08.02.2018 um 11:40 Uhr
hr1 ZUSPRUCH

Ein Beitrag von
Dr. Peter Kristen,
Evangelischer Pfarrer und Studienleiter, Religionspädagogisches Institut Darmstadt

Quality time – Wie man Zeit veredeln kann

Man kann sie nutzen, vertreiben oder gar totschlagen, die Zeit. Man kann sie aber auch veredeln zu „Quality time“. Das hat mir vor kurzem meine Sportkollegin Linda erklärt.

Nach dem Training hält sie mir eine Dose mit Süßigkeiten hin. „Probier’ mal“, sagt sie. Peanutbutter-Fudge, selbstgemacht. Die goldgelb-glänzenden Würfel in der Dose riechen verlockend. „Die sehen so aus, wie ich mir das Hüftgold vorstelle, gegen das wir hier eigentlich antrainieren“, sage ich. „Ach was“, meint Linda. „Die mache ich immer am Anfang des Jahres mit meiner Mutter.“ „Die Zeit mit meiner Mutter nehme ich mir, das ist für mich Quality time. Meine Mutter schimpft dann zwar: „Du hast doch genug zu tun und dann kommst du auch noch zu mir, das brauchst du doch nicht.“

Ich sag’ ihr dann: „Ist schon gut, Mama, die Zeit verbringe ich gerne mit Dir. Du weißt doch, Quality time, das sind die Erinnerungen von morgen. Als das mit dem Tod meines Vaters damals so schnell gegangen ist, da hab ich damit angefangen.

Ich nehme mir ein Stück Peanutbutter-Fudge aus Lindas Dose und frage: „Es kommt also nicht darauf an, wo man diese Zeit verbringt, sondern mit wem und wie?“ „Genau“, sagt sie. „Der normale Alltag, der ist doch oft stressig und schnell, da tut das einfach gut.“

Nach dem Gespräch sind mir dann ein paar Momente eingefallen, in denen ich Quality time erlebt habe: Schöne, wie die Geburt eines Kindes. Berufliche, wie die kniffligen Beratungsgespräche mit Schülerinnen und Schülern. Traurige, wie manche Momente an einem Grab. Auch die Zeit, die ich mit Gott verbringe, im Gebet oder im Gottesdienst, gehört für mich dazu. Die Erinnerungen an diese Zeiten sind auch in mir besonders wach. Aus ihr entstehen die Erinnerungen, die das Leben morgen reich machen.

© 2018 · Kirche im hr