

Lebensgewohnheiten

Der Bericht eines Großvaters hat mich berührt: „Viele Eltern müssen zur Arbeit und haben sehr wenig Zeit für ihre Kinder. Früher, da kümmerte sich zumindest ein Elternteil, meist die Mutter, um die Kinder. Da wurde noch Gemüsesuppe gekocht und Karotten geschält. Und was weiß ich noch alles gemacht. Heute? Das Kind ab in den Hort, die Eltern ab in den Job. Abends schnell Fertiggerichte, wenig Zeit zum Reden und Spielen. Das war's schon wieder. Was waren das für schöne Zeiten früher! Nach der Arbeit kam ich nach Hause, es wurde zusammen gegessen, viel erzählt und man hatte noch Zeit für die Kinder, meist drei oder mehr. Da war was los, man hatte Spaß. Heute wird den Kindern von den Eltern viel zu wenig mitgegeben auf dem Weg ins Leben. Unsere Kinder machten noch selbst ihren Löwenzahnhonig und pflückten viele Früchte für Marmelade. Heute steht ‚Jam‘ auf dem Glas im Regal. Die Kinder wissen gar nicht woher alles kommt und wo es wächst. Die Sucht nach dem Zuckerhältigen, den Handys, PC und Fernseher ist für mich völlig unverständlich. Von gesund Ernähren keine Spur, von gesund Leben sowieso nicht. Die Kinder verlieren den Geschmackssinn und den Geruchssinn. Bewegung? Das war einmal! Laufen, klettern und vor allem lustig sein und lachen? Das war einmal! Heute? Organisierter Freizeitspaß und Isolation. Das ganze Zimmer voller Plastik- und Elektronikspielzeug. Es tut mir im innersten weh, wenn ich das alles so betrachte.“

Zeit ist ein kostbares Gut

Wir können uns die Zeit nicht aussuchen, in der wir leben. Jede Zeit hat ihre Herausforderungen. Die Frage lautet: Wofür verwende ich meine kostbare Zeit? Wie viel Zeit widme ich meiner Familie

und meinen Kindern? Oder gebe ich der Jagd nach Geld und billiger Unterhaltung den Vorrang? Lläuft bei uns der Fernseher beim Essen? „Ich muss mich zerstreuen!“, höre ich oft. Nein, in Wirklichkeit brauche ich ein wenig Stille, um abzuschalten, um mich zu sammeln, um zu mir kommen zu können. Dann finde ich Kraft und Mut, um meine Probleme zu bewältigen, meine unrunden Seiten auszugleichen, Geduld und Toleranz, um die natürlichen Reibereien im Umgang mit meinen Lieben mit Klugheit und Humor zu lösen. Dann wird Energie frei, um gemeinsam schöne Dinge zu tun – und die Spirale dreht sich in die Aufwärtsrichtung. Zufriedenheit und glückliche Beziehungen sind die Belohnung. ■