

08.10.2021 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Christoph Schäfer,

Katholischer Religionslehrer, Rüsselsheim

Gut gegen Multitasking-Stress

Vor kurzem hab ich einen Ausflug nach Biberach gemacht. Dort bin ich bei einer Besichtigungstour auf Zeitreise gegangen: In Biberach ist ein Autor aufgewachsen, der verblüffend moderne Texte geschrieben hat, obwohl er vor mehr als 200 Jahren gelebt hat: Christoph Martin Wieland. Er gilt wie Goethe und Schiller als Klassiker. Ich hab jetzt ein paar Texte von ihm gelesen. Und kann Wieland-Experten verstehen, wenn sie erklären: Wieland ist in Punkto Humor seinen berühmteren Klassiker-Kollegen eine Nasenlänge voraus. Es macht oft richtig viel Spaß, ihn zu lesen.

Ich komm gar nicht mehr zu Ruhe

An eine Stelle in seinem Roman „Geschichte der Abderiten“ über die skurrilen Bewohner der antiken Stadt Abdera denke ich besonders gern. Sie hilft mir nämlich, ein Alltagsproblem anzugehen: Ich versuch leider viel zu oft, Dinge gleichzeitig zu machen. Und verzettel mich. Noch ärgerlicher ist, dass ich dann merke: Ich komm gar nicht mehr zu Ruhe. Selbst wenn ich mich mit einem Buch entspannen will, läuft im Hinterkopf ein Film ab, der mir erklärt, was ich gleichzeitig alles noch tun sollte.

"Lest bitte nicht weiter"

In so einem Moment hab ich mich von Wieland ertappt gefühlt. Er spricht nämlich an einer Stelle seine Leser an und äußert den ironischen Wunsch: Wenn ihr gerade eigentlich was anders zu erledigen habt, lest bitte nicht weiter. Er sagt: „*Verhüte der Himmel, dass man euch zumuten sollte, die Abderiten zu lesen, wenn ihr gerade was Nötigeres zu tun habt.*“ Und dann legt er süffisant nach: „*Beschäftigte Leser sind selten gute Leser.*“ Als ich das gelesen hab, hab ich geschmunzelt.

Und mir vorgenommen: Ich les nur weiter, wenn ich mir wirklich die Zeit nehme.

Nur dann sind sie wirklich schön

Das hab ich dann gemacht. Und ich hab das Buch dann nicht nur mit besonderem Genuss zu Ende gelesen. Ich denk seitdem auch in anderen Situationen gerne an den Wieland-Wunsch: Wenn ich leider mal wieder gleichzeitig essen und fernsehen möchte. Oder wenn ich beim Telefonieren glaub, dass ich gleichzeitig die Mails checken muss. Mir fällt auf, dass es mir einfach besser geht, wenn ich Wielands Tipp beherzige: Und schöne Dinge nur dann mach, wenn ich mich wirklich auf sie konzentrieren kann. Denn nur dann sind sie wirklich schön.