



## „A boldogság a szünetben rejlik”

A napi hajsza, a halál elfojtása és a korlátozott idő  
Interjú *Karlheinz Geißler* időkutatóval

*Geißler úr, sok ember panaszodik amiatt, hogy túl kevés ideje van, holott az utóbbi években nem növekedett a munkaidő.*

Ez igaz. Mindazonáltal a nem hivatalos munkaidő növekedett, s ez a tényleges munkaidő. Ezenkívül megváltozott az, ahogyan az idővel bánunk. Megpróbálunk több dolgot csinálni egyidejűleg, hogy növeljük a termelést és a forgalmat. Ezt a fejleményt a számítógép és a mobiltelefon használata vezette be. Ily módon egyre hajszoltabbakká válnak az emberek. Ezért panaszoknak arról, hogy munkaidejükben több stressz éri őket. Hiszen egyre többet kell dolgozniuk ugyanannyi idő alatt. Ráadásul szabad idejükben egyre többet akarnak megélni – így aztán a szabadidős stressz is növekszik.

*Korábban a munka foglalta el az élet idejének legnagyobb részét – ma mihez van szüksége az embernek a legtöbb időre?*

Ma az embernek több időre van szüksége ahhoz, hogy maga végezze el azt a munkát, amit korábban szolgáltatató intézmények végeztek el, ingyen. Ma mindenért fizetnünk kell, s ez korábban nem volt így. A bankátutalást korábban ingyen elvégezték nekünk a megfelelő pénztárlablaknál, ma az emberek maguk töltik ki otthon az utalványokat, vagy interneten utalják át a pénzt. Az intézmények, a bankok és más szolgáltatók a magán-háztartásokba helyezik át a munkát. A klasszikus példa az Ikea bútorarúház. Az embernek magának kell összecsavaroznia a bútorokat – korábban készen szállították őket. Az a trend, hogy piacképessé tegyenek minden szolgáltatást, erőteljesen megnöveli az élet fenntartásának költségeit, és sok munkát ruház át a háztartásokra. Ma mindenki arra kényszerül, hogy sokat tevékenykedjen és sokat tanuljon.

*Az emberek átélik a stresszt, s ugyanakkor a szüntelen boldogságot keresik – nem ellentmondás ez?*

Az ember nem találhatja meg a szüntelen boldogságot, már csak azért sem, mert a boldogság a szünetben rejlik. A munka világában egyre csökkentik a szüneteket. Ha azonban a boldogság a szünetben rejlik, akkor az ember egyre kevésbé szerezhet tapasztalatot a boldogságról. De megvásárolhatja a szünet boldogságának illúzióját – lila, és kóla íze van. A reklámok épp karácsonykor terjesztik ezt az illúziót. Az illúzió üzleté válik.

*Fel lehet-e a még tartóztatni a hajsza élet gépezetét, vagy ez is csak illúzió?*

Az idő sűrítése több lehetőséget nyújt az időleges kiszállásra. Csúszo idő esetén Ön bizonyos határok között eldöntheti, mikor kel fel, vagy mikor megy aludni. Ennek ellenére: a munkaadók, az előjárók nyomást gyakorolnak a munkavállalókra, különösen ha sok feladatot kell teljesíteni. Kevesebb munka esetén nagyobb az időbeli játéktér, viszont többnyire kevesebb a fizetés is.

*A rugalmas munkaidő az üzemeket segíti-e inkább, vagy a foglalkoztatottakat?*

Inkább az üzemeket, mint az egyéneket. A munkaidő rugalmassá tétele révén nem keletkezik hirtelen uralommentes övezet, az ember és ideje fölött gyakorolt uralom változatlanul jelen van, s még mindig léteznek főnökök, akik meghatározzák az időt és a teret.

*Az egyénnek ki kell harcolnia a maga idejét. Hogyan sikerülhet ez?*

A kapitalizmus abból indul ki, hogy az idő vég nélkül manipulálható. Az ember azonban véges, és meghal. A legflottabb menedzserek halálózási rátája is 100%, akárcsak más embercsoportokban. Egy számítógépes cég ezzel a szlogenel reklámoz: „Soha többé over game”, azaz a játéknak soincs vége. Ez a halál elfojtása. Az ember nem élhet örökké a földön. Ha boldog akar lenni, akkor meg kell tanulnia, ho-

gyan bánjon korlátozott idejével. Le kell mondania, és meg kell tanulnia, hogy saját természete szerint tájékozódjék, elfogadja azt. Hegel ezt így fogalmazta meg: „A szabadság a szükségszerűség belátása.” A szabadság nem abban áll, hogy megtagadjuk saját természetünket, hanem abban, hogy kihasználjuk a természetünkön belüli időszakokat. Értelmes dolog tehát a természet ritmusa szerint, s nem csupán az üzemi folyamatok vagy a tévéműsorok szerint élni.

*A természethez igazodás korábban szorosan összekapcsolódott a vallási élet ritmusával. Ma úgy véli az ember, hogy képes uralni az időt. Képes erre?*

Természetesen nem. Az ember véges, az idő nem. Korábban az ember elfogadta ezt, s együtt élt a vallási élet ritmusával, s azt is elfogadta. A korábbi felfogás szerint azonban a természet időszakait Isten teremtette. Az idő Istené volt. Az egyház a természet időszakaihoz igazodott a maga ünnepeivel. Azért ünnepeljük karácsonyt, mert ekkor van a téli napforduló. Krisztus fényalak, s ezért értelmes dolog egy fényalak születését a téli napforduló idején ünnepelni. Az emberek korábban teljesen elfogadták az egyházi ritusok és a természeti élmények összefüggését. Ez csak az óra feltalálásával változott meg. Azóta élnek az emberek abban az illúzióban, hogy kezükbe vehetik az időt. De nem határozhatják meg, mikor legyenek betegek, és azt sem, mikor haljanak meg.

*A 31. zsoltár 16. versében ez áll: „Időm a Te kezében van.” Ön mit ajánl az embereknek?*

A legfontosabb annak a belátása, hogy nem én rendelkezem az idővel, hanem az idő velem. Meghívhatom az időt, és kiszolgáltathatom magam az időnek, amellyel nem rendelkezhetem. Ha ezt tudom és megértetem, akkor teljesen másképp tudok bánni az idővel, sokkal oldottabban – „relaxáltabban”, ahogy ma mondják. Képes leszek az idővel megbékélni élni, és nem kényszerülök arra, hogy állandóan harcoljak ellene. Az embernek az a problémája, hogy úgy véli, folytonosan harcolnia kell az idő ellen. Ebben csak veszíthet. Az ember ugyanis meghal, az idő pedig halad tovább. Ha ezt felfogtam, akkor már nem kell hajszolnom magam, és nem kell többé az idő ellen harcolnom, hanem szerethetem az időt.

*Ön igen keresett ember, és sokat van úton. Ön hogyan bánnik az idővel?*

Időtanulmányaim során sokat tanultam, s ezért ma másképp bánok az idővel, mint korábban. De rám is hat az idő nyomása. Természetesen része vagyok ennek a társadalomnak, amely szünet nélkül hajszol és gyorsít. Bizonyos időnyomást ki kell bírnom. De tudom, hogy mikor kerülhetek az idő szorításába, és igyekszem elkerülni ezeket az alkalmakat. Például ha lehet, korábbi vonattal utazom, mint muszáj lenne. Mindig van ütközőzónám, amit jól ki tudok használni.

*Például télen kevesebbet utazik, mint a többi évszakban.*

A téli utazás számomra nehezebb. Korábban gyermekbénulásom volt, s ennek még megvannak a következményei. A járás nehezemre esik, különösen télen. Ezért januárban és februárban nem csinálok Münchenen kívüli programokat. Ebben az időszakban nem terhelem magam az utazási stresszel, helyette sokat olvasok és írok. Könyveim többnyire a téli hónapokban keletkeznek. Valamikor aztán még áthelyezem székhelyemet egy szicíliai kolostorba, hogy kelleme-sebb hőmérsékleten és ritmikusan szervezett módon dolgozhassak. Ez az én életképzelesem körülbelül tíz éve, mióta a gyerekeim nincsenek már itthon.

**Gerhard L. Endres**