



„Die gute Seiten der Zukunft“

6. Folge

**Time is honey (Folge 1/4)  
Langeweile**

Ein Essay von Karlheinz A. Geißler

Anmoderation Manuel Schneider

Bereits lange vor dem Corona-Virus hat ein anderer Virus unsere Gesellschaft befallen, ist in die Poren unseres Alltags eingedrungen und hat sich dort festgesetzt: der Virus der Beschleunigung. Auch er macht uns krank – zeitkrank. Nervös, genervt, zappelig: Alles, was dauert, dauert uns grundsätzlich zu lang. Zeit ist in unserer Gesellschaft zu einem Synonym für Knappheit geworden und wird entsprechend bewirtschaftet. Möglichst schnell mit allem sein, vieles gleichzeitig tun, wenn's geht ohne Pausen. Das sind die gängigen Strategien der Zeitverdichtung, um möglichst viel aus der begrenzten Zeit „rauszuholen“. Denn Zeit ist Geld, Time is money – was sonst!?

Manchmal kann der Wechsel auch nur eines kleinen, unscheinbaren Buchstabens alles verändern: *Time is honey*. So lautet die Losung, unter der die beiden Münchner Zeitforscher und Zeitberater Karlheinz Geißler und Jonas Geißler in ihrem gleichnamigen Buch der blinden Ökonomisierung von Zeit den Kampf ansagen. Sie erinnern daran, dass bereits die Rede von „der Zeit“ uns in die Irre führt. Denn lebendige Zeit gibt es nur im Plural. Was wir „Zeit“ nennen, zeigt sich als Strauß bunter Zeitformen und unterschiedlichster Zeitqualitäten.

Wenn wir an Zeit denken, dann denken wir vor allem an Schnelligkeit und Beschleunigung. Gewiss, beidem verdanken wir einen Großteil unseres Wohlstands und entsprechend wird beides auch ökonomisch honoriert. Wir kennen aber auch die Langsamkeit (manchmal nicht minder produktiv!). Wir kennen das Warten und Pausieren, den Stillstand, die Muße, die Wiederholung, die Langeweile und eine große Zahl anderer Gestalten von Zeit. Alles hat eben nicht nur seine Zeit, alles hat auch seine Zeiten. Die Dinge, die uns umgeben, die Abläufe, in die wir verstrickt sind, die unterschiedlichen gesellschaftlichen Systeme, die unser Leben prägen – sie alle besit-

zen ihre je eigenen Zeitqualitäten. So durchlebt der Mensch viele unterschiedliche Zeiten, und er lebt sie in ganz unterschiedlicher Art und Weise. Aber eine Wertschätzung dieser Vielfalt – die findet in unserer Beschleunigungsgesellschaft kaum statt. Time is money – statt honey.

Wir wollen in diesem Podcast, verteilt über die anstehenden Wochen des Sommers, vier solcher eher geächteter Zeitformen in den Blick nehmen: die Pause, das Warten, die Muße und die Langeweile. Zeiterfahrungen, die auch in Zeiten von Corona, wo doch alles etwas ruhiger und entschleunigter abläuft, ihr schlechtes Image noch nicht abgelegt haben. Zu Unrecht, wie wir gleich hören werden.

Beginnen werden wir heute mit der Langeweile. Eine Form des Zeiterlebens, mit der viele von uns in den letzten Wochen und Monaten unliebsame Bekanntschaft gemacht haben. Die es aber verdient, etwas näher betrachtet zu werden. Dass ein Nachdenken über Langeweile selber nicht langweilig sein muss, das zeigt folgender Kurzesay, den wir dem im oekom verlag erschienenen Buch „Time is honey“ von Karlheinz und Jonas Geißler entnommen haben. Sprecher ist Werner Härtl.

+++++

Essay von Karlheinz A. Geißler

### **Langeweile<sup>1</sup>**

»Stell Dir vor, Du gehst in Dich und findest nichts.« Was dann? Dann, ja dann ist es langweilig, unendlich langweilig. Wer in diesem Zustand auf die Idee kommt, den Fernseher einzuschalten, rasch eine Reise bucht, zum Shoppen in die Stadt geht, oder auch nur kurz mal irgendwo anruft, ist verloren, verloren an die Langeweile und die leeren Untiefen des Selbst. Wer das tut, dem geht's wie Robert Gernhardts Reimfigur:

»Ich horche in mich rein,  
In mir muss doch was sein.  
Ich hör nur ›Gacks‹ und ›Gicks‹:  
In mir da ist wohl nix.«

Problematisch ist nicht jener Zustand der leeren, der nicht vergehen wollenden Zeit, den wir mit einem unscharfen Begriff »Langeweile« nennen. Problematisch ist die Ungeduld, mit der man sie gemeinhin zu vertreiben sucht. Wer die Langeweile, dieses »Gift des Behagens«, wie Heimito von Doderer sie nennt, möglichst schnell

---

<sup>1</sup> Mit freundlicher Genehmigung des oekom verlags entnommen aus: Karlheinz A. Geißler & Jonas Geißler: *Time is honey: Vom klugen Umgang mit der Zeit*. oekom Verlag, München 2017, S. 189-195.

los werden will, wer sie nicht aushält und nicht fähig oder willens ist, sie zu durchstehen, erreicht genau das Gegenteil von dem, was er will: Er erhöht das Tempo ihrer Wiederkehr.

Langweilig ist nicht irgendetwas, kein Buch, kein Meeting, kein Vortrag, kein Fußballspiel, keine Landschaft. Langweilig bin ich immer nur mir selbst. Kann man nichts mit sich selbst anfangen, ist man sich selbst nicht genug, geht man sich selbst aus dem Weg, dann wird's einem langweilig. Und wenn in solchen Momenten dann auch die Frage nach dem Sinn alles Tuns gefährlich nahe kommt und nicht abzusehen ist, was dabei als Antwort herauskommt, dann liegt es nahe, das Smartphone aus der Tasche zu ziehen und mal nachzusehen, ob jemand eine SMS geschickt hat, oder durch einen Knopfdruck auf eine der herumliegenden Fernbedienungen das bedrohliche Selbst und alle Sinnfragen auf Sicherheitsabstand zu bringen. Kurzum: Man lenkt sich ab.

Der Kampf gegen die Langeweile ist kontraproduktiv. Es gibt keinen schnellen Weg aus der Langeweile heraus. Alle Abkürzungen führen tiefer in sie hinein. Denn, so Friedrich Nietzsche: »Wer sich völlig gegen die Langeweile verschanzt, verschanzt sich auch gegen sich selbst« – und landet beim Paradox von der Verlängerung der Langeweile durch den Kampf gegen sie. Je mehr man gegen die Langeweile tut, umso langweiliger wird's. Es gibt nur einen Weg aus der Langeweile heraus. Das ist – auch wenn er zuweilen lang dauert – der kürzeste und erfolgreichste: Er führt durch die Langeweile hindurch. Langeweile bekämpft man am ehesten durch Geduld zur Langeweile. So wie es keine Abkürzungen gibt, so auch keine Ausweichrouten und Umwege. Vergeblich auch die Flucht in die hochbeschleunigte Zerstreuungsöffentlichkeit zu den flimmernden flachen Bildschirmwelten. Sie vermehren und vertiefen durch die Schnelligkeit ihres Programmwechsels jenen Zustand des Selbst- und Sinnverlusts, den zu vertreiben sie vorgaukeln. Im besten Fall gelingt es ihnen, die Langeweile für eine kurze Zeit erträglicher zu machen, indem sie sie ein wenig abwechslungsreicher gestalten. Bekanntlich ist die Langeweile dort am größten, wo man keine Zeit für sie hat.

Bei dem bereits zitierten Friedrich Nietzsche findet man ein gutes Argument für das Durchstehen und Durchleben der Langeweile: »Geduld und lange Weile sind jene unangenehmen Windstillen der Seele, welche der glücklichen Fahrt und lustigen Winden vorangeht.« Will sagen: Die Langeweilevertreiber müssen auf jene attraktiven Zeiterfahrungen verzichten, die »hinter« der Langeweile auf sie warten, die Zeiten des selbstgenügsamen Wohlergehens und des zeitsatten Glücklicheins.

Die Langeweile ist eine zutiefst menschliche Angelegenheit. Tiere kennen keine Langeweile, sie ist ihnen unbekannt. Sie sehen ja auch nicht fern, gehen nicht shoppen, finden flimmernde Oberflächen nicht allzu attraktiv und telefonieren auch nur im Zirkus. Das ist auch der Grund, warum sie sich nicht langweilen. Das

wiederum veranlasste den großen Spötter Voltaire zu der Feststellung: »Wenn Affen sich langweilten wären sie Menschen.«

Heute ist die Langeweile, bzw. der Kampf gegen sie, zu einem lukrativen Geschäft geworden. Verdient werden kann bei dem Handel mit der Langeweile auf Dauer nur dann, wenn diese nicht ab-, sondern mehr und mehr zunimmt. Dafür sorgen ein boomendes Zerstreungsgewerbe, und ein auf Ablenkung zielendes Unterhaltungsbusiness. Mit bunt bebilderten Versprechen, ablenkender Betriebsamkeit, Pseudoaktivitäten und inszenierter Fröhlichkeit verspricht man den Sieg im Kampf gegen die ängstigenden Gefühle von leerer Zeit und langer Weile. Wer da schwach wird, ist an die Langeweile verloren. Nur wer Zeit für die Langeweile hat, langweilt sich nicht.

Die personalisierte Form der Langeweile ist der »Langweiler.« Langweiler, nein danke, das will man auf keinen Fall sein. Um das zu verhindern, stürzt man sich ins Gewühl, hängt einen Termin an den anderen, geht von einem Event zum nächsten und macht sich auf die Schnäppchenjagd nach der besten Party. Gelingt es dann auch noch, möglichst viele Freunde und Freundinnen per Kurznachricht an jenen Ort zu lotsen, an dem »die Post abgeht«, ist so ziemlich alles getan, um nicht als »Langweiler« abgestempelt zu werden. Ob das der Fall ist, das kann man inzwischen selbst überprüfen. Im Internet – auch so eine Langeweilevertreibungsagentur – findet man Selbsteinschätzungstests, die einem, wenn man sie ausfüllt, verraten, ob man Langweiler oder Langweilerin ist.

Man kann das auch teurer haben und zahlt eine vierstellige Summe für das »Do-Nothing-Weekend« in einem irischen Cottage mit Meeresblick, alternativ die zehntägige Meditation in einem nordafrikanischen Wüstencamp mit Power-Yoga-Schnellkurs. All diese Angebote sind selbstverständlich perfekt durchorganisiert und – so steht's im Prospekt – mit zertifizierter Langeweilefrei-Garantie! Was sich als Kampf gegen die Langeweile ausgibt, als rettender Ausweg aus zweiter und dritter Hand, ist der Weg tiefer in den Teufelskreis der Langeweile hinein. Ablenkung mit Steigerungsgarantie.

Alles ist möglich, ausgenommen der Weg durch die Langeweile hindurch. Denn in einer Gesellschaft, die dem Tun mehr Platz einräumt als dem Lassen, ist die Langeweile ein Makel, ein Stigma, ein Zeichen des Versagens. Man liest sogar hin und wieder, dass sie, in hohen Dosen zu sich genommen, auch krank macht. Die Belastung durch Langeweile sei höher als die durch Stress, heißt es schon. Kaum diagnostiziert ist auch schon ein Name für diese »Krankheit« gefunden: »Boreout« – und es ist sicher kein Zufall, dass das ein wenig so wie »Burnout« klingt. Man hat sie nicht gerne und möchte auch nicht mit ihr in Verbindung gebracht werden.

Ungeduld, Stress, Hetze und Ablenkung, all das haben wir im Überfluss. An was es uns heute mangelt, ist lange Weile, das sind Orte und Zeiten des Verweilenkönnens und Verweilendürfens, des Innehaltens, des Zusichkommens und des Wohlergehens. Zu diesen gelangt man aber nicht durch den noch so gut organisierten Kampf gegen die Langeweile, man erreicht sie ausschließlich, in dem man nichts gegen sie tut. Denn, so der Publizist und Soziologe Siegfried Kracauer: »Jeder Mensch hat ein bescheidenes Recht auf seine persönliche Langeweile. Langeweile ist der einzige Weg, sich in einer hektischen Welt wieder als Mensch zu fühlen«. So Kracauer. Es handelt sich dabei um ein Recht, dessen wir uns viel zu wenig bewusst sind. Bestehen wir auf unserem Recht auf Langeweile und ignorieren wir alle noch so verführerisch klingenden Angebote, die Langeweile für uns zu vertreiben. Denn »gut Ding« will nun mal lange Weile haben. Lange Eile haben wir genug!

+++++

**Prof. Dr. Karlheinz A. Geißler** ist einer der bekanntesten Zeitforscher der Gegenwart. Er studierte Philosophie, Ökonomie und Pädagogik und war von 1975 bis 2006 Professor für Wirtschafts- und Sozialpädagogik an der Universität der Bundeswehr in München. Er war u.a. Mitinitiator und Teammitglied im Tutzingen Projekt „Ökologie der Zeit“. Mit seinem Sohn Jonas Geißler hat er das Institut für Zeitberatung *time-sandmore* aufgebaut (mehr auf [www.timesandmore.com](http://www.timesandmore.com)). Karlheinz Geißler hat zahlreiche Bücher zum Thema Zeit veröffentlicht, darunter drei im oekom verlag.

#### **Bücher, die darauf warten, gelesen zu werden:**

- Karlheinz A. Geißler & Jonas Geißler: *Time is honey: Vom klugen Umgang mit der Zeit*  
oekom Verlag, München 2015 u.ö.  
(<https://www.oekom.de/buch/time-is-honey-9783960060222>)
- Karlheinz A. Geißler: *Alles hat seine Zeit nur ich hab keine. Wege in eine neue Zeitkultur.*  
oekom verlag, München 2014  
(<https://www.oekom.de/buch/alles-hat-seine-zeit-nur-ich-hab-keine-9783865814654>)
- Karlheinz A. Geißler: *Lob der Pause. Von der Vielfalt der Zeiten und der Poesie des Augenblicks*  
oekom Verlag, München 2014  
(<https://www.oekom.de/buch/lob-der-pause-9783865813206>)