

# 7 WOCHEN GUT GEWÜRZT

WIE SCHMECKT DAS LEBEN?

LIEBE FAMILIE,

wie schmeckt euer Leben gerade?

Pfannkuchen mit Marmelade und Nudeln mit Pesto. Zeit zum Spielen und ein entspannter Bastelnachmittag. Mmmh, ist das lecker! ... Und bei euch?

Mein Leben schmeckt im Moment nach Blumen und nach frischem Grün. Es schmeckt nach Frühlingssonnenstrahlen und nach Hunger auf mehr. Das macht mir Lust auf „draußen sein“, auf Licht und Freiheit, auf Buntheit und wenig Sorgen, auf Pause, Stille und dann wieder Trubel.

**Und wie ist es bei euch?**

**Wonach „schmeckt“ euer Familienleben?**

Fruchtig und süß? Nach vielen guten Erfahrungen und leichtem Alltag? Oder überwiegen zurzeit Momente, die bitter schmecken? Weil es aktuell anstrengend ist - im Miteinander. Oder weil es Einzelnen in eurer Familie nicht gut geht?

Mein Sohn hat zu mir gesagt, dass es daheim manchmal auch richtig fad schmeckt. Vor allem dann, wenn niemand Zeit für ihn hat. Dann überträgt sich das auf ihn und seine sonst so große Aktivität und Sportlichkeit. Er wird träge und der Tag erscheint ihm eintönig. Die Laune wird davon nicht besser. Auch so was auszuhalten, gehört zum Familienleben dazu.

Ich glaube, das Leben schmeckt zu verschiedenen Zeiten ganz unterschiedlich. Mal hat es einen angenehmen Geschmack und macht mir Lust auf eine zweite oder dritte Portion. Mal kommt es mir ungenießbar vor. Richtig eklig und einfach nur zum Ausspucken.

Das Leben ist wie es ist - und davon darf ich lernen. Manches habe ich in der Hand und kann es beeinflussen. Manches geschieht mir und uns, ganz egal, ob es uns gerade passt oder nicht. Und das ist ganz schön blöd. Dann müssen wir eine Suppe auslöffeln, die uns sprichwörtlich „eingebrockt“ wurde. Die nicht schmeckt und nicht nährt. Bei uns war das mal so: Eine ganz normale Erkältung wirbelte unsere fein abgestimmten und gut ausgetüftelten Pläne



Illustration: ©Patrick Schönen

Guter Gott,  
du schenkst uns ein vielfältiges Leben.  
Jeder Tag ist anders.  
Oft geht es uns hervorragend.  
Aber manchmal auch nicht.  
Wir wissen, dass du immer bei uns bist.  
Im Wohlschmeckenden und im Scheußlichen.  
Dir dürfen wir alles sagen.  
Danke dir dafür.  
Amen.

durcheinander. Zuerst war das ziemlich wirr. Aber dann wurde es trotzdem gut. Nur halt anders gut. Und zum Glück war es noch nie so, dass das Leben für uns oder wir füreinander ungenießbar wurden.

Ich möchte euch diese Woche Mut machen, auf das zu schauen, was ihr an Tollem miteinander habt. Das kann euer schönes Wohnzimmer sein, das zum Spielen und Kuschneln einlädt. Oder ein Haustier, das alle gerne versorgen. Oder jemand, der super gern vorliest. Oder eine lustige Spielerunde. Oder ein Lieblingsessen, das allen schmeckt. Überlegt mal gemeinsam!

Viel Freude dabei wünscht euch

eure Kerstin



## AKTION

### | Spielt miteinander!

Kennt ihr Schoko-schoko-la-la .... ein Händeklatschspiel? Schaut es euch an und macht mit.

[www.ogy.de/YTKlatschen](http://www.ogy.de/YTKlatschen) →



## AKTION

### | Musik zum Kochen

Denkt doch mal gemeinsam drüber nach, welche Lieder euch zum Thema Essen, Geschmack, Rezepte ... einfallen und hört sie euch an. Wir haben schon mal ein paar für euch in einer Playlist zusammengestellt.

[www.ogy.de/MusikzumKochen](http://www.ogy.de/MusikzumKochen) →



**WIR FREUEN UNS AUF EURE MUSIKFAVORITEN, DIE IHR GERNE AUF UNSEREM PADLET EINTRAGEN KÖNNT:**

[www.ogy.de/padlet\\_7wochen](http://www.ogy.de/padlet_7wochen) →



# elternbriefe

Eine Initiative der katholischen Kirche

[www.elternbriefe.de/7Wochen](http://www.elternbriefe.de/7Wochen)

Gestaltungsideen für diese Aktion und die passenden Bettkantenimpulse findet ihr hier:  
[www.elternbriefe.de/7wochenweiter](http://www.elternbriefe.de/7wochenweiter)

### **Herausgeberin:**

Arbeitsgemeinschaft  
für katholische Familienbildung e.V.  
In der Sürst 1 | 53111 Bonn  
[www.akf-bonn.de](http://www.akf-bonn.de)