, dass auch Sie diesen Ausdruck kennen, der uns gerade bei emotionalen Ereignissen, die wir schwer in Worte fassen können, über die Lippen kommt. Hören und Sehen sind zwei wichtige Funktionen unserer Sinnesorgane. Sie ermöglichen uns eine umfassende Kommunikation mit unserer sozialen Umwelt. Wir nehmen sie ganz selbstverständlich wahr, ohne uns darüber Gedanken zu machen. Erst wenn wir ein Problem mit unserer Sehkraft oder unserem Hörvermögen bekommen, erkennen wir die Tragweite dieser Beeinträchtigungen.

Das Sehen und Hören bedarf aber auch einer kontinuierlichen Aufmerksamkeit. Abgesehen von einer regelmäßigen Pflege brauchen unsere Sinnesorgane Erholung – gerade in der heutigen Zeit, in der unsere Augen



Sr. Mirjam Volgger

Koordinatorin der Marienlinik

und Ohren einer übermäßigen Belastung ausgesetzt sind.

Mir tut es unheimlich gut, wenn ich am Sonntag einen Spaziergang unternehme, die Natur mit meinen Augen erfasse und dem Gezwitscher der Vögel lausche. Solche Auszeiten lassen die Sinnesorgane erstarren. Im Zusammenwirken beider schaffe ich mir die Fähigkeit, mir ein nachhaltiges Wissen anzueignen, und dieses gemeinsam mit meinen Erfahrungen zu einer Kraftquelle heranreifen zu lassen.

So bewundere ich Menschen, denen es gelingt, mit ihrem Sehen und Hören eine innere Balance herzustellen. Sie haben einen Grad an beneidenswerter Weisheit erreicht. Und mit dieser Einsicht und Fähigkeit gerade im täglichen Miteinander kann es uns gelingen, dass uns so schnell nicht das Sehen und Hören vergeht. Daher rate ich Ihnen, diesen Fähigkeiten Ihr besonderes Augenmerk zu schenken. Dadurch wird unser Blick aufs Neue geschärft und wir können Wesentliches von Unwesentlichem unterscheiden und so manchen Ballast akustisch oder visuell besser filtern.



Gerade in der heutigen Zeit brauchen unsere Sinnesorgane immer wieder eine Auszeit.

Foto: Shutterstock