



*litteris et amicitiae*

Thurgauischer Ärzteverein

**WERTHBÜHLIA**

**Protokoll der 1230. Sitzung der Werthbühlia  
vom 22. November 2018 im Schloss Hagenwil bei Amriswil**

Eine quirlige, jung und dynamisch wirkende Frau begrüsst uns zu ihrem Vortrag - wüsste man nicht, dass sie emeritierte Professorin für Sinologie an der Universität Kiel ist, man hätte sie glatt als Doktorandin durchgehen lassen. Frau Dr. Gudula Linck nimmt uns gleich zu Beginn ihres Vortrags über die Poesie des Alterns mit in ihre Welt: Sie erzählt über medizinische und nichtmedizinische Strategien aus dem alten China: Eine Poetisierung des Alltags, so meint sie, ist das Alter.

Es braucht zustimmendes Denken, versöhnliche Ohren und Humor, aufmüpfigen Humor. Bereits die Gedichte der Gelehrten, von denen Frau Linck einige rezitiert, sprechen vom Lob der Gelassenheit, von der Kreativität im Alter, die Freude bereitet. Vor allem aber reden die alten chinesischen Dichter und Gelehrten von der Vereinfachung der Dinge, von der Freude im Nichts-Tun: Wu Wei, ein wichtiges philosophisches Konzept der alten Chinesen, bedeutet, sich einfügen in den Lauf der Dinge, von der Achtsamkeit auch für den Augenblick.

Die Kunst des guten Alters, so sagen die zitierten Gedichte, liegt in der Lebensfreude und im Lebensgenuss mit dem doppelten Vertrauen in den Fluss der Zeit und in den bewusst gelebten Augenblick. Paradoxien gehören zum Leben, das Sowohl-als-Auch des Tuns im Nichttun, des Alleinseins und der Geselligkeit, des Daseinsgenusses und der Spiritualität, der Ziele und der Spontaneität.

Es braucht die Fähigkeit, sich in den Fluss der Zeit zu begeben - und auch die Fähigkeit, den Augenblick zu geniessen.

Mit einigen QiGong Übungen beendet Frau Linck ihren Vortrag - Bewegung an Körper und Seele, und der Aufforderung, sich über Nichts zu freuen. Poesie des Alters eben!

11.02.2019

Für das Protokoll

Anita Meyer-Hitz