





Um den Wert eines **Jahres** zu erfahren, frage einen Studenten, der im Schlussexamen durchgefallen ist.

Um den Wert eines **Monats** zu erfahren, frage eine Mutter, die ein Kind zu früh zur Welt gebracht hat.

Um den Wert einer **Woche** zu erfahren, frage den Herausgeber einer Wochenzeitschrift.

Um den Wert einer **Stunde** zu erfahren, frage die Verlobten, die darauf warten, sich zu sehen.

Um den Wert einer **Minute** zu erfahren, frage jemanden, der seinen Zug, seinen Bus oder seinen Flug verpasst hat.

Um den Wert einer **Sekunde** zu erfahren, frage jemanden, der einen Unfall erlebt hat.

Um den Wert einer **Millisekunde** zu erfahren, frage jemanden, der bei den Olympischen Spielen eine Silbermedaille gewonnen hat. **Die Zeit wartet auf niemanden.**

Von Gesa Zimmermann

Gleichförmig schreiten die Zeiger der Uhr: 60 Sekunden mal 60 Minuten mal 24 Stunden – Tag für Tag. Eindeutig. Festgelegt und unveränderbar: Eine physikalische Größe, die mit der höchsten Präzision messbar ist und auf deren Genauigkeit weitere Parameter unseres Lebens beruhen. Wie beispielsweise die Definition der Länge: In dem man den Meter als diejenige Strecke definiert, die das Licht im Vakuum während 1/299.792.458 Sekunden zurücklegt. Ein unvorstellbarer Bruchteil. Zeit ist für den Physiker so absolut bestimmbar, wie es für jeden Menschen täglich erfahrbar ist, dass die unbeeinflussbare Zeit subjektiv ganz unterschiedliche Dauer haben kann: In schönen Momenten rast sie vorbei, in schwierigen Situationen geht sie scheinbar nie vorbei. Genug Zeit, um alle Aufgaben eines Tages zu erledigen, haben wir nie, noch nicht einmal im Urlaub oder der Freizeit.

Dank des medizinischen Fortschritts leben die meisten Menschen im Durchschnitt länger und können auch länger aktiv sein. Deshalb müssten wir eigentlich mehr Zeit für alles haben. Gleichwohl fühlen wir uns gehetzt, unter immer höherem Zeitdruck, bis hin zur Überforderung, der wir dann mit propagiertem aber irreführendem Zeitmanagement zu begegnen versuchen.

Zu diesen Phänomenen gibt es viele Untersuchungen, Meinungen, Fernsehsendungen, Seminare und natürlich auch Internetseiten. Karlheinz Geißler, Professor für ►

Wirtschaftspädagogik an der Münchner Bundeswehr-Universität und einer der bekanntesten deutschen Zeitforscher, erklärt in seinen Büchern diese

Entwicklung so: Neue Technologien steigern die Geschwindigkeiten, mit denen Aufgaben erledigt werden. Diese Steigerung der Schnelligkeit ist seiner Meinung nach aber weitgehend ausgereizt, sodass nun Zeitverdichtung als Beschleuniger zum Zuge kommt: Immer mehr Dinge werden gleichzeitig erledigt. Ein gutes Beispiel dafür ist auch der medizinische Fortschritt. In hochtechnisierten Intensivbetten werden heute die Patienten computergestützt überwacht und medizinisch versorgt, sodass Schwestern und Ärzte nach der Akutversorgung nur noch im Notfall eingreifen müssen. So können heute gleichzeitig mehrere Patienten trotzdem wesentlich sicherer als früher betreut werden.

Gerade in der freien Wirtschaft ist Zeit Geld und nur über Zeitgewinn kann Wachstum generiert werden. Das ist das, was wir im alltäglichen Arbeitsleben mittlerweile als Effizienz verinnerlicht haben: Im Büro räumen wir beim Telefonieren den Schreibtisch auf, schreiben E-Mails oder telefonieren, statt persönlich zum Kollegen zu gehen, bringen auf dem Weg zum Kopierer die Kaffeetasse weg, auf dem Heimweg kaufen wir ein, beim Autofahren erleben wir Konzerte per CD und bei den Nachrichten wird gebügelt. Geißler aber ist überzeugt, dass Zeit keinen Wert an sich hat, sondern an Erfahrungen gebunden ist – also eine eigene Qualität hat. Man muss bereit sein, gewonnene Zeit an schöne, für einen persönlich wertvolle Dinge wieder zu verlieren: Freunde, Kinder, Sport und Kultur... sonst wäre alles nur überflüssig und Verschwendung. Sein Credo bereits vor Jahren: Wer das ganze Leben leben will, ertrinkt in Hetze.

Das Thema „Zeit“ beschäftigte sogar schon Arbeitsgerichte. Was nämlich zählt beispielsweise bei Ärzten und in Kliniken zur Arbeits-, Ruhe- oder Bereitschaftszeit? Wie sind diese Zeiten geregelt und was darf während welcher Zeit wie lange und in welcher In-

Eine stillstehende Uhr hat doch täglich zweimal richtig gezeit und darf nach Jahren auf eine lange Reihe von Erfolgen zurückblicken.

Marie von Ebner-Eschenbach

Wir haben alle unsere Zeitmaschine. Unsere Erinnerungen lassen uns in die Vergangenheit reisen und in die Zukunft entführen uns die Träume.

„The time machine“ von Simon Wells

tenität gemacht werden? Interessant dabei: Es gibt dazu ein Urteil vom Europäischen Gerichtshof (EuGH), das von den Mitgliedsstaaten der EU in na-

tionales Recht umgesetzt werden muss. Und diese legen den Richterspruch teilweise recht unterschiedlich aus. Der Grund: Diese Zeiten werden unterschiedlich vergütet und auch im Gesundheitsbereich gilt: Zeit ist Geld und beide Seiten möchten möglichst viel davon – natürlich ohne die Patientensicherheit durch übermüdete Ärzte zu riskieren.

Auch Wartezeiten beim Arzt sind weitere, immer wieder diskutierte Themen ganz subjektiver Wahrnehmung... Fakt ist: In Deutschland bekommen über 95 Prozent aller Patienten bei akuten Beschwerden am selben Tag einen Termin beim Arzt. Vor einigen Jahrzehnten noch undenkbar, da war medizinische Versorgung fast noch ein Privileg. Heute wird von den Patienten meistens nur wahrgenommen, dass die Wartezimmer überfüllt sind, manche früher drankommen, obgleich sie später ins Wartezimmer kamen oder man manchmal erst in Wochen einen Termin bei einem Facharzt bekommt. Obgleich das gar nicht mal schlimm sein muss, denn eine planbare Routine- oder Kontrolluntersuchung muss nicht sofort erfolgen und manchmal ist schlicht fehlende Kommunikation der Grund für das subjektiv ungute Zeitgefühl beim Arzt.

Manuel Uhl ist seit jeher von der Zeit in jeder Facette fasziniert und hat deshalb eine private Internetseite www.wasistzeit.de kreiert. Dort beleuchtet er in sehr anschaulicher, ausführlicher, populärwissenschaftlicher Sicht das Thema Zeit, ihre Objektivität, die physikalischen Regeln, aber auch die Wahrnehmung der Zeit und Zeiteinflüsse – damit auch imposante Sinnestäuschungen. In einem Interview mit Professor Dr. Harald Lesch, seit 1995 Professor für theoretische Astrophysik am Institut für Astronomie und Astrophysik an der Ludwig-Maximilians-Universität München sowie Dozent für Naturphilosophie an der Hochschule für Philosophie München, diskutiert Uhl die Frage, ob Zeit

nur in unseren Köpfen existiere, da die Physik niemandem die Auseinandersetzung des Einzelnen mit dem Phänomen Zeit, nämlich mit der eigenen Zeit, dem eigenen Verfall und dem „Älterwerden“ ersparen kann. Zeit, konsentiert Lesch, ist in der Physik darüber definiert, wie der Grad der Unordnung in einem System anwächst. Der Zusammenhang von Ursache und Wirkung. Daher sei Zeit ein äußerst objektives Phänomen, das aber nicht das sei, was die meisten Leute mit Zeit verbinden. Lesch ist deshalb froh, dass zunehmend Naturwissenschaften und Philosophen auch gemeinsam zu interessanten Diskussionen kommen. Selbst Naturwissenschaftler, ist er der kritischen Überzeugung, dass Naturwissenschaften ohne Philosophie eine blanke Aufnahme von Daten seien, ohne die Frage zu stellen: Was bedeutet das eigentlich? Dem geht er prägnant und populärwissenschaftlich aufgezogen auch in seinen Sendungen auf dem BR-alpha Bildungskanal „Alpha-Centauri“ und der Talkshow „Lesch & Co“ gemeinsam mit dem Philosophen Wilhelm Vossenkuhl auf den Grund.

Womit wir wieder bei der praktischen Seite der Zeit, den Ursachen und ihren Auswirkungen auf unser Leben sind. Möglichkeiten, dem Zeitdruck zu entkommen, gibt es heute mehr denn jemals zuvor; tarifvertraglich und sogar gesetzlich vereinbart: Sabbaticals, unbezahlter Urlaub, Eltern-/Teilzeit, Gleitzeit oder Schichtarbeit sind Möglichkeiten, wenn auch mit Einkommensverlust so doch Lebensqualität zu gewinnen. Sie programmieren keinesfalls mehr ein Karriereende, denn Karriere, ist Geißler überzeugt, machten früher die pünktlichen und heute primär die flexiblen Mitarbeiter, zu denen auch die älteren gehören. Die Balance zählt zwischen Flexibilität und Stabilität sowie Schnelligkeit und Langsamkeit.

Das Leben eines eigenen Zeitpluralismus ist ein neues Schlagwort, das bei der Flexibilität immer mehr Gewicht bekommt. Zeit ist nur erlebbar, wenn sie mit eigenen Erfahrungen und Zielen verbunden ist, Zeitmanagement, so Geißler, ist Selbstmanagement. Wer über Zeit redet, redet über sich selbst. Persönliche Zeirituale sind für ihn eine gute Möglichkeit, unterschiedlich erlebte Tempi zu verbinden, sie entlasten vom Zwang zur Zeitorganisation und bieten die Möglichkeit, sich ganz auf sich selbst zu besinnen. ■



Zwei Fragen an
Gesa Zimmermann
Journalistin

Welchen persönlichen Wunsch haben Sie an die Zukunft?

Ich wünsche meiner Familie, meinen Freunden, mir selbst sowie allen Menschen, dass wir auch in der Zukunft in Gesundheit, mit Frieden, Freiheit und Sicherheit leben können.

Was ist für die Gesellschaft die größte Herausforderung?

Die größte Herausforderung ist die Wahrung des weltpolitischen Friedens, des sozialen Friedens in Deutschland, die Überwindung des Bildungs- und Bewegungsmangels der überwiegenden Mehrheit der jungen Erwachsenen und der Jugendlichen/Kinder sowie die Vermittlung einer notwendigen Balance zwischen gesunder Ernährung und Bewegung. Ohne ein höheres Bildungsniveau werden wir wirtschaftlich nicht mehr konkurrenzfähig bleiben und ohne ein gesteigertes Körperbewusstsein werden uns die Zivilisationskrankheiten, die wir uns auch finanziell im Gesundheitssystem nicht leisten können, hoffnungslos überrollen und degenerieren.