

Werkstattbericht

Muoza. Auf der Suche nach der Muße

Verena Schneider

»Der erste Blick aufs Meer, Pflanzen selbst ziehen, picknicken, Geschenke einpacken, Tage ohne To-Do-Listen, auf dem Surfbrett die Wellen spüren, besondere Momente genießen ohne Fotos zu machen, Trampolin springen, der Duft von warmen Piniennadeln, Reisen planen, tanzen, sich in persönlicher Recherche treiben lassen, ausmisten, im Schlafsack liegen und die Zeltdecke betrachten, Schallplatten hören, neue Rezepte ausprobieren, an Regentagen tagsüber ins Kino gehen, Blumenduft, Füße im Sand verbuddeln, mit lieben Menschen den ganzen Tag frühstücken, sich mit Musik auf den Ohren bräunen, DIY Projekte, barfuß im Gras laufen, Postkarten schreiben, über Baustellen spazieren, Omas Wollsocken tragen, mit dem Hund durch die Felder ziehen, Abendessen auf der Terrasse, Kuchen backen, an frischer Wäsche riechen, Menschen beobachten, belegte Brote schmieren, nach einer Party nachts nach Hause laufen, mit Freunden schweigen, neue unwichtige Fähigkeiten erlernen, Fußnägel schneiden, eiskalt duschen, in der Natur sein, das Gurren der Tauben am Morgen, sich mit Musik und Prosecco alleine zum Ausgehen fertig machen, Rücken malen, durch fremde Straßen flanieren, in der Hängematte liegen, in einem Buch verschwinden, sinnlosen Quatsch im Baumarkt kaufen, ins Feuer schauen, Tagebuch schreiben, in der Abenddämmerung Auto fahren und Musik hören, Muscheln und Steine sammeln, im Freien schlafen, sich frisch geduscht in den Bademantel kuscheln, Wolken beobachten, im Café zeichnen, eine innige Umarmung, meinen Kleiderschrank sortieren, Sex, nachts Bilder aufhängen, sinnieren, der Geruch von Regen auf warmem Asphalt ...«⁴

Auf die Muße gekommen. Vor drei Jahren belegte ich im Rahmen meines Kommunikations-Design-Studiums einen Kurs zum Thema Das Gute Leben, der den Zusammenhang zwischen Design und gutem Leben hinterfragte. Ich bin Grafikerin mit den Schwerpunkten Illustration und Editorial Design. Die Merkmale, mit denen wir *Das Gute Leben* bemessen wollten, definierten wir durch Begriffe wie Sinn, Erfolg, Freiheit, Glück und Liebe. Ich wollte mich auf die Suche nach der *Muße* begeben. Bis zu diesem Zeitpunkt war sie mir mehr faszinierender Mythos als feststehender Begriff. Spricht man das Wort Muße

aus, so muss man den Mund beinahe zu einem Kuss formen. Das gefiel mir. Mein heutiges Verständnis des Muße-Begriffs ist das Ergebnis eines Sammelsuriums von Eindrücken. Diese konnte ich durch Texte und Bücher, die ich gelesen habe, den Vorträgen, denen ich zuhören durfte, den Begegnungen, die sich durch meine Recherche über die Muße unverhofft ergaben, den Gesprächen, die ich führen konnte sowie durch meine eigene künstlerische Auseinandersetzung gewinnen. Muße verstehe ich als einen Freiraum, einen Spielraum; die Gelegenheit einer freien, bewussten Tätigkeit nachzugehen, fernab jeden leistungs- oder zielorientierten Denkens. Der ursprüngliche, althochdeutsche Begriff *Muozza*, dem Titel meiner Diplomarbeit, trug zunächst die Bedeutung von »freier Zeit« inne. Muße kann in scheinbar unbedeutenden Augenblicken, in Kleinigkeiten, erfahrbar werden. Sie liegt in der Gegenwärtigkeit, in der Wahrnehmung des *Hier und Jetzt*. Die Praxis von Muße setzt die Bereitschaft einer Auseinandersetzung mit sich selbst voraus. Sie stellt Fragen an die eigenen Interessen, Wünsche und Sehnsüchte.

Muße anerkennen.

Als ich mich das erste Mal auf Entdeckungsreise begab, verliefen und verloren sich meine Gedanken und Erkenntnisse alsbald, da ich – um sogleich die Krux an der Muße-Praxis zu benennen – *keine Zeit* fand, meine Recherche am Thema weiterzuführen oder in Form einer Hausarbeit zum Abschluss zu bringen.

Dass ich die Zeit nicht fand/nicht finden konnte, hängt mit vielerlei Umständen zusammen. Sicherlich maßgeblich Einfluss genommen hat jedoch meine Schwierigkeit, Prioritäten zu setzen und dementsprechend zu handeln. Immer wieder habe ich in Gesprächen festgestellt, dass es bemerkenswert schwer ist, ein Leben als berufstätiger Mensch mit Partner, Familie und Freunden so zu führen, dass man mit dem was man gibt und empfängt, zufrieden sein kann. Dass man darüber hinaus noch ausreichend Zeit besitzt, sich um sich selbst zu sorgen, sich in diesem Sinne seelisch wie auch körperlich gesund fühlen kann. Diese Zeit für sich selbst, Zeit für die Familie, für Freundschaften, zur Beschäftigung mit den eigenen Interessen, für das sich Ausruhen, für das Nichtstun, wird stets als *Lohn* verstanden, den wir uns erst gebührend, hart verdienen müssen. Vor etwa genau einem Jahr beschloss ich daher, mir bewusst ein halbes Jahr Muße-Zeit zu schenken und widmete meine Diplom- Arbeit dieser Thematik. Ich möchte mit diesem Projekt der Idee von einem Leben Raum geben, die weder neu, noch unbekannt wäre. Ich möchte das allgemein vorherrschende Verständnis von Arbeit bzw. den Glauben an ein vorwiegend auf Arbeit ausgerichtetes Leben, hinterfragen. Ich denke, irgendetwas ist faul daran, dass wir, sobald wir berufstätig sind, im ständigen Glauben an ein Morgen oder in der Wehmut an ein Gestern leben.

Vertraute Sätze in diesem Kontext sind bspw.: Das mache ich dann, wenn ich in den Urlaub fahre... Wenn das Projekt abgeschlossen ist, dann werde ich erst einmal... Oder aber rückwärtsgewandt: Früher hatte ich noch Zeit für ... Als ich in deinem Alter war... usw.. Diese *Beim-nächsten-Mal-vielleicht*-Denkweise stellt uns ein fieses Bein, über das wir früher oder später stolpern werden. Nach dem einen Projekt kommt logischerweise immer ein nächstes, man wird plötzlich

krank, es fehlt das Geld – die Liste der Störfaktoren und adäquaten Ausreden für die *Nicht-Muße* ist vielschichtig. Immerzu im eigenen Denken und Handeln mit wenn und als zu hantieren, wird uns dauerhaft davon abhalten, im Hier und Jetzt, dem einzigen Moment, dem wir uns tatsächlich gewiss sein können, ein Gefühl von Glück oder Zufriedenheit zu erfahren. Eine ständig überladene Erwartungshaltung wird uns vielmehr Gefühle der Enttäuschung näher bringen und uns Missmut lehren. Längerfristig betrachtet – schauen wir uns nur einmal in unserem engsten Bekanntenkreis um – kann dieser Stress- Zustand schließlich zu Krankheit führen.

Muße geht jeden etwas an. Jeder hat ein Grundbedürfnis, vielmehr ein Recht auf Maße. Ob man sie so nennen mag, ist dabei völlig nebensächlich. Wir haben alle eine Ahnung, was sie für uns persönlich bedeuten könnte, aber die Fragen, die ein Leben mit Arbeit *und* Maße-Momenten individuell aufwirft, möchte niemand so richtig zu Ende denken. Das ist erst einmal anstrengend und weniger entspannend, denn es lässt den Ruf nach Veränderung am Status Quo laut werden. Es stellt z.B. die Notwendigkeit des Ablegens schlechter Gewohnheiten heraus, die man sich so sorgsam zugelegt hat und zu denen man in einem paradoxen Verhältnis der Hassliebe steht.

Die Motivation meiner künstlerischen Auseinandersetzung ist der Glaube daran, dass jeder Maße erfahren kann, fernab jeden Berufs, jeden finanziellen Status', jeden Alters. Meine Intention ist es daher, auf gestalterischer Ebene für das Thema Maße zu sensibilisieren, zu verdeutlichen, dass sie nicht als Sinnbild antiken Schöngedankes verkannt werden darf, dass die Praxis von Maße in Anbetracht eines unbestreitbaren Anstiegs von Erkrankungen psychosomatischen Ursprungs von aktuellem, gesellschaftlichem Interesse sein sollte.

Muße begreifen.

Wie kann ich also Maße für mich erleben? Wie sieht das aus? Wie fühlt sich das an? Ich habe mich gefragt, was ich in meinem Leben vermisse und welche Sehnsüchte und Wünsche ich empfinde, wenn ich mir ein von Maße erfülltes Leben vorstelle. Zwei grundlegende, simple Gedanken, die mir beim Nachdenken über die Maße immer wieder in den Sinn kamen sind, erstens: Es ist *dein* Leben. Das heißt: Nur du allein musst deine eigene Haltung zum Leben mit Überzeugung vor dir selbst vertreten können. Und zweitens: Du hast (vermutlich) nur dieses eine. Die Sanduhr läuft. Nicht so, dass es permanent bedrohlich leise in unseren Ohren rieseln sollte, aber das sagt mir doch: Mensch, mach was draus. Mach etwas, das dir gut tut und damit tust du dann bestenfalls auch anderen Gutes.

In Anbetracht meines ständigen Keine-Zeit-Gefühls, zwischen Erwartungen, Verpflichtungen und Selbstansprüchen, stellte ich schnell fest: für Maße muss ich mir Räume schaffen. Es gilt sich mit Selbstverständnis Zwischenräume, Pausen der Maße, im Kalender freizuhalten, und sich zudem Wohlfühl-Orte suchen, an denen ich sie erleben mag. Klingt einfach, finde ich aber ziemlich schwer.⁸

Wichtige Fragen, die mir in diesem Kontext weiterhalfen, waren: *Zu welchen Menschen ist mir die Nähe besonders wichtig? Welche Qualitäten meiner Umgebung, dem Ort an dem ich lebe, sind mir von Bedeutung? Was bin ich bereit zu leisten*

und wo liegen meine emotionalen und körperlichen Grenzen? Welche Tätigkeiten sind es, die mir gut tun, die mir ein Gefühl von Selbstwert und Sinn geben?

Es bedarf ungeahnt viel Mut, Ausdauer und vor allem Gelassenheit, sich diesen Fragen zu stellen und deren Beantwortung vor sich und anderen vertreten zu können. Ich glaube, auch Muße kann und muss man leider üben. Es ist anzunehmen, dass wenn sich mein Leben immer wieder weiter- und neu entwickelt, sich gleichsam auch meine eigenen Vorstellungen und die Praxis von Muße immer wieder verändern werden. Mir ist es ein besonderes Anliegen, dass wir das (Hinter-)Fragen zunehmend allseits fördern und unterstützen, es zu einer Gewohnheit werden lassen, die sich unserer Neugier widmet und uns fortwährend mit Lebenslust begleiten kann. Dafür müssen wir ihre Wichtigkeit anerkennen, sie der Arbeit mindestens gleichstellen. In meinen Augen sollte der Diskurs über das Verhältnis von Arbeit und Muße – betrachte ich insbesondere meine Generation der 20 bis 30-Jährigen – während der Zeit der Ausbildung oder des Studiums geführt werden und nicht erst danach. Vielleicht müssten wir uns dann zukünftig mit weniger ermüdenden Diskussionen beschäftigen, wie die der orientierungslos verlorenen »Generation Y«, zu der ich wohl zählen mag.⁹

Ich habe im Zuge meiner Recherche an einer Konferenz zum *Sinn des Lebens* am *Deutsch-Amerikanischen Institut* in Heidelberg teilgenommen. Der Großteil der Teilnehmer war nicht mehr jung, etwa zwischen 45 und 70 Jahren, darunter vielleicht drei bis vier Mittdreissiger – ich war mit Abstand die Jüngste. Ich habe mich gefragt: Ist es nicht eine bittere Farce, dass wir uns die Fragen eines guten Lebens erst dann stellen, wenn wir uns quasi schon auf dem absteigenden Ast befinden? Wenn wir, von Beziehungen und Krankheiten gezeichnet, gerade noch ein Happy End erzwingen wollen? Ich habe in die Muße-sehnsüchtigen, hoffnungssuchenden Gesichter dieser Leute gesehen und dachte: Jetzt noch einmal alles auf den Kopf stellen, mehr Zeit für Freunde, (Enkel-)Kinder und Familie? Mehr Sport, mehr Fitness, ein bisschen Wellness, Bildungsreisen, soziales Engagement, ein anderer, ein besserer Menschen werden? Im Leben nicht.

Natürlich ist das überzeichnet und wird den Menschen und ihren Einzelschicksalen nicht gerecht. Ich finde es einfach nur unsagbar schade, dass diese Auseinandersetzung, dieses Suchen, erst so spät passiert. Ich möchte schlichtweg aufzeigen, dass es für das allgemeine Verständnis von Leben womöglich eine ziemliche gute Sache wäre, wenn wir begreifen würden: Hier und Jetzt ist der Moment, der eigentliche Tag X, um sich gut zu fühlen und deswegen fängt man am besten gleich damit an.

Muße sichtbar machen.

muoza.tumblr.com

Ich habe in meiner Diplomzeit viele müßige Tätigkeiten ausprobiert. Ich habe gelesen, mich auf kleine Reisen begeben, wollte in einer buddhistischen Zen-Gruppe das Meditieren erlernen (*noch nicht aufgegeben*), war zwei Mal im Yoga (*unmögliche Uhrzeit*), habe gezeichnet, gefilmt, mich spannend unterhalten, aufgeschrieben, Vorlesungen und Vorträge besucht u.v.m.

Gleich zu Beginn des Projekts kam mir der Gedanke, einen Blog anzulegen, der meine Eindrücke und Gedanken auf bestmögliche Art und Weise dokumentiert

und den Prozess meiner Auseinandersetzung auch im Nachgang chronologisch visuell und auditiv erfahrbar werden lässt. Die Beiträge setzen sich aus Bildmaterialien, wie Fotos, Videos und Gifs sowie aus Text- und Tonmaterial, wie etwa Magazin-Artikeln, Podcasts und Musik, zusammen. Ich habe Fremd- und Eigenproduziertes nebeneinander bzw. untereinander gestellt, um sie so in Beziehung zu setzen.

Die Startseite von muoza.tumblr.com, ermöglicht das Aufrufen von Beiträgen, durch Eingabe spezifischer Begriffe, so genannter *Hashtags*, wie zB. »Achtsamkeit«, die unterhalb jeden Posts vermerkt wurden und bei Eingabe in das Suchfeld herausgefiltert werden können. Die Hashtags habe ich innerhalb des Buchs, der analogen Dokumentation meines Diploms, konzeptuell eingebunden. Beim Klicken auf den Archive-Button in der Seitenleiste, gelangt man zur Archiv-Übersicht, auf der man alle Beiträge gesammelt vorfindet. Diese kann man wiederum gezielt in Kategorien wie *Text, Foto, Zitat, Link, Chat, Audio, Video, Fragen ordnen*.¹⁰

Muoza ist ein Muße-Sammelsurium, das als Inspirations-Fundus dienen kann. Der Blog bietet die Möglichkeit des Austauschs und der Teilhabe am Projekt sowie der Weitergabe von Gedanken, Bildern und Tönen durch die Funktion des Teilens, auf tumblr oder anderen Plattformen sowie des Versendens des Links via E-Mail. Die dargestellten Inhalte sind überall und allgemein kostenfrei zugänglich.

Aus der Neugier wie Muße individuell aussehen kann, ist die Idee einer Umfrage entstanden. Ich habe etwa 100 Leute gefragt, wie sie Muße beschreiben, was sie als müßige Tätigkeiten bezeichnen würden. Dadurch ist eine Sammlung von Worten und kleinen Visual Statements entstanden, die unterschiedliche Definitionen und Entwürfe von Muße vorstellen.

¹¹ Der einleitende Abschnitt dieses Berichts ist ein Auszug dieser Sammlung.

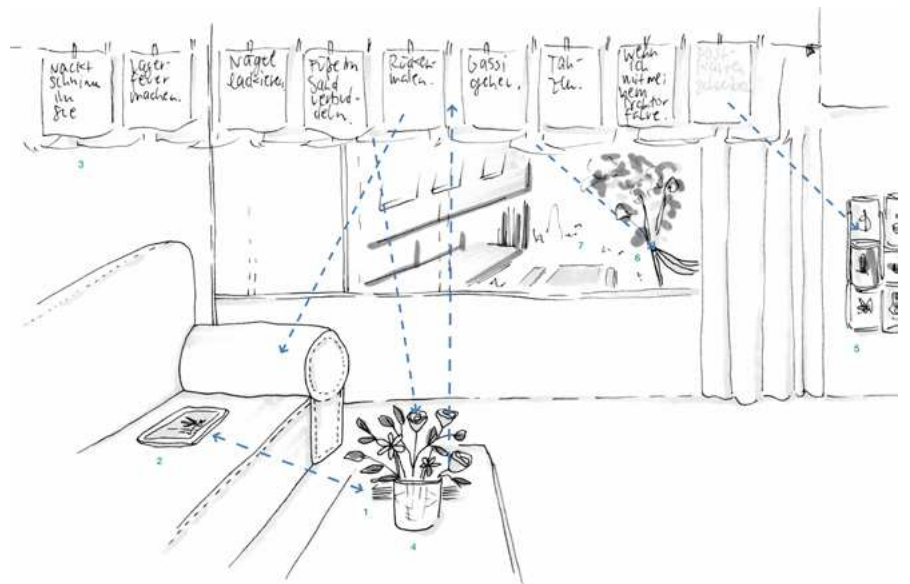
Neben Buch und Blog bespielte ich den Fachbereich Gestaltung der *Hochschule Darmstadt* innerhalb der Diplom-Ausstellung im Juli 2016 mit diversen Muße-Orten. So gab es zum Einen die Möglichkeit unter einem raschelnden Blätterwald⁴, der Sammlung von etwa 300 müßigen Tätigkeiten zu wandeln oder sich darunter niederzulassen und zu verweilen. Zum Anderen eröffnete ich jedem Besucher die Möglichkeit vier der genannten Tätigkeiten innerhalb der Ausstellung und im Hochschulgarten selbst wahrzunehmen. Diese Tätigkeiten waren: *An Blumen riechen, Postkarten schreiben, In der Hängematte liegen⁶ und Seifenblasen machen.*⁷ Die angehängten Fotos zeigen Auszüge des Buchs, sie verweisen auf kleine Videos müßiger Beobachtungen, sie zeigen Bilder, Fundstücke der Muße, die mir als Inspiration dienten, Zeichnungen, Linolschnitte, Postkarten sowie die Inszenierung innerhalb der Ausstellung.^{1,2,3} Ich für mich habe festgestellt, dass meine Vorstellung von Muße stark geprägt ist von schönen Kindheitserinnerungen, dem Zusammensein mit Freunden und Familie, Urlaubsmomenten, Bildern und Gerüchen aus der Natur. Das Beobachten und das Dokumentieren meiner unmittelbaren Umgebung durch Zeichnungen und Filmaufnahmen, die spontan und unverhofft entstehen, gehören zu meinen liebsten Muße-Tätigkeiten. Ob im Café¹², auf einer Parkbank, im Zug, einer

Wiese oder sonst wo. Es sind Kleinigkeiten, wie z.B. die zufällige Begegnung mit einer Raupe beim Spaziergehen¹³, die für mich zu ungeahnt Erstaunlichem erwachsen. Diese immer wieder überraschende, bestenfalls niemals endende Suche, bereitet mir schlichtweg Freude und das ist es, was Muße bestenfalls sein kann: Das Glück des Moments genießen.¹⁴

Herzlichen Dank möchte ich an den *SFB 1015: Muße. Konzepte, Räume, Figuren* richten. Im Besonderen an *Prof. Dr. Peter Philipp Riedl* und *Heidi Liedke* für das Zuhören, das Erklären und das aufrichtige Interesse an diesem Projekt.

—
Muoza. Auf der Suche nach der Muße
Konzept, Text und Gestaltung
2017 © Verena Schneider
muoza.tumblr.com
www.verenaschneider.com

Bildverzeichnis





2 Rauminstallation 01 07 2016
Ausstellung
Fachbereich Gestaltung, Hochschule Darmstadt
Foto © Felix Schöppner



3 Rauminstallation 02 07 2016
Ausstellung
Fachbereich Gestaltung, Hochschule Darmstadt
Foto © Felix Schöppner



4 Flugblätter 07 2016
Ausstellung
Fachbereich Gestaltung, Hochschule Darmstadt
Foto © Felix Schöppner



5 Dokumentation 07 2016
Ausstellung
Fachbereich Gestaltung, Hochschule Darmstadt
Foto © Felix Schöppner



6 In der Hängematte liegen 07 2016
Garten
Fachbereich Gestaltung, Hochschule Darmstadt
Foto © Ravena Hengst

7 Seifenblasen machen 07 2016
Garten
Fachbereich Gestaltung, Hochschule Darmstadt
Foto © Ravena Hengst



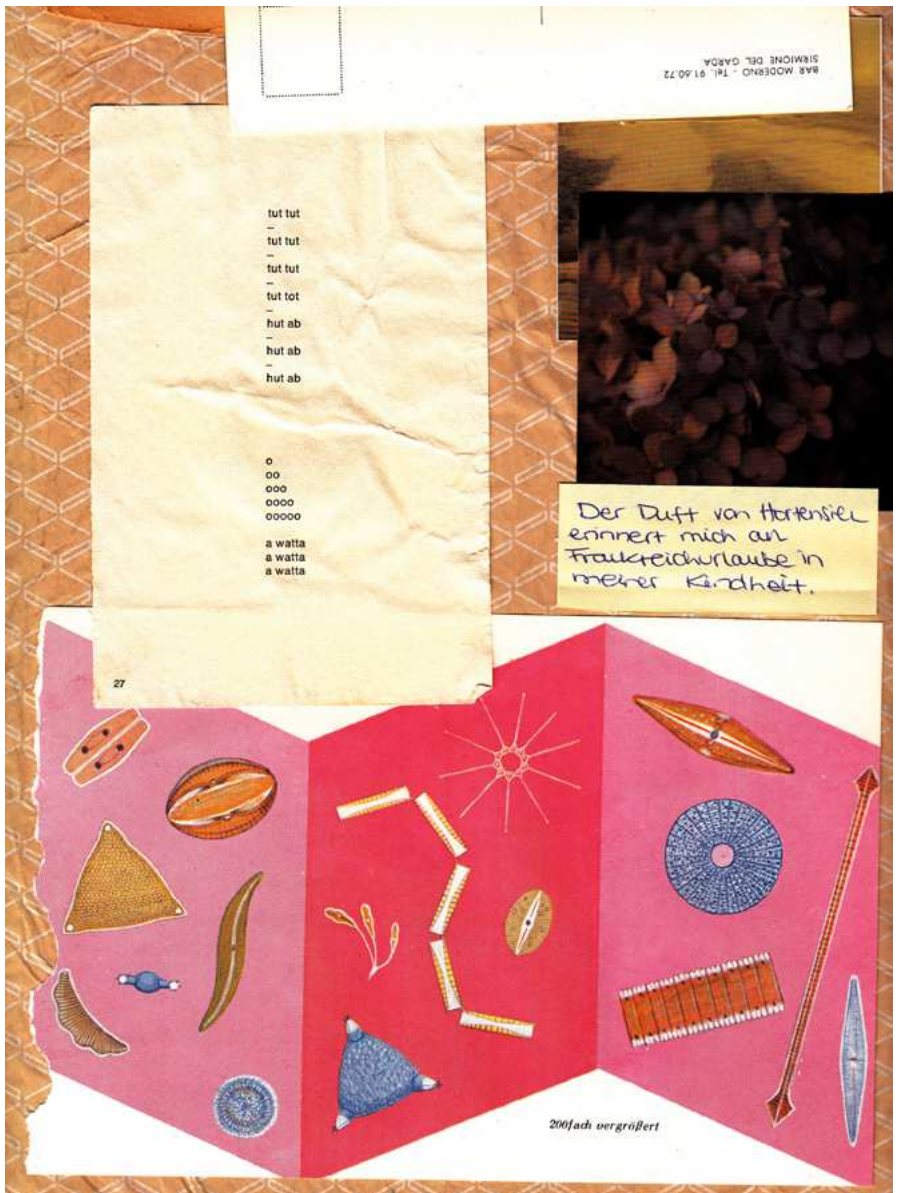
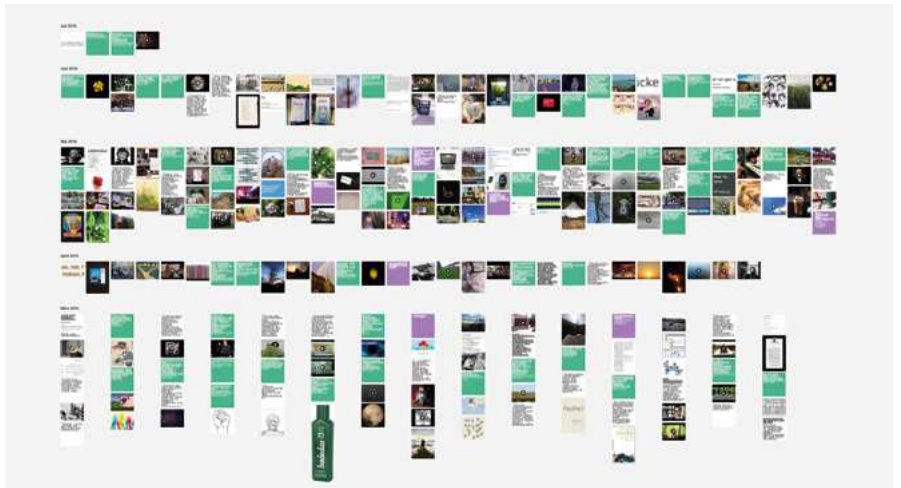
8 Beschleunigung 12 05 2016
Stop Motion Scan
Zuhause, Darmstadt
Link zum Bild
<http://muoza.tumblr.com/post/144256299685/stopmotionscans-beschleunigung-verena>



9 Fokus 06 2016
Lack- und Buntstifte



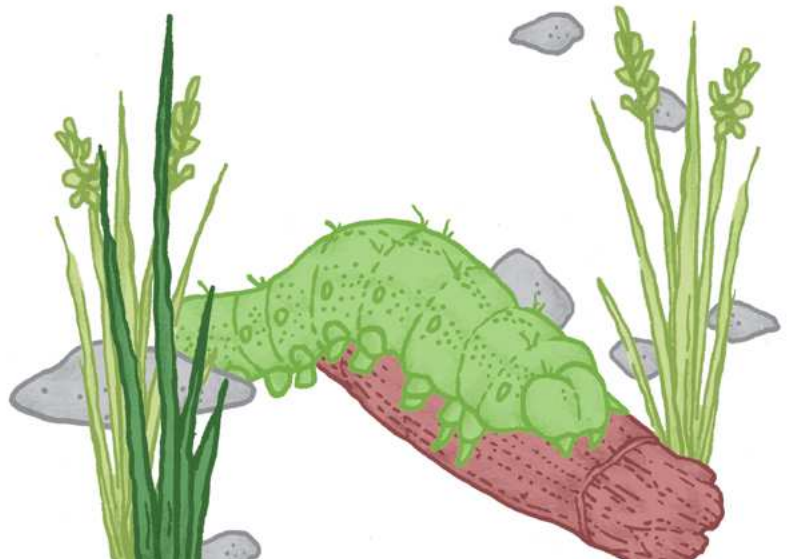
10 Blog 04 07 2016
 Archiv-Übersicht tumblr
 262 Beiträge
<http://muoza.tumblr.com/archive>



11 Muße ist: 05 2016
 Auszug Visual Statement zur Muße
 © Charlotte Lorenz



12 Gesprächen lauschen 04 11 2015
 Marker, Buntstift, Gelroller
 7,4 x 10,5cm
 Glockenbachviertel, München



13 Raupe 24 05 2016
 #Raupe
 Mini-Videos
 iphone 4
 Link zum Bild:
<https://vimeo.com/channels/muozza/174337961>
 Botanischer Garten, Darmstadt



14 Hotel Royal 04 2016
 Fundstück der Muße
 Flohmarkt Karolinenplatz, Darmstadt
 © SPIGA GENOVA

Empfohlene Zitierweise:

Verena Schneider: Muoza. Auf der Suche nach der Muße

In: Muße. Ein Magazin, 3. Jhg. 2017, Heft 1, S. 40-50.

DOI: 10.6094/musse-magazin/3.2017.40

URL: <http://mussemagazin.de/2017/09/muoza-auf-der-suche-nach-der-musse/>

Zum Zitieren nutzen Sie bitte die Seitenzahlen der PDF-Version.