

IMPULS

Oktober 2016



Der Titel deines Buches

Ich war zunächst verblüfft, als ich zum ersten Mal von der „Eilkrankheit“ hörte. Nicht wenige Menschen leiden heute an dem Gefühl, permanent unter Zeitdruck zu stehen. Es handelt sich um ein nahezu anerkanntes pathologisches Phänomen, eine Form der Depression.

Nicht überrascht hat mich derweil, dass Zeitknappheit heute eine Erfahrung aller Menschen ist. Und das gilt inzwischen nicht nur für den Bereich des Arbeitsplatzes, sondern auch im Privaten. Wird unsere Zeit tatsächlich knapper?

Der Soziologe Hartmut Rosa weist darauf hin, dass es objektiv gesehen eigentlich wenig Sinn macht zu sagen, wir hätten immer weniger Zeit. Denn der Tag hat ja nach wie vor 24 Stunden, 1.440 Minuten, 86.400 Sekunden ... Vielmehr sei es doch eher so, dass das, was uns als Zeithunger begegnet, im Grunde nur eine Kehrseite der Tatsache ist, dass wir in der verfügbaren Zeit immer mehr „wollen“. Empfundener Zeitmangel ist demnach also auch eine Art Aufgaben- und Selbsterfüllungsdruck.

Wir wollen offensichtlich viel. Und möglicherweise erreichen und bekommen wir auch viel. Doch was ist der „wirkliche“ Gewinn des ganzen? Ist alles, was wir wollen, erfüllend?

Viele Menschen sind durchaus in der Lage, wie es Coaching-Guru Dieter Lange einmal formuliert hat, ihre anstehenden Ziele zu benennen, also – bildlich gesprochen – einzelnen Kapiteln im Buch des Lebens eine Überschrift zu geben. Ziele sind sinnvoll, sie liefern ein Wozu des Handelns. Doch letztliche Erfüllung, so wendet Lange ein, bringt ein Leben als Aneinanderreihung von Zielerreichungsepisoden freilich nicht.

Leben werde erst dann als gelingend empfunden, wenn noch etwas hinzukomme, nämlich die Kenntnis des „Titels“ des Lebensbuches. Dieser Titel gebe der Story ihre Gesamtrichtung. Wer den Titel des eigenen Lebensbuches kennt, habe Selbsterkenntnis und damit die eigentliche Botschaft, was er/sie wirklich will und wie er/sie Leben gestalten kann.

Der Titel des eigenen Lebensbuches – ein interessantes Bild. Man könnte weiterfragen: Wie liest sich überhaupt ein Buch, dessen Titel man nicht kennt? Wann kreiert ein Autor den Buchtitel, bevor oder nachdem das Buch geschrieben ist? Und: Bin ich selbst überhaupt Autor meines Lebensbuches oder nur Leser?

Der Oktober liefert ein dienliches Ambiente, um diesen Fragen einmal nachzugehen. Er läutet schließlich die Jahreszeit ein, in der die Tage „kürzer werden“ – und möglicherweise bei dem einen oder der anderen das Gefühl verstärken, unter erhöhtem Zeitdruck zu stehen.



Dr. Boris Krause

Theologischer Referent im Diözesancaritasverband

krause@caritas-muenster.de