

## Das Leben in vollen Zügen genießen

Was wir alles tun können, damit wir endlich unser Leben in vollen Zügen genießen können ist unglaublich. Würde ich alle Möglichkeiten benennen, der Platz dieser Glosse würde schlicht nicht ausreichen! Es fängt bei der Ernährung an, geht über die Möglichkeiten sich körperlich fit zu halten, Spiele, um sich mental fit zu halten und endet nicht bei Kaffee und Tee. Es ist irre kompliziert das eigene Leben richtig genießen zu können. Und nun auch noch ein ganzes Heft, samt dieser Glosse?

Ja, das Angebot ist groß und bunt und das ist gut. Denn was für den einen Menschen eine Wonne ist, ist für den anderen zum Davonlaufen. Deswegen dieses Thema, deswegen diese Glosse!

Und ich mutmaße sogar, dass es einen Bereich gibt, bei dem wir alle Momente des höchsten Genusses erleben können. Der Bereich, den ich meine ist: das Gespräch. Die sich an-



schließende Frage wäre: Wie entwickelt sich ein gutes Gespräch? Es kann sich entfalten, wenn ich mich für den anderen interessiere. Mehr braucht es nicht.

Du willst von deiner künftigen Renovierung sprechen, wunderbar, denke ich mir, Renovierungen interessieren mich immer! Oder du willst wieder über die Pandemie reden. Und ich? Ich kann dieses Thema einfach nicht mehr hören. Was tun, damit wir trotz meiner Motivation zu deinem Thema ein wertvolles Gespräch führen? Vielleicht

sind wir uns so vertraut, dass ich meine Abneigung kurz aussprechen kann und anschließend dich frage, warum erneut dieses Thema? Ich versuche, das Thema zu akzeptieren, in dem ich mir einen anderen Fokus wähle, der für uns beide interessant sein könnte. Und dieser andere Fokus bist DU! Indem wir die Schleife über die Interessen des anderen gehen, können wir trotz Unlust oder Unbehagen bereichernde Gespräche führen. Gute Gespräche, die uns genussvolle Momente bescheren! Marion Höppner