

## Muße – Möglichkeiten der freien Zeit



Lange war freie Zeit für die große Mehrheit der Menschen ein seltenes Gut. Heute haben die meisten Menschen viel Freizeit.

Bildnachweis: Leonie Fahjen / pexels.com / CC0

**Freizeit zu haben gehört zu unserem Leben dazu. Und sie wird immer wichtiger. Unser Leben soll nicht nur Arbeit sein. Schon in der Bibel findet sich das Gebot, dass wir den Feiertag heiligen sollen. Hans-Dieter Stolze gibt einen Überblick und zeigt, wie vielfältig Muße sein kann.**

Manchmal erlaube ich mir einen Scherz. Kommt es in einem Gespräch auf das Thema Zeit, spiele ich auf meinen Ruhestand an: »Wenn ich morgens aufwache, rufe ich: Feierabend!« Meine Tage sind im Ruhestand gefüllt. Aber ich muss nicht arbeiten, ich darf. In jedem Fall ist es hilfreich, einmal darüber nachzudenken, wie wir unsere freie Zeit gestalten. Erleben wir Leerlauf oder Überforderung? Wie verbringen wir unsere Zeit?

### Der Sabbat – uralt

Schon die Propheten im achten Jahrhundert vor Christus berichteten, dass man in Israel und Juda einen Tag nicht arbeitete. Der Prophet Amos mahnte, den Sabbat einzuhalten (Amos 8,5). Das Volk erinnerte mit dem Feiertag an die Schöpfung: Gott ruhte am siebten Tag. Seit dem babylonischen Exil in der Mitte des vorchristlichen Jahrtausends gilt dieser Tag als ein Merkmal der Juden. Sie feiern ihn als Ruhetag bis heute.

Mit den Zehn Geboten wurde er auch von den Christen übernommen. Das Gebot »Du sollst den Feiertag heiligen« praktizieren sie allerdings nicht wie die Juden am Samstag, sondern am Sonntag als dem Auferstehungstag des Herrn: »am dritten Tage (nach Karfreitag) auferstanden von den Toten«. Die Idee des Sabbat hat unsere Kultur geprägt. Ein Tag in der Woche soll frei von Arbeit sein.

### Freie Zeit – noch nicht lange

Lange war freie Zeit für die große Mehrheit der Menschen ein seltenes Gut. Für die Kirche gab es im Mittelalter sieben Hauptsünden, auch Hauptlaster genannt. Dazu gehörte auch die »acedia«, die Trägheit, die Faulheit. Der Protestantismus hielt Arbeit und Beruf hoch. Es galt der Spruch, auch wenn er nicht in der Bibel stand: »Müßiggang ist aller Laster Anfang.« Bauern und Handwerker arbeiteten von früh bis spät. Urlaub war etwas Unbekanntes. Nur reiche Leute konnten sich freie Zeit leisten und sie gestalten.

Urlaub nach heutiger Praxis ist eine junge Errungenschaft. Erst seit den 20er-Jahren des vergangenen Jahrhunderts gibt es in Deutschland einen Urlaubsanspruch für Arbeitnehmer. Vorher konnten nur Beamte davon profitieren. Noch später, erst nach dem Zweiten Weltkrieg, setzte sich der freie Samstag durch. Die wöchentliche Arbeitszeit verringerte sich auf 35 bis 40 Stunden, und sechs Wochen Jahresurlaub sind die Regel. Viel freie Zeit also – mit Ausnahme vielleicht der Führungskräfte in Politik und Wirtschaft und der Selbständigen. Auf der anderen Seite hat sich das Lebenstempo stark beschleunigt. Jede Minute wird durchgeplant mit Arbeiten und Aktivitäten, selbst die Freizeit!

### Was damit anfangen?

Muße also. Die ursprüngliche Bedeutung des Wortes (althochdeutsch »muoza«, mittelhochdeutsch »muoze«) war: Gelegenheit, Möglichkeit. Muße ist eine Zeit, die wir zur freien Verfügung haben und nach eigenem Wunsch nutzen können. Dabei kann es um Erholung gehen, um Zeitvertreib, auf jeden Fall bei Berufstätigen auch um ein Abschalten von der Arbeit. Ein seit einigen Jahren gebräuchtes Wort kommt aus dem Englischen: chillen. Ursprünglich heißt es so etwas wie abkühlen und meint bei uns: sich entspannen oder umgangssprachlich gesagt »abhängen«.

### **Wie wird Freizeit in unserem Land gefüllt?**

Es gehören dazu: Fernsehen, Lesen, Telefonieren, Einkaufen, Rätselraten, Gartenarbeit, Joggen, überhaupt Sport. Und es hält der Siegeszug des Internets an. 99 Prozent der jungen Menschen sind regelmäßig in ihrer Freizeit online. Auch für Senioren ist das Internet interessant. Ein Drittel der Senioren ab 65 Jahren surft regelmäßig, so die Stiftung für Zukunftsfragen im Freizeit-Monitor 2015. Es gibt auf jeden Fall viele Möglichkeiten, freie Zeit zu gestalten. Dabei lässt sich nicht leugnen, dass die Freizeit oft kommerzialisiert ist und ganze Industrien davon leben. Insgesamt ergeben sich in der Freizeitgestaltung manche Unterschiede zwischen Jugendlichen, Berufstätigen und Senioren. Dabei meint Ruhestand bei den meisten nicht Stillstand.

Wie sollen wir als Christen unsere freie Zeit nutzen? Hier lassen sich keine Regeln aufstellen. Wir dürfen alles nutzen, was uns möglich ist und Spaß macht. Die Freiheit ist nicht nur Freiheit von etwas, sondern auch die Freiheit, etwas bewusst zu tun. So können und sollen wir unser Freizeitkonto auch mit dem füllen, was zum Glauben gehört: Lesen in der Bibel, Gebet, Teilnahme am Leben unserer Gemeinde, ehrenamtliches Engagement für Kranke und Flüchtlinge, also Nächstenliebe.

### **Muße auf Kosten anderer?**

Eine altchinesische Fabel wirft noch ein Schlaglicht auf das Thema Muße. Sie erzählt, dass ein hoher Beamter einem Kloster einen Besuch abstattete. Das war dem Kloostervorsteher vorher mitgeteilt worden. Er hatte sorgfältige Vorbereitungen für den Besuch des hohen Gastes getroffen. Zuerst trank der Würdenträger einige Schalen Wein, dann zitierte er ein Gedicht: »Im Kloster am Wege beim Mönch ich verweile – ein Augenblick der Muße im Leben voll Eile!« Der Mönch lachte. Der Besucher fragte ihn nach dem Grund und bekam zur Antwort: »Ihr habt einen Augenblick der Muße genießen können, aber dafür musste ich vorher drei Tage schwer arbeiten.«

In früheren Zeiten arbeiteten, ja schufteten viele Menschen für andere. Das ist bei uns kaum noch so. Natürlich kümmern sich andere um uns, wenn wir in einem Restaurant essen oder in einem Hotel übernachten, auch bei anderen Gelegenheiten. Danken wir ihnen. Automatisierung und Digitalisierung haben uns Menschen viel Arbeit abgenommen. Seien wir dankbar dafür, ebenfalls den Menschen, die an der Entwicklung der modernen Freizeitwelt mitgewirkt haben.

### **Ausdruck der Liebe Gottes**

Sehen wir im Sonntag und überhaupt in der vielen freien Zeit, die uns zur Verfügung steht, ein Geschenk Gottes. Das soll die Arbeit nicht entwerten. Beides gehört zum Leben. Was danach kommt, wird im 4. Kapitel des Hebräerbriefs angedeutet: »Es ist noch eine Ruhe vorhanden für das Volk Gottes. Denn wer zu Gottes Ruhe gekommen ist, der ruht auch von seinen Werken... « (Vers 9f.).

Ewige Muße, Ruhe in der Ewigkeit? Uns bleibt der Blick dorthin verborgen. Doch Gott hält viel mehr für uns bereit, als wir es uns jetzt vorstellen können. Bis dahin tun wir jetzt das Unsrige und danken Gott für Arbeit und Freizeit.