



Der passive Konsum von Fernsehen, Radiohören und Lesen ist seit rund 30 Jahren ziemlich gleich geblieben. Selbst so etwas wie ein Laufboom hat nicht stattgefunden.

den zu nutzen. Der Lebenszeitgewinn führe keineswegs zu mehr Lebensqualität, sondern vielmehr zu Zeitknappheit und Burn-out.

Das Thema Zeit beschäftigt auch den Wirtschafts- und Sozialethiker Friedhelm Hengsbach seit Jahrzehnten. Die ungeheure Dynamik der Finanzmärkte mit ihrem Hochfrequenzhandel, der durch die Kombination von Technik und Finanzwirtschaft möglich wurde, war für ihn der Anstoß, das Buch „Die Zeit gehört uns: Widerstand gegen das Regime der Beschleunigung“ zu schreiben. Ungleiche Verteilung gibt es nicht nur bei Einkommen und Vermögen, sondern auch beim Thema Zeit oder besser Zeitsouveränität. „Wem wird mehr Freizeit gestattet? Und wem nicht?“, fragt Hengsbach. Problematisch werde es „überall da, wo einseitige Machtverhältnisse bestehen“. Also wo zum Beispiel Unternehmen sich am Shareholder-Value orientieren und nicht mehr autonom genug sind. Zeit-Ungleichheit herrscht auch zwischen Männern und Frauen: Für viele Frauen beginnt nach der Erwerbsarbeit die Kinderbetreuung oder das Sorgen für die Eltern. Männer, die ihre Erwerbsarbeit gerne reduzieren und dafür auch auf Lohn verzichten würden, stünden dagegen unter Rechtfertigungsdruck.

Herrliche Verlockungen

Freizeit hat für viele heute einen bitter-süßen Klang. Die einen kommen nicht in deren Genuss, weil sie aufgrund von Überstunden, Hausarbeit oder familiären Verpflichtungen nur noch ins Bett fallen, wenn alles erledigt ist. Andere haben zwar viel

freie Zeit, weil sie keiner Erwerbsarbeit nachgehen, können es sich aber nicht leisten, diese mit den herrlichen Angeboten der Konsumwelt zu füllen oder gar mit Muße. Wieder andere haben Zeit und Geld, wünschen sich aber, angestachelt von den verlockenden Rufen der Urlaubs- und Freizeitwirtschaft, mehr Geld und mehr Zeit und sind also auch nicht glücklich.

Der Freizeitforscher Peter Zellmann kritisiert, dass es in Mitteleuropa bis heute eine tief verwurzelte Kluft zwischen Arbeit und Freizeit gibt. Während es in Skandinavien schon zu Beginn der 1970er-Jahre etwas wie eine Freizeitpolitik gegeben habe, war Freizeit für die MitteleuropäerInnen „eher ein Negativum, das bestenfalls zur Wiederherstellung der Arbeitskraft gut war. Der Workaholic war das Leitbild der Nachkriegszeit.“ Freizeitpolitik meine weniger ein Freizeit-Angebot als die Tatsache, dass Freizeit als gleich wichtiger Lebensbereich wie Arbeit angesehen werde: „Nicht entweder ... oder, nicht zuerst die Arbeit, dann das Spiel. Die Reihenfolge ist egal: Es darf auch zuerst das Spiel sein, wenn die Arbeit dann erst recht gut erfolgt.“ Zellmann ruft dazu auf, „Mut zur Muße“ zu haben.

Freizeitangebote wie der **Kulturpass**, mit dem unter dem Motto „Hunger auf Kunst und Kultur“ Benachteiligte Kulturangebote gratis in Anspruch nehmen können, sind laut Zellmann „durchaus vernünftige Maßnahmen“, aber sie „bringen die Gesellschaft nicht wirklich weiter“: Solange das Grundproblem nicht erkannt werde, haben solche „Pflästerchen“ wenig Sinn.

Dass viele von uns über ihre freie Zeit nicht mehr verfügen können, muss

sich auch aus Friedhelm Hengsbachs Sicht wieder ändern. Er hofft auf eine Bewegung, eine Rebellion. Kleine Änderungen im Alltag wie sich „eine Viertelstunde auf einen Stuhl setzen und meditieren“ reichen nicht aus. Dennoch: Nein sagen lernen, nicht immer gleichzeitig essen und lesen und einfach öfter mal „herumschildkröteln“ sind wichtig. Größere Gegenbewegungen zur beschleunigten Freizeit wie **Urban Gardening**, **Slow Food** und Konsumreduktion – all diese Maßnahmen gingen in die richtige Richtung. Hengsbach: „Die Notwendigkeit einer Umkehr ist offensichtlich.“

Freizeit entschleunigen

Was es aus seiner Sicht noch bräuchte, damit wir wieder Herr und Frau unserer Zeit werden: kollektive Arbeitszeitverkürzung, Nachhaltigkeit anstatt Wachstumsrausch und Geschlechtergerechtigkeit. Und bis es so weit ist, können wir ja zumindest unsere Freizeit entschleunigen und jedenfalls – zeitweise – unsere schlaun Geräte ausschalten und mehr Muße einkehren lassen.

Internet:

Mehr Infos unter:
zenhabits.net

Schreiben Sie Ihre Meinung
an die Autorin
alexandra.rotter@chello.at
oder die Redaktion
aw@oegb.at