

Wie Flugbegleiter der Lufthansa entschleunigen

**DER SPIEGEL**



# WISSEN

NR. 1 | 2013

## EINFACH LEBEN

Die Kunst, sich selbst zu finden



PRINTED IN GERMANY

**ENTSCHLEUNIGEN**  
Die Entdeckung der  
Langsamkeit

**GLÜCKSFORSCHUNG**  
Was den Menschen  
zufrieden macht

**ERDVERBUNDEN**  
Warum Gartenarbeit  
die Seele entspannt

# Mut zum Bademantel

Warum es so schwierig ist, sein Recht auf  
Faulheit zu behaupten. | *Ein Zwischenruf von Fränk Thadeusz*

**NIEMALS KÖNNTE ICH** irgendwelche Shakespeare-Sonette auswendig hersagen oder eine Abendgesellschaft mit lateinischen Zitaten verblüffen. Aber eine frühe Anekdote aus einem Fußballbuch ist bei mir hängengeblieben.

Es ging um Gerd Müller, den „Bomber der Nation“ und Rekordtorschützen. Wenn Müller nicht bombte, sondern Privatmann war, so der Bericht, dann lag er am liebsten auf dem heimischen Sofa und tat gar nichts. Ich erinnere mich an die empörte Tonlage über diese Eigenschaft des Bombers, an der dessen Ehefrau regelmäßig verzweifelte.

Ich hätte es nicht für möglich gehalten, jemals für einen Spieler des FC Bayern München Anflüge von Sympathie empfinden zu können. Doch mit Gerd Müller, wegen seiner plumpen und Lethargie ausstrahlenden Körperform in dem Buch als „menschliches Sauerkrautfass“ bezeichnet, fühlte ich mich umgehend solidarisch.

Natürlich kenne ich keine Texte von Bob Dylan auswendig, aber man könnte mich nachts um drei wecken, und ich wür-

de wie aus der Pistole geschossen diese meisterhaft gedichteten Zeilen der Gruppe Truck Stop intonieren können: „Brötchen mit Kaffee und bei Musik die Zeitung lesen, das wär schön/Und bei diesem Wetter könnt ich hinterher vielleicht mal baden gehen/Könnt mich dann mit Judy treffen, doch von alledem wird nichts geschehen/Denn es gibt nichts Schlimmeres, als morgens aufzustehen.“

Dabei bin ich noch nicht mal Langschläfer, im Gegenteil: Seit etlichen Jahren treibt es mich weit vor Sonnenaufgang aus dem Bett, je früher, desto besser. Der Wecker zeigt fünf Uhr in der Frühe an, und ich bin wach? Decke weg und aufgestanden! Wie ein Aufziehmännchen. Ich bedaure diesen Zustand zutiefst. Ohne Frage ein Resultat meiner Erziehung.

Bei uns zu Hause war Müßiggang eine überaus verbotene Frucht. Allein die Verwendung des Wortes hätten meine Eltern schon als Verhöhnung empfunden. Schlicht faul war man, wenn man sich nach Rückkehr von der Schule auf der Couch

ausstreckte. Es war also irgendwann dringend geboten, den von mir ersehnten Lebensstil des Schlendrians gegen die Wertvorstellungen meiner Eltern zu etablieren. Mit etwa 17 schuf ich ein dadaistisch inspiriertes Kunstwerk, dem ich den Namen „Work Run Away Before I Get You“ gab. Ich vermute, die mangelnden Kenntnisse meiner Eltern im Englischen begünstigten, dass diese Schöpfung unbeanstandet blieb.

Mit 18 legte ich meinem Vater in einer teils heftig geführten Diskussion meinen Standpunkt dar, dass es erlaubt sein müsse, ein Leben ohne Arbeit zu führen. Ich ahne heute, dass es nicht ausschließlich scherzhaft gemeint war, als er im Laufe des Gesprächs ankündigte, mich erschießen zu wollen, wenn er deshalb später für mich sorgen müsse.

Auch mildere Naturen wie meine Freundin verfolgen mich nun mit ihrer Getriebenheit. Im Ton freundlich, aber entschieden setzt sie mir in regelmäßigen Abständen von etwa drei Monaten auseinander, was sich an unserem Zusammensein alles



ILLUSTRATION: DANIEL MÜLLER (ILLUWELLER.CH)

ändern müsse. Ich glaube, Frauen brauchen das; es gibt ihnen das Gefühl, aktiv an ihrer Beziehung zu arbeiten.

Immer wieder sagt sie: „Wir dürfen nicht mehr so oft versacken!“ Sie meint damit, wir sollten mehr ausgehen. Nicht zu Hause eine DVD einschieben und auf dem Sofa rumliegen. Ich finde, meine Freundin trägt in dieser Frage ein bisschen dick auf. Immerhin ist sie diejenige, die in meiner Wohnung ein sich an jede Körperfülle anpassendes Kleidungsstück deponiert hat, das sie „Gemütlich-Hose“ nennt.

**UM MICH HERUM HASTEN** lauter Getriebene und Gehetzte, die sich anscheinend im Dauerstress befinden. Jene Immereifrigen, die Mails grundsätzlich mit der Abschiedsformel „In Eile!“ zeichnen. Selbst Menschen, die auch in der Lebensmitte noch immer ein studentisches Dasein führen, haben komischerweise nie Zeit. Anfang November fragte ich bei einer Bekannten an, ob man sich nicht vor Weihnachten noch einmal treffen wolle. Ungelogen teilte sie mir in einer SMS mit, dass dieser Monat bereits voll sei und ob ich wohl im Januar Zeit hätte. Schon aus reinem Oppositionsgeist möchte ich all den Gehetzten zurufen: Meine Güte, entspannt euch! Was könnte lässiger sein, als dem Postboten um zwei Uhr mittags aus dem vierten Stock über die Gegensprechanlage zuzurufen: „Könnten Sie bitte hochkommen, ich bin noch im Bademantel!“

Kürzlich lag ich kurz vor Mitternacht in einem Hotelbett, schaltete durchs Fern-

sehprogramm und blieb bei einer Talkshow hängen. Geladen war auch ein Mann, der im Schneidersitz auf seinem Sessel Platz genommen hatte. Er hieß Ralph Boes, ist Hartz-IV-Empfänger und verteidigte vor laufenden Kameras sein Recht, sich der Heranziehung zu etwaigen Arbeiten zu verweigern. Dass er einen eleganten roten Schal um seinen Hals drapiert hatte und eine Schlaumeier-Brille mit Goldrand trug, war seinem Anliegen nicht unbedingt förderlich. Geld vom Staat kassieren, aber nicht arbeiten wollen? Man spürte, wie die Gäste vor Zorn und Empörung vibrierten, so sehr, dass man um die körperliche Unversehrtheit von Boes fürchten musste. Egal, ob Neonazis ein Asylantenheim anzünden oder mitten in Berlin ein 20-Jähriger totgetreten wird: Wer wirklich provozieren will, muss nur öffentlich das Recht auf Faulheit einfordern.

Deshalb operiert der wahre Tunichtgut im Untergrund und begibt sich nicht auf Kamikaze-Kurs wie Ralph Boes. Echte Müßiggänger verkämpfen sich nicht in unfruchtbaren Debatten über ihren Lebensstil. Das ist viel zu anstrengend.

Ich weiß natürlich, dass irgendwer den Müll abholen muss, weil sich sonst Ratten, Ungeziefer und schlimme Krankheiten breitmachen. Und wenn keiner die Toilette putzt, ist das nicht nur ein ästhetisches Problem. Inzwischen werde ich allerdings mit jedem Tag wieder mehr Parteigänger des Müßiggangs. Nicht nur, weil der Kult dauernder Betriebsamkeit so nervt – er ist auch

von Übel. Hat eigentlich schon mal jemand den volkswirtschaftlichen Schaden gemessen, der durch das ständige Vortäuschen von Aktivität am Arbeitsplatz verursacht wird?

Schon jetzt müssen wir das Aussterben einer ganzen Spezies beklagen. Niemand bekommt mehr Bauarbeiter zu Gesicht, die mittags entspannt zwischen Speisfass und Mischmaschine ihr Bierchen zischen. Wo sind die Verkäuferinnen hin, werden wir demnächst bang fragen, die auch im Winter vor dem Laden standen: „Lass uns erst mal eine rauchen, dann sehen wir weiter!“

Im Ernst wird niemand annehmen, dass der iPod, Micky Maus oder „Wetten, dass...?“ in angestrenzter Körperhaltung am Schreibtisch ersonnen wurden. Kreative Explosionen ereignen sich gern dann, wenn sie am wenigsten erwartet werden: liegend auf weichem Untergrund, ziellos herumblödelnd mit Freunden oder unter Zuführung guter Getränke und wohl-schmeckender Speisen.

**WARUM WOLLEN WIR ALSO** weiter auf jenes Arbeitsethos vertrauen, mit dem sich die Schwaben ihr Image dauerhaft ruiniert haben? Die nächste Revolution in der Arbeitswelt wird sicher nicht von einer Maschine ausgehen, die den Menschen zu noch größerer Effektivität gängelt. Sie wird von Chefs inspiriert, die neuen Mitarbeitern bei der Einstellung wünschen: „Dann haben Sie mal viel Spaß. Und vergessen Sie nicht, auch mal die Füße hochzulegen!“

