



Senioren-Zeitung



Gute Vorsätze fürs neue Jahr



Jedes Jahr an Silvester fassen viele Menschen Vorsätze für das kommende Jahr. Ganz oben auf der Liste steht der Wunsch, Gewicht zu verlieren, vor allem die über Weihnachten angefütterten Pfunde, gefolgt von dem Vorsatz, mit dem Rauchen aufzuhören, mehr Sport zu treiben, nicht mehr

so viel Alkohol zu trinken, nicht mehr soviel Stress zuzulassen und viele andere Vorsätze mehr. Die Statistik sagt, dass sich nicht einmal 5 Prozent der Deutschen an ihre guten Vorsätze, die sie an Silvester gefasst haben, halten.

Was sagen kluge Männer über Vorsätze?

George Bernard Shaw : Der Weg zur Hölle ist mit guten Vorsätzen gepflastert.

Oscar Wilde: Gute Vorsätze sind Schecks, auf eine Bank gezogen, bei der man kein Konto hat. Gute Vorsätze verdrängen schlechte Gewohnheiten.

Lothar Schmidt: Gute Vorsätze sind sehr beliebt. Sie lassen sich immer wieder verwenden.

Johann Wolfgang von Goethe: Gut ist der Vorsatz, aber die Erfüllung ist schwer.

Goethes Wunsch fürs neue Jahr: Im neuen Jahr Glück und Heil, auf Weh und Wunde gute Salbe, auf groben Klotz ein grober Keil, auf einen Schelmen anderthalbe.

Viele Menschen verzichten auf gute Vorsätze fürs kommende Jahr. Sie setzen sich kleine Ziele für nur einen Tag im Jahr, angeregt durch Papst Johannes XXIII. Dazu macht er Vorschläge, die auch zu mehr Gelassenheit führen sollen. Hier sind einige:

Nur für heute will ich mir vornehmen, zehn Minuten lang etwas Gutes zu lesen.

Nur für heute will ich eine gute Tat vollbringen, und ich werde es keinem Menschen erzählen.

Nur für heute will ich etwas tun, wozu ich keine Lust habe.

Nur für heute will ich mich um mein Auftreten sorgen, will niemand korrigieren oder verbessern, nur mich selber.

Nur für heute will ich ein Programm aufstellen, und ich will mich vor zwei Übeln hüten: der Hetze und der Unentschlossenheit.

Nur für heute will ich mich mühen, den heutigen Tag will ich leben, ohne gleichzeitig an alle Probleme meines Lebens zu denken.

Nur für heute will ich keine Angst haben: Im Gegenteil. Ich will mich an allem freuen, was schön ist.

Nur für heute will ich mich den Umständen anpassen, ohne zu verlangen, dass die Umstände sich meinen Wünschen unterordnen.

Gertrud Dewald Bachem
Seniorenredaktion

Ehrenamtliche Engel mögen dir helfen

Sie setzen sich für Menschen ein, die weniger Glück hatten. Sie zählen die Stunden nicht, und ihre Liebe zu den Menschen ist größer als ihr Streben nach Geld und Besitz. Sie reichen ihnen die Hände und bieten ihre Freundschaft an. Sie machen Besorgungen. Sie kümmern sich um Arbeitsplätze. Sie gehen in Gefängnisse. Sie sorgen für eine warme Wohnung. Sie streichen an und reparieren. Sie gehen mit einsamen Menschen spazieren. Sie besuchen Kranke und

begleiten Sterbende. Wenn sie nicht wären, würden Viele keine Hilfe und keine Freundschaft gefunden haben. Viele Herzen wären vor Kälte gestorben.

Es gibt noch Engel, ehrenamtliche Engel, mitten unter uns. Sie haben keine Flügel, aber ihr Herz ist ein sicherer Hafen für alle, die in Not geraten sind.

Phil Bosmans

Eingesandt von Loni Jakobs, Seniorenredaktion



Senioren-Zeitung



Wünsche zum neuen Jahr

An keinem Tag ist die Wunschliste größer als im neuen Jahr. Alt und Jung haben kleine aber auch große Wünsche an das neue Jahr. Einige jedoch fühlen sich wunschlos glücklich, ob das wirklich zutrifft, sei dahin gestellt.

Das neue Jahr wird weltweit mehr oder weniger mit einem Feuerwerk begrüßt. Doch bevor die Knallerei ihren Höhepunkt erreicht, sind die Sylvester - Partys bereits längst im Gange. Sektempfang, kalt – warmes Buffet, sowie Tanz und Unterhaltungsmusik stimmen die Gäste bei den öffentlichen Feierlichkeiten auf den bevorstehenden Jahreswechsel ein. Auch die Zuhausegebliebenen feiern mit Freunden und Verwandten den Jahreswechsel, was manchmal auch von Vorteil sein kann. Positives Denken ist für das neue Jahr angesagt, wobei negativen Gedanken die rote Karte gezeigt wird. Man freut sich mit Recht auf ein gutes, neues Jahr, das sich von seiner besten Seite zeigen sollte. Das Alte war eher, so die Meinung vieler, durchwachsen, was man schnell vergessen möchte. Alle wünschen sich Gesundheit, Erfolg im Beruf, ein friedliches Zusammenleben mit Partner und Familie und vor allen Dingen Frieden in der Welt. Ein frommer Wunsch, der nicht immer zutrifft. Das Leben hat seine eigenen Vorgaben mit denen jeder selbst klarkommen muss. Man sollte sich die Freuden jedoch nicht nehmen lassen und sich das Leben unnötig schwer machen. Den Jahresanfang hoffnungsfroh begrüßen und ebenso gebührend feiern, wäre ein guter Einstieg. Die Messlatte vor allen Dingen nicht zu hoch anlegen, und mit einigen Ausnahmen, mit dem zufrieden sein, was das zurückliegende Jahr an Positivem gebracht hat. Was aber wünschen sich die Menschen der älteren Generation? Ein Großteil von ihnen ist erstmals mit dem Leben zufrieden,

welches sie bis heute begleitet hat, und alle Höhen und Tiefen durchwandern ließ. An erster Stelle steht mit Sicherheit Gesundheit, Selbständigkeit, und nach Möglichkeit ohne fremde Hilfe den Lebensabend verbringen zu dürfen. Ideal wäre es, so lange wie möglich in seinen eigenen vier Wänden alt zu werden. Und wenn dann die Kraft noch ausreichen sollte, wäre es ein bescheidener Wunsch, den kleinen Garten und den Rasen pflegen zu können, den treuen Hund „Gassie“ zu führen und sich über die verschmuste Katze zu freuen. Der größte Wunsch aber steht an oberster Stelle, und nicht nur für das kommende Jahr, mit dem Lebenspartner noch einige Jahre in Gesundheit verbringen zu dürfen. Wünschenswert wäre es auch, weiter in einer intakten Familie zu leben, sowie das Heranwachsen der Enkel und Urenkel zu erleben, wäre ein Wunsch ans neue Jahr. Sie haben in ihrem Leben bereits große Strecken zurückgelegt, mit vielen kleinen, aber auch großen Schlaglöchern, die bewältigt werden mussten. Ihnen bleibt nur noch die Hoffnung für die Zukunft übrig, dass weitere Schlaglöcher ausbleiben, und noch eine gerade Strecke bis zum Stoppschild übrig bleibt. Zum Schluss noch ein kleiner Vers aus meiner Feder:

Das Leben ist kein leichtes Spiel,
vielmehr ein hartes Ringen.

Verlang` von ihm nicht allzu viel.

Nimm an was es wird bringen.

Wer sich darauf einstellen kann, lebt auch im neuen Jahr auf der sicheren Seite.

Otto Kuhn

Seniorenredaktion

Losheim am See

Vorankündigung:

Losheimer Seniorenföösending in der Residenz

Do, 16. Februar ab 15:11 Uhr mit namhaften saarländischen und regionalen Künstlern. Eintritt 3,33 €

Anmeldung erbeten: veranstaltungen@residenz-losheim-am-see.de oder skreis@losheim.de; ahaertel@losheim.de, Tel. 609-120 od. 609-124.