



Dr. med.
Astrid Lyrer-Gaugler



Dr. med.
Hans-Ulrich Kull



Dr. med.
Jürg Naef

Carpe diem!

Eigentlich möchte ich zu jammern beginnen, und ich hätte auch Grund dazu: Allzu viele unerledigte Arbeiten, zahlreiche ungenügend vorbereitete Verpflichtungen, unzählige Pendenzen, viel zu viele Verpflichtungen... Wer kennt diese Situation nicht – es geht uns ja allen ähnlich. Die Erwähnung dieses permanenten Zeitdruckes wäre kein Editorial wert.

Aber während ich so über mein ständiges Problem der fehlenden Zeit sinniere und diesen Zustand verblich beklaue, kommt mir der Spruch von Seneca in den Sinn: „Es ist nicht wenig Zeit, was wir haben, sondern es ist viel, was wir nicht nützen“. Er hat recht: Es gäbe ja so Manches, woran wir uns alltäglich freuen könnten, trotz der Unbill des plagenden Berufsstresses.

Und so frage ich mich: Wann bin ich letztmals hingesessen, um kurz ein schönes Gedicht, ein anregendes Essay oder ein Kapitel eines unterhaltsamen Buches zu lesen? Wann habe ich das letzte Mal – einfach so als erholsamen Arbeits-Unterbruch – die Fotos der letzten beglückenden Ferienreise durchgeblättert, um in schönen Erinnerungen zu schwelgen? Warum unterbreche ich nicht einfach meine Schreibarbeit für wenige Minuten, um einem lieben Mitmenschen zu schreiben oder ihn gar anzurufen, um unerwartet mit ihm zu plaudern? Oder aber: Wann bin ich letztmals, ohne feste Absicht, einfach in den Lehnstuhl gesessen, habe die Füsse hochgestellt, um ein wenig stille zu halten und vor mich hin zu meditieren? Wann bin ich einfach, ohne bestimmtes Ziel, ans Fenster getreten, um in die Ferne zu schauen und einen kurzen Moment der Musse zu geniessen?

Auch habe ich schon tagelang keinen Griff mehr in die grosse, aber selten genutzte CD-Sammlung mit klassischer Musik gewagt. Ich frage mich auch, ob ich eines der letzten farbenprächtigen Herbstwochenende genutzt habe, um bloss wieder einmal einen Spaziergang in der Umgebung meiner Wohnung zu machen. Es gibt so viele schöne, wenig zeitraubende Dinge, die es zu unternehmen gälte.

Ich weiss, das sind Banalitäten. Ich setze mich dem berechtigten Vorwurf aus, die kostbare Zeit des vielbeschäftigten Lesers zu missbrauchen und ihm gerade die Zeit zu stehlen, die mir ja selber (siehe oben) auch fehlt. Aber gleichwohl – die Mahnung scheint mir wichtig. Wir alle brauchen Momente der Musse, Minuten der Ruhe und des Müssiggangs. Carpe diem – nutze den Augenblick! Wie recht doch Horaz damit hatte.

Dr. med. Hans-Ulrich Kull, Küsnacht
hansulrich.kull@hin.ch