



Entschleunigung

„Wer vertraut, wird nichts beschleunigen wollen“.

Nicht nur in der Wirtschaft, in allen Bereichen der Gesellschaft wird immer mehr beschleunigt. Weise Menschen setzen dagegen auf „Entschleunigung“.

Dahinter steht die Erkenntnis, dass der Mensch krank wird, wenn sein Leben immer schneller wird. Der Prophet Jesaja hat schon vor 2700 Jahren erkannt, dass der Grund aller Beschleunigung und Hast mangelndes Vertrauen ist. Wer vertraut, der lässt die Dinge wie sie sind. Er vertraut dem Wachstum, das im Wesen der Dinge liegt. Die Pflanze wächst nach ihrem inneren Gesetz. Auch der Mensch hat seinen Rhythmus, der für sein Leben passt. Wenn dieser Rhythmus immer schneller wird, kommt unsere Seele nicht nach.

Wer meint, er müsse immer schneller werden, wird letztlich von der Angst getrieben. Die Angst ist die Triebfeder der Beschleunigung. Wer Angst hat, kann nicht stehen bleiben. Er kann nicht warten. Er kann nicht zuschauen. Er muss alles selbst in die Hand nehmen, weil er meint, sonst würden sich die Dinge seiner Hand entziehen. Er misstraut allem, was er nicht selber tut. Und er hat Angst vor den kleinen Unterbrechungen des Alltags. Da würde er mit sich selbst konfrontiert. Doch das kann er nicht aushalten, also muss er immer tätig sein, immer etwas in der Hand haben, um die Unruhe und Ängstlichkeit nicht wahrzunehmen.

„Komm zu Dir. wenn Du Dich genau beobachtest, wirst Du erkennen, wie Du oft gedankenlos durch den Tag gehst. Du nimmst gar nicht wahr, was Du tust. Du lässt Deinen Schlüsselbund liegen oder Deine Brille. Weil Du nicht bei Dir bist, merkst Du nicht, dass Dir nicht nur der Schlüssel verloren geht, sondern Du selbst. Du bist nicht bei Dir. Und alles angestrengte Grübeln kann Dich nicht wieder zu Dir zurückbringen.“

(aus: Anselm Grün – „Buch der Lebenskunst“)