

# Aus Gewöhnlichem etwas Besonderes machen

Im Gewöhnlichen  
das Aussergewöhnliche  
sehen

## KOMMENTAR

### Wirklichkeit oder Illusion ?

Es liegt in der Natur des Menschen, dass er sich hin und wieder seinen Erinnerungen hingibt. Je älter man ist, desto stärker wird das Bedürfnis, sich mit der eigenen Vergangenheit zu befassen. Im Rückblick erscheint manches verschwommen, anderes wiederum steht klar wie eine Fotografie vor den Augen, gerade so, als sei es erst gestern geschehen. Im Alter verändert sich der Blickwinkel: Schlimmes war einst gar nicht so schlimm, Erfreuliches war viel erfreulicher. Manches, was früher für selbstverständlich erachtet wurde, erscheint im Nachhinein als etwas ganz Aussergewöhnliches. Des Menschen Gedächtnis schafft die Möglichkeit, die Vergangenheit zu rekonstruieren. Das Bild, das entsteht, hängt aber weitgehend von der momentanen seelischen Verfassung ab. Negative wie auch auch positive Details verlieren an Wichtigkeit.

Lebenserinnerungen sind ein ganz persönlicher Besitz. Davon zu erzählen, ist oft ein Bedürfnis, davon zu hören, oft eine Bereicherung. Kann man sich aber wirklich sicher sein, dass die Erinnerungen auch dem entsprechen, was tatsächlich stattgefunden hat, oder spielt einem das Gedächtnis einen Streich und man verliert sich – zumindest teilweise – in Illusionen?

Beatrix Hengevoss

### Die alte Gaststube

Ein altes schönes Gasthaus hat Geschichte in sich. Früher gingen die Männer nach dem Sonntags-Gottesdienst meistens noch in die Wirtschaft. Die Frauen liefen schnell nach Hause, wenn sie nicht schon in der Frühmesse waren. Sie mussten ja möglichst bald das Mittagessen zubereiten.

Im «Engel» da ist man gleich daheim. Die Wirtin kennt jedes Gesicht, das zur Türe herein kommt. Die Ereignisse des Tages werden besprochen und ab und zu, wenn es die Zeit erlaubt, klopft auch die Wirtin einen Jass mit den Gästen.

Ihr trockener Humor und Witz sorgen für gute Stimmung. Die Küche wird von ihrer Schwester vortrefflich geführt. Da gibt es Fleischvögel mit Reis, Flädliisuppe usw. wie zu Grossmutterzeiten.

Am Stammtisch sitzen mehr oder weniger Männer. Der älteste Stammgast ist 95 Jahre alt, man würde es ihm nicht geben. Die Wirtin oder auch die junge Serviertochter wissen gleich Bescheid, wenn er kommt. Er bekommt ein Glas Bier und seine lange Zigarre. Die Zigarre wird ihm aber von der Wirtin angezündet.

Das ist eine kleine Nebensächlichlichkeit und ich fand es doch schön, diese Aufmerksamkeit dem Stammgast gegenüber.

Ja im «Engel» da fühlt man sich wohl. Ist es wohl der Engel, der über dem Haus schwebt? Dieser Gasthof mit seiner Frau Wirtin und dem Personal ist ein Stück lebendiger Dorfkultur.

Man trifft sich, man kennt sich, man lacht und scherzt.

Sicher könnte man auch zum «Emmile» gehen, wenn man traurig wäre. Melitta Marxer

## IMPRESSUM

Spt Senioren-Press-Team: Dr. Biedermann Paul, Hengevoss Beatrix, Marxer Melitta, Matt Theres, Schädler Roswitha, Vollmer Helmut

Kontaktadresse: KBA Kontakt- und Beratungsstelle, Beckagässli 6, 9490 Vaduz, Tel. 237 65 65

**Künstler leben davon oder es wird jemand zum Künstler, weil er aus Gewöhnlichem etwas Besonderes macht.**

Roswitha Schädler

Kennst du die Zwillinge «Gold- und Pechmarie»? Goldmarie, die Lustigere, die, die in den «Wolken» lebt und auch Marie heisst. Die dunkelhaarige Peppi, die Nüchterne, Genaue, Realistin, die, die Marie wieder auf den Boden brachte, wenn diese zu sehr abhob. Das spielte sich bei einem gewöhnlichen Spaziergang am Rhein etwa so ab. Marie: «Schau Peppi, dieser wunderschöne Stein! Was der für Linien hat, die Farben, wie warm und glatt er sich anfühlt!»

Peppi: «Mag schon sein, aber bitte,

schleppe nicht wieder einen Sack voll mit nach Hause. Wir haben nun schon die ganze Terrasse voll von diesen Wundersteinen. Ich habe dich gewarnt: ab nächstem Steinesack wird nur mehr gejoggt am Rheindamm.»

Es stellte sich im Laufe der Jahre heraus, dass Marie sich ganz der Künstlerlaufbahn verschrieb. Anzeichen dazu zeigten sich schon in der Grundschule. Beim «Schön-schreiben» passierte es ihr immer wieder, dass sie Tintenkleckse aufs Papier brachte. Dies kümmerte sie gar nicht, denn daraus wurden Bäumchen, Männchen, Sterne und was immer sie darin entdecken konnte. Die Lehrer waren weniger begeistert von den aufpolierten Klecksen. Peppi hingegen konnte immer eine saubere Arbeit abgeben

und erhielt dadurch die Anerkennung der Lehrer. Auch Vater war erfreut über die daraus resultierenden guten Noten während ihm Marias nonchalante Art Sorgen bereitete.

Peppi wurde Anlageberaterin, wusste mit Geld umzugehen, war erfolgreich in ihrem Beruf und geschätzt von Chef und Kunden. Sie war es, die eigentlich, geldmässig, schlussendlich die Goldmarie von den Zweien war. Moralisch gesehen war Peppi froh, Marie zur Seite zu haben. Sie konnte sie aufmuntern, sah alles so heiter und rosig.

So ein Aufmunterungsgespräch an einem Samstagmorgen könnte sich etwa so abspielen:

Peppi: «Schau das Wetter an, trüb, regnerisch, einfach scheusslich und ich habe mich so auf das Wochenen-

de gefreut, um wieder Sonne, frische Luft zu tanken, den Alltagsstress zu vergessen. Und jetzt ist Trübsalblasen angesagt: keine Aussicht auf Wetterbesserung.»

Marie: «Na und ...?, Was ist mit dem Video, seit Monaten liegt es bereit gesehen zu werden? Das Buch «Die Päpstin» kannst du lesen es ist so spannend, dass du die übrige Welt vergisst. Vorher könntest du deine Kleidereinkäufe machen, sonst stöhnst du wieder vermehrt jeden Morgen vor deinem Kleiderschrank, was du wohl anziehen hättest! Und wenn dies alles nichts sein sollte, freue dich, dass es endlich wieder mal einen «Kuscheltag» gibt, ausruhen, nichtstun, meditieren, Musik hören, dich einlullen lassen, Wellness für Körper und Seele!»

## Im Gewöhnlichen das Aussergewöhnliche sehen

Wenn wir über Aussergewöhnliches sprechen, denken wir meistens an sehr grosse Ereignisse, an ausserordentliche und geniale Menschen, an Katastrophen und Kriege oder an sogenannte Wunder. Eines der grossen Ereignisse der letzten Zeit, das weltweit von Millionen von Menschen mit Begeisterung und grossartigen Feuerwerken gefeiert wurde, war die Jahrtausendwende. Der Wunsch, dieses Ereignis so bald als möglich zu feiern, war so gross, dass man das Jahrtausend ein Jahr zu früh enden liess.

H. Vollmer

Wir, die wir mehrheitlich nicht gerade in Urlaub sind oder uns aktiv auf das fasnächtliche Treiben vorbereiten, stehen wieder im Alltag. Das fordernde Berufsleben, die täglichen Sorgen und Mühen, aber auch die Freuden und schönen Erlebnisse des Alltags, stehen wieder im Vordergrund. Ruhiger, weniger fordernd und nicht selten weniger abwechslungsreich, verläuft das Leben

der Seniorinnen und Senioren. Wir alle haben zwar Ziele und Wünsche und streben deren Erreichen und Erfüllung an. Naturgegeben werden diese selbstgesetzten Hürden im Laufe des Lebens niedriger und flacher und damit auch die Zielerreichungshöhepunkte seltener. Wir laufen dann Gefahr, uns mit dem «Gleichlauf des täglichen Geschehens», mit der Sollerfüllung auf niedrigem Niveau, zufrieden zu geben. Das Gewöhnliche droht, das Ungewöhnliche zuzudecken.

In der Angespanntheit des Tages, im Hasten der Zeit, in dem Bestreben, vieles ein bisschen tun zu wollen, verlieren wir leicht die Fähigkeit, die wir als Kinder in hohem Masse hatten: sich voll und ganz auf etwas zu konzentrieren. Auf etwas Kleines aber Schönes. Auf einen glitzernden Stein oder einen farbenprächtigen Schmetterling. Aber Neues, Schönes und Beglückendes gibt es auch in unserem Alltag und auch für Menschen jeden Alters.

Wie können wir aber im Alltag «im Gewöhnlichen das Aussergewöhnliche sehen»? Die wesentli-

chen Voraussetzungen dafür sind wohl das Wach- und Offensein und die immerwährende Neugierde. Das positive Interesse an den Menschen, an ihrem Denken und Handeln in der Vergangenheit und heute. Etwas gestalten und mitgestalten statt zusehen und sich beklagen. Studieren und kennenlernen wollen was wir von der Schöpfung wissen und begreifen können und nachdenken über das für uns Menschen Unbegreifliche.

Neue Vorsätze, Beobachtungen, Gelesenes, Gehörtes, Gefühltes und nicht zuletzt Gedachtes, können immer wieder ungewöhnlich sein, ungewöhnlich positiv oder ausserordentlich negativ. Auch und gerade mit dem Negativen fertig zu werden oder etwas dagegen zu unternehmen, ist eine ungewöhnliche Aufgabe. Sich so zu verhalten bedeutet, sich nicht an den ereignislos verlaufenden Alltag zu «gewöhnen», heisst, lernbegierig zu bleiben und seinem Leben, auch im hohen Alter, Spannung zu erhalten. Etwas Aussergewöhnliches zu empfinden, etwas Neues zu erfahren oder gründ-

lich zu durchdenken, eine neue Freundschaft zu knüpfen bereichert das Leben. Solche Erlebnisse aus dem Alltag heraus zu heben, sie bewusst zu machen und zu verinnerlichen, verlangsamt den Fluss der Zeit, lässt uns die Zeit mit «Erlebtem und Erfühltem» erfüllen und verhindert, dass die Zeit an uns als Unbeteiligte vorbeizieht.

Gerade für ältere Menschen bedeutet eine solche, auf die Gegenwart fokussierte Lebenshaltung, dass sie nicht Gefahr laufen, die Bedeutung der Vergangenheit zu überhöhen und vorwiegend rückwärts zu blicken. Ihr Interesse, Neues zu erfahren und zu lernen, lässt sie auf subjektiv aussergewöhnlich Empfundenes stossen und zum neuen Erlebnis werden. Neue Erlebnisse ereignen sich in der Gegenwart und vermitteln das Gefühl, in und mit der Zeit zu leben. Das philosophisch und wissenschaftlich unerklärliche Phänomen Zeit wird nur, wenn wir aktiv handeln, denken oder empfinden, zu einem von uns als genutzte Wegstrecke empfundener Teil unseres Lebens.

## Geredet wird viel – zugehört?

**Wer redet, benötigt Zuhörer: Sei dies am Stammtisch, am Telefon, beim Nachbarszaun oder am Strassenrand, wie auch bei allen, die auf einem Podium, auf einer Kanzel sprechen. Zuhören kann oft recht mühsam, ja anstrengend sein. Wer kennt nicht Leute, die gerne und viel reden, dabei wenig zu sagen haben?**

Theres Matt

Ich habe oft mit älteren Menschen zu tun, höre manchmal: «Vo miar git's nünt Bsunders z'verzella». Darf ich dann doch zu einem Interview kommen, vernehme ich immer wieder Beeindruckendes, gehe nicht selten bewegt und nachdenklich nach Hause.

Die Armut hier zu Lande, die Lebensumstände in den Dreissigerjahren verlangten hohen Arbeitseinsatz für das Allernotwendigste. Alte Leute sagen machmal rückblickend: «S'niint mi selb wunder, wie n'i das usghalta ha». Beim Kirchengang, am Sonntagnachmittag beim Besuch «bi dr Nana und am Nene» oder bei

einem Spaziergang blieb etwas «Zit zum Verzella».

In der Dorfgemeinschaft wusste man von Nachbarn und Bekannten «wia's lauft und goht». Man interessierte sich füreinander, für das Gewöhnliche und das Aussergewöhnliche.

Der heutige Alltag mit all den gebotenen Möglichkeiten trägt bei vielen Menschen den Stempel der Einsamkeit, oft, aber nicht nur bei den Älteren. Ein Gespräch ist mir unvergesslich geblieben. Eine bald Achtzigjährige sagte: «I ha's recht gha, solange min Ma noch glebt het» – und fuhr fort: «Nochher han i mi lang einsam gfühlt, d'Kind und d'Enkel sin selta ko». Stockend erzählt die Jubilarin weiter, wie ihr unter den von ihren Töchtern und Söhnen zurückgelassenen Büchern eine Bibel in die Hand fiel. «Jetzt les i alltag do drinn». Sie zeigt mir, welche Stelle sie heute aufgeschlagen hat. Es ist der Psalm 139. Sie liest ihn mir langsam und bedächtig vor, schaut mich an und betont: «Met dena Gedanka würd miar wohl ums Herz – i föhl mi numma allo. I ha eppert, wo miar allbig zua-losat».

