Seniorenbrief

Ausgabe 2 - 05/2020

Liebe Leserin, lieber Leser,

mit unserem 2. Seniorenbrief möchten wir Ihnen wieder ein kurzweiliges Lesevergnügen schenken. Noch immer sind die Tage geprägt von etlichen Alltagseinschränkungen und von dem Verzicht auf liebgewonnene persönliche Kontakte. Umso wichtiger ist es, sich den Blick für die Schönheiten der frühlingshaften Natur und für kleine alltägliche Freuden zu erhalten.

Wir wünschen Ihnen Wohlergehen, Zuversicht und immer wieder „ein bisschen Herzens-sonnenschein".

Herzliche Grüße
Ihr Redaktionsteam

Aktion: „Kinder malen Regenbogen an Fenster und verbreiten Hoffnung"

Man braucht nicht viel zum
Glücklichsein,
nur eine Handvoll Freude,
ein bisschen Herzenssonnenschein
und um sich – nette Leute

Lydia Wrobel

„ENT-SORGEN"

Jetzt ist die Zeit des „Entsorgens",
Seit Wochen schlechte Nachrichten,
die ich jetzt nicht alle wiederholen möchte.
Diese Nachrichten machen uns Sorgen,
aber wie lange halten wir so viele Sorgen aus.
Es ist Zeit, sich zu „ent-sorgen", damit es nicht zu viel wird.
Das „Ent-sorgen" ist einfach: Wegwerfen, loslassen,
ausmustern, alles Überflüssige aussortieren.

Das „Ent-sorgen" bedeutet Platz schaffen:

Für das Wertvolle und Schöne.
Mit diesem Impuls wünsche ich Ihnen
Die Kraft, einmal Nachrichten wegzulassen.
Nicht auf die Zahlen zu schauen,
sondern ein Gespräch zu führen,
oder ein Buch zu lesen, das schön ist.
Die innere Konzentration auf den Wert des Lebens zu lenken,
auf das Aufbrechen in der Natur,
auf den Frühling und das milde Licht,
das erste Grün, auf das Schöne, das da ist.

Tagesimpuls aus dem Forum St. Peter – Michael Heyer

Das Märchen „Der Sucher“ von Jorge Bucayer“

Dies ist die Geschichte von einem Menschen, den wir als Sucher bezeichnen können und der sich auf der Suche befindet und dabei beabsichtigt „etwas“ zu finden. Es ist aber auch eine Geschichte für all jene, für die das ganze Leben eine einzige wunderschöne Suche ist.

Die Geschichte beginnt, als der Sucher eines Tages das Verlangen verspürt, in die Stadt Kammir zu gehen. Er hatte gelernt, dass er solche Gefühle, die von einem unbekannten Ort in seinem Inneren stammen, strikt beachten sollte. So ließ er also alles stehen und liegen und machte sich auf den Weg.

Nach zwei Tagen Marsch über staubige Wege und Straßen erblickte er Kammir in der Ferne. Kurz vor seiner Ankunft zog ein Hügel zur Rechten des Weges seine Aufmerksamkeit auf sich. Er war überzogen mit einem wunderschönen Grün und voll mit Bäumen, Vögeln und zauberhaften Blumen.

Der Hügel war umgeben von einem niedrigen Zaun aus poliertem Holz. Ein Törchen aus Bronze ermunterte ihn, einzutreten. Auf einmal vergaß er die Stadt und erlag der Versuchung, sich eine Weile an diesem Ort auszuruhen.

Der Sucher ging durch das Törchen und fing an langsam zwischen den weißen Steinen, die zufällig zwischen den Bäumen verstreut lagen, herumzulaufen. Schließlich entdeckte er auf einem der Steine eine Inschrift: *„Abedul Tare lebte 8 Jahre, 6 Monate, 2 Woche und 3 Tage“.*

Er erschrak kurz, denn offensichtlich war der Stein nicht nur ein Stein. Es handelte sich um einen Grabstein und es tat ihm leid, dass ein so junges Kind dort begraben lag…

Als er sich weiter umschaute, stellte er fest, dass auch der nächste Stein eine Inschrift hatte. Er näherte sich und las *„Er hieß Kalib, lebte 5 Jahre, 8 Monate und 3 Wochen.“*

Der Sucher war erschüttert. Dieser schöne Ort war ein Friedhof und jeder Stein ein Grabstein. Alle hatten eine ähnliche Inschrift: ein Name und die genaue Länge des Lebens des Toten.

Was ihn am meisten entsetzte, war, dass selbst derjenige, der am längsten gelebt hatte, gerade einmal 11 Jahre alt wurde. Ihn überkam ein schrecklicher Schmerz, er musste sich setzen und fing an zu weinen.

Der Friedhofswärter kam vorbei, sah ihn und näherte sich. Er schaute ihm eine Weile lang stillschweigend zu und schließlich fragte er ihn, ob er wegen eines Verwandten weinte.

„Nein kein Verwandter“, antwortete der Sucher, *„Was ist los in dieser Stadt?“, „Was gibt es so Schreckliches in dieser Stadt?“, „Wieso liegen an diesem Ort so viele tote Kinder begraben?“, „Welcher Fluch liegt auf diesen Leuten, weshalb sie diesen Kinderfriedhof bauen mussten?“*

Der Alte lächelte und sagte:

„Sie können sich beruhigen, es gibt keinen Fluch. Wir haben hier einen alten Brauch: Wenn ein Jugendlicher 15 Jahre alt wird, schenken ihm seine Eltern ein Notizbuch. So eines, wie das, was ich um meinen Hals hängen habe.

Es ist eine Tradition bei uns, dass man von da an, jedes Mal, wenn man etwas intensiv genossen hat, sein Notizbuch öffnet: Auf der linken Seite schreibt man das genussvolle Erlebnis auf und auf der rechten die Zeit, die es angedauert hat. Hat jemand gerade seine Freundin kennengelernt und sich in sie verliebt? Wie lange hielt diese Leidenschaft an? Wie fühlte sich der erste Kuss an und wie lange dauerte er? Wie waren die Schwangerschaft und die Geburt des ersten Kindes? Die lang ersehnte Reise? Das Wiedersehen mit der Schwester, die aus einem weit entfernten Land wiederkommt? Wie lange dauerte der Genuss dieser Erlebnisse an? Stunden? Tage?

So halten wir in unserem Notizbuch jeden einzelnen Moment fest. Wenn jemand stirbt, öffnen wir sein Buch und zählen die genossene Zeit zusammen, um es auf seinen Grabstein zu schreiben. Denn diese Zeit ist für uns die einzig wirklich gelebte Zeit.“

Herausgeber: Alzheimer Gesellschaft im Kreis Coesfeld e.V. - ViSdP: Hedi Overhoff / Anja Palesch
Anschrift der Redaktion: 48301 Nottuln – Busenbaumstr. 14 - Email: h.l.overhoff@t-online.de