

# Liebe Leserin, lieber Leser

Autor(en): **Seeberger, Christian**

Objektyp: **Preface**

Zeitschrift: **Älter werden : das Angebot von Pro Senectute Kanton Zug**

Band (Jahr): **11 (2005)**

Heft 21

PDF erstellt am: **22.07.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



Muten wir uns zu viele Automatismen zu und gönnen wir uns zu wenig Sinnenhaftigkeit, schlägt die Zeitfalle zu.

Die Fahrt auf der Autobahn frisst die vermeintlich gewonnene Zeit. Die enge Passstrasse mit ihren Kehren wendet laufend unseren Blickwinkel und verlangsamt die Fahrt. Umwege bedeuten auch Zeitgewinn.

Also mehr zum Zahnarzt und über Passstrassen?

Wir verstehen uns. Es geht auch nicht darum zu konsumieren, was das Zeug hält. Es geht darum, unsere Zeit achtsam zu nutzen. Indem wir zum Beispiel Mitmenschen begegnen, unsere Gesundheit durch Bewegung und Sport fördern, andere Kulturen und Sprachen kennen und schätzen lernen oder auf eine alte Frage eine neue Antwort suchen.

Und nicht zuletzt und lohnenswert, weil eben auch Zeit erhaltend, kann ich Ihnen eines der vielen Angebote in diesem Heft empfehlen. Ich wünsche Ihnen dabei alle Zeit der Welt.

Christian Seeberger

## Liebe Leserin, lieber Leser

Sie kennen das: je älter wir werden, desto schneller scheint die Zeit zu vergehen.

Es ist grässlich, höre ich sagen, wie Tage, Wochen und Jahre dahinfliegen. Ich kann kaum glauben, dass schon Advent sein soll.

Dafür gibt es verschiedene Erklärungen. Hier nur eine.

Je älter wir werden, desto grösser ist unsere Lebenserfahrung, desto genauer wissen wir, was wie abläuft, ablaufen wird. Und desto eher geben wir uns der Gewohnheit, der Routine hin.

Alles Automatische verkürzt das Zeitempfinden, Routinetätigkeiten sind Zeitfresser. Und dabei können wir uns kaum an bestimmte Abläufe erinnern, es funktioniert ja wie von selbst.

Warten Sie im Sprechzimmer des Zahnarztes? Haben Sie auf dem Behandlungsstuhl Platz genommen? Wir kennen es: die Zeit scheint still zu stehen.

Ein Erlebnis, das alle Sinne anspricht und uns bewegt, bringt eine Zäsur in unseren Alltag. Wir haben die Zeit für kurze Zeit aufhalten können. Wie beim Zahnarzt.