Rezensionen von Buchtips.net

Hilke Mayer, Kai Pannen: Olga rennt. Auch ein Schwein darf mal gelassen sein.

Buchinfos

Verlag:	Kösel-Verlag(weitere Bücher von diesem Verlag zeigen)
Genre:	Kinderbuch
ISBN-13:	978-3-466-30833-0 (bei Amazon.de bestellen)
Preis:	5,86 Euro (Stand: 22. August 2025)

Hilke Mayer sind zwei Personen in einem Namen, und zwar die Schwestern Silke und Heike Mayer. Eine ist Diplom-Psychologin und die andere Lektorin sowie Schülerin eines Zen Meisters und beschäftigt sich mit Achtsamkeitsmeditation. Kai Pannen ist für die Illustration des Buches verantwortlich.

Olga ist ein wahres Arbeitsschwein. Der Leser begleitet sie zwei Tage lang. Pünktlich aufstehen, schnell essen, von einem Termin zum nächsten hetzen. Der erste Tag scheint bei Olga völlig durchstrukturiert zu sein. Doch läuft hier nicht alles rund. Im Gegenteil. Aber am zweiten Tag hat sie frei und nimmt sich nichts vor. Nur - wie es dann bei jedem von uns ist- das Telefon klingelt, Olga erhält eine Einladung zu ihrer alten Tante Else und kann diese nicht abschlagen. Bei Else laufen alle Dinge langsamer ab und obwohl das Olga erst einmal sehr seltsam vorkommt, gefällt es ihr doch ganz gut. Auf dem Nachhauseweg nimmt sie ihre Umwelt viel bewusster wahr und lässt sich mal Zeit. Sie bleibt gelassen und ist ihrer Tante sehr dankbar für diese Erfahrung.

Die Geschichte von Olga ist einfach. Mit wenig Text und sehr schönen Bildern wird beschrieben, was wir alle kennen: Stress im Alltag und kaum Entspannung. Das trifft aber nicht nur auf uns zu, sondern auch auf unsere Kinder. Sie stehen auch im Stress. Morgens werden sie in die Kita gebracht. Dort gibt es Beschäftigungsangebote, die sie herausfordern, Konflikte mit anderen Kindern sowie eine Lautstärke, die belastend sein kann. Nachmittags, nach dem Abholen, heißt es womöglich einkaufen gehen, Freunde besuchen.... Auch Kinder stehen im Alltagsstress. Olgas Erfahrung mit Gelassenheit wäre auch für sie ein Ausweg.

Die Botschaft des Buches ist klar: Auch fleißige Menschen dürfen mal gelassen sein. Dann entspannen sich Körper und Geist, kommen zu Kräften und die Arbeitsabläufe funktionieren besser. Nehmen wir uns das zu Herzen. Ein wunderbares Buch für große und kleine Menschen, die dem Alltagsstress mal entfliehen sollten.

0 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von Romy Bigalke-Kunert
[12. Mai 2009]