

# Wenn mittags erst der Tag beginnt

Dem Langschläfer-Verein „Delta T“ gehört auch Jürgen von der Lippe an

Es gibt eine Kategorie Mensch, deren Angehörige morgens extra eine halbe Stunde früher aufstehen, um beim Frühstück in Ruhe noch Zeitung lesen zu können, die morgens um sieben hellwach durch den Park joggen und die es herrlich finden, im Urlaub schon bei Sonnenaufgang in den Hotel-pool zu springen. Für die andere Sorte Mensch gibt es kein schlimmeres Geräusch als das Weckerklingeln, sie haben keine Zeit zum Frühstück und kommen erst dann richtig in Fahrt, wenn andere schon ans Schlafengehen denken.

Eindeutig zur zweiten Kategorie gehört Martin Rautenberg. Der Dortmunder Computerfachmann wurde schon als Kind von der ganzen Familie „Nachtuhl“ genannt, weil er abends nicht ins Bett zu kriegen war und morgens nicht herauskam. „Ich hatte immer Probleme mit meinem Tagesrhythmus, der einfach anders war als der meiner Umgebung. Mit Grauen denke ich ans frühe Aufstehen während meiner Schulzeit zurück.“ Nach seinem eigenen Rhythmus gemäß leben konnte Rautenberg erst während seines Informatikstudiums. Und da entdeckte er auch die Vorteile des Nachtlebens: „Während meiner Diplomarbeit war der Computerraum an der Uni tagsüber ständig belegt. Ab 19 Uhr hatte ich freie Bahn.“

Später dann, im Berufsleben, brauchte Rautenberg zwei Jahre, um seinen Chef davon zu überzeugen, daß es für alle Beteiligten Vorteile hat, wenn er erst gegen Mittag am Arbeitsplatz erscheint. „Daß die Kollegen neidisch auf mich ‚Langschläfer‘ werden könnten, war immer das Hauptargument dagegen. Aber welcher Kollege kriegt auch schon mit, daß ich manchmal bis 23 Uhr arbeite?“

Vor anderthalb Jahren hörte Martin Rautenberg von „Delta T“, dem „Verein für Zweitnormalität“. In ihm haben sich rund 100 Gleichgesinnte aus dem ganzen Bundesgebiet zusammengeschlossen, um gemeinsam gegen Vorurteile, starre Ladenöffnungszeiten und uneinsichtige Arbeitgeber vorzugehen. Jährliche Bundestreffen veranstalten die Nachtmenschen, sie geben eine Vereinszeitung heraus und haben sogar eine Homepage im Internet. „Zu unseren Mitgliedern zählen Professoren, Taxifahrer, Pfarrer, Schauspieler, Rechtsanwälte, viele Freiberufler. Selbstverständlich keine Bäcker und Zeitungsboten“, meint der Vereinsvorsitzende Günter Woog, selbst freiberuflicher Werbegraphiker. Prominentestes Mitglied ist Showmaster Jürgen von der Lippe.

„Delta T, das ist ein Begriff aus der Physik und bedeutet zeitversetzt“, erklärt Gründungsmitglied Woog den Vereinsnamen. „Wir empfinden uns nicht als anormal, sondern als anders normal. Als Menschen, deren chronobiologische Uhr einfach anders tickt.“ Daß diese Nachtaktiven gar nicht so seltene Exemplare sind, bestätigen Schlaf-forscher und Arbeitsmediziner, die Woog gerne zitiert: Schätzungsweise 10 bis 20 Prozent der Bevölkerung seien Spätmenschen, deren innere Uhr bis zu vier Stunden nachgehe.

Welch Glück, wenn man dann als Selbständiger seine Arbeitszeit selbst bestimmen kann. Pech, wer dann immer wieder die Schikane seiner anders gepolten Mitmenschen hinnehmen muß. Wie der langschläfrige Rechtsanwalt, der in aller Herrgottsfrühe vor Gericht erscheinen muß, weil der Richter – passionierter Frühaufsteher – sich eine Ausnahmegenehmigung für Gerichtstermine vor 8 Uhr morgens besorgt hat.

Sabine Hense  
Info: „Delta T“, Vorsitzender Günter Woog, Frankfurter Straße 4-6, 63303 Dreieich, Telefon (0 61 03) 6 11 32, Fax (0 61 03) 6 52 50 sowie im Internet unter <http://www.netstore.de/delta-t>.