

# Zeit

Zeitnah, zeitaufwendig, Zeitausgleich, Zeitersparnis, Zeitgewinn, Zeitkonto, Zeitlos, Zeitlimit, Zeitmangel, Zeitraffer, zeitsparend, Zeitvertreib, ... .

Axel Kühner hat einmal über die Zeit folgendes geschrieben:

„Den Geschäftigen rinnt sie wie Sand durch die Finger. – Den Trägen hängt sie wie ein Mühlstein um den Hals. – Die jungen Leute können nicht abwarten, bis sie vergeht. – Die Älteren möchten sie gern noch ein wenig festhalten. – Die einen fliehen um sie und empfangen sie wie eine Freundin. – Die anderen verfluchen sie und vertreiben sie wie einen Feind. Die Zeit!“

Wo darin finden wir uns wieder? Wie steht es mit unserer Beziehung zu der Zeit? Freundin oder Feindin?

Ich kenne die Zeit als Freundin wie als Feindin, um sie mal so zu bezeichnen. Als Freundin begegnet sie mir z.B. wenn ich Zeit finde und mich in einem Café zu einem solchen niederlasse, vielleicht jemanden Treffe, einen Brief schreibe, Gespräche führe, mit den Kindern wundersames erleben darf, einen tollen Film sehe ... . Jedoch auch als Feindin kenne ich sie: Morgens der Wettlauf um jede Minute, das Warten beim Arzt, Stillsitzen müssen, obwohl es noch so viel zu tun gibt ... . Zeit optimal ausnutzen ist oft eine Devise. Das endet dann darin, dass man alles gleichzeitig macht: Telefonieren und Geschirrspülen und dabei noch im Radio den Wetterbericht verfolgen, Emails schreiben und gleichzeitig Fernsehen oder Essen und dabei Lesen und noch Musik hören .... Deren Kombi-Möglichkeiten gibt es viele. Immer in Bewegung. Immer in Beschäftigung. Sich selten Zeit nehmen, also eher Zeit verschwenden? Verfüge ich wirklich über meine Zeit? Wenn nicht ich, wer dann? Andererseits schlagen wir Zeit auch tot, verschwenden sie sinnlos, vertreiben oder vertändeln die Zeit so, dass wir uns nachher darüber ärgern.

Mir fällt es schwer, mich einmal ruhig hinzusetzen, sich freuend an einer Pause genussvoll die Beine hochzulegen. Vielleicht zu Lesen oder zu Hören. Ohne das Gefühl, was noch anliegt oder was noch zu tun ist ... Abschalten. Müßiggang. Während mein Körper physisch an Ort und Stelle verweilt, rast mein Innerstes mit voller Kraft weiter. Einerseits gibt es so viele, vor allem auch schöne, Dinge zu tun und zu Erleben, andererseits haben wir nun mal nur 24 Stunden am Tag Zeit. Und das ist auch gut so. Lernen wir, diesen Reiz auszuhalten. Den Reiz vieles Erleben zu wollen, und doch nicht können. Vieles tun zu müssen und doch schwer schaffen. Darüber aber nicht traurig zu sein oder es dennoch zu versuchen, den Spagat hinzubekommen.

Übrigens wurde das Wort „Hektik“ früher im Sinne des Begriffs „Schwindsucht“ benutzt, bevor es in den Sinn „übersteigerter Betriebsamkeit, fiebernder Hast“ übergang. Ein so eiliges Dasein, wie bei uns oft vorzufinden, kann also nicht gesund sein. Wir müssen einsehen, dass wir ausreichend Zeit haben für alle nötigen Dinge. Wenn wir in Hektik verfallen, dann ist etwas zuviel da. Wir müssen unser Leben „ausmisten“. Vieles raubt Zeit und ist unnötig. Wir müssen lernen, Prioritäten zu setzen. Mut zur Lücke beweisen. Lieber mal die Stille suchen und eine Auszeit nehmen. Reinhold Schneider sagte: Stille ernährt, Lärm verbraucht.

Wir brauchen kein schlechtes Gewissen zu haben, wenn wir mal Müßiggang pflegen oder sich Zeit nehmen, besser Zeit ausgeben, sich etwas Gutes zu tun. Denn Teresa von Avila stellte bereits fest „Tu deinem Leib etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat, darin zu wohnen.“.

Mich hat die Vorbereitung auf diesen Abend, im Besonderen das empfehlenswerte Buch von Bianka Bleier „Das Leben feiern“, geholfen, aufmerksamer meinen Alltag zu sehen und hektische Situationen auszukundschaften. Wichtig ist nun, sie nicht als unveränderlich hinzunehmen sondern die Sache zu entspannen. Man kann viel optimieren, manches muss aber eben auch einfach gestrichen werden. Dabei unterscheiden sich sicher auch die Empfindungen eines jeden dahingegen, wie viel er an Aktivität umsetzen kann, ohne es als Belastung zu empfinden oder hektisch zu werden.

Als Christ glaube ich, dass Gott ein Gott der Ruhe ist, Hektik ist nicht sein Wesen. Er hat die Zeit geschaffen und hält sie in seinen Händen. Wenn Gott die Hektik der Zeit nicht gut heißt und sie uns zudem nachweislich krank macht, warum fallen wir immer wieder auf sie rein? Warum lassen wir sie zu und nehmen sie hin. Entspannen wir uns doch einfach und Leben genussvoller und der ein oder andere wird dadurch vielleicht auch genießbarer für seine Umgebung. Und um mit der Bibel zu sprechen: „Alles hat seine Zeit ...“ ... das steht in dem Buch der Prediger.