

WAS IM LEBEN ZÄHLT

Zeit, Freundschaft, Liebe, Arbeit und vieles mehr. Jeden Sonntag werden wir darüber mit namhaften Persönlichkeiten sprechen.

Heute:

ZEIT

„Alles zieht wie im Railjet vorbei“

Sie ist eine der kostbarsten Ressourcen jedes Menschen – die Zeit. Zeitforscher Franz Schweifer warnt vor dem Versuch, „doppelt so schnell zu leben“.



Sie bezeichnen sich als Zeitforscher...

FRANZ SCHWEIFER: Oder Temposoph. Es geht um die Symbiose von Zeit und Philosophie.

Was denkt sich ein Temposoph, wenn jemand in einer Warteschlange sagt: „Gehen Sie vor, ich habe unendlich viel Zeit.“?

SCHWEIFER: Vielleicht, dass er wie ich Mitglied des Vereins zur Verzögerung der Zeit ist. Nein, ich würde ihn gerne fragen, ob er es tatsächlich schafft, die Geduld aufzubringen, zu warten. Warten zu können ist eine echte Kunst, die heute nur mehr bei wenigen beheimatet ist.

Sie hätten nicht die Assoziation, dass es sich um einen Aussteiger handeln könnte?

SCHWEIFER: Ja, man hat tendenziell die Assoziation, dass so jemand ein Faulenzer sein könnte, der es sich bequem einrichtet. Was in einer Leistungsgesellschaft unerhört ist.

Eine Leistungsgesellschaft, in der jeder die Geschwindigkeit verinnerlicht hat?

SCHWEIFER: Die Mehrheit trägt heute ständig einen inneren Einsager mit dem Banner mit sich herum, auf dem steht: Du musst, du musst, du musst. Daraus entsteht ein Geschwindigkeitshype. Der Großteil hat die Geschwindigkeit so weit habitualisiert, dass es in manchen Sequenzen gar nicht mehr auffällt, wie schnell wir unterwegs sind. Auch deshalb, weil es vordergründig zur Geschwindigkeit keine Alternative gibt.

Was sagen Sie Menschen, die klagen, dass nach ihrem subjektiven Empfinden die Zeit immer schneller und schneller vergeht?

SCHWEIFER: Ein Erklärungsmuster ist, dass wir mehr denn je unsere Zeit zerstückeln in kleine Zeiteinheiten, um hineinzuweisen, was geht. Da es so unendlich viele Angebote am Buffet der Optionen gibt und das

Leben endlich ist, kommt man bewusst oder unbewusst ins Rennen. Aber selbst wenn wir doppelt so schnell zu leben versuchen, wird sich nie alles ausgeben. Je mehr ich die Zeit zerstückle und beschäftige bin, desto mehr habe ich das Gefühl, als wäre ich in einem Railjet, in dem alles an mir vorbeizieht, da ich mich innerlich nicht mehr verlangsame, bedächtig werde. Bei genauerer Betrachtung vergeht aber nicht die Zeit, sondern wir vergehen. Das heißt, ich müsste Sie nicht fragen: „Wie viel Zeit ist jetzt vergangen?“, sondern „Wie viel sind Sie jetzt vergangen?“.

Vielen Dank für den Hinweis auf mein Vergehen. Ich bin, seit ich bei Ihnen bin, um 20 Minuten vergangen.

SCHWEIFER: Das klingt hart, kann aber auch eine liebevolle Botschaft sein, weil sie uns aufweckt. Sie fordert auf, sorgsamer mit der Zeit umzugehen.

Warum fällt es denn so schwer, nicht verschwenderisch, sondern sorgsam mit diesem begrenzten Gut der Lebenszeit umzugehen?

SCHWEIFER: Wir leben in einer Welt der zwei Geschwindigkeiten. Die eine ist jene der Technik und Ökonomie, die andere ist die innere Geschwindigkeit. Die beiden kollidieren, weil die Technik uns längst überholt hat. Wir kommen weder von der Kognition noch vom Herzen mehr mit. Wie schnell Menschen unterwegs sind, fällt den meisten erst nach Brüchen auf, nach einem Karrierebruch, bei Krankheit. Wenn man plötzlich in eine Zwangsentgleisung fällt, verändert das den Umgang mit der Zeit.

Da setzt dann ein Nachdenken über die Lebenszeit ein?

SCHWEIFER: Wer unerwartet plötzlich zu viel Zeit hat, muss zunächst erst lernen, wie er damit umgeht. Viele haben im Urlaub bereits das Problem, inner-



Franz Schweifer im Gespräch mit Carina Kerschbaumer: „Ein Garten ist ein guter Zeit-Lehrmeister“

ZUR PERSON

Franz Schweifer studierte Philosophie an der Universität Klagenfurt, lebt in Mödling und arbeitet als Managementtrainer in Deutschland und Österreich. Stellvertreter der Vorsitzender des Vereins zur Verzögerung der Zeit, der vom Philosophen Peter Heintel an der Universität Klagenfurt 1990 gegründet wurde.

Veröffentlichungen: „Zeit-Macht & Zeit-Ohnmacht von Top-Managern“, Hamburg 2011. „Zeit - Macht - Ohnmacht. Forschungs-Essenzen“, Hamburg 2012. Feldstudie über „Burnout in Unternehmen - Umgang und Maßnahmen“.



lich nicht herunterfahren zu können. Sie bleiben im Modus, den sie vom Alltag kennen, und definieren sich auch im Urlaub über Aktivität und nicht über Passivität, Muße. Man wird zum permanenten Wiederholungstäter. Es ginge darum, die Zeit auch einmal ungenützt vorbeiziehen zu lassen. Im Sinne von: Ich darf mich auch einmal selbst in Ruhe lassen.

Es gibt ja die Sehnsucht nach Ruhe, Stille – und dennoch wird sie gemieden. Woher kommt dieser Widerspruch?

SCHWEIFER: Wenn Stille einkehrt, passiert etwas, was nicht immer angenehm ist. Arbeiten ist leichter als leben.

Empfinden das Menschen auf dem Land nicht anders als Menschen in Metropolen?

SCHWEIFER: Es geht um die ewige Frage des richtigen Maßes. Hildegard von Bingen hat den schönen Satz gesagt: Die Seele liebt das diskrete Maß. Ich habe

meine Mutter einmal gefragt, wie viel Zeit sie hatte. Sie hatte zwar auch wenig Zeit, weil meine Eltern nichts hatten und rund um die Uhr arbeiten mussten. Der Unterschied war, dass sie trotz Aufstehens um vier Uhr, um zu melken, mähen, Rituale des Innehaltens hatte und damit nicht das Gefühl, keine Zeit zu haben. Der Umgang mit der Zeit hängt vor allem von unseren Werten ab. Seneca sagte, wir bestimmen unser Leben durch die Wahl der Götter. Götter kann man ersetzen durch Werte.

Haben Sie Ihre Mutter auch gefragt, ob ihr nie die Kraft ausgegangen ist?

SCHWEIFER: Das habe ich. Auch warum sie nie gejamert hat. Sie sagte, weil sie bei allem, was sie getan hat, einen Sinn empfunden hat. Da gab es eine unmittelbare Anbindung zu dem, was sie getan hat. Es hat einen Werkstolz gegeben. Heute ist der Werkstolz oft durch einen

Erschöpfungstolz ersetzt worden. Ein überfüllter Terminkalender, ein Ausgebuchtsein sind der Prestigeausweis. Jedes noch so kleine frei werdende Eck der Zeit soll genützt werden, um zu etwas nütze zu sein im Sinne von Tun, Schaffen, Bauen.

Der Psychologe Robert Levine behauptet, wir seien süchtig nach Geschwindigkeit, weil sie stimuliere und antreibe. Stimmen Sie diesem Befund zu?

SCHWEIFER: Ja, diese Sucht ist ein Massenphänomen. Sie geht quer durch alle Gesellschaftsschichten. Man braucht dafür nur am Bahnhof in Wien die Menschen beobachten. Nahezu jeder ist beschäftigt, indem er mit dem Handy arbeitet, spielt.

Weil Pausen nicht mehr ausgehalten werden?

SCHWEIFER: Pausen werden in einer Kultur, wie wir sie geschaffen haben, als unproduktiv erlebt. Viele können nicht mehr nichts tun. „Ich denke, also bin

ich“ heißt heute: Ich wische, also bin ich. Wir sind zum Dauerwischer auf unserem Smartphone geworden. Die Verinnerlichung des Wischens verhindert, dass wir darüber nachdenken, wie wir mit unserer Zeit umgehen. Anselm Grün sagt, wir sollten auch selbstvergessen sein. Das hat zu tun mit Gegenwärtig-Sein und Achtsamkeit, mit mehr Hautkontakt mit der Gegenwart, mit der Zeit.

Was wäre ein guter Lehrmeister für den Umgang mit der Zeit?

SCHWEIFER: Ein Garten ist ein wahrer Zeit-Lehrmeister. Er lehrt Disziplin und Geduld. Disziplin, weil man ihn regelmäßig pflegen muss, gießen, schneiden. Diese Pflege braucht Zeit. Und man braucht die Geduld, warten zu können, bis das Richtige an der richtigen Stelle wächst. Da geht nichts mit Geschwindigkeit.

INTERVIEW: CARINA KERSCHBAUMER