



Einfach mal durchatmen: Ein Hobby nur für sich ist sehr wichtig.

Foto: Robert Kneschke/fotolia.com

Hobbys schaffen Lebensfreude

Kleine Inseln der Auszeit schaffen

Hobbys/Leidenschaften ermöglichen kurze Auszeiten im Alltag. Es wird der Energietank aufgefüllt; Talente und Fähigkeiten werden geschult; die Gedanken schweifen und neue Ideen, Impulse für Lösungen entstehen; neue Kontakte sind möglich.

Ein Hobby kann ebenso musisch, kreativ, handwerklich wie auch sportlich oder gesellschaftlich sein – es geht darum, im Alltag kleine Inseln der Auszeit und Freude zu schaffen.

LEBENSQUALITÄT BAUERNHOF

Ein Hobby schafft wichtige Auszeit

Laut Wikipedia kommt das Wort Hobby vom englischen „hobby horse“, was zu Deutsch so viel wie Steckenpferd bedeutet. Ein Pferd, das einen nirgendwohin trägt und kein Einkommen erwirtschaftet.

ANNA GREIER

Ein arbeitsreiches Wochenende geht für die Bauernfamilie Gruber zu Ende. Die Arbeit mit Feld und Vieh kennt eben keine fixen Arbeitszeiten, das schöne Wetter muss man nützen. Mit vierzig Stück Milchvieh und den beiden Kindern Patrick und Manuel wird der Familie selten langweilig. Heute Nachmittag brennt die Sonne noch ganz schön vom Himmel, umso mehr freuen sich alle, dass die Arbeit am Feld beendet ist. Jetzt wird erst mal entspannt, könnte man meinen. Nicht so bei Mutter Petra. Vor einer kühlen Dusche tritt sie gerne noch in die

Pedale. „Du tust dir aber ganz schön was an“, hört sie von besorgten Freunden und Nachbarn. Für Petra ist es aber kein Zwang. Viel mehr noch, sie genießt es einfach Zeit für sich und ihr Hobby zu haben.

Lostreten und durchatmen

„Auch wenn ich dann nicht mehr als eine halbe Stunde unterwegs bin, es ist immer wieder eine tolle Sache.“ Die gleichmäßigen Bewegungen beim Treten eignen sich perfekt dazu abzuschalten und Revue passieren zu lassen. „Es ist nicht viel Zeit, meine zwei Kleinen und auch Bernhard wollen abends noch etwas Gutes zum Essen haben.“ Sie strahlt übers ganze Gesicht und das nach einem Tag voll harter Arbeit. Auf die Frage, ob sie gerne mehr Zeit zum Radfahren hätte, sagt sie: „Als wir beschlossen haben, den Bauernhof von Bernhards Eltern zu übernehmen, haben wir schon gewusst, dass wir zeintensive Hobbys besser nicht anfangen. Wichtig ist für mich, die kurzen ‚Pausen‘ zu nützen,

dann kann ich mich wieder meiner Aufgabe in Haushalt und Betrieb zuwenden.“

Ihr Mann Bernhard freut sich für seine Frau. Er selbst kann es kaum erwarten, bis die Pilzsaison wieder eröffnet ist. „Dann fahre ich gerne auf eines unserer Felder. Offiziell schaue ich nach dem Vieh. Wenn es dann aber wieder Eierschwammerl und Steinpilze gibt, kann es schon mal später werden.“

Die Zeit dabei vergessen

Pilze sind einfach seine Leidenschaft. Auch wenn sonst Frau Petra das Kommando in der Küche hat: Wenn es um die Zubereitung von Pilzsoßen oder Schwammerlgulasch geht, lässt er sich nur ungern dreinreden. Bei all den unterschiedlichen Hobbys genießt doch ein jeder die Zeit, die er für sich hat. Zeit, um die vergangenen Tage noch einmal durchzugehen. Zeit, um einfach eine Pause zu machen, um eigene Ziele jenseits des Bauerseins zu verfolgen. Gerade bei selbstständigen Berufen bleibt wenig Zeit, die man nur

für sich hat. Genau diese Zeit ist jedoch sehr wichtig und wird oft unterschätzt.

Arbeit auch Hobby

Anders sieht dies bei Bernadette aus. Sie nimmt bei Sensenmähwettbewerben landes- und bundesweit teil, wo sie sich wacker schlägt. Die Arbeit ist für sie gleichzeitig das Hobby. „Wenn ich abends noch mit der Sense ‚trainiere‘, bin ich aber auch meist allein und kann gut entspannen.“ Dass Sensenmähen nur etwas für Männer sei, lässt sie nur auflachen. „Dafür bin ich in der Küche weniger talentiert, aber es ist eben nicht für jeden etwas. Das Wichtigste ist, das zu tun, worauf man wirklich Lust hat!“

Bäuerliches Sorgentelefon

Das „Bäuerliche Sorgentelefon“ ist eine anonyme erste Anlaufstelle für kleine und große Probleme. Tel. 0810/676810 (Ortsstarif), Mo bis Fr von 8.30 bis 12.30 Uhr.

