



Senioren-Zeitung



Herbstgedanken

Trübe Aussichten nicht nur in der Natur, sondern auch bei vielen Menschen in der vermeintlich sonnenhungrigen Jahreszeit. Man sollte nicht schon vorzeitig das „Handtuch werfen“. Der Herbst hat mit Sicherheit noch einige schöne Tage im Gepäck und nicht nur Negatives zu bieten. Es ist jedes Mal ein erhebender Anblick, wenn die Sonne golden den Herbstwald in ein buntes Farbenmeer verwandelt. Spürbar kühler als in der Vergangenheit präsentiert sich der Herbstwind. Er ist bestrebt, das bunte Blätterdach der Bäume und Sträucher zu reduzieren, um der bevorstehenden Schneelast vorzubeugen und Schäden abzuwenden. Noch liegt der Duft der reifen Früchte in der Luft. Es ist die Zeit, in der die restliche Ernte noch eingebracht wird und die Natur sich auf den Winterschlaf vorbereitet. Der Herbst ist auch die Zeit, in der viele Feste angeboten werden. Das Oktoberfest dürfte wohl das bekannteste in Deutschland sein, welches dementsprechend auch gefeiert wird. Nicht weniger beliebt sind auch die Weinfeste, die stimmungsvoll über die „Bühne“ gehen. Ein Besuchermagnet ist auch in unserer Region das Viezfest mit seinen vielfältigen Angeboten. Nicht untätig sind nach der eingebrachten Ernte die Obst- und Gartenbauvereine. Sie bedanken sich für die reiche Ernte mit einem Erntedankfest. In vielen Gotteshäusern kann man zu diesem Anlass kunstvoll gestaltete Teppiche bewundern, die in mühevoller Arbeit aus naturgewachsenem Material gefertigt sind, eine Augenweide für den interessierten Betrachter. Nicht weniger Aufmerksamkeit bekommen auch eine Vielzahl von

Obst und Gemüsearten, die an diesem Tag den Altarraum schmücken und gesegnet werden. Die letzten Zugvögel haben sich schon längst vom „Acker“ gemacht, um nicht der kaltnassen Jahreszeit in die Hände zu fallen. Mit einem letzten Aufbäumen wehrt sich der Herbst gegen einen unüberwindbaren Gegner, der bereits seine Fühler ausgestreckt hat. Noch hält er das Zepter fest in der Hand und versucht mit aller Macht, seine Regentschaft zu verteidigen. Aber der November nagt schon fast unbemerkt an seinem Stuhl. Sein Markenzeichen ist Feuchtigkeit und dichter Nebel, aber auch einige Nachtfröste gehören zu seinem Repertoire. Der dunkelste Monat des Jahres zeigt bei vielen Menschen negative Auswirkungen im Alltagsleben. Andere wiederum fügen sich in das Unvermeidbare, in das wir seit Generationen eingebunden sind, und was seit Menschengedenken eine immer wieder kehrende Realität ist. In dieser Phase beginnt, wie auch in der Natur, der menschliche Körper sich auf die anstehende Ruhephase vorzubereiten. Es ist die Zeit in sich hinein zuhören und dem Stressabbau höchste Priorität zu gewähren, um das Gleichgewicht zu bewahren. Man sollte der Vergangenheit nicht nachtrauern und die Gegenwart bewusst erleben. Freuen wir uns ganz einfach auf die Zukunft, die uns die dunkle Jahreszeit vergessen lässt und mit freudigem Gemüt und gut erholt in die neue Saison zu starten.

Otto Kuhn
Seniorenredaktion Losheim am See

Wir stricken an unserem Leben - Jeden Tag ein Stück weiter

Oft ist das komplizierte Muster vorgegeben und muss mit viel Konzentration bewältigt werden. Manche Strecken werden mühelos und freudig geschafft. Freundliche Farben, auch bunt gemischt wechseln mit grauen ab. Auch die Qualität wechselt, mal weich, mal flauschig, mal hart und kratzig. Es kommt auch vor, dass die Maschen von der Nadel fallen, manchmal auch aus Versehen. Dann entstehen plötzlich Löcher, und das Muster wird unvollständig. Es kann sein, dass der Faden reißt und neu angesetzt werden muss. Wir kennen das:

Neu anfangen. Es kann auch vorkommen, dass wir das Strickzeug in die Ecke werfen, um es dann später doch wieder hervorzuholen. Es wird für uns Menschen immer ein Geheimnis bleiben, wie viel Lebensfaden uns noch zu verstricken bleibt. Wir haben die Nadeln in unserer Hand. Technik und Strickmuster können wir wechseln. Gott will helfen, dass am Ende ein annehmbares Strickbild entsteht. Gut ist es, mit seinem Rat und Zutun weiter zu stricken.



Verfasser unbekannt.



Senioren-Zeitung



Das Alter

Ewig fliegt man nicht als Falter,
eines Tages kommt das Alter.

Aus dem Falter wird die Falte,
aus dem Schnucki wird die Alte,
aus dem Jüngling wird der Greis,
ewig ist nur der Verschleiß.

Gestern noch mit flotten Flügeln,
heute sind die Runzeln da.
Da hilft kein kosmetisch bügeln,
da hilft keine AOK.

Wer mit flinkem Fuß gewippt hat,
schlurft nun mit knarrendem Gelenk,
und du merkst auf einmal deutlich:
man ist älter als man denkt.

Auf des Lebens grüner Wiese
ist das duft'ge Gras gemäht,

abseits jeder Jugendkrise
lebt man funkstill und Diät.

Soll man weinen nun und jammern,
weil man nun mehr ausgeschirrt,
soll man sich an früher klammern
weil man täglich klammer wird.

Ist in dieser engen Runde
Auch die Welt nicht mehr so bunt,
Freundchen auch die Abendstunde
hat noch manchmal Gold im Mund.

Sei vor'm Alter nicht so feige,
ändere einfach dein Programm.
Spielt man nicht mehr erste Geige,
bläst man eben auf dem Kamm

(Autor unbekannt)



„Zeidisch“

Herbstzeit.
Erntedankfest.

Dank für das Einbringen all dessen, was im jahreszeitlichen Rhythmus herangereift und geerntet wurde, als es „zeidisch“ war. „Zeidisch“ sagt man, wenn etwas zum rechten Zeitpunkt geschah, wenn „es“ oder „die Zeit“ reif war. „Zeidisch“ wurde auch für „pünktlich“ verwendet, heute noch gebräuchlich in „rechtzeitig“. Früher wurde man vor dem Genuss unreifer Früchte gewarnt, weil „unzeitiges Obst“ Leibscherzen verursache. Unsere Zeit hingegen scheint das „Unzeitige“ zu wollen, zumindest zu begünstigen. Wirklich reifes Obst und Gemüse ist im Handel kaum zu bekommen. Unsere Kinder und Jugendlichen sind frühreif. Bereits Ende August liegt das typische Weihnachtsgebäck in den Regalen der Märkte: Stollen, Printen, Zimtsterne, Lebkuchen und Marzipankartoffeln neben den ersten Erntekartoffeln vom Feld und den Saisonartikeln für's Oktoberfest und „Halloween“. Neben Nüssen, Kürbissen und Weintrauben finden wir Winterge-



müse, Erdbeeren und Spargel, im Januar die Osteraschen neben den Faschingsartikeln.

Auch der Kauf auf Raten ist so eine „unzeitige“ Sache, eine zur Sitte gewordene Unsitte: Schaff dir an, was du begehrt, zahle später! – Geduldig sein, sparen und zu warten, bis sich etwas entwickelt hat und die Zeit reif dafür ist: das war einmal! Zeit verläuft in Rhythmen mit unterschiedlichen Qualitäten. Diese Rhythmen strukturieren die Zeit und steuern die Entwicklung der Lebensläufe in der Zeit innerhalb einer universalen Ordnung, auf deren Zuverlässigkeit wir gerne vertrauen, auf der alles aufbaut. Unsere Wohlstandsgesellschaft gründet auf vorgezogener Ernte. Vor dem Genuss des „unzeitigen“ Obstes hat man uns Kinder seinerzeit eindringlich gewarnt, und wenn wir gar zu ungeduldig waren und es nicht erwarten konnten, haben wir mit Bauchschmerzen dafür bezahlt. Ob wir von all dem Unzeitigen in unserer Zeit auch Bauchschmerzen bekommen werden und für unsere Ungeduld bezahlen müssen?

Rosemarie Lehnen, Rissenthal

30.09.14