



Die Entdeckung der Langsamkeit

Città Slow als Impuls zur persönlichen und kommunalen Entwicklung

Ich bin mir selbst ein Freund. Ich nehme ernst, was ich denke und empfinde. Die Zeit, die ich dafür brauche, ist nie vertan. Dasselbe gestehe ich auch den anderen zu.

Sten Nadolny

Città Slow ist ein reichlich sperriger Titel. Zwei verschiedene Sprachen und das Adjektiv slow sozusagen als Marke einer Stadt. Nicht gerade eingängig. Andererseits: Es lädt ein zum Nachdenken. Zwei Lesarten werden häufig geäußert. Die eine versteht slow als langsam in einem sehr platten Sinn. Eine Città Slow ist dann eine schläfrige Stadt, alles bewegt sich langsam, wenn sich überhaupt etwas bewegt. Das Gegenteil von Dynamik und Innovation eben. Und das, so die simple Logik, passt überhaupt nicht in unsere Zeit, in der es um den Standortwettbewerb der Städte geht und jeder Ort alles tut, um sich als kleines „Silicon valley“ zu präsentieren, überbordend von innovativer Dynamik und zukunftsgerichteter Flexibilität. Città Slow so platt zu übersetzen, zeugt allerdings kaum von geistiger Beweglichkeit, von Phantasie und Visionen ganz zu schweigen.

Die zweite Lesart befreit sich mit einem kühnen Ruck von jeglichem Vorwurf der Langsamkeit und übersetzt Città Slow einfach als lebens- und liebenswerte Stadt. Das verrät nun höchstens mangelnde Englischkenntnisse. Slow heißt eben langsam – und genau darum geht es auch: um die Entdeckung der Langsamkeit.

Natürlich steht slow für etwas anderes als dumpfe Langsamkeit und für mehr als den Allerwelts-Werbeslogan liebenswert. Slow ist ein Gegenbegriff, sozusagen ein Stoppsignal in unserem temporeichen Leben. Es setzt eine Provokation, will herausschreien aus alltäglicher Betriebsamkeit. Um den Pfiff dieses Begriffs zu erkunden geht man am besten ganz langsam vor - mit einer Geschichte.

Schauen – erkunden – probieren – wählen...

Bei einem Italienurlaub stand ich vor einer großen Theke im Lebensmittelmarkt. Parmaschinken, Parmesan, Pesto – all die Herrlichkeiten waren gut sichtbar ausgebreitet. Ich wollte nur eben schnell mal unser Abendessen einkaufen. Doch vor mir stand eine ältere Dame, die ihre Augen in aller Ruhe umherschweifen ließ, nach diesem und jenem fragte, schließlich eine Scheibe probierte, den Kopf hin- und herwiegte, um dann doch etwas anderes zu wählen. Der Mann hinter der Theke packte umständlich den Schinken aus und schnitt langsam Schnitt für Schnitt hauchdünne Scheiben ab. Schließlich legte er noch zwischen jede Scheibe eine Folie. Ich wurde langsam unruhig, trommelte mit den Fingern auf der Theke und schaute reflexartig auf die Uhr. Völlig unbeeindruckt wandte sich die alte Dame jetzt dem Käse zu – schauen, fragen, probieren, wählen – mein Gott und das dauert... Irgendwann fiel mir ein, daß ich ja im Urlaub war, alle Zeit der Welt hatte und daß es hier an der riesigen Theke eine Menge zu entdecken gab. Als ich schließlich dran kam, wählte ich ganz nach dem Beispiel der kundigen Dame in aller Ruhe aus, nicht ohne vorher zu probieren, lächelte der Bedienung freundlich zu und spürte, daß ich jetzt wirklich im Urlaub angekommen war.

Schauen – erkunden – probieren – wählen – ist ein langsamer Vorgang. Für Leute, deren Auto draußen im Halteverbot steht, purere Stress. Für die Frau vor mir war es sichtlich ein Genuss. Das Essen beginnt bereits an der Theke oder am Marktstand.

Einwände gegen diese Geschichte kommen schnell. Wer jeden Tag hart arbeitet, viel unterwegs ist, zwischen zwei Terminen schnell seinen Hunger wegbringen will, kann sich so etwas einfach nicht leisten. Er braucht fast food. Okay, das ist wohl so. Es bringt auch niemanden um. Aber ist das dann alles? Ein Leben ohne Genuss? Wie ist es im Urlaub, am Wochenende, am Sonntag? Entdeckung der Langsamkeit heißt nicht genussvoll zu dinieren, während man arbeiten sollte. Es heißt einfach, ab und zu – uns sei es erst nach sechs harten Arbeitstagen – den Schritt verlangsamen, einen Gang runterschalten, schauen – probieren – wählen – genießen...

Wenn Ihnen der Anglizismus *slow* nicht gefällt, dann nehmen Sie mal ein Wort aus einer alten Sprache: Sabbat. Dieser Begriff aus der hebräischen Bibel meint ähnliches. Mit den Worten des Sozialpsychologen Erich Fromm: „Am Sabbat lebt der Mensch als hätte er nichts, als verfolge er kein Ziel außer zu sein, d.h. seine essentiellen Kräfte auszuüben – beten, studieren, essen, trinken, singen, lieben.“ Und kritisch fügt er hinzu: „Der moderne Sonntag ist ein Tag des Vergnügens, des Konsums und des Weglaufens von sich selbst.“

Dem Wettbewerb auf den modernen globalisierten Märkten können wir uns nicht entziehen. Es sei denn als Aussteiger mit dem Risiko des Verarmens. Was wir aber können, ist unser Tempo besser ausbalancieren. Einen ausgewogenen Rhythmus finden zwischen Arbeit und Ruhe, Schnelligkeit und Langsamkeit, Werktag und Sonntag, Spannung und Entspannung, eilen und bummeln.

***Fast* steht für zwanghaft, *slow* für frei!**

Slow meint vor allem eine Haltung. Vielleicht am besten zu übersetzen als Aufmerksamkeit. Es meint einen bewussten Lebensstil im Gegensatz zum bloßen Getriebensein. Die Souveränität, selbst zu entscheiden, welches Tempo man geht, statt sich vermeintlichen Zwängen zu fügen. Das Problem des modernen Menschen ist nicht einfach die hohe Beschleunigung. Es ist der unsinnige Glaube, dies müsse so sein, rund um die Uhr, ständig, zu jeder Zeit, überall. Live fast! Viele können nach notwendigerweise hektischer Arbeit den Hebel nicht mehr umlegen. In ihrer freien Zeit drücken sie genauso aufs Gas. Am Sonntag legen sie so viele Kilometer zurück wie an Werktagen. Sie essen Austern und lesen dazu den Börsenbericht. *Fast* steht für zwanghaft, *slow* für frei!

Und was heißt das dann für eine *Città Slow*? Sicherlich nicht, daß in ihr alles langsam geht. Vielmehr daß es Zonen der Langsamkeit gibt – Plätze zum Verweilen und Spielen neben den Straßen, die Parkbank an der Joggingstrecke, Tempo 30, wenn man von der Schnellstraße in den Ort hineinfahrt, einen Biergarten gegenüber vom Betrieb. Und Zeiten der Verlangsamung – den Bummel über den samstäglichen Markt mit Schwätzchen, den sonntäglichen Spaziergang, der Gedichtabend in der Stadtbibliothek, das Orgelkonzert in der Kirche.

All das ist erst ein Anfang. *Città Slow* provoziert Bürger in vielfältige Richtungen zum Nachdenken: Nachhaltig Denken, ressourcenschonend wirtschaften, Natur schützen, um sie auch morgen noch nützen zu können. Schöne Dinge erhalten und Traditionen bewahren, weil in ihnen Lebenswissen steckt. Märkte schaffen für vielfältige regionale Lebensmittel. Kinder- und seniorenfreundliche Stadtgestaltung und Verkehrspolitik entwickeln. Zeit für das Gespräch reservieren und den kreativen Streit, das Wahrnehmen verschiedener Sichtweisen, das gründliche Ausdiskutieren von Problemen - elementare Bestandteile der Demokratie. Beschleunigung als Dauerzustand verhindert Denken und Debattieren; es ist der Weg in die Knechtschaft irgendwelcher angeblich zwingender Fakten.

Kunst, Musik, Literatur gibt es nicht ohne Verlangsamung. Eine Stadt mit Kultur ist ein Ort, wo bestimmte Künste gepflegt werden. Kultur meint vom Wortsinn her den langen Prozess, ein Feld zu bebauen. Dazu braucht es Räume frei vom Druck des Produzieren-Müssens. *Slow* steht auch für Festlichkeit, die alltägliche Routine durchbricht, Menschen für Vergangenheit und Zukunft öffnet und dadurch ihre Freiheit erweitert. Phantasie stößt Türen auf, die das bloße empirische Kalkül übersieht. Nicht zuletzt steht *slow* für Religion. „Das kürzeste Wort für Religion heißt Unterbrechung“, so der Philosoph J.B. Metz. Hektik ist gottlos.

Città Slow als kultivierter Raum für lebenslanges Lernen, soziale Kompetenz, kreative Neugier...

Manche modernen Prediger der Effizienz werden spätestens jetzt händeringend ausrufen: Alles gut und recht, inspirierend für die 2 Wochen Sommerurlaub am Mittelmeerstrand - aber völlig untauglich für eine globalisierte Welt, für den gnadenlosen Wettbewerb der Standorte, für den hochbeschleunigten Kampf um Kostensenkung und Kundengewinnung.

Langsam Freunde. Vielleicht noch eine kleine Geschichte: Ein Manager, der lange in asiatischen, amerikanischen und europäischen Firmen gearbeitet hatte, erzählte in einem Führungsseminar: „In einer japanischen Firma wird man niemand ansprechen oder stören, der still dasitzt. Man nimmt an, daß die Person nachdenkt. Wenn die Person hingegen geschäftig hin- und herläuft, haben die Mitarbeiter das Gefühl, daß sie ruhig stören können.“

Dies allein erklärt das japanische Wirtschaftswunder wohl nicht zureichend. Aber es ist ein Hinweis. Schneller sein als andere, ist ein Weg zu wirtschaftlichem Erfolg. Es gibt auch andere: Klüger sein, innovativer, kreativer, gründlicher, kooperativer, beständiger...

Vieles spricht dafür, daß in einer Wissensgesellschaft eine Reihe von Fähigkeiten zentrale wirtschaftliche Bedeutung gewinnen, die eben gerade nicht in Betriebsamkeit und Beschleunigung gedeihen. Lebenslange Lernfähigkeit ist eine. Die Fähigkeit, in Teams interdisziplinär Probleme zu analysieren und zu lösen, kurz: Sozialkompetenz eine andere. Neugier, die tief sitzende Denk- und Handlungsgewohnheiten, sogenannte mentale Modelle aufbricht, Neues Stück für Stück erkundet und ausprobiert eine dritte.

Alle drei Fähigkeiten – *Lernen, Sozialkompetenz, Neugier* - entwickeln sich bei Menschen, die das Tempo variieren können – verlangsamen beim Nachdenken, beschleunigen beim Umsetzen. Und sie gedeihen an Orten, wo eine entsprechende Kultur gepflegt wird – sorgfältiges strategisches Denken im Dialog, zügiges Umsetzen in Projekten. Anspruchsvolle Managementkonzepte fordern von Führungskräften deshalb Gelassenheit als aufmerksame Haltung dem Leben in seiner Vielfalt gegenüber. Gelassenheit als aktive Leistung ermöglicht es, die Kräfte auf das zu konzentrieren, was bedeutsam ist - und andere Dinge zu lassen. Das ist eine Schlüsselqualifikation für angemessenes Handeln in den komplexen Strukturen der Moderne. Der renommierte Wirtschaftshistoriker David Landes resümiert in seiner Studie über Wohlstand und Armut der Nationen: „Wenn wir aus der Geschichte der wirtschaftlichen Entwicklung etwas lernen, dann dies: Kultur macht den entscheidenden Unterschied.“ So gesehen, könnte eine Città Slow, die sich diesen Titel erarbeitet, durchaus ein Ort sein für erfolgreiche Unternehmen im Wettbewerb des 21. Jahrhunderts.

Eine Città Slow hat dann einen Stadtrat, der sich Zeit nimmt die wesentlichen Dinge zu diskutieren, langfristige Strategien zu diskutieren, verbindende Konzepte zu entwickeln. Eine Verwaltung, die zügig arbeitet, weil sie Unternehmen, Vereine und Personen aktiv unterstützt, Genehmigungen vereinfacht, Ämterstrukturen auf Kunden zuschneidet. Dazwischen arbeiten viele und vielfältige Bürgergruppen in bestimmten Bereichen mit ihrem eigenen Tempo, bringen spezifische Ressourcen und Erfahrungen ein, initiieren Ideen, präsentieren diese und entwickeln sie weiter.

Slow steht nicht für langsam als Gegenteil von schnell, sondern für gelassen im Gegensatz zu getrieben, nachdenklich statt oberflächlich, lernfähig statt borniert, nachhaltig statt kurzlebig, genussvoll statt freudlos, aufmerksam im Gegensatz zu „immer noch mehr vom selben“. Città Slow bietet genügend Anregungen zur Entwicklung – persönlich wie kommunal.

Meinrad Bumiller

(Reflexionen aus Anlass des Bürgerfestes in der Città Slow Waldkirch mit einer Tafel des Genusses, einem Regionalmarkt und einem Bürgerforum)

Die Entdeckung der Langsamkeit

Impulse und Ideen zur persönlichen und kommunalen Entwicklung

Slow Life	Slow City
<p>Das richtige Maß:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Den Schritt verlangsamen, einen Gang runterschalten ▶ Schauen – Probieren – Wählen – Genießen... ▶ „Sabbat: Der Mensch lebt als hätte er nichts, als verfolge er kein Ziel außer zu sein, d.h. seine essentiellen Kräfte auszuüben – beten, studieren, essen, trinken, singen, lieben.“ ▶ Unser Tempo besser ausbalancieren, einen ausgewogenen Rhythmus finden zwischen Arbeit und Ruhe, Schnelligkeit und Langsamkeit, Werktag und Sonntag, Spannung und Entspannung, eilen und bummeln. ▶ Einen bewussten Lebensstil pflegen im Gegensatz zum bloßen Getriebensein. Die Souveränität, selbst zu entscheiden, welches Tempo man geht, statt sich vermeintlichen Zwängen zu fügen. ▶ „Das kürzeste Wort für Religion heißt Unterbrechung“ 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Zonen der Langsamkeit: Plätze zum Verweilen und Spielen neben den Straßen, die Parkbank an der Joggingstrecke, Tempo 30, wenn man von der Schnellstraße in den Ort hineinfahrt, der Biergarten neben dem Betrieb... ▶ Zeiten der Verlangsamung: den Bummel über den samstäglichen Markt mit Schwätzchen, den sonntäglichen Spaziergang, der Gedichtabend in der Stadtbibliothek, das Orgelkonzert in der Kirche.... ▶ Nachhaltigkeit: ressourcenschonend wirtschaften, Natur schützen, um sie auch morgen noch nützen zu können ▶ Schöne Dinge erhalten und Traditionen bewahren, weil in ihnen Lebenswissen steckt ▶ Märkte schaffen für vielfältige regionale Lebensmittel ▶ Kinder- und seniorenfrendliche Stadtgestaltung und Verkehrspolitik entwickeln ▶ Demokratie: Zeiten für das Gespräch reservieren und den kreativen Streit, das Wahrnehmen verschiedener Sichtweisen, das gründliche Ausdiskutieren von Problemen ▶ Eine Stadt mit Kultur ist ein Ort, wo bestimmte Künste gepflegt werden – in Räumen frei vom Druck des Produzieren-Müssens ▶ Festlichkeit, die alltägliche Routine durchbricht, Menschen für Vergangenheit und Zukunft öffnet und dadurch ihre Freiheit erweitert ▶ Sorgfältiges strategisches Denken im Dialog, zügiges Umsetzen in Projekten
<p>Haltungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Aufmerksamkeit ▶ Gelassenheit als aufmerksame Haltung dem Leben in seiner Vielfalt gegenüber ▶ Gelassenheit als aktive Leistung, die es ermöglicht, die Kräfte auf das zu konzentrieren, was bedeutsam ist - und andere Dinge zu lassen. 	<p>Ein kultivierter Raum für...</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Lebenslanges Lernen ▶ Sozialkompetenz als Fähigkeit, in Teams interdisziplinär Probleme zu analysieren und zu lösen ▶ Kreative Neugier, die tiefstehende Denk- und Handlungsgewohnheiten, sogenannte mentale Modelle aufbricht, Neues Stück für Stück erkundet und ausprobiert
<p>X Zusammenfassend:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Gelassen im Gegensatz zu getrieben, ▶ nachdenklich statt oberflächlich, ▶ lernfähig statt borniert, ▶ nachhaltig statt kurzlebig, ▶ genussvoll statt freudlos, ▶ aufmerksam im Gegensatz zu „immer noch mehr vom selben“. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ein Stadtrat, der sich Zeit nimmt die wesentlichen Dinge zu diskutieren, langfristige Strategien zu diskutieren, verbindende Konzepte zu entwickeln ▶ Eine Verwaltung, die zügig arbeitet, weil sie Unternehmen, Vereine und Personen aktiv unterstützt, Genehmigungen vereinfacht, Ämterstrukturen auf Kunden zuschneidet ▶ Viele und vielfältige Bürgergruppen in bestimmten Bereichen mit ihrem eigenen Tempo, bringen spezifische Ressourcen und Erfahrungen ein, initiieren Ideen, präsentieren diese und entwickeln sie weiter