

'Keine Zeit...' - Zeitgeist und Lebensqualität

Peter Kunz, Leiter der Erziehungsberatung Biel-Seeland
Zusammenfassung des Referats vom 7.5.2004

Zeit sparen, Zeit vergeuden, die Zeit rennt uns davon. 'Le temps fuit', heisst es am Kirchturm der Abtei von Romainmôtier. Das Thema der zerrinnenden, fliessenden, eilenden Zeit beschäftigt die Menschheit seit über Leben und Tod und den Sinn des Lebens nachgedacht wird. Unsere Lebenszeit ist begrenzt. Möglichst viel Aktivität gibt dem Leben aber noch keinen Sinn. Neben der Beschleunigung muss auch die Verlangsamung wieder Platz haben. Innehalten, nachdenken, einen individuellen Rhythmus des Lebens gewinnen, zu sich selbst finden. Dort entsteht Lebensqualität und die Kunst ein erfülltes Leben zu führen.

Die aktuelle Zeitbeschleunigung ist im heute erreichten Ausmass neu und plagt die Menschen. Unter Zeitdruck wachsen Hetze und Stress. Es passieren Fehler. 'Lieber schnell und falsch entscheiden statt nicht entscheiden', meinte ein Manager der CS Holding. Nachdenken, Innehalten gilt als Schwäche. Warten ist unerträglich und Geduld zur Untugend geworden.

Die Art und Weise wie wir mit unserer Zeit umgehen, hat sich seit der Industrialisierung radikal verändert. Die Tage bleiben zwar stets gleich lang, das Jahr hat seit über 6000 Jahren, seit der Erfindung des Kalenders durch die Ägypter, und viel später der Einführung des julianischen Kalenders immer gleichviel, nämlich 365 oder 366 Tage.

Unser Lebensrhythmus hat sich aber markant beschleunigt. In der gleichen Zeit müssen mehr Aktivitäten Platz haben. Wir müssen um ein Vielfaches produktiver sein, uns mehr Wissen aneignen, uns fit und jung erhalten für den Wettbewerb und nebenbei noch zahlreichen familiären und gesellschaftlichen Verpflichtungen nachkommen, sofern die Zeit reicht.

Unser Leben ist länger und in vielen Belangen vielseitiger und abwechslungsreicher, aber eben auch viel hektischer geworden. Der Alltag wird in kleinere Portionen eingeteilt, in eine Abfolge verschiedenster Aktivitäten. Wir geraten scheinbar an die Grenze der möglichen Flexibilität des Menschen. Interessanterweise heisst das dominante Störungsbild bei Kindern zu Beginn des 21. Jahrhunderts Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom und Hyperaktivität. Könnte es sein, dass die schwächeren Mitglieder der Gesellschaft uns den Hinweis geben, dass die Zeitbeschleunigung krank macht?

Auch bei uns Erwachsenen entstehen Stress, Hyperaktivität, Unzufriedenheit und Oberflächlichkeit und gefährden die durch den Wohlstand entstandene Lebensqualität. Keine Zeit haben ist Sinnbild geworden für ein erfülltes Leben. Zeit haben ist schon fast verdächtig. Die allgegenwärtige quantitative Uhrzeit hat die qualitative Lebenszeit verdrängt, sowohl während der Arbeitszeit wie auch in der Freizeit. Vielleicht sollten wir uns fragen, ob der Ausdruck 'Zeit ist Geld' nicht ein Trugschluss ist.

Gibt es ein Entrinnen aus der Beschleunigungsspirale? Der amerikanische Ökonom Taylor sagte: 'Maximaler Wohlstand existiert nur als Folge der maximalen Produktivität'. Vielleicht haben wir den maximalen Wohlstand erreicht und können nicht mehr bremsen.

Schnelligkeit und Langsamkeit müssen wieder miteinander in Beziehung gebracht werden. Produktivität und Aktivität müssen immer wieder unterbrochen werden durch Phasen der Nachdenklichkeit, der Orientierung. Nur so können wir erfahren was wirklich wichtig ist und unserer Lebenszeit Sinn geben. Letzlich müssen wir die Kunst des Lebens neu entdecken.

Biel, 16.4.2004

Peter Kunz
Erziehungsberatung Biel-Seeland
Bahnhofstrasse 50
2502 Biel

peter.kunz.eb.biel@bluewin.ch