

Stundenentwurf für den Seniorennachmittag „Alles hat seine Zeit“

Einleitung:

Stellen Sie sich vor, jeden Morgen stellt Ihnen eine Bank 86400 Euro auf deinem Konto zur Verfügung.

Du kannst den gesamten Betrag an einem Tag ausgeben. Allerdings kannst du nichts sparen. Was du ausgegeben hast, verfällt. Aber jeden Morgen, wenn du erwachst, eröffnet dir die Bank ein neues Konto mit neuen 86 400 Euro für den kommenden Tag.

Außerdem kann die Bank das Konto jederzeit ohne Vorwarnung schließen. Sie kann sagen: Das Spiel ist aus.

Was würden Sie tun?

(Gespräch)

Dieses Spiel ist Realität: Jeder von uns hat so eine magische Bank: die Zeit. Jeden Morgen bekommen wir 86400 Sekunden Leben für den Tag geschenkt. Was wir an diesem Tag nicht gelebt haben, ist verloren, für immer verloren. Aber jeden Morgen beginnt sich das Konto neu zu füllen. Was also machst du mit deinen täglichen 86 400 Sekunden?

BUCH: MICHAEL ENDE „MOMO“

In dieser Geschichte wird erzählt, wie Menschen auf die Idee gebracht werden, man könne sich Zeit sparen. – Allerdings stellt sich nachher raus, dass diese Idee nicht nur das Leben der Menschen vergiftet hat, sondern den Menschen die Zeit unwiederbringlich die Zeit gestohlen hat. – Viele Errungenschaften werden uns verkauft mit dem Hinweis, dass wir uns damit Zeit sparen können. Aber was machen wir mit der gesparten Zeit?

Wie nutzen Sie Ihre Zeit ?

(Übersetzung eines Artikels von Rick Warren vom 27.11.06)

„Eine der größten Herausforderungen im Leben ist die Nutzung der Zeit. Während einer durchschnittlichen Lebensdauer von 72 Jahren, sagen Experten, verbringen wir: 21 Jahre schlafend, 14 Jahre arbeitend, 7 Jahre im Bad (ich glaube meine Teenager-Tochter hat ihre Zeit schon verbraucht), 6 Jahre essend, 6 Jahre auf Reisen, 5 Jahre in Wartepositionen, 4 Jahre lernend, 3 Jahre in Meetings, 2 Jahre in denen wir Anrufe beantworten, ein Jahr auf der Suche nach verlorenen Dingen, 22 Monate im Lobpreis, 8 Monate indem wir SPAM-mails öffnen, 6 Monate vor roten Ampeln, usw. Kein Wunder, dass durchschnittliche verheiratete Paare täglich nur 4 Minuten miteinander sprechen oder Kinder sagen 'Lasst uns zur Arbeit gehen, um Papa zu sehen'. Studien sagen, dass ein durchschnittlicher Elternteil täglich nur 30 Sekunden mit seinem Kind spricht.“

Vorhin haben wir überlegt, was wir mit 86 400 Sekunden /Euro täglich anfangen würden.

Die Frage dabei ist aber auch, was wirklich wichtig ist?

Gerade wir Frauen neigen manchmal dazu, Dinge für später aufzuheben: „Das Geschirr ist zu schön, um es täglich zu benutzen, das wird nur an besonderen Tagen benutzt. Das neue Kleid will ich erst später anziehen zu einem besonderen Anlass, die schönen Tischdecken hebe ich für meine Kinder auf, die sollen sie mal erben.“

Was ist wichtig?

Wenn der Kalender abgelaufen ist, die Termine erledigt sind, wenn wir abhaken können, was wir alles geleistet haben wo wir überall gewesen sind - was haben wir an Bleibendem gewonnen?

Überlegen Sie doch einmal kurz in der Stille:

Was haben Sie an Bleibendem gewonnen in all der Zeit, die Gott ihnen geschenkt hat?

Die Bibel sagt, 'Für jede Sache gibt es die richtige Zeit und das richtige Verhalten', aber wir wissen sehr wenig darüber.

Die Bibel gibt auch den Rat, dass wir an das Ende denken sollen, damit wir einschätzen können, was wichtig ist: „Lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf das wir klug werden.“

Eine irische Weisheit regt an: (Lesen lassen)

Nimm dir Zeit zum Arbeiten – es ist der Preis des Erfolges,
nimm dir Zeit zum Denken- es ist die Quelle der Kraft,
nimm dir Zeit zum Spielen – es ist das Geheimnis ewiger Jugend,
nimm dir Zeit zum Lesen – es ist der Brunnen des Weisheit,
nimm dir Zeit zum Träumen – es bringt dich den Sternen näher,
nimm dir Zeit dich Umzuschauen - der Tag ist zu kurz, um selbstsüchtig zu sein,
nimm dir Zeit zum Lachen – es ist die Musik der Seele,
nimm dir Zeit zu lieben und geliebt zu werden- es ist der wahre Reichtum des Lebens.

Ich wünsche dir Zeit Ein Gedicht von Elli Michler (Kann vorgelesen werden)

Ich wünsche dir
nicht alle möglichen Gaben.
Ich wünsche dir nur,
was die meisten nicht haben:
Ich wünsche dir Zeit, dich zu freun und zu lachen,
und wenn du sie nützt, kannst du etwas draus machen.

Ich wünsche dir Zeit für dein Tun und dein Denken,
nicht nur für dich selbst, sondern auch zum Verschenken.
Ich wünsche dir Zeit, nicht zum Hasten und Rennen,
sondern die Zeit zum Zufriedenseinkönnen.
Ich wünsche dir Zeit, nicht nur so zum Vertreiben.
Ich wünsche, sie möge dir übrigbleiben
als Zeit für das Staunen und Zeit für Vertrauen,
anstatt nach der Zeit auf der Uhr nur zu schau.
Ich wünsche dir Zeit, nach den Sternen zu greifen,
und Zeit, um zu wachsen, das heißt, um zu reifen.
Ich wünsche dir Zeit, neu zu hoffen, zu lieben.
Es hat keinen Sinn, diese Zeit zu verschieben.
Ich wünsche dir Zeit, zu dir selber zu finden,
jeden Tag, jede Stunde als Glück zu empfinden.
Ich wünsche dir Zeit, auch um Schuld zu vergeben. (Lesen lassen)
Ich wünsche dir: Zeit zu haben zum Leben!

(Impuls zum Abschluß)

In dem Märchen „**Die drei Fragen**“ von **Leo Tolstoi** stellt sich ein König genau diese Fragen:

Es dachte einmal ein König, nichts könne ihm missglücken, wenn er nur immer die Zeit wüsste, in der er ein Werk zu beginnen habe, und wenn er immer wüsste, mit welchen Menschen er sich einlassen solle und mit welchen nicht, und wenn er immer wüsste, welches von allen Werken das wichtigste sei.

Aber da er von seinen Beratern ganz unterschiedliche Antworten bekommt, beschließt er, einen Einsiedler aufzusuchen, der einen sehr guten, vertrauenswürdigen Ruf hat. Der Einsiedler antwortet nicht sofort, sondern tut seine Arbeit. Er gräbt sein Feld um. Der König nimmt ihm diese Arbeit ab, damit der Einsiedler Kraft schöpfen kann und ihm dann seine Fragen beantwortet. Doch bevor es dazu kommt, stößt ein verwundeter Mensch zu ihnen und bricht vor der Hütte des Einsiedlers zusammen. Der König versorgt und verarztet den Verwundeten so gut er kann und schläft schließlich erschöpft ein. Am nächsten Morgen spricht ihn der Verwundete an und dankt dem König für seine Rettung. Dabei stellt sich heraus, dass er ursprünglich auf Rachezug war und den König umbringen wollte. Doch jetzt ist aus dem Feind ein Freund geworden.

Nun endlich möchte der König Antwort auf seine Fragen bekommen. Der Einsiedler erklärt ihm: "Aber du hast ja deine Antwort schon bekommen!"

Merke dir - die wichtigste Zeit ist nur eine: der AUGENBLICK. Nur über ihn haben wir Gewalt. Der unentbehrlichste Mensch ist der, mit dem uns der Augenblick zusammenführt; denn niemand kann wissen, ob er noch je mit einem anderen zu tun haben wird. Das wichtigste Werk ist, ihm Gutes zu erweisen - denn nur dazu ward der Mensch ins Leben gesandt.

Erinnert das nicht an das Wort Gottes?

„Der Herr hat dich wissen lassen, Mensch, was gut ist und was er von dir erwartet: Halte dich an das Recht, sei menschlich zu deinen Mitmenschen und lebe in steter Verbindung mit deinem Gott!“

(Micha 6,8)

Lieder zum Thema Zeit
Ich traue auf dich

C B C

Ich traue auf dich, o Herr.

e a d7 G a e

Ich sage: Du bist mein Gott. In deiner Hand

e F G7 C C d7 G

steht meine Zeit, in deiner Hand steht meine Zeit.

F G7 d7 G C

*Gelobet sei der Herr, denn er hat wunderbar seine Liebe mir
erwiesen und Güte mir gezeigt.*

Meine Zeit steht in deinen Händen Text und Melodie: Peter Strauch

Meine Zeit steht in deinen Händen.
Nun kann ich ruhig sein, ruhig sein in dir.
Du gibst Geborgenheit, du kannst alles wenden.
Gib mir ein festes Herz, mach es fest in dir.

Sorgen quälen und werden mir zu groß.
Mutlos frag ich: Was wird Morgen sein?
Doch du liebst mich, du lässt mich nicht los.
Vater, du wirst bei mir sein.

Meine Zeit steht in deinen Händen.
Nun kann ich ruhig sein, ruhig sein in dir.
Du gibst Geborgenheit, du kannst alles wenden.
Gib mir ein festes Herz, mach es fest in dir.

Hast und Eile, Zeitnot und Betrieb
nehmen mich gefangen, jagen mich.
Herr ich rufe: Komm und mach mich frei!
Führe du mich Schritt für Schritt.

Meine Zeit steht in deinen Händen.
Nun kann ich ruhig sein, ruhig sein in dir.
Du gibst Geborgenheit, du kannst alles wenden.
Gib mir ein festes Herz, mach es fest in dir.

Es gibt Tage die bleiben ohne Sinn.
hilflos seh ich wie die Zeit verrinnt.
Stunden, Tage, Jahre gehen hin,
und ich frag, wo sie geblieben sind.

Meine Zeit steht in deinen Händen.
Nun kann ich ruhig sein, ruhig sein in dir.
Du gibst Geborgenheit, du kannst alles wenden.
Gib mir ein festes Herz, mach es fest in dir.