



## HSH+S SERVICES

**Auszug von Manfred Lütz im Alter von 52, Theologe und Chefarzt  
Zwecklos, aber sinnvoll: die Muße**

*Manfred Lütz studierte Medizin, Philosophie und katholische Theologie in Bonn und Rom. Seit 1997 ist er Chefarzt des Alexianer-Krankenhauses in Köln-Porz. Er ist Mitglied des Päpstlichen Rates für die Laien. Als Autor und Vortragender beschäftigt er sich zumeist satirisch mit Themen wie Diät-Sadismus, Gesundheitswahn oder Fitness-Irrsinn, aber auch mit der katholischen Kirche. Lütz ist verheiratet und hat zwei Kinder.*

„Ich weigere mich schon seit Jahren, mich zu erholen. Und Freizeit lehne ich überhaupt ab.“

Das mag Sie erstaunen und Sie halten mich jetzt vielleicht für einen Workaholic, der von morgens bis abends immer nur arbeiten will. Weit gefehlt!

Was mich an den Begriffen „Freizeit“ und „Erholung“ stört, ist die Fesselung dieser Begriffe an die Arbeit. Freizeit heißt Zeit, die frei ist von Arbeit. Und Erholung heißt in unserem Verständnis, sich fit machen für die Arbeit. Wir leben, um zu arbeiten. Doch bei allem Respekt vor rechtschaffener Arbeit, die Sakralisierung der Arbeit hat auch unangenehme Nebenwirkungen. Wer arbeitslos ist, fühlt sich in einer Gesellschaft, die den Wert des Bürgers am erarbeiteten Erfolg festmacht, sehr schnell als Bürger zweiter Klasse. Umso schlimmer, wenn einer solchen Arbeitsgesellschaft die Arbeit ausgeht. Arbeit ist wichtig für den Menschen, doch wer bloß lebt, um zu arbeiten, rast mit Volldampf ins Unglück.

Frauenstimme aus der Küche Richtung Wohnzimmer: Was tust du gerade? Antwort: „Ich sitze!“ Schaut du gerade Fernsehen? „Nein, ich sitze!“ Liest du gerade ein Buch? „Nein, ich sitze!“ Willst du nicht mit dem Hund rausgehen? „Nein, ich möchte hier sitzen!“ Dieser unsterbliche Sketch

von Lorient erklärt, was Muße ist und warum sie es heute so schwer hat.

Für die alten Griechen war das ganz anders. Aristoteles erklärte: Wir arbeiten, um Muße zu haben.

Muße hat also nichts zu tun mit dem, was man jetzt „Freizeit“ oder gar „Erholung“ nennt. Denn das sind lediglich die kleinen Geschwister der Arbeit: Da macht man sich fit für die Arbeit, oder man arbeitet einfach weiter - im Hobbyraum oder im „Erlebnisurlaub“, dagegen war Muße das Eigentliche des Lebens. Die Arbeit dagegen war die Nicht-Muße.

Muße ist also völlig zwecklos, aber höchst sinnvoll verbrachte Zeit. Es ist die Zeit, in der wir selbst sein können, wo wir keine Rolle spielen müssen, nichts herstellen müssen und die unwiederholbare Zeit unseres Lebens intensiv erleben können. Wer sich keine Mußezeiten gönnt und sich nur im täglichen Betrieb aufreibt, der brennt irgendwann aus, der lebt nicht selbst, sondern der wird gelebt, von seinem Terminkalender, seinem Job, seinen „Verpflichtungen“.

Muße hat nichts mit Langeweile zu tun. Fähigkeit zur Muße heißt auch, einmal eine gewisse Langeweile gelassen aushalten zu können. Muße ist keine nur passive Zeit. Vielmehr sind alle Sinne

wach und gelassen aufnahmebereit für das Schöne der Welt. Die Gedanken schweifen lustvoll ziellos dahin - und werden bisweilen gerade darüber erfinderisch. Solche Mußezeit hat gewiss auch Ergebnisse, aber absichtslose und dadurch vielleicht kreativere. Muße ist die Zeit von Erkenntnis ohne Interesse.

Nehmen Sie sich eine halbe Stunde pro Woche Zeit und tun Sie in dieser Zeit nichts irgendwie Zweckmäßiges.

Gehen Sie durch den Wald, nicht mit einem Pflanzen- und Tierbestimmungsbuch, nicht aus Gesundheits- oder Erholungsgründen, sondern nur um diesen einmaligen unwiederholbaren Moment Ihres Lebens zu schmecken, zu riechen, zu genießen. Oder lauschen Sie einer schönen Melodie im Radio, ohne sich zu fragen: „Wie kann ich die noch einmal hören?“ Oder spielen Sie irgendein Spiel, nicht um zu gewinnen, sondern ganz zweckfrei, nur um zu spielen.

Was Sie in diesen Momenten wirklich berührt, können Sie niemals wiederholen!“

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen alles Gute für die bevorstehende Weihnachtszeit und ebenso für das kommende Jahr. Es würde mich freuen, wenn wir in Kontakt bleiben.

Ihr Alexander R. Reiter