

Historisch wurde Zeit als kontinuierlicher, zyklischer Fluss wahrgenommen. Wenn Zeit überhaupt gemessen wurde so nur in natürlichen Zusammenhängen wie Jahreszeiten, Tag und Nacht oder mit Sonnenuhren. Es gab kein Bedürfnis Zeit exakt zu messen. Mönche, die ihren Tagesablauf strukturieren wollten begannen Zeit zu messen. So entstanden die ersten mechanischen Uhren in Klöstern. Kirchenglocken schlugen die Stunde, nach denen die Menschen nun ihr Leben ausrichteten. Der Hochadel kaufte Uhren. Das Bedürfnis nach genauer Zeitplanung und Synchronisation entstand in den Gemeinden. Beispiele sind Marktbeginn, Stadttorschluss, die Sperrstunde mit dem Ausschankende, Versammlungen und Ratssitzungen. Die Erfindung der Taschenuhr von Peter Henlein war Auslöser einer mächtigen Entwicklung. Exakte Planung wurde beim Transport benötigt. Eisenbahnfahrpläne erforderten Landesweit gleiche Zeit. Arbeit in der Industrie wurde getaktet. Man spürt wie von den ruhigen Wechseln des Tageslaufes über den Stadttorschluss zu dem Räderwerk der Industrie auch der Stress anstieg. Heute trägt die Masse der Menschen eine manchmal sekundengenaue Armbanduhr. Wir messen Zeit mit Atomuhren. Der Mensch gerät zusehends unter Zeitdruck. Die Technologie der Zeitmessung veränderte das Denken der Menschheit dramatisch.

Auszug von der Internetseite von Dieter Past: www.dpast.de
hier Arbeitsblätter: <http://www.dpast.de/arbeitsblaetter.htm>

verfasst im Jahr 2005

Zeit - das Leben ist aus Zeit gemacht

Geld kann man gewinnen und verlieren. Zeit ist für immer verloren. Ob arm ob reich, Zeit ist für alle gleich. Aus der Vergangenheit lernen wir, in der Gegenwart und nur hier leben wir und in die Zukunft schauen wir, hier liegen unsere Ziele. Zeit kann man sparen und verschwenden. Alles zu seiner Zeit - vieles hat ein begrenztes Zeitfenster. Wir Menschen besitzen ein winziges "Zeitorgan" im Gehirn - unser Zeitgefühl ist getaktet - wir haben ein Zeitgefühl und einen Biorhythmus. Es ist nicht so, dass man Stress hat weil man keine Zeit hat, sondern so, dass man keine Zeit hat, weil man Stress hat. Eilig und wichtig ist etwas anderes. Der Tod liegt nicht in der Zukunft - was vorbei ist hat der Tod. Die Zeit verrinnt fortlaufend. Zeit kann man nicht managen, man kann aber seine Lebensweise besser organisieren, Lebensbereiche gewichten, einteilen und ausbalancieren.

[Meine Lebenszeit - Sie sind gemeint!](http://www.dpast.de/zeit_1.pdf) [Zeitdiebe und Zeitsparer](http://www.dpast.de/zeitdiebe.pdf)
http://www.dpast.de/zeit_1.pdf <http://www.dpast.de/zeitdiebe.pdf>

[Innere Uhr, Zeitempfinden, Zeitfluss](http://www.dpast.de/zeitempfinden.pdf)
<http://www.dpast.de/zeitempfinden.pdf>

Prof. Dr. Lothar Seiwert und eine Arme von Trainern und Beratern haben den Führungseliten der Industrieländer ihre Vorstellungen von Zeitmanagement, Firmensteuerung und Mitarbeitermotivation vermittelt. Und das wurde geglaubt und angewendet!

Der Mensch sucht einfache Lösungen. Dies haben die Herren geboten. Aber schon Immanuel Kant wusste, das eigene Denken ist durch nichts zu ersetzen.

Wer ein bisschen bewusst lebt und die Welt aufmerksam beobachtet wird merken, dass es keine einfachen Lösungen im Leben gibt.

Gerade wir leben in einem komplexen Zeitalter. <http://www.dpast.de/komplexitaet.pdf>
Mit den Fragen und Aufforderungen

- „Kochen die Großen auch nur mit Wasser?“
- glaube nichts prüfe: „stimmt das?“

führe ich zu einer Denkweise hin, die ein aktives, selbstbestimmtes Leben ermöglicht. Mit Hilfe von verschiedenen Techniken „aufschreiben“, „Checklisten“, „sehr viele Übungen“ zeige ich wie Ziele nicht nur gewünscht, sondern umgesetzt werden können. „wir handeln wenn andere nur“....(Zitat aus „Hauptstadt der Sieger“ dp) Leute wie Seiwert, der sich gern Zeitmanagementpapst bezeichnet und Scharen von Abschreibern und Nachahmern haben Lebensstile der modernen Arbeits- und Lebenswelt geprägt. Aber war das auch gut?

Zitat aus dem neuesten Buch von Prof. Dr. Lothar Seiwert: Herbst 2011
 „Ausgetickt - Lieber selbstbestimmt als fremdgesteuert“ Seite 82

...„An diesen Placebo- beziehungsweise Nocebo-Effekt muss ich derzeit häufig denken, wenn ich über mein ureigenes Expertenfeld nachdenke. Als der so genannte Zeitmanagement-Papst stehe ich fassungslos vor den Statistiken, die mir zeigen, wie explosionsartig die Zahl der Stresskrankheiten und Burnout-Diagnosen in den letzten Jahren in die Höhe schießt. Die statistischen Kurven steigen exponentiell an. Mittlerweile drohen ernste Produktivitätsverluste für die Wirtschaft, weil in den Industrieländern immer mehr Menschen ihre Leistungsfähigkeit verlieren oder komplett ausfallen, mit Schlafstörungen, Angstzuständen, Kopf- und Rückenschmerzen, Depressionen und diversen Ausprägungen von psychisch-seelischen Belastungs-Syndromen.

In Anfällen von

Eitelkeit frage ich mich dann: Ja, was haben meine Bemühungen denn genutzt? Fast 30 Jahre lang toure ich durch die Lande und erzähle hunderttausenden von Menschen, wie sie mit Stress, Komplexität und den steigenden Anforderungen besser zurechtkommen, Millionen Menschen lesen meine Bücher und sehen mich im Fernsehen, und ich versuche, Stresskompetenz zu vermitteln, wo es nur geht. Und das Ergebnis? Immer mehr Stresskranke! Immer weniger Menschen sind offenbar den Anforderungen des modernen Lebens, insbesondere der Arbeitswelt gewachsen, immer mehr Menschen „steigen aus“ dem Hamsterrad, wenn auch auf schreckliche, unfreiwillige Weise, nämlich mit dem Krankenschein in der Hand.“ Ende Zitat

Hauptstadt der Sieger

„Ziele finden, Probleme lösen, Wege gehen“

Leitet Sie an, Ihre Wahrnehmungen in die richtige Richtung zu lenken und sich mit den Dingen auseinanderzusetzen, die dann automatisch zu einem selbstbestimmten, ausgewogenen, glücklichen und problemarmen Leben führen. Es ist nicht nötig das Buch zu verstehen, Sie müssen sich und ihre Wahrnehmung nur leiten lassen!

Wer den Zusammenhängen auf den Grund gehen will kann im Internet auf meiner Seite „Arbeitsblätter“ nachlesen. Wertvorstellungen und Weltansichten ändern sich.

Gerne kann man mit mir Kontakt aufnehmen. dpast@t-online.de

Ich biete individuelle Beratungen, Vorträge und Workshops für Firmen, aber auch Privatpersonen an.

Epilog:

Über den Gewinn von Erkenntnissen und die Prüfung deren Gültigkeit.

Die Methode, die ich gebrauche um das Bild „meiner Welt“, mit dem tatsächlichen Bild der Welt in Übereinstimmung zu bringen beschreibe ich im Folgenden.

Wir nehmen die Welt wahr durch unsere 5 Sinne, sehen, hören, riechen, schmecken und tasten.

Wir erfahren aber auch Teile der Welt durch unsere Körperwahrnehmungen die Propriozeption. (Körperbewegung, Lage im Raum, Gelenkstellungen, Muskeltonus, Hormonstatus usw.)

Wir können die Welt begreifen. Das funktioniert am besten durch unsere Hände. Dazu ist die Ausübung von Handwerk, und bildender Kunst bestens geeignet.

Der Mensch hat seine Sinne erweitert. Durch Mikroskope und Fernrohre, Röntgenstrahlung und Spektroskope, Infra- und Ultraschallwandler und viele weitere. Wer sich dieser erweiterten Sinneswahrnehmung bedienen will, muss sie einfach nur gebrauchen. Kennen Sie die Welt durch den Blick des Mikroskops?

Erkenntnisse erschließen sich aber auch durch Berichte anderer Menschen. Dieses Wissen kann man sich berichten lassen, oder nachlesen. Die Qualität auf dem Weg zur Erleuchtung führt immer auch über die Anzahl und Qualität der Lehrer die ein Mensch hat.

Um die Gültigkeit der Aussagen anderer Menschen zu bewerten ist es hilfreich die Gesetze der Natur zu kennen. Diese finden sich in der Mathematik, in der Physik (Naturphilosophie) und der Philosophie.

Nun zu der Methode des Dieter Past:

Ich versuche das Bild von „der Welt“ aus möglichst vielen Perspektiven zu betrachten. Die einzelnen Blickrichtungen versuche ich in ihren Dimensionen zu vertiefen. siehe auch: <http://www.dpast.de/filter%20wahrnehmung.pdf>

Mein erklärtes Ziel, an dem ich seit Jahrzehnten arbeite, ist es ein Universalist zu werden. Die einzelnen Dimensionen vertiefe ich fortwährend.

Wenn man das lange genug betreibt geschieht etwas wunderbares:

Vor den Augen erscheint ein riesiges Puzzlebild „der Welt“. Es besteht aus Erkenntnisbausteinen. Je mehr es sich füllt, um so deutlicher wird, was richtig und was falsch ist. Welche Erkenntnisse und Bewertungen gültig sind und welche nicht. Jeder Puzzlestein der nicht ins Gesamtbild passt wird sofort offensichtlich.

In diesem Sinne

Ihr dp

