

Bewegung tut gut

Vor einigen Wochen verschrieb mir mein Orthopäde Einlagen in meine Schuhe. Meine Frage, ob dies notwendig sei, beantwortete er nicht. Beim Auftreten und auch beim Stehen sei einfach etwas schief, behauptete er. Also, ich ging zum orthopädischen Schuhmacher und siehe, meine Einlagen waren überraschend angenehm zu tragen und die schiefen Absätze meiner Schuhe sind vielleicht Vergangenheit.

Auch Gewohnheiten, Meinungen und Auffassungen ändern sich, weil auch die Zeiten sich ändern. Was früher einmal gültig und richtig war, das muss heute nicht auch so gut und richtig sein.

Der 1987 gestorbene deutsche Schriftsteller Gustav Knuth verkündete einmal: „Wer einen Standpunkt allzu lange vertritt, bekommt schiefe Absätze.“ Dass dieser Satz große Gültigkeit hat zeigt, dass er oft zitiert und auf Kalenderblätter geschrieben wird. Der eigene Standpunkt ist immer wieder mal zu überprüfen, ob er noch Gültigkeit besitzt, ob er noch tauglich und gut ist, ob er noch meiner Orientierung dient. Jeder Mensch braucht für sein Leben feste und erprobte Wertvorstellungen und es wäre wirklich töricht, sie über Bord zu werfen, um irgendwelchen modischen Zeittrends nachzulaufen. Dennoch gilt auch der Grundsatz: Was einmal richtig war muss nicht für alle Zeit richtig sein. Wir setzen gelegentlich andere Schwerpunkte, gewinnen neue Einsichten, wir entwickeln uns weiter. Wie Jugendliche von Älteren lernen, so können auch Ältere von der Jugend neue Erkenntnisse und Erfahrungen übernehmen. Jugendliche gehen unbefangener mit neuen Möglichkeiten um, haben wesentlich weniger Berührungsängste, zeigen meist keine Angst vor Neuem. Gerade im Umgang mit dem PC oder mit technischen Gegenständen können Jugendliche Lehrmeister für uns Ältere sein. Nicht selten sind es auch Ereignisse, die uns zum Umdenken zwingen oder uns auffordern einen neuen Standpunkt einzunehmen. Der unfreiwillige Wandel kann sich im Rückblick als gut und heilsam erweisen. Oft scheint das Leben mit uns zu spielen wie der Wind mit einem Wetterhahn. Man schmiedet Pläne, nimmt sich dies und das vor, hat eine bestimmte Ansicht und Meinung, und dann wird man doch zum Umdenken gezwungen. Bewegung tut gut, auch in geistiger Hinsicht. Ohne schiefe Absätze fällt uns die Bewegung noch wesentlich leichter.



P . Ernst Kusterer SDB