

## Eilen & Verweilen

Einerseits scheinen wir geradezu magisch-lustvoll davon angezogen, auf die Tempo-Tube zu drücken und uns über einen vollen Terminkalender zu definieren. Für Gleichmut oder Muße bleibt kaum Zeit: „O Herr, schenke mir Geduld, aber bitte sofort.“ Andererseits machen immer mehr Getaktete die leid- wie frustvolle Erfahrung, dass sie in der Zeitarmutsfalle sitzen. Rätselnd, wie sie ihr entkommen können.

Aber worin liegen mögliche Ursachen für das wachsende Zeit-Dilemma? Und wie könnten alltagstaugliche Auswege aus der Zeitfalle aussehen? Antworten darauf gibt ein neues Buch:

[Ach du liebe Zeit](#)

### Keine Zeit

Das unentwegte Powern und Beschleunigen hat vielschichtige Beweggründe. Drei wesentliche U(h)rsachen beziehen sich auf folgende Ebenen:

#### 1. Persönlich: Habitualisierung und Verinnerlichung

Tempo und Eile sind als Verhaltensmuster so stark verinnerlicht, dass sie nicht mehr bewusst wahrgenommen werden. Alternativen scheinen undenkbar oder unattraktiv. Attraktiver hingegen ist es, möglichst viele Handlungs-, Erlebnisepisoden unterzubringen. Auch gespeist von Verpassensangst. Die bevorzugten Strategien lauten: schneller arbeiten – Pausen reduzieren – multitasken. Getragen von der Maxime: „Ich eile, also bin ich (wichtig)!“ „Ich bin (wichtig), also eile ich!“

#### 2. Ökonomisch: Steigerungsdogma und Profit

Das Dogma „Immer mehr in immer kürzerer Zeit“ wird, gepaart mit technischen Möglichkeiten, zum inflationären Zeittreiber. „Just in time“ und „More-More“ lassen keine Zeitlücke zu. Der Profit-Schlüssel lautet: Schneller. Billiger. Bequemer. Der globale Markt stillt das wuchernde Bedürfnis nach dem Alles – Gleichzeitig – Sofort. Getragen von der Maxime: „Wir wachsen (schneller), also sind wir.“

#### 3. Kulturell: Wettbewerbsidee und Endlichkeitsidee

Wettbewerb verstärkt per se die Dynamik von Pausenlosigkeit und Vergleichzeitigung. Und die Eile wird durch drohende Endlichkeit verstärkt. Befristete Zeit einerseits und eine Fülle an Möglichkeiten andererseits führen unweigerlich zum Dilemma. Weil Erwartungshaltungen vermehrt ins Diesseits verlegt werden, mutiert das Leben zur letzten Gelegenheit. Um auf quasi rutschenden Abhängen („Slipping Slopes“) nicht den sozialen Anschluss zu verlieren, wird Rastlosigkeit zum Muss. Und Langsamkeit zum Tabu. Getragen von der Maxime: „Ich lebe nur einmal, aber dafür doppelt so schnell.“

### Mehr Zeit

Rabindranath Tagore, indischer Philosoph und Nobelpreisträger, formulierte schon vor Jahrzehnten: „Wie der Fluss im Meer, so findet unsere Arbeit ihre Erfüllung in der Tiefe der Muße.“ Dabei sind Tempo und Gasgeben keineswegs per se schlecht. Im Gegenteil. Geschwindigkeit ist Salz in der Lebenssuppe. Auch Musik lebt vom Tempo. Aber auch von Pausen und Stille.

Genauso wie wir Menschen. Erst unterschiedliche Tempi und Rhythmen machen den besonderen Zauber aus.

Wen wundert´s, dass monotone Pausenlosigkeit und Beschleunigung erst recht eine Sehnsucht wecken: jene nach mehr Zeit – für sich selbst, für das, was „wirklich wichtig ist“ (was immer das subjektiv bedeuten mag). Wie das gelingen kann, dazu mag es 1000 Wege geben.

Im neuen Buch „Ach du liebe Zeit“ werden 3 mögliche Pfade eingehend beschrieben:

#### 1. Werte leben & pflegen 2. Rituale leben & pflegen 3. Achtsamkeit leben & pflegen

Ein kleiner, vielleicht ungewöhnlicher Auszug daraus möge Anregung zur erhellenden Selbstreflexion und Selbstkalibrierung geben.

### **Wünschen & Wollen**

Wir haben nicht zu wenig Zeit,  
sondern zu viele Bedürfnisse.  
Wir wollen schlicht zu viel.  
Alles. Gleichzeitig. Sofort.  
Pausenlos.

Auch deswegen sind wir die Zeit los.  
Denn:

Wenn die Bedürfnisliste zu lang ist,  
wird das Leben zwangsläufig zu kurz.  
Und je länger die Wunschliste wird,  
desto enger wird das Leben.

Deshalb stellen sich uns unentwegt Fragen wie:

Was & wann ist es genug?  
Was & wer treiben mich an?  
Was & wohin will ich wirklich?  
Woraus schöpfe ich Kraft & Sinn?

© Franz J. Schweifer

### **Über den Autor:**



©

Mag. Dr. Franz J. Schweifer

ist Geschäftsführer des Beratungsinstituts

**„Die ManagementOASE – Schweifer & Partner Coaching. Training. Consulting.“**  
in Mödling b. Wien. [www.managementoase.at](http://www.managementoase.at) / [f.j.schweifer@managementoase.at](mailto:f.j.schweifer@managementoase.at)

Als „Temposoph“, Zeitforscher, FH-Lektor, Managementtrainer & Coach mit über 20 Jahren Beratungserfahrung hat er sich v.a. auf ZEIT-spezifische Themen spezialisiert.

Aktuelle Publikation:

[Ach du liebe Zeit](#)

[Zeit – Macht – Ohnmacht](#)

[Aktuelle Seminare, Fachartikel etc.](#)

Quelle: <http://www.die-wirtschaft.at/zeiten-blicke-advent-angekommen-133344.html>

Erschienen in „die wirtschaft – Österreichs größtes KMU-Magazin“ am 03.10.2014

© Franz J. Schweifer