

Büroschlaf. Horror der Generation Zap.

Zuweilen sitze ich am Schreibtisch, habe die Augen geschlossen – und schlummer. Auch bei Konferenzen, Meetings. Klar, das provoziert jede Menge hämische Bemerkungen. Ich entgegne, „ich schlafe nicht, ich denke.“ Höhnisches Gejohle ist die Folge. Sollen sie nur, – die vermeintlich hyperaktiv-dynamischen Multitasking-Athleten, die ihr eigener Arbeits- und Lebensstil so fertig macht, dass sie exzessiven Ausgleich im Extremen brauchen, um nicht zu resignieren. Eine Flucht vor dem Fluch, den sie selbst heraufbeschworen haben.

Sie wissen nicht die ungeheure Kraft der Ruhe und Stille zu nutzen. Tranquillitas-Traum-Trance sind die stärksten und wirksamsten kreativen mentalen Werkzeuge. Wer „in sich hineinhorcht“, seiner blühenden Phantasie Raum und Zeit gibt, kann sein gesamtes kreatives Gehirn-Potential voll ausschöpfen. Bei Sportlern nennt man es „mentales Training“ und wird hoch gelobt. Es hilft de facto, Probleme zu lösen und klug zu handeln. Nicht nur im Sport. Doch angesagt und gefordert scheint stets das Gegenteil.

Ruhig sitzen, sich konzentrieren, mal nichts sagen und tun, still innehalten – in der Berufswelt und im Geschäftsleben gilt es als Sünde. Die „Generation Zap“ (kommt von Zappeln, Zappen eingeschlossen) reitet sich statt dessen lieber tiefer in den Morast: Hetze, Stress, Burnout. Meetings, in denen nicht konzentriert, sondern konfus verhandelt wird. Man düst-rast-hetzt von Termin zu Termin, bloß um zu verkünden, dass man in Eile sei und sich später um die Sache kümmern wird. Zwischendurch jede Menge Telefonate, in denen fast immer abgesprochen wird, demnächst noch einmal darüber zu telefonieren, weil man gerade anderes zu tun hat.

Neulich war ich wieder mal in einem dieser Meetings. Jemand hielt einen interessanten Vortrag. Alle schliefen, ich war hellwach. Die Vorteile, die ich davon hatte, waren zehntausende Euro wert. Es kommt eben darauf an, zur richtigen Zeit die Augen zu verschließen. Dann, wenn andere hektisch wuseln. Und auf keinen Fall, wenn andere vor Erschöpfung hirntot sind.