

Gesundheitswahn.....

Von Reinhold Kölling

In keiner Zeitung, in die man schaut, fehlen Gesundheitstipps. Viel Bewegung, drei Mal die Woche „Mucki-Bude“, gesund ernähren – Gemüse, Obst, kein Fleisch, bloß kein Alkohol und nicht Rauchen, viel an die Sonne, Laufen, Laufen, Laufen u.v.m.

Was soll der Scheiß?

Die Menschen sterben ja nicht, weil sie im Dunkeln sitzen oder mal Hin- und wieder ein Glas Wein oder Bier trinken (natürlich in Maßen). Oder weil sie nicht mindestens drei Mal in der Woche beim Fitness waren.

Nein, die Menschen sterben oder werden krank, wenn sie keinen Spaß mehr haben.

Also, um gesund zu bleiben für Spaß im Leben sorgen! Immer mal wieder mit Freunden treffen, ein Bier oder Wein dabei trinken, lustig sein, das Leben genießen!

Eine wöchentliche, gemütliche Stammtischrunde mit Freunden wirkt da wunder. Da bleibt man fit und munter (vielleicht nicht gleich am nächsten Morgen), aber langfristig. Am Stammtisch redet man über dies und das. Politik und Wirtschaft, was gibt es Neues? Und natürlich über das andere Geschlecht, je nach Betrachtungsweise! Manche Anekdote wird ausgetauscht, und je länger der Abend, umso besser die Stimmung.

Kürzlich meinte ein Gast zu unserem Stammtisch: „Diese Runde muss man filmen und auf YouTube stellen. Das wäre ein Hammer – ein Bestseller!“ Doch unsere Runde beschloss, darauf doch besser zu verzichten und unseren Spaß für unser Gesundbleiben zu behalten.