

Liebe Leserin, lieber Leser

Es war im Jahr 1930, mitten in der Weltwirtschaftskrise, da hielt der britische Ökonom John Maynard Keynes einen Vortrag im *Political Economy Club* im englischen Cambridge. Sein Thema: „Wirtschaftliche Möglichkeiten für unsere Enkelkinder“ (*Economic Possibilities for our Grandchildren*). In 100 Jahren, so Keynes' Vision, seien die Menschen dank höherer Produktivität und steigender Vermögen von „drückenden wirtschaftlichen Sorgen“ befreit. Niemand müsse dann mehr als 15 Stunden die Woche arbeiten, um grundlegende Bedürfnisse zu befriedigen. Nur ein Problem sah Keynes: Kürzere Arbeitszeiten könnten die Menschen in eine Sinnkrise stürzen, weil sie möglicherweise mit der vielen freien Zeit nichts anzufangen wüssten.

Noch schreiben wir nicht das Jahr 2030, aber schon heute ist klar: Keynes irrte sich – von weniger Arbeit und mehr Freizeit kann keine Rede sein. Wir haben nicht nur im Beruf, sondern auch in der sogenannten Sphäre der Reproduktion jede Menge zu tun. Die Grenzen zwischen Arbeits- und Privatleben sind immer poröser geworden, nicht zuletzt durch die digitalen Medien, die ständige Erreichbarkeit gewährleisten. Das Gefühl, immer beschäftigt zu sein – und doch nichts wirklich erledigt zu bekommen –, verlässt uns kaum noch. Auch die Freizeit, die uns bleibt, ist längst nicht mehr „frei“. Eine Flut von Ratgebern will uns helfen, mehr zur Ruhe zu kommen: durch bessere Ordnungssysteme, durch Entrümpelung des Lebens, durch die Wiederentdeckung der Muße, durch effektiveres Zeitmanagement und so weiter. Sich durch diese Ratschläge zu arbeiten kann schnell in zusätzlichen Infostress ausarten – und paradoxerweise zu neuen Aufgaben führen, die dann auch noch zu erledigen sind.

Gibt es einen Ausweg? Vielleicht hilft eine kritische Selbstprüfung. Ständig-beschäftigt-Sein ist zu einer sozialen Norm geworden. Vielbeschäftigte können mit Anerkennung rechnen – und mit Verständnis, wenn sie ausbrennen. Haben wir den Mut, aus der „Ich habe keine Zeit“-Herde auszubrechen? Halten wir es aus, nicht ständig im Hamsterrad unsere Runden zu drehen? Unsere Betriebsamkeit hat schließlich auch positive Effekte: Sie lenkt uns ab – von uns selbst und von unangenehmen Gedanken und Entscheidungen. Wären wir öfter offline,

kämen wir zur Ruhe und zu uns. Wollen wir das? Hatte Keynes mit seiner Befürchtung, weniger Arbeit würde die Menschen in eine Sinnkrise stürzen, vielleicht doch recht?

Möglicherweise aber haben wir nur verlernt, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden. Die Psychologieprofessorin Laura Carstensen vom *Stanford Center on Longevity* hat in ihren Studien festgestellt: Ältere Menschen haben eine andere Perspektive auf die Zeit als jüngere. Wenn man schätzungsweise nur noch 10 oder 15 Jahre vor sich hat, will man die Zeit nicht vergeuden, indem man sich um Dinge oder Menschen kümmert, die für einen selbst unwichtig sind. Müssen wir also auf die Weisheit des Alters warten? Vielleicht hilft es, sich schon jetzt hin und wieder zu fragen: „Wenn ich wüsste, dass die Welt in einem Jahr untergeht, würde ich mir dann Sorgen um meine To-do-Liste machen?“ Oder um noch mal John Maynard Keynes mit einer – garantiert zutreffenden – Prophezeiung zu Wort kommen zu lassen: „Auf lange Sicht sind wir alle tot.“



u.nuber@beltz.de

Annula Nuber