

Die Zeitarmut nimmt rasant zu

BESCHLEUNIGUNG Oft schafft die vermeintliche Zeit-Optimierung zusätzlichen Stress. Zeitforscher Ivo Muri plädiert für einen radikal neuen Umgang mit der Zeit.

MARKUS ROHNER

Wir schreiben E-Mails um die ganze Welt, halten Videokonferenzen mit Geschäftspartnern, transportieren Gelder auf elektronischem Weg und sind per Internet und Handy überall und rund um die Uhr erreichbar. Wer Grenzen abschafft, glaubt die grosse Freiheit gewonnen zu haben. «Dennoch geschieht etwas mit uns, das wir nicht ganz begreifen», sagt Ivo Muri vom Institut Zeit & Mensch. Die Gesellschaft habe es bis heute nicht geschafft, den Menschen wirkliche Freiheit – also Zeitwohlstand – zu vermitteln. Vor allem wirtschaftlicher Druck habe dazu geführt, den Menschen sich zunehmend hoffnungslos und unfrei fühlen zu lassen.

IM LEBEN VON IVO MURI, 46, dreht sich fast alles um die Zeit. Sein Vater baute in den Sechzigerjahren im Luzernischen die ersten funküberwachten Quarz-Turmuhren. Klein Ivo begleitete ihn oft auf seinen Touren quer durch die Schweiz. «Die Zeit spielte damals keine grosse Rolle», erinnert sich der Sohn. Wenn der Vater einen Tag länger für die Arbeit benötigte, störte das niemanden. Hauptsache, die Turmuhr funktionierte nachher einwandfrei. Heute erreicht die Störungsmeldung der Turmuhr den allzeit erreichbaren Aussen-dienstmitarbeiter per Handy. Auf dass er – rund um die Uhr – sofort ausdrücken kann.

Ivo Muri wurde nicht Uhrmacher, blieb aber bei der Zeit hängen. Vor fünf Jahren gründete der Betriebswirt in Sursee LU das Institut Zeit & Mensch. Dieses nimmt sich der Zeitwirtschaft und Zeitökologie an und spricht Personen in leitenden Funktionen an, die Massnahmen zu einem menschengerechten Umgang mit der Zeit erarbeiten wollen. «Allzu oft versuchen wir heute mit falschen Methoden Zeit-Probleme zu lösen – mit dem Ergebnis, dass die vermeintliche Optimierung der Beschleunigung weiter antreibt», warnt der Zeitforscher. Muri versucht seinen Kunden aufzuzeigen, wie sie einen Ausweg aus der Zeitfalle finden können.

Am Zeit-Institut wird nach den Ursachen der allgemeinen Beschleunigung und Verdichtung in allen Lebensbereichen gesucht und werden Wege aufgezeigt, wie die Symptombekämpfung überwunden und Grundlagen für neue Einstellungen zur Zeit gefunden werden können.



STETER KAMPF GEGEN DIE UHR «Eine Gesellschaft, die keine Zeit mehr hat, lebt nicht», glaubt Zeitforscher Ivo Muri. DANIEL AMMANN

Heute bilden Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft nach Muri keine Zeiträume mehr. Die Zeit sei komprimiert und verdichtet und damit vernichtet worden. Weil im Weiteren natürliche Zeiteinseln (Feiertage, feste Arbeitszeiten, gemeinsame Pausen, freie Wochenenden) langsam verschwinden, erzeugt das bei vielen Menschen Stress. 40 Prozent der IV-Renten werden

heute an psychisch Kranke entrichtet. «Stress kostet uns Milliarden, sodass es sich bestimmt lohnt, ein paar Franken in die Zeitforschung zu investieren», sagt Muri.

Ein neues Zeitbewusstsein ist laut Muri entstanden, als die Menschen mit der Uhrzeit zu rechnen begannen wie mit dem Geld. Der Moment, als die Zeit über den Zins an das Geld ge-

koppelt wurde. Plötzlich sei Zeit zur knappen und deshalb zur bewirtschaftenden Ressource geworden.

DIE UHR IST dem Zeitforscher lediglich ein Koordinationsinstrument, vergleichbar mit dem Metermass. Die Uhr hätten die Menschen erfunden, um Termine untereinander abzumachen. Suche der Mensch nach der Zeit,

müsse er immer auch die Frage nach dem Unterschied zwischen der Uhrzeit und der Lebenszeit stellen. Statt gegen die Zeit zu kämpfen, wäre es für den Zeitforscher viel klüger, sich mit der Zeit zu harmonisieren, zu koordinieren und zu synchronisieren. Dadurch werde die Zeit zum Freund statt zum Feind. «Eine Gesellschaft, die keine Zeit mehr hat, lebt nicht.»

«Wir sind im Hamsterrad gefangen»



IVO MURI leitet das Institut Zeit & Mensch in Sursee LU. HO

Herr Muri, Leiden Sie nie unter Zeitdruck?

Ivo Muri: Diesen Druck gibt es durch die Art, wie ich heute arbeite, weniger. Wenn einer wie ich allein im Institut arbeitet und nicht mit vielen Mitarbeitern Termine koordinieren muss, verfügt er über viel Zeitautonomie. Ich arbeite stundenmässig nicht weniger als früher. Aber ich wähle meine Arbeitszeit frei und fühle mich dadurch freier. Als ich noch Geschäftsführer einer Software-Firma war, hatte ich den glei-

chen Termindruck, den alle spüren, die heute in der Berufswelt tätig sind.

Was tun gegen Zeitdruck und Stress?

Muri: Viele tun schon das Richtige, aber ganz offensichtlich reicht das nicht. Wir haben einen Zustand erreicht, wo der Einzelne versucht, seine Zeit zu optimieren. Aber es sind kollektive Vorgaben da, die den optimalen Zustand gar nicht ermöglichen. Wir sind im Hamsterrad gefangen.

Mit moderner Technik oder schnellen Verkehrsverbindungen gewinnen wir doch Zeit.

Muri: Immer mehr und immer schneller, darin liegt genau das Problem.

Was wäre denn zu tun?

Muri: Der sinnvolle Umgang mit der Zeit hängt von der Arbeitssituation eines jeden Einzelnen ab. Jeder kann bei sich selbst schauen, dass er einmal nichts tut und lernt, auf Signale des Körpers zu hören und häufiger zur Ruhe zu kommen. (MR)