

Spielzeug

Schenken wir den Kindern nicht das, was wir in der Jugend gerne gehabt hätten, sondern das, was sie sich jetzt wünschen.

Wenn man älter geworden ist, hat man auch einen großen Kreis von Verwandten und Bekannten, die wiederum Kinder haben, welche von uns bei Besuchen oder an Feiertagen natürlich beschenkt werden. Es ist gar nicht so leicht, einem Kind etwas zu schenken, das ihm wirklich auf längere Zeit Freude macht und vielleicht sogar noch ein Stück weit Belehrung bietet.

Wenn man die entsprechenden Geschenke anfertigt oder einkauft, stellt man sich bereits die Freude der beschenkten Kinder vor. Leider ist aber zumeist die erwartete Begeisterung der Kleinen, denen man doch ein großes Vergnügen bereiten wollte, gar nicht so groß, wie man sich das ausgedacht hat. Sie nehmen die schönen Dinge, sagen nett ihr Dankeschön, spielen einige Minuten damit und legen sie dann achtlos beiseite. Dabei war man überhaupt nicht geizig und hat sich das Geschenk tatsächlich etwas kosten lassen. Man hat auch nicht irgendetwas eingekauft, sondern man hat sich ganz genau überlegt, womit man diesen Kindern eine große Überraschung bieten könnte. Woher also diese Enttäuschung? Sind diese Kinder, denen wir heute begegnen, wirklich so verwöhnt und undankbar, wie man dann meint? Oder hat man vielleicht trotz allem guten Willen selbst einen Fehler gemacht, indem man einfach nicht auf das richtige Geschenk gekommen ist?

Wenn wir als Erwachsene in solchen Momenten des Lebens den Fehler bei uns selber suchen, dann sind

wir auf dem richtigen Weg. Die Tatsache, daß das Kind unser Geschenk schon bald beiseitelegt und nicht mehr beachtet, hat ihren Grund in einer vollkommen falschen Überlegung, von der wir uns leiten lassen, wenn wir Kinder beschenken wollen. Ich glaube, die Lösung gefunden zu haben, denn auch mir ging es schon sehr oft so.

Wir alle hatten wohl eine einfache Jugend. Man hat um uns nicht viel Aufhebens gemacht. Wir waren zwar voller Träume und Wünsche, diese gingen aber selten in Erfüllung. So behalfen wir uns dann eben mit den Dingen, die wir hatten, mit den Kleinigkeiten, die wir zu besonderen Tagen bekamen, und man kann nicht behaupten, daß wir unglücklich gewesen wären. Es blieb aber dabei, daß wir natürlich immer von Dingen träumten, die wir zusätzlich wirklich noch gerne gehabt hätten, die wir vielleicht bei reichen Kindern einmal zu sehen bekamen oder die wir in Inseraten und Katalogen der Warenhäuser vor Weihnachten mit gierigen Augen besichtigten und dabei versuchten, die Preise zu verstehen. Wobei wir uns spätestens, nachdem wir die Mutter gefragt hatten, selbst sagen mußten: «Nein, dieser Wunsch ist für mich unerreichbar.»

Jetzt sind wir aber älter geworden, und es gibt Kinder, die wir sehr lieben. Wir haben jetzt auch das Geld, und wenn wir die Möglichkeit haben, diesen Kindern eine Freude zu machen, wollen wir das in jedem Fall auf ganz besondere Weise tun. So betreten wir einen Spielzeugladen, um ein Geschenk zu kaufen. Bis jetzt haben wir alles richtig gemacht. Nun aber kommt der Fehler, den wir später, nach der Übergabe des Geschenkes, falls wir ihn überhaupt erkennen, sofort

auch bereuen werden. Der Fehler besteht darin, daß wir einem Kind nie das kaufen, was seinen jetzigen Träumen entspricht, sondern das, was wir uns in der Jugend selbst erträumt haben und nicht bekommen konnten. Es scheint uns also, daß wir dem Kind von heute eine sehr große Freude machen können, wenn wir den eigenen Wunschtraum, der schon bald ein halbes Jahrhundert alt ist, auf das jetzige Kind übertragen. Um es ganz einfach zu sagen: ein Kind, welches heute das bekommt, was wir uns in unserer eigenen Jugend erträumten, wird enttäuscht sein, weil die Zeiten, die Menschen und das ganze Leben sich doch sehr verändert haben. Es gibt deshalb, wenn es um Geschenke für Kinder geht, nur eine einzige Möglichkeit: Besprechen Sie vor der Bescherung die Sache mit der Mutter oder mit dem Vater des Kindes. Sie wissen am besten, wovon der kleine Sprößling heute träumt. Wenn Sie sich daran halten, werden Sie bei nächster Gelegenheit verwundert sein, wie Sie demselben Kind, von dem Sie glaubten, es sei undankbar, mit Dingen eine Freude machen können, die wahrscheinlich gar nicht so viel kosten wie das, was Sie vorher ausgewählt hatten. Sie werden zwar über das Geschenk staunen, zu dem man Ihnen rät, und können sich gar nicht vorstellen, daß es Ihnen in der eigenen Jugend einmal Freude gemacht hätte. Aber sehen Sie mal das glückliche und dankbare Kind an, dann werden Sie sagen, daß auch die Jugend von heute noch ein großes und empfängliches Herz für Kleinigkeiten hat, die man aus Liebe schenkt.

Tante Emmas Laden

*Der Gang zum Krämer um die Ecke
bedeutet mehr als Einkaufen.*

In den vergangenen Jahrzehnten sind die großen Kaufhäuser wie Pilze aus dem Boden gewachsen. Sie entsprechen einer Notwendigkeit und haben ihre Funktion. Einmal kann man mit dem Auto ins Parkhaus fahren und hat dann gewissermaßen alle nur erdenklichen Einkaufsmöglichkeiten in einem einzigen Gebäude. Zudem werden natürlich für die Warenhäuser manche Waren durch den Großeinkauf billiger. Das merkt schließlich auch der Kunde, und deswegen geht er ja ganz gerne in den Supermarkt und nimmt sogar die lange Warteschlange vor der Kasse in Kauf. So weit, so gut.

Trotzdem sollten wir Tante Emmas Laden, den Krämer um die Ecke, nicht vergessen, auch wenn seine Waren manchmal ein halbes Prozent teurer sind. Natürlich wissen die älteren Leser, daß es einmal eine Zeit gab, als der Dorfkrämer arme Familien geradezu beherrschte und seine Waren herzlos teuer verkaufte, weil er eben keine Konkurrenz in der Gestalt großer Warenhäuser zu fürchten hatte. Diese Zeit ist heute aber endgültig vorbei. Der Krämer von heute, der immer noch sein kleines Geschäft betreibt, hat damit nichts zu tun. Vielmehr hat der kleine Laden in den letzten Jahren eine ganz neue Bedeutung bekommen. Hier wird der Kunde nicht in der großen Masse abgefertigt. Man muß nicht endlosen Regalen entlanggehen und sich unbewußt Aktionsangebote aufschwätzen lassen. Man ist als Kunde immer noch eine Persönlichkeit, trifft andere Kunden, spricht mit ihnen,

diskutiert das Angebot und überlegt sich gemeinsam, was man wohl kaufen soll.

In Tante Emmas Laden wird man noch bedient. Man hat zwar nicht die neuesten Früchte aus Kalifornien, aber man vernimmt, wann der Bauer die frischen Äpfel, Eier und Kartoffeln bringen wird, und kann sich darauf einstellen, dann erst hinzugehen und die frische Ware zu holen. Das Einkaufen ist hier nicht automatisiert und nicht mechanisiert. Die alte Kasse klingelt noch fröhlich, auch wenn man nur für ganz wenig Geld etwas eingekauft hat. Tante Emmas Laden hat seinen besonderen Reiz. Wer das erkannt hat, dem macht Einkaufen schließlich wirklich Spaß. Besonders die Menschen in der Großstadt haben das längst vergessen. Dabei gibt es auch in großen Städten immer noch die kleinen Ladengeschäfte, wo jeder Kunde jedesmal Bekannte antrifft, mit denen er einen kleinen Schwatz abhalten kann. Ob eine Hausfrau noch sehr jung oder schon im Rentenalter ist, manche Probleme bleiben sich immer gleich. Dazu gehört das Angebundensein an die Wohnung und den Haushalt. Der Gang in den unpersönlichen und vollmechanisierten Supermarkt ist ein nicht sehr angenehmes und gehetztes Muß an Menschen vorbei, die man nicht kennt, die ebenso hetzen und mit traurigen Gesichtern durch die riesigen Räume eilen.

Der Gang zu Tante Emma um die Ecke ist ein kleiner Ausflug, der Moment, wo man aus den eigenen vier Wänden herauskommt, andere Menschen sieht und dabei wieder Kraft und Mut schöpft, die Pflichten zu erfüllen, die sich für eine Hausfrau jeden Tag wiederholen und nur dann langweilig und untragbar werden, wenn sich diese Hausfrauen von der modernen Com-



puterzeit einfach mitreißen lassen und zu einem Rädchen werden, das nur gebraucht wird, damit die Maschine läuft, und das ohne Achtung einfach ausgenutzt wird. Man sollte also wirklich die menschliche Bedeutung des Krämerladens sehen und sich überlegen, daß man so gesehen bei Tante Emma mehr profitiert als im Supermarkt, wo man da und dort zwei oder drei Pfennige sparen kann. Was sind diese Pfennige noch wert, wenn wir eines Tages gehetzt und verletzt die Nerven verlieren, keine Menschen mehr kennenlernen und trostlos einsam am Leben und an der ganzen Welt zweifeln. Tante Emma hat für alle immer einen guten Rat, schon allein dadurch, daß es sie überhaupt noch gibt.

Denken Sie doch an die Jugend zurück. Wie interessant war damals noch das Einkaufen!

Telefon

Ein herrlicher moderner Weg der Verständigung.

Für Geschäftsleute ist das Telefon, obwohl es Aufträge und damit Geld und Gewinn bringt, eine Plage. Es unterbricht jede Sitzung, es überrascht den Menschen bei allem, was er tut, und jagt ihn gleichsam auf einem zweiten Geleise durch den geschäftlichen Alltag. Aber es ist notwendig, und ein modernes Geschäft ohne Telefon wäre schon gar nicht mehr denkbar.

Für ältere Menschen hat das Telefon die genau gegenteilige Bedeutung. Es bringt Beruhigung, es bringt die Stimmen von Freunden, es bringt Sicherheit, weil man jederzeit den Arzt, die Polizei oder die Feuerwehr

rufen kann. Man kann über das Telefon vieles erledigen, ohne daß man schreiben oder weit gehen muß. Wenn man sich die Möglichkeiten, welche diese herrliche Erfindung bietet, einmal überlegt, dann sind eigentlich die Kosten für die Gespräche gar nicht so hoch wie man oft denkt.

Ältere Leute sollten, so meine ich, wenn sie nicht mehr gehen und reisen können wie sie wollen, die Kosten für Ferngespräche niemals scheuen, sondern als wichtige Notwendigkeit in ihre Ausgaben einbeziehen. Für Senioren ist das Telefon kein Luxus. Natürlich kann man sich bei den Gesprächen auf das Wesentliche beschränken und so manche Redezeit verkürzen. Man kann auf diese Art die Kosten kleiner halten. Zudem ist bei kurzen Telefonaten die Linie anschließend immer wieder frei, damit Anrufe für uns auch durchkommen. Wenn sich ältere Menschen täglich gegenseitig anrufen, finde ich das sehr gut, es hilft gegen Einsamkeit und Langeweile und gibt auf jeden Fall die innere Beruhigung und Freude, zu wissen, daß man immer noch Freunde hat. Spricht man aber gleich eine oder zwei Stunden lang, dann ist das nicht ganz richtig. Vielleicht hat nämlich der Gesprächspartner gar nicht soviel Zeit und wagt nur nicht, es zu sagen. Man muß also auch hier mit einer gewissen Rücksicht an die Mitmenschen herangehen, und falls man länger sprechen will, sie auf jeden Fall fragen, ob sie denn wirklich gerade genug Zeit haben.

Eine ganz besondere Bedeutung hat das Telefon, wie schon angedeutet, für Menschen, die allein und krank sind. Man kann sie anrufen und ihnen so viel Freude bereiten und ihr Los etwas erleichtern. Es gibt ihnen die Gelegenheit, im Krankenbett nicht abgeschieden

von der Welt leben zu müssen, sondern über diese herrliche Erfindung die Stimmen ihrer Mitmenschen immer wieder hören zu können. In manchen Städten gibt es unter den Senioren Abmachungen, daß man sich regelmäßig anruft. Es gibt ja viele ältere Leute, die keineswegs sehr viele Verwandte besitzen, die ganz in der Nähe wohnen. So kommt es immer wieder vor, daß Menschen oft tagelang hilflos krank sind und keiner merkt etwas, nicht einmal die Nachbarn. Über das Telefon, wenn man von Zeit zu Zeit angerufen wird, klären sich solche Situationen in bester Weise immer sehr schnell.

Geht man zum Altersnachmittag, dann trifft man andere Senioren und kommt bald einmal mit ihnen in sehr schöne Gespräche. Dabei verspricht man sich häufig einen gegenseitigen Besuch, aber bleibt zumeist bei den Versprechungen, weil sich jeder der beiden sagt: «Ich kann doch nicht einfach ins Haus fallen. Wieso hat mich der andere jetzt noch nicht angerufen und keine besondere Einladung geschickt?» Man ist also unsicher, was man ausgemacht hat und ob man überhaupt etwas ausgemacht hat. Deswegen ist es bei Altersnachmittagen und anderen Treffen wichtig, dass man Menschen, die man kennenlernt und die man ganz gerne zu seinen Freunden zählen würde, die Adresse und die Telefonnummer gibt.

Wußten Sie übrigens, daß hundert Visitenkarten nur etwa soviel kosten wie ein Kilo Brot oder Kartoffeln? Gerade wenn man älter geworden ist und nicht immer Schreibzeug, Brille, Papier undsoweiter hervorheben will, sollte man sich solche Visitenkarten einmal in einer Papeterie bestellen oder zu Weihnachten wünschen. Ich sehe das überhaupt nicht als Angebe-

rei, sondern als ganz einfache und praktische Lösung dafür, wie man mit Menschen, die man gerne sehen und sprechen möchte, Adresse und Telefonnummer austauschen kann. In unserer Jugend hatten ja nur die sogenannten besseren Geschäftsleute ihre Visitenkarten. In der heutigen Zeit sind diese kleinen Kärtchen zu einer Selbstverständlichkeit geworden, vielleicht im Alter sogar zu einer Notwendigkeit, die man nach meiner Meinung wahrnehmen müßte.

Das Telefon ist also ein guter Freund, wenn man es richtig benützt. Es kann Freude bringen, es kann vor Vereinsamung schützen und es kann Leben retten. Man muß nur damit umzugehen wissen.

Übrigens: haben Sie Ihr eigenes kleines Telefonverzeichnis, wo die Nummern der Verwandten und Freunde, die Notrufe und anderes aufgezeichnet sind? Wenn nicht, dann fertigen Sie sich eine solche Liste, die man bequem auf den Schreibtisch legen oder an die Wand hängen kann, bald einmal an.

Tisch und Tisch- gemeinschaft

*Ein gutorganisierter Tagesablauf
ist im Alter viel wichtiger als man
glaubt.*

Man ißt nicht nur mit dem Mund. Das Essen ist auch etwas für die Augen, für die Seele und für das Gemüt. Bei der weltberühmten chinesischen Küche ist die Zusammenstellung vielfarbiger Gerichte weit wichtiger als große Mengen fetter Nahrung, wie sie bei uns vor allem im kalten Norden immer noch üblich ist. Es braucht zum Essen zudem noch einen nett herge-

richteten Tisch, selbst wenn man alleine ist und für sich selber kochen muß.

Es gibt nun mehr alte Leute als man glaubt, die sich irgend etwas kochen und es dann gleich beim Herd aus der Pfanne essen mit der Bemerkung: «Für mich reicht das schon. Was soll ich Umstände machen, wenn ich doch so oder so alleine bin?» So sollte man sich niemals gehen lassen. Selbst wenn man alleine ist, kann ein Tisch immer wieder sauber gedeckt werden. Die Gerichte kann man auf kleinen Plättchen einladend anrichten. Dann soll man sich hinsetzen und sich zum Essen Zeit lassen.

Fehlt einem die Tischgemeinschaft mit einem Gesprächspartner, darf man ruhig den Rundfunk oder das Fernsehen einschalten oder die neueste Tageszeitung für diese halbe Stunde aufbewahren, wenn man sich gemütlich zum Essen, Lesen, Hören und Sehen hinsetzt. Wenn man nur noch dann irgendetwas ißt, das man gerade in seinem Vorrat findet, wenn man Hunger spürt, und nicht mehr zu bestimmten Zeiten, kommt man bald aus dem notwendigen Lebensrhythmus und verliert jeglichen Appetit. Das Essen sagt einem dann nichts mehr. Die Folge davon ist, daß man, wie die alten Leute richtig sagen: «Von der Kraft kommt» oder sogar krank wird. Dafür gibt es zuerst keine Entschuldigung und später keine Ausrede.

Zugegeben: es braucht Selbstdisziplin, einen Menüplan, der möglichst vom Hausarzt gutgeheißen wurde, und die genauen Essenszeiten jeden Tag einzuhalten, auch wenn man sich nicht sehr gut fühlt, auch wenn man schlecht aufgelegt ist oder irgend eine Enttäuschung hinter sich hat. Es ist aber unendlich wichtig, daß man gerade im Herbst des Lebens geordnete

Verhältnisse beibehält. Schließlich will man doch seinen Haushalt so lange wie möglich behalten und sich von niemandem dreinreden lassen. Sieht aber die jüngere Generation, daß die Ordnung im Hause zerfällt, daß nicht mehr richtig gekocht und gegessen wird, dann kommt aus echter und liebevoller Sorge um die Senioren die sicher nicht angenehme Frage: «Geht es denn noch? Wenn es nicht mehr geht, kannst Du es uns ruhig sagen. Wir finden vielleicht schon eine Lösung, daß Du nicht mehr kochen und selber haushalten mußt.»

Hat man aber seinen geordneten und wirklich schön organisierten Tagesablauf, dann bleibt man zuerst einmal erstaunlich lang bei Kraft und Gesundheit, behält seinen positiven Lebenswillen und gibt zudem der jüngeren Generation keine Gelegenheit, daran zu zweifeln, daß alles noch bestens läuft. Ein geordneter Haushalt garantiert zudem dauernde Beschäftigung. Wer sich aber immer beschäftigt und immer etwas zu tun hat, der muß auch keine Angst vor Depressionen haben. Die haben dann doch überhaupt keinen Platz. Sie kommen erst, wenn man dasitzt und nichts zu tun weiß.

Mit der disziplinierten Ordnung, die man sich selbst auferlegt hat, trainiert man zudem täglich sein Gedächtnis, und das ist im Alter äußerst wichtig. Wer sich das genau überlegt, weiß nun vielleicht, wieso es fröhliche Leute mit achtzig Jahren und verbitterte, hoffnungslose Menschen mit siebzig Jahren gibt. Zu welchen wollen Sie gehören? Darum: schon mit dem Essen fängt es an. Und vergessen Sie bitte die Serviette und das kleine Blümchen nicht, das auf dem Tisch stehen soll und Ihnen immer wieder davon

erzählt, daß ein natürliches und geordnetes Leben bis ins hohe Alter und bis mit hinein in die Krankheit und wachsenden Schwierigkeiten glücklich machen kann.

Trauer

Ein gutes Gedenken an liebe Verstorbene heißt, mutig weiterleben.

Die Liebe, so sagt man, wird bei Ehepaaren mit den Jahren immer tiefer. Man hat sich an die Fehler des Partners gewöhnt, das Verhältnis ist geläutert, man wächst zusammen und ist schließlich fast untrennbar miteinander verbunden. Es kommt aber unweigerlich einmal der Tag, an dem der Tod den einen Partner ereilt. Das ist schwer und schmerzlich. Wer es nicht miterlebt hat, kann es wohl auch kaum nachempfinden. Viele ältere Menschen sagen: «Bis jetzt geht es uns als Seniorenehepaar ja noch ganz gut. Aber wenn ein Partner einmal nicht mehr da ist, wird es für den andern sehr schwer werden.» Es schleicht sich dann gewissermaßen die Angst in die gute Stube. Man fragt sich: «Was soll ich tun, wenn ich dann plötzlich alleine bin? Wird es überhaupt weitergehen?»

Natürlich spricht man sehr wenig oder gar nicht davon, und doch sollte man darüber reden. Dieses Gespräch sollte aber wirklich nur einen einzigen Gedanken zum Inhalt haben. Man sollte nämlich seinem Partner klar und deutlich sagen: «Wenn ich zuerst gehe, dann sollst Du nicht verzweifeln. Es kann nicht der Inhalt meiner Liebe gewesen sein, daß ich Dich in trostloser Einsamkeit zurücklassen möchte. Du sollst mich in guter Erinnerung behalten, das ist selbstverständlich. Du sollst aber auch gleichzeitig

versuchen, nun allein auf bestmögliche Art das Leben noch einmal in Angriff zu nehmen und zu meistern. Das wäre mein Wunsch, und den wirst Du respektieren, wenn unsere gegenseitige Liebe, die wir nun über so viele Jahre erprobt haben, wirklich stimmt.»

Mit anderen Worten heißt das: man soll in einem solchen Falle so weiterleben, wie der verstorbene Partner es wünschen würde, wenn er dazu noch etwas sagen könnte. Es kann doch nicht der Wunsch dessen sein, der nun scheiden muß, daß der Zurückbleibende in den grauen Alltag hineintrauert. Das Leben muß weitergehen, das ist der Verlauf der Natur.

Wie oft aber habe ich als Seelsorger erlebt, daß Gattin oder Gatte auf dem Sterbebett die Bitte aussprachen, der Partner möge sich nachher nicht total vergrämen, sondern vernünftig und auch etwas froh weiterleben. Eine solche Einstellung ist großartig und beweist, daß man gemeinsam einen guten Weg gegangen ist und dabei so stark wurde, daß man das letzte Stück auch noch alleine weitergehen kann.

Dennoch gibt es immer wieder zurückgelassene Partner, die nicht aufhören zu trauern, die jahrelang jeden Tag auf den Friedhof gehen und vor dem Grab stehen, und einfach den Weg in das neue, selbständige Leben nicht finden können. Trauer ist richtig. Wochenlanges, monatelanges Trauern ist selbstverständlich, aber wer nicht aufhört, in einer Weise zu trauern, daß er nur noch die Trauer sieht und den Blick zum Leben verliert, der trauert nicht mehr um den Verstorbenen, sondern der bemitleidet sich selbst. Das ist dann keine Trauer um den lieben Verstorbenen mehr, sondern Egoismus.

Auch die Vernunft und die echte Liebe zum Partner,

den man jetzt vermißt, müssen hier ein Wort sprechen. Wenn man nur noch trauert und überhaupt nichts Gutes mehr am Leben und an der Zeit sieht, verliert man schnell alle Freunde und ist dann plötzlich wirklich ganz allein. Das kann aber nicht der Wunsch des Verstorbenen gewesen sein. Es ist manchmal ein gar nicht allzu weiter Weg von echter, liebevoller Trauer zu egoistischer Verstocktheit. Das muß man sich ganz bewußt überlegen, weil es eines Tages Wirklichkeit werden kann.

Einen Verstorbenen soll man niemals vergessen, man soll um ihn trauern, man soll ihm auch ein Denkmal setzen. Das Denkmal muß aber vor allem im eigenen Herzen stehen und dem Partner die Liebe über den Tod hinaus dadurch beweisen, daß man dem Leben weiterhin mit Ernst und Freude gegenübersteht. Dann leuchtet dem lieben Verstorbenen erst das richtige Licht.

Umstände

Der Blick in die Zukunft läßt vergangene Enttäuschungen vergessen.

Man kann im Leben nicht alles haben, wovon man träumt. Man will auch nicht alles besitzen. Jeder einigermaßen vernünftige Mensch weiß, was er erreichen kann und was nicht. Das Mögliche wird einprogrammiert, man weiß, man kann es erreichen, und zumeist kommt man dann auch ans Ziel. Ist das Ergebnis nicht ganz so, wie man es sich erträumt hat, ist man trotzdem zufrieden, weil man natürlich im Leben immer wieder die Erfahrung macht, daß nichts

so vollkommen ist, wie es praktisch sein könnte. Es kommt hie und da etwas dazwischen. Auch das programmiert man ein und ist gar nicht sehr böse, wenn sich durch besondere Ereignisse gewisse Ziele erst viel später oder vielleicht gar nicht erreichen lassen. Was nützen uns schließlich die schönsten Pläne für unseren Frühjahrsgarten, wenn es im Mai immer noch schneit und so kalt ist, daß man überhaupt nicht ans Anpflanzen denken kann. Das nimmt man zur Kenntnis und ist darüber bestimmt nicht böse.

Es gibt dann aber noch «bestimmte Umstände», die man nicht erträgt. Ich meine damit die Tatsache, daß unsere Pläne auch hie und da von Mitmenschen, die uns nicht mögen, die uns das Gute nicht gönnen wollen, durchkreuzt werden. Das macht uns böse, und nicht zu Unrecht. Sind einmal in unserem Leben solche Umstände eingetreten, ist der Zug, den man erreichen wollte, abgefahren, und kann man ihn nicht mehr erreichen, dann sollte man mit dem Schicksal nicht allzusehr hadern, sondern mit diesem Umstand, auch wenn uns Unrecht geschehen ist, irgendeinmal fertigwerden. Selbst wenn man das Recht auf seiner Seite hat und ganz genau beweisen kann, daß man ungerecht behandelt worden ist, gibt es zwei Möglichkeiten, wovon eine richtig ist und die andere falsch. Die falsche Möglichkeit nimmt man dann wahr, wenn man das erfahrene Unrecht nicht vergessen kann, wenn man Tag und Nacht darüber grübelt und es allen Menschen immer und immer wieder erzählt. Man verbohrt sich dann in die Tatsache, daß man Recht gehabt habe. Und während der ganzen Zeit, in der man unglücklich ist, darüber nachdenkt und mit dem Schicksal hadert, ist man doch überhaupt nicht fähig,

andere, positive Dinge des Lebens, die auch auf einen warten, wahrzunehmen. Die richtige Möglichkeit besteht einfach darin, Unrecht ohne Haß und Rachegefühle zu vergessen und sich sofort wieder auf das Neue und Positive zu konzentrieren, das man noch tun kann. Gerade derjenige Mensch, der einem nicht gut will, hat ja sein Ziel noch besser erreicht, wenn er uns nach dem Unrecht, das er uns zugefügt hat, zusätzlich noch mit der Tatsache quälen kann, daß wir damit nicht fertig werden, und diese Freude wollen wir ihm doch nicht machen.

Sie haben bestimmt schon im Fernsehen die Eiskunstlauf-Weltmeisterschaften verfolgt. Man muß von diesem Sport nicht sehr viel verstehen, um zu merken, wie einseitig und ungerecht sehr oft die Urteile der Punktrichter aus den verschiedenen Ländern ausfallen. Punktrichter aus dem Ostblock geben ihren Kandidaten die besseren Noten, und Punktrichter aus dem Westen bevorteilen die Kandidaten aus ihren befreundeten Ländern. Das ist nicht richtig, und sehr viel Fleiß und Hoffnung junger Menschen, die jahrelang trainiert haben, können in solchen Momenten einfach zunichte gemacht werden. Diesen jungen Sportlern geschieht bei einer falschen Beurteilung ein Unrecht. Oft ist das so offensichtlich, daß man sich sogar als Zuschauer vor dem Fernseher noch aufregt. Was mich in solchen Momenten immer wieder überrascht und mit Bewunderung für diese jungen Sportlerinnen und Sportler erfüllt, ist die Tatsache, daß dennoch keiner der ungerecht Beurteilten die Schlittschuhe in die Ecke stellt und sagt: «Ich werde nicht mehr weiterlaufen!» Sie machen weiter und haben bei der nächsten Konkurrenz das Unrecht von vorher total vergessen,

weil sie sich auf die neue Leistung konzentrieren. Genauso sollte es uns gehen, wenn Umstände, die wir nicht einberechnet haben, die gar nicht hätten eintreten müssen, uns einmal einen Plan vereitelt haben. Hadern mit dem Schicksal und Rachegefühle sind zeit- und kräfte-raubende Dinge, die wir auf jeden Fall meiden sollten. Ich weiß, das ist leichter gesagt als getan, aber es gibt Optimisten, die können das. Wenn man solch fröhliche Menschen darüber befragt, wie sie das eigentlich schaffen, unter ungerechten Umständen nicht tage- und wochenlang zu leiden, bekommt man immer dieselbe Antwort. Diese Menschen vergessen nicht einfach leichtsinnig das erfahrene Unrecht und die widrigen Umstände, sondern sie konzentrieren sich sofort auf neue Werte, und die beschäftigen sie dann so sehr, daß sie den alten Geschichten nicht mehr nachtrauern.

Das heißt also: sie überdecken mit optimistischen, positiven Hoffnungen die gemachten schlechten Erfahrungen. Dazu kommt aber noch, daß sie die neuen Hoffnungen und Ziele nicht wiederum um jeden Preis erkämpfen wollen, sondern immer nur das Mögliche im Auge behalten und eventuelle besondere Umstände, die alles vereiteln könnten, schon zum vorneherein einkalkulieren. Wenn man so denkt, kann die Enttäuschung, egal, um was es geht, nie so groß werden, daß man daran zerbricht.

Es gibt schließlich eine ausgleichende Gerechtigkeit. Wenn der Mensch irgendwo richtig unverdientes Pech gehabt hat, hat das Schicksal ganz sicher in einem anderen Lebensbereich schon wieder eine gute Überraschung bereit. Man muß das nur sehen. Wenn man es sieht, ist man weder leichtsinnig noch ein bodenlo-

ser Optimist. Neue Umstände können immer eintreten, und wenn man stark genug ist, können solche schlechte Erlebnisse Kraft geben für neue, schöne und gute Dinge und Ziele, die man im Leben und in jedem Lebensalter erreichen kann.