

Kirche in WDR 5 | 04.08.2014 06:55 Uhr | Sebastian Begaße

## Alles zu jeder Zeit?

Wofür hätten Sie heute gerne Zeit? Irgendwas, wofür Ihnen sonst immer die Zeit fehlt... Mir fällt da einiges ein. Aber warum nehme ich sie mir nicht, die Zeit dafür? Warum nehmen Sie sich die Zeit nicht?

Die Klage über Zeitmangel ist gar nicht neu - sie ist so alt wie die Menschheit.

In der Bibel steht im so genannten "Buch des Predigers" eine Art Hilfe für das persönliche Zeitmanagement: "Alles hat seine Zeit." Gemeint ist: Jede Aktion und jedes Vorhaben braucht seine Zeit und hat auch zum Glück einen begrenzten Zeitrahmen.

Doch die Terminliste ist lang: Auto in die Werkstatt, Besuch bei Oma Frieda, Kinder abholen, Essen mit den Kollegen, Einkaufen, Muckibude und die Lohnsteuer muss auch noch bis nächste Woche fertig werden.

Da darf jetzt nichts Überraschendes mehr dazwischen kommen und hoffentlich dauert alles nicht länger als geplant.

Aber der Tag verläuft oft anders, als ich ihn geplant habe. Weil ich nicht alles kontrollieren kann: den Stau auf der Autobahn, die ausgefallene Ampel, die längere Schlange im Supermarkt.

Ich kann mich darüber ärgern. Oder ich lerne aus diesen Erfahrungen und vom Prediger in der Bibel und plane mein Leben anders. Dabei hat mir folgende Rechnung einmal geholfen:

Jeder Tag hat 24 Stunden. Wenn ich die durch drei teile, bekomme ich jeweils drei Abschnitte von acht Stunden. Nehmen wir einmal an, ich schlafe ungefähr acht Stunden.

Wenn ich weitere acht Stunden als Mittelwert einmal für den Beruf rechne - dann bin ich bei 16 von 24 Tagesstunden.

Bleiben noch acht Stunden. Acht Stunden, in denen ich drei Mahlzeiten esse, sie mir vielleicht auch selbst zubereite. Ich verbrauche eine gewisse Zeit im Badezimmer, beim Einkaufen, bei der Kindererziehung und beim Sport. Ich muss zur Arbeit hin- und von dort auch wieder zurückfahren. Dann noch Emails abrufen, mit Freunden telefonieren, die Wohnung aufräumen, putzen. Und das passt definitiv nicht alles in diese rechnerischen acht restlichen Stunden am Tag. Es sei denn, ich mache einiges davon gleichzeitig. Oder ich verzichte auf Schlaf – dann schaffe ich vielleicht ein paar Vorhaben mehr.

Auch wenn es Mühe macht und gegen die Spontaneität zu sprechen scheint: Es macht Sinn, dass ich mir meine Vorhaben sehr genau in meinen Terminkalender eintrage und plane. Jedem Ding seine Zeit gebe. Darin ist der Prediger in der Bibel auch schon ziemlich pragmatisch. Denn nach dem Satz: Alles hat seine Zeit, kommt auch bei ihm eine lange Liste von Aktivitäten – eine Art to-do-Liste. Ich muss mich ja nicht exakt an meinen Plan halten. Aber ich entkomme damit meinen Zeitdieben, mit denen ich die Zeit einfach verdaddel.

Zum entspannten Tagesplan gehört auch, immer etwas Puffer-Zeit einzurechnen, falls die Dinge mal länger dauern.

Vielleicht denken Sie jetzt: Aber muss ich wirklich alles planen? Kann ich nicht einfach mal so existieren? Doch, auch dafür muss Zeit sein. Zum Lachen und Weinen, Streiten und Lieben, Singen und Beten, Feiern und Dösen. Aber wenn ich diese freie Zeit zum "Einfach-Leben" nicht von anderen Vorhaben freihalte, wird sie von Terminen aufgefressen. Also plane ich auch meine freie Zeit. Zugegeben, das klingt erstmal komisch – Lieben nach Terminkalender finden Sie unmöglich? Aber überlegen Sie mal: Wieviel Zeit räumen Sie Ihrer Liebe wirklich ein? Wie oft sprechen Sie in Ruhe miteinander? Wie oft unternehmen Sie was - nur zu Zweit? Na?

Unsere Zeit ist begrenzt. Dem Wichtigen muss und will ich darum genügend Zeit einräumen. Daran erinnert der Prediger in der Bibel.

Und nun: Auch eine Andacht hat ihre Zeit - und mit der Andacht aufhören hat seine Zeit.  
Meint Ihr Pastor Sebastian Begaße aus Dortmund.