

Kolumne Die goldene Mitte



Liebe Leser/innen,

„da simmer dabei, dat es prima,
Virus Corona!!!

Von Lahnstein hin bis Barcelona,
statt Karneval gab's nur Corona.
Doch jetzt, so mancher scheint bereit,
denn es beginnt die Fastenzeit.

Und ich kann allen hier berichten,
auch ich will – in der Zeit – verzichten!
Auf Dinge, die mich traurig machen,
wenn ich weinen könnt', anstatt zu lachen.

Echte Freunde lassen's immer krachen,
um nicht nur im Sonnenschein mit mir zu lachen,
denn es sind die, das will ich meinen,
die auch im Regen mit mir weinen!

Noch immer ertappe ich mich wegen der 5. Jahres-
zeit dabei, dass ich vieles, was ich sagen will, in ge-
reimter Form ausrücke. Aber mit dem Aschermitt-
woch war bekanntlich wieder „alles vorbei“!

Dafür aber naht Tag um Tag mein 67. Geburtstag.
Während mit 66 Jahren mein Leben laut Udo Jürgens
erst so richtig anfängt, so steht man mit 67 Jahren
erst im „Halbfinale des Alters“.

Ein Blick auf die Personenwaage zeigt mir jedoch ein-
drucksvoll: Es wird auch für mich Zeit zu verzichten.
Da kam mir Aschermittwoch ja gerade Recht!

Für manche aber ist das gar nicht so lustig, denn die
sich daran anschließende und angeblich ja so befrei-
ende Fastenzeit ist doch für den ein oder anderen
von uns eher eine Qual, als eine Befreiung.

Ist ein rigoroses Abnehmen überhaupt immer ge-
sund? Wie bei so vielem im Leben kommt es auch
hier auf das richtige Maß an. Also besser: Maß statt
Masse! Dabei ist das beileibe keine neue Erkenntnis.
Schon der griechische Philosoph Aristoteles sagte:

„Im Leben kommt es immer darauf an, die goldene Mitte zu finden“.

Dieser weise Spruch gilt bis heute. Denn noch nie ist die Gefährdung, sich zu verlieren, größer gewesen als jetzt. Wir überschätzen unsere Möglichkeiten und verrennen uns. Dabei sind wir oft entweder maßlos über- oder unterfordert.

Weder das eine noch das andere Extrem ist ratsam und wünschenswert. Was zählt, ist allein der innere Ausgleich – die „goldene Mitte“. Einfach mit Maß und Ziel an die Dinge herangehen, um – wenn immer möglich – diese goldene Mitte in unserem Dasein und Handeln zu finden.

Das ist gar nicht so schwer. Wir sollten es einfach mal versuchen.