

"Die Krise besteht gerade in der Tatsache, dass das Alte stirbt und das Neue nicht zur Welt kommen kann." (Antonio Gramsci)

Ich krieg die Krise Von Pauline Füg

Alles fängt so harmlos an,
du kommst zur Welt und dann
wird dir schnell klar,
nicht nur du, sondern auch ne Menge Krisen sind da.

Sie tümmeln sich wie Delfine in deinem Leben,
Springen dir ins Gesicht, klatschen dir mitten in die Fresse,
und du beißt dir die Zähne an ihnen aus, knirschst nachts im Schlaf.
„Nur, Delfine machen irgendwie mehr Spaß als Krisen!“,
denkst du dir
Und wünschstest, du wärst lieber im Mutterleib
aka „irgendeinem gemütlichen Ort im Universum“ geblieben.

Krisen sind seltsame Tiere. Sie tauchen in Rudeln auf.
Und weil du musst, stehst du auf und die Krisen nehmen ihren Lauf.

Und du denkst dir: „Okay, dann mache ich mich mal lieber mit dem Feind vertraut!“
Rufst Wikipedia auf und liest dies:
„Eine Krise (lateinisch Crisis) ist im Allgemeinen ein Höhepunkt oder Wendepunkt einer gefährlichen Konfliktentwicklung in einem natürlichen oder sozialen System, dem eine massive und problematische Funktionsstörung über einen gewissen Zeitraum vorausging und der eher kürzer als länger andauert.“

Heißt auf gut Deutsch:
Etwas lief eher kürzer und ziemlich doll schief,
daraus entsteht ein Problem im System,
das System ist hier z.B. als Gesellschaft oder Mensch zu verstehen
und dann entscheidet sich, ob es bergab oder bergauf geht.

Und du liest weiter, was Wikipedia so sagt und kriegst schon halb die Krise beim Lesen und Verstehens des Krisenproblems:

„Die mit dem Wendepunkt verknüpfte Entscheidungssituation bietet in der Regel sowohl die Chance zur Lösung der Konflikte als auch die Möglichkeit zu deren Verschärfung.

Dass es sich hierbei um einen Wendepunkt handelt, kann jedoch oft erst konstatiert werden, nachdem die Krise abgewendet oder beendet wurde.

Nimmt die Entwicklung einen dauerhaft negativen Verlauf, so spricht man von einer Katastrophe (wörtlich in etwa „Niedergang“).“

Okay, denkst du dir. Eine Krise, die nie aufhört, ist also ne Katastrophe.

Und man kann erst im Nachhinein sehen wie doof die ganze Sache war beziehungsweise ob sich das ab nem bestimmten Punkt geändert hat.

Das heißt: Sitzt du oder die Welt einmal tief in der Scheiße, musst du hoffen, dass alles irgendwie vorbei geht, dass sich eine Chance ergibt, den ganzen Scheiß zu beenden. Dich mit den Händen an den Haaren selbst aus dem Sumpf zu ziehen. Aus der beschissenen Situation zu fliehen.

Und irgendwann wird man dich fragen: „Und, welche Krisen hast du so erlebt?“

Und du kannst beim Krisenquartett den Joker ziehen:

„Corona-Krise, ne Pandemie!“

Und dann gab es außerdem noch die:

Weltwirtschaftskrise

Kuba-Krise

Finanzkrise

Dotcom-Krise

Euro-Krise

Flüchtlingskrise

Humanitäre Krise in der Ukraine

Klimakrise

Energiekrise

Und--- die Krise, die wir alle kriegen, wenn wir von den ganzen Kriegen und Krisen lesen.

Da frag ich mich doch:

Wo sind all die Superheld:innen da draußen?

Die irgendwas machen, irgendwas ändern an der Welt, weil sie schlau sind?

Weil sie Superkräfte haben und irgendwie genauer wissen

Wie man mit diesen beschissenen Krisen umgehen soll?

Denn wenn ich ganz sehr in mich hineinhorche, kann ich nur sagen:

Krisen sind: chaotisch, anstrengend, Abfuck,
nervig, blöd und Krisen machen Druck.

Krisen sind: kaputte Träume, sind Homeschooling, Stress mit Eltern, Preiserhöhung,

sind: keine Freund:innen treffen, kein Geld mehr haben, Umweltverschmutzung.

Krisen sind national, international, ein sehr realistische Albtraum und überhaupt nicht geil,

Krisen schüchtern ein und schränken ein.

Krisen sind nichts Gutes, sind zu viel graue Zeit allein,

sind Stress mit Eltern, Scheidung, Preiserhöhung, und alle möglichen Einschränkungen,

sind mehr Veränderung als man aushalten kann,

sind Vertrauensprobleme und manchmal zu verrückt, um wahr zu sein.

sind Tiere, die sterben, sind Weltkrieg, Weinen, Tod und Angst,

sind frühes Aufstehen und wenn Opa stirbt, Krisen sind krank.

Sind wenn der Bildschirm den Geist aufgibt für nen Computer-Nerd.

Sind kein Essen, kein Trinken und keinen Plan mehr haben

Und sich schon beim Aufstehen morgens früh um 6 Uhr fragen:

Fuck, in diesen Tag soll ich wirklich starten?

Ich krieg die Krise!

Wenn ich mal Luft holen will, wenn ich durchatmen will,

im Stress des Alltags und der Welt,

krieg ich die Krise,

wenn alles um mich zusammenfällt.

Immer dieses: Gewöhn dich dran, dieses, jetzt ist plötzlich alles anders,
immer dieses Gefühl von ich fühl mich nicht wohl, aber ich muss wohl oder übel...
Kriegst du die Krise, wenn du dich an neue Regeln gewöhnen musst?

Impfung, Maskenpflicht und Schulabschluss.

All die Dinge, die man machen muss.

Steuererklärung, Hausaufgaben, begrenzte Bildschirmzeit, kein Bier mehr im Kühlschrank,
Hungersnöte, Homeschooling und Krankheit. Nervt! So sehr!

Wann kriegst du die Krise?

(Fragen ins Publikum) 1 2 3 → dann alle zusammen

So viele Dinge, von denen wir die Krise kriegen.

Nur, irgendwie sind wir am Leben geblieben

und irgendwo zu unseren Füßen muss doch die perfekte Lösung liegen,
um diese nervigen Krisen endgültig zu besiegen.

Also las ich über Glücksforschung und Mentale Gesundheit.

Ich wälzte Psychologie-Bücher und kluge Werke.

Und fand heraus:

Die Sache ist die: Krisen werde nie ausgerottet sein.

Das, was wir also brauchen um mit Krisen umzugehen, ist innere Stärke.

So, wie ein Schiff, dass in See sticht, immer auf dem Ozean
mit Wellen, mit Stürmen, mit dem Wind zu kämpfen hat,
so kommen wir Menschen mit der Geburt wie ein Schiff im Meer unseres Lebens an.

Und die Wellen sind die Krisen, die Stürme die Katastrophen, der Wind die Wut.

Es ist doch so: für das Lebensmeer in das wir stechen, braucht es verdammt viel Mut
und vor allem ein sicheres Schiff, um nicht zu kentern,
um alles, was kommen wird - die Zukunft - sicher zu entern.

Und was braucht ein Schiff, um sicher von Ufer zu Ufer zu fahr'n?

Ich würde mal sagen:

Gute Segel, gute Navigationstechnik & nen guten Motor und nen Plan für Notfälle. Und das brauchen wir Menschen auch auf dem Lebensatlantik, dem Zukunftspazifik, dem alltäglichen Weltwahnsinns-Ozean.

Also packe ich für meine Reise ein: mentale Gesundheit, innere Stärke, den Mut Gefühle zuzulassen und sie zu fühlen, Freund:innen, ein Hobby, das mir Spaß macht, Hilfsbereitschaft, wichtige Werte wie Abenteuerlust und Zuverlässigkeit - und vor allen Dingen: Die Bereitschaft den tosenden Sturm immer wieder zu bezwingen. Die Sache ist wahr, wir alle im Raum können ein Lied über Krisen singen, aber noch viel wichtiger ist, dass wir wissen: wir können jede Krise zu Boden ringen .

Der Sturm legt sich irgendwann, die See wird wieder ruhig, am Horizont geht die Sonne auf, unsere Herzen schlagen mutig weiter, reiten die Wellen, die noch nachhallen, um dann im sicheren Hafen von all den Abenteuern zu erzählen, den Gefahren und auch den Dingen, die wir geschafft haben.

Oder um es mit Winston Churchill zu sagen:

„Lasse niemals eine Krise ungenutzt verstreichen!“

Denn ja, wir wissen alle, am Anfang sind Krisen echt scheiße, aber wir gehen gestärkt aus jeder Krise, erhobenen Hauptes und mit nem Victory-Zeichen!