

URL: <http://www.swp.de/1918705>

Autor: ANTJE BERG, 26.03.2013

Unser Umgang mit der Zeit: Ticken wir noch richtig?

ULM: Am nächsten Sonntag wird wieder an der Uhr gedreht. Eine Stunde geht verloren, weil es im Frühjahr und Sommer länger hell bleiben soll. Das ganze Jahr hingegen fragt sich der gestresste Mensch, wo die Zeit geblieben ist.



Er liebt das Sein-Lassen: Karlheinz Geißler. Fotograf: Jonas Geißler

Noch nie war die Angst der Menschen, etwas zu versäumen, so groß wie heute. Um alles mitzunehmen, versuchen sie hektisch, Zeit zu sparen, sagt Karlheinz Geißler. Ein Besuch bei einem Zeitforscher.

Der Zug kommt in München mit Verspätung an. Es wird knapp, der Weg von der U-Bahn-Station zu dem kleinen, weißen Haus am Ende einer Sackgasse zieht sich - also etwas mehr Tempo! Endlich steht man vor der Tür und klingelt. Karlheinz Geißler öffnet und meint: "Sie sind aber pünktlich." Merkwürdigerweise klingt das nicht nach einem Lob. Schwingt da gar ein leichter Tadel mit, weil man sich so bereitwillig dem Diktat der Uhr unterwirft?

Kaum einer dürfte in seinem Leben so viel über die Zeit nachgedacht haben wie dieser Mann: Eine Leidenschaft, deren Ursprung in der Kindheit liegt. Mit fünf Jahren erkrankt Geißler an Kinderlähmung. Von da an ist er langsam unterwegs, zieht ein Bein nach. Wenn seine Freunde Fußball spielen, sitzt er als Junge auf der Tribüne und sinniert über das Schnell- und Langsamsein, darüber, was die Menschen antreibt, und was sie so alles anstellen mit ihrer Zeit.

Später studiert er Philosophie, Ökonomie und Pädagogik, wird Professor für Wirtschaftspädagogik an der Universität der Bundeswehr in München. Zu keiner Zeit lässt ihn sein Thema los. Der Zeitforscher schreibt mehrere Bücher. Inzwischen ist der 68-Jährige längst im Ruhestand und betreibt ein Institut für Zeitberatung. Dort holen sich nicht nur gestresste Zeitgenossen, sondern auch namhafte Firmen Rat.

"Enthetzt euch" heißt sein neuestes Buch. Ihm hat er einen Satz seiner sechsjährigen Enkelin vorangestellt, der es gelungen sei, das Rätsel der Zeit zu lösen. Lou sagt: "Die Leute suchen die Zeit, aber sie finden sie nicht, weil sie im Kopf ist - gleich neben den Träumen."

Geißler bietet Tee an. Vom Wohnzimmer aus blickt man in einen kleinen Garten, drinnen ist es warm und wohltuend ruhig. Ob er nach unserem Gespräch noch etwas vorhat? "Es eilt nicht", sagt Geißler. "Wir haben Zeit."

Wie oft bekommt man einen solchen Satz heute noch zu hören? Zeit zu sparen, so hat er beobachtet, ist der größte Volkssport der Europäer und Nordamerikaner. "Die Zeit wird organisiert, gemanagt und viel zu selten gelebt." Für nichts anderes nehme man sich so viel Zeit, wie fürs Zeitsparen, "das die Gegenwart einer Zukunft opfert, die nie wirklich eintritt". Das wiederum hängt damit zusammen, dass die vermeintlich gewonnene Zeit umgehend wieder verplant wird. Denn: Was hat man alles noch nicht gesehen, gemacht und gekauft?

"Die Möglichkeiten des Konsums und der Erlebnisse sind heute unendlich. Noch nie war die Angst der Menschen so groß, etwas zu versäumen." Das stresst mächtig.

Und dann wird uns allen Ende März im Schlaf auch noch eine ganze Stunde gestohlen - die Zeitumstellung. Von wegen, sagt Geißler. In Wahrheit ist das nur eine Umstellung der Uhr. "Eine schöne Sache", findet er, "weil sie uns daran erinnert, dass die Zeit von Menschen gemessen und geordnet wird und so auch ein Mittel ist, uns zu disziplinieren."

Gar nicht gefällt ihm, dass an der Uhr gedreht wird, während wir schlafen - mag es auch noch so zweckmäßig sein. Hätte er den Beginn und das Ende der Sommerzeit zu bestimmen, würde er den Sonntagnachmittag wählen, eine Stunde, die im Frühjahr ausfällt und im Herbst gleich zwei Mal durchlebt wird - "ganz bewusst, so wie wir es viel zu selten tun".

Ticken wir noch richtig? Das fragt sich der Zeitforscher seit Jahren. Vieles scheint ihm aus dem Takt geraten. "Wart mal schnell" - wenn er diesen Satz hört, denkt er: "Wahnsinn, wir leben in einer Gesellschaft, die sogar schnell wartet."

Zwei Drittel aller Menschen in Deutschland klagen über Hektik und Zeitnot. Sie fürchten nicht ohne Grund, dieser Stress könnte sie krank machen. Geißler will gar nicht leugnen, dass die äußeren Umstände eine gewichtige Rolle spielen: die zunehmende Verdichtung in der Arbeitswelt, die Last ständiger Verfügbarkeit, der Anspruch, Beruf und Familie gerecht werden zu wollen. Dennoch ist er überzeugt: "Auch wir selbst packen zu viel in unsere Zeit hinein."

Die ewige Hast gipfelt in dem Satz: "Ich muss noch schnell . . ." Geißler sieht darin einen Selbstverpflichtungszwang, der dem Menschen zunehmend Freiheit raubt. Und ganz ehrlich, meint er, allzu oft entspringt das vermeintliche Müssen vor allem dem Wichtig-Sein-Wollen. So entlarvt er auch jene als Wichtigtuere, "die statt von einer günstigen Gelegenheit von einem sich auftuenden Zeitfenster schwadronieren". Das höre sich nach einem perfekt durchgeplanten Tagesablauf an, nach Überbeschäftigung und überregionaler Bedeutung. Tatsache aber sei: "Wenn einer sagt, er habe keine Zeit, dann lügt er oder ist tot." Gemeint sei etwas ganz anderes: "Ich habe keine Zeit für Dich." Das sollte man sich merken.

Zeitmangel, weiß der Forscher, macht unbarmherzig und hart. Er erzählt von einem Versuch mit Theologiestudenten, die mit einem Auftrag von A nach B geschickt wurden. Den einen sagte man, es eile. Daraufhin hatten die meisten auf ihrem Weg kaum einen Blick übrig für einen am Boden liegenden Menschen. Die anderen, die nicht unter Zeitdruck standen, kümmerten sich und holten Hilfe.

Was also tun? Wie gewinnt man - zumindest zeitweise - die Herrschaft über seine Zeit zurück? Am Anfang steht die Erkenntnis: Der Mensch muss begreifen, dass er trotz aller Technologisierung "noch immer Bestandteil der Natur ist". Er brauche den Rhythmus von Aktivität und Ruhe. Denn Ruhe heiße Langsamkeit, Bedächtigkeit und Muße. Pausen, vor sich hinzuträumen, nichts zu tun, hält Geißler für etwas höchst Kreatives. "Das bringt Abstand und damit Aus- und Durchblick, es gibt die Chance, sich von Altem zu verabschieden und Neues anzufangen."

Er selbst schwört auf Sein-Lassens-Übungen - und rät, ganz untypisch, sofort damit zu beginnen. Man überlege sich vor dem nächsten Tag, was man von all den Dingen, die man sich vorgenommen hat, einfach sein lassen kann. Dazu reicht es, sich zwei Fragen zu beantworten: Muss ich es unbedingt tun? Und: Ist es etwas, das ich wirklich tun möchte? Folgt ein zweifaches Nein, hat sich die Sache erledigt.

Geißler legt den Menschen, die zu seinen Vorträgen kommen, nahe, "sich eigene Maßstäbe für das Genug zu setzen". Man ahnt es: Wer sich vom Zeitdruck befreien will, wird nicht umhinkommen zu verzichten - "auf Gelegenheiten, auf Menschen, die einem nicht so wichtig sind, vor allem aber auf Geld und Güter". Der Lohn ist ein Gewinn an Freiheit, innerer Unabhängigkeit. Dieser Mann ist überzeugt: "Alles, was man der Zeit antut, tut man sich selbst an."

Draußen dämmt es, langsam ist es Zeit zu gehen. Zuletzt wartet man auf die Frage: Wann erscheint der Artikel? Doch sie kommt nicht. Stattdessen sagt Geißler zum Abschied: "Nehmen Sie sich Zeit beim Schreiben, damit es Ihnen auch Freude macht."

Info

Mehr über Karlheinz Geißler, seine Philosophie und Arbeit ist auf www.timesandmore.com zu finden.

Alle Rechte vorbehalten

Vervielfältigung nur mit schriftlicher Genehmigung

Copyright by SÜDWEST PRESSE Online-Dienste GmbH - Frauenstrasse 77 - 89073 Ulm