



Wie wär's mit Sprech- & Info-Fasten?

Ein (nicht nur) österliches Plädoyer von Franz J. Schweifer

28.03.2023

Hallo – ist da wer? Analoges miteinander Reden oder schlichtes Telefonieren gilt mittlerweile als schwer retro. Als fossile Kulturtechnik der Prä-iPhone-Ära und aufdringliche Un-Dringlichkeit. Vorgestriges Wählscheibenzeitalter? Längst abgelöst vom flüchtigen Wischzeitalter, frei nach der Maxime: Ich wische, also bin ich! Gleichzeitig wuchern Info-Müll und Schwafelei. Ein Plädoyer für kluges Sprech- & Info-Fasten – nicht nur, aber besonders zu Ostern.

Um vorab zu präzisieren: Sprech- & Info-Fasten (kurz „S&I“-Fasten) hat nichts zu tun mit sprachlicher Verweigerung oder übertriebener Mitteilungs-Askese. Schon gar nicht mit grundsätzlichem Schweigen oder Verschweigen. Vielmehr bedeutet kluges S&I-Fasten: selektive Sparsamkeit und bewusste Zurückhaltung. Etwa, wenn es darum geht, nicht reflexartig auf jeden Info-Reiz zu reagieren und sich permanent unterbrechen zu lassen. Oder zu den unzähligen Senfen nicht immer noch einen weiteren Senf hinzuzufügen.

Zeitweise hilft wohl nur mehr selektive Ignoranz. Beispielsweise bei inflationären Mails oder inneren Antreibern vom Schlage: „Ich muss, ich muss, ich muss!“ Das verhindert, kostbare Zeit und Energie zu vergeuden oder Aufmerksamkeit unnötig zu strapazieren. Sich dosiert und konsequent im S&I-Fasten zu üben wirkt gleichsam als entlastende Katharsis. Eine „wörtliche“ Reinigungs- und Entschlackungskur gegen lästig wuchernde Info-Wanderdünen. Und eine Immuntherapie gegen infektiöse „Informatitis“.

Sprechdurchfall hat Konjunktur

„Wir haben 100 Jahre daran gearbeitet, Menschen per Telefon miteinander sprechen zu lassen – und jetzt ist Sprachtelefonie nur noch so etwas wie Lärm in der Leitung.“ So Ericsson-Chef Hans Vestberg beim Mobile World Congress 2016 in Barcelona, der wichtigsten Mobilfunkmesse des Jahres. Schick mir eine Message, aber #RUFMICHNICHTAN. Chatte mit mir, aber #SPRICHNICHTMITMIR. Inflationärer Hashtag-Durchfall und unentwegtes Smartphone-Wischen haben Hochkonjunktur.

Gleichzeitig hat eine besondere Spezies Hochsaison: sogenannte VIPs – Verbal Inkontinente Personen. Beziehungslegastheniker mit Hang zu akuten Mitteilungsattacken. Profis in Sachen Logorrhoe. Fachsprachlich auch Polyphrasie genannt. Umgangssprachlich Sprechdurchfall oder Redesucht. Sie hören nur die Hälfte, verstehen ein Viertel, erzählen aber das Doppelte! Ein Fall für Wort-Sondermülldeponien.

Die ManagementOASE
Schweifer & Partner OG

Mozartgasse 28
2380 Perchtoldsdorf

office@managementoase.at

www.managementoase.at

FN 189952t – HG Wr. Neustadt

UID: ATU48561701

Bankverbindung:

Erste Bank, BLZ 20111

Konto Nr. 09820515

BIC: GIBAAATWW

IBAN: AT232011100009820515



Wenig überraschend – auch in der zwischenmenschlichen Kommunikation kommt die hastige Gegenwart kurzatmig und widersprüchlich daher. Irgendwie tweetzophren.

Vielsagend nichts mehr sagen

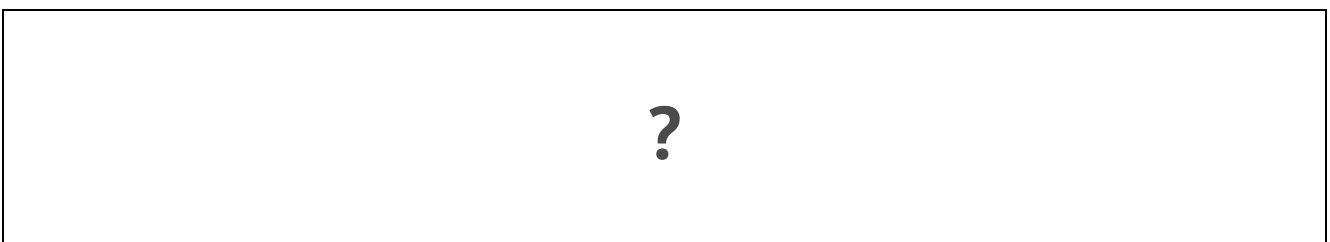
Den unmittelbaren Anstoß für dieses Fasten-Plädoyer verdanke ich auch der Journalistin Kathrin Gulnerits und ihrer bemerkenswerten *WirtschaftsBlatt*-Kolumne „Nichts zu sagen“ vom 26.02.2016, zufällig entdeckt im Archiv. Sie schrieb sich darin ihre journalistischen Alltagserfahrungen von der Seele. Seien es lähmende Kongressvorträge mit elendslangen Folien. Unsägliche Mail-Lawinen aus der Ratgeberkiste. Oder entbehrliche Nachrichten zu Politiker-Interviews. Informationswert null. Ermüdende Zeitvergeudung hoch zehn.

Sie hat in ihrer Kolumne „Nichts zu sagen“ – und sagt gleichzeitig damit weit mehr als begabte Schwadronierer. Entbehrliche Wort- & Sprechdurchfälle gibt's ja zuhauf. Nicht nur bei politischen Selbstdarstellern und halbstarken Krakeelern. Dazu ist nichts mehr zu sagen. Außer, dass (nicht nur) Ostern prädestiniert wäre, sich in einer ungewöhnlichen Form des Fastens zu üben – im S&I-Fasten.

Den Blick schärfen, nicht die Zunge wetzen

S&I-Fasten muss ja keineswegs immer gleich ein Schweigen bedeuten. Vielmehr kann es ein selektives Pausieren, ein Hinhören und Zuhören sein. Oder auch ein In-sich-Hineinhören. Um gleichzeitig damit umso mehr herauszuhören und wahrzunehmen. „Man muss den Blick schärfen und nicht die Zunge wetzen.“ Der Satz von André Brie scheint mir eine treffende Aufforderung und Ermutigung dazu.

Zur praktischen Anregung: Hier ein symbolischer Leer-Raum. Sonst NICHTS.



Ein Sprechpausen-Raum, in dem es weiter NICHTS zu sagen oder zu tun gibt. Außer vielleicht zu denken oder nachzudenken. Etwa über S&I-Fragen wie:

Was bräuchte alles NICHT *gesagt, gemailt, gepostet, gegoogelt, geschattet, gemessagt, gesimst, geshitstormt, geshared, geWhatsAppt, getwittert, geselfiet, gehashtagt, instragramisiert* oder sonst wie hinauskommuniziert werden? Wo & wann würde dosiertes S&I-Fasten guttun? Wann & wo wäre aber doch ein umso vehementeres Sagen, Aussprechen, Nicht-Schweigen sinnvoll, ja notwendig? Und was schließe ich daraus für mein künftiges S&I-Verhalten?

Somit könnte obiger Leer-Raum auch ein Lern-Raum sein. Einer, der erhellende Einsichten ermöglicht. Einer, der nicht die Zunge wetzt, sondern den Blick für Wesentliches schärft.



Vom Bierernst zur Erheiterung

Keineswegs geht es dabei um Bierernst oder Moralisieren. Eine (selbst-)ironische, humorige Note befreit von unnötiger Schwere. Zudem erinnert uns Humor an unsere eigenen Widersprüche, wie der legendäre US-Protestsänger Pete Seeger einmal meinte. In diesem Sinne: S&I-Fasten ja. Humorfasten nein.

So können manchmal selbst lästige Spam-Mails erheitern. Etwa wie die Nachricht einer gewissen Sandrina Omaru von der Elfenbeinküste. Sie hatte auf wundersame Weise mehrere Millionen Euro zu vergeben und suchte deshalb einen Vertrauenswürdigen wie mich, nämlich „*ein ehrlicher und gottesfürchtige Partner in Übersee*“. [sic!] Deshalb ließ sie mich in rührendem Kauderwelsch-Denglisch wissen: „*Ich tief es eine Respekt und demütiger Unterwerfung, ich bitte um die folgenden Zeilen zur Kenntnisnahme angeben, ich hoffe, Sie werden einige Ihrer wertvollen Minuten Zeit um die folgenden Aufruf mit sympathischen Gedanken lesen.*“ [sic!]

Sympathie ja. Aber es war wohl dennoch besser, hier nicht zu reagieren. Und auch andere Mail-Misthaufen unkommentiert vorbeiziehen zu lassen. S&I-Fasten-affin. Oder wie K. Gulnerits angesichts des überbordenden Mail- & Infomülls am Ende schreibt: „*Aber eigentlich möchte ich diese Woche gar nichts mehr sagen. Es wäre angebracht.*“ Dem ist nichts mehr hinzuzufügen.

Außer vielleicht ein Appell, sich wieder einmal Zeit für ein schlichtes Miteinander-Reden zu nehmen. Analog und in Echt. Off-line. Nicht nur zur Fastenzeit. Hallo – ist da wer?

Über den Autor:



Mag. Dr. Franz J. SCHWEIFER ist Geschäftsführer des Beratungsinstituts „**Die ManagementOASE** – Schweifer & Partner, Coaching. Training. Consulting.“ in Perchtoldsdorf b. Wien. www.managementoase.at | f.j.schweifer@managementoase.at

Als Zeitforscher & Zeitphilosoph alias Temposoph©, Hochschullektor & Buchautor mit über 30 Jahren Beratungserfahrung hat er ein besonderes Faible v.a. für ZEIT-spezifische Metathemen und Widersprüche. Und das auf kollektiver wie individueller Ebene.

Dem widmet er sich auch als Stv. Vorsitzender im „**Verein zur Verzögerung der Zeit**“ an der Alpen-Adria Universität Klagenfurt, ehem. Fakultät für Interdisziplinäre Forschung und Fortbildung (IFF). www.zeitverein.com

Publikationen:

- (1) **Tempo all'arrabbiata** Kritische Zeitenblicke eines Temposophen. Eine Zeit-Anthologie für Querdenker
- (2) **Ach du liebe Zeit** Rastlos zwischen Lust und Last. Hintergründe – Ursachen – Auswege
- (3) **Zeit – Macht – Ohnmacht** Top-ManagerInnen im rasenden Zeit-Dilemma. Forschungs-Essenzen
- (4) **Time 2 Stay? 111 Zeit verrückte Fragen zum Verweilen** Aktuellste Publikation

<https://morawa.at/detail/ISBN-9783991105435/Schweifer-Franz-J./Time-2-Stay>

[Time 2 Stay?: 111 Zeit verrückte Fragen zum Verweilen : Schweifer, Franz J.: Amazon.de: Bücher](https://www.amazon.de/Bücher)