Zeitfenster

Gedankensplitter zum Zeitgefühl

Es ist gute, akademische Tradition, dass man vor einem Gespräch erst einmal definiert was das Thema sein soll und wie der Gegenstand über den man zu sprechen gedenkt, eigentlich beschaffen ist. Ich will mich daran halten und fange an: Als Zeitfenster bezeichne ich die Zeit, die mir zwischen zwei Ereignissen zur Verfügung steht. Das größtmögliche individuelle Zeitfenster ist die Zeitspanne zwischen dem Ereignis der Geburt und dem des Todes. In dieser Zeit passiert alles, was uns den jeweiligen Umständen unseres Lebens entsprechend, widerfahren kann - dieses Zeitfenster ist unsere Biographie. Es ist kein Wunder, dass wir nicht nur über die Inhalte, sondern auch über das Wesen dieser Zeit viel nachdenken. Dies, so hoffen wir, könnte zum Wissen führen, das uns vielleicht helfen kann, ein bisschen besser mit der Zeit umzugehen bzw. sie zu gestalten. Wie oft habe ich nicht das Gefühl gehabt, dass ich die mir zur Verfügung stehende Zeit nicht richtig genutzt habe, das ich Zeit verplempert habe. Aus diesem Grunde nutzte ich meine ganz kleinen persönlichen Zeitfenster - das waren die vielen frei verfügbaren Zeiträume in meinem Leben – mehr oder weniger häufig zum Nachdenken oder leider auch für Aktivitäten, die genau dieses Nachdenken verhinderten.

Ich habe mir einen ganzen Sommer lang für das Studium des "Wesens der Zeit" genommen und hatte mir vorgestellt dann darüber zu schreiben. Aber aller Anfang ist schwer, insbesondere wenn es um die Dokumentation von reichlichen Gefühlen und sehr persönlichen Erfahrungen geht. Der matt-weiß flimmernde Bildschirm des Computers, auf dem sich einmal der im Geist schon vage konzipierte Text befinden soll, flößte mir immer wieder eine unbestimmte Angst ein. Es war die Angst vor der Enttäuschung, dass meine eigene Prosa nicht ausreichen würde die richtigen Worte zu finden, die meinen Gedanken adäguaten Ausdruck geben. Über die "Zeit" als Phänomen mit dem sich im Laufe seines Lebens vermutlich jeder Mensch einmal auseinandersetzt, zu schreiben hatte ich mir als Aufgabe gestellt und gedacht, dass dies eigentlich ein relativ leichtes Unterfangen wäre.

In einem Zeitfenster meines Lebens habe ich, mit jugendlicher Inbrunst, die Werke von Isaac Bashevis Singer gelesen. Wie kein anderer hat dieser Autor die Welt des Schtetl wieder zur Auferstehung gebracht und die ganze bunte Vielfalt jüdischen Lebens im alten Galizien beschrieben. In der Geschichte vom Baalschem Tow mit dem Titel "Die Gefilde des Himmels" hat Singer von dem Dualismus der Zeit gesprochen: einerseits rast sie dahin, andererseits aber schleicht sie auch – je nach Blickwinkel. Die Titelfigur der Geschichte, Israel ben Elieser, teilte die im jüdischen

Glauben verwurzelte Erkenntnis, dass die Zeit eine göttliche Wesenheit und deshalb dem Verstande nicht fassbar sei. Ihm erschien "das Vergehen der Zeit als das größte Rätsel". Seit ich sie das erste Mal in ihrer ganzen Dimension begriffen hatte hat mich diese Feststellung nicht mehr losgelassen und immer wieder zum Nachdenken über das mysteriöse Thema Zeit animiert. Über diese Gedanken will ich hier vornehmlich berichten.

In der Einsamkeit des andalusischen Sommers als ich über die Zeit nachdachte, war ich aufgrund der Fülle und Komplexität des Stoffes von meinen Gefühlen und Einsichten so überwältigt, dass es mir schien als sei ich zur Sprachlosigkeit verdammt, und ich wusste, dass ich in diesem Zustand nicht fähig zur Konkretisierung und Ausformulierung meiner Gedanken war. Jetzt ist es Herbst und die deutlich länger gewordenen Schatten erfüllen mich mit einer unbestimmten Sehnsucht nach sprachlichem Ausdruck meiner gedanklichen Sommererfahrungen. Wenn ich aber in mich gehe muss ich feststellen, dass mehr die Sehnsucht nach den langen und warmen Tagen im tiefen Süden der Motor meines Schreibens war. Ich wollte wieder das Prickeln der Sonnenstrahlen auf meiner Haut spüren und mitten im Erlebnis dieser Sommersinnlichkeit war das nachfolgende Gedicht von Rainer Maria Rilke unvermittelt vor mir und ich war, bevor ich einen richtigen Gedanken fassen konnte, mal wieder der Poesie des so verehrten Dichters erlegen. Also nähere ich

mich jetzt meinem Gegenstand auf dem Umweg über *Rilke*:

HERBSTTAG

Herr, es ist Zeit. Der Sommer war sehr groß. Leg deinen Schatten auf die Sonnenuhren, und auf den Fluren lass die Winde los.

Befiehl den letzten Früchten voll zu sein; gib ihnen noch zwei südlichere Tage, dränge sie zur Vollendung hin und jage die letzte Süße in den schweren Wein.

Wer jetzt kein Haus hat, baut sich keines mehr. Wer jetzt allein ist, wird es lange bleiben, wird wachen, lesen, lange Briefe schreiben und wird in den Alleen hin und her unruhig wandern, wenn die letzten Blätter treiben.

Ich hatte diese Zeilen in einem, gratis verteilten, kirchlichen Wochenblatt gelesen in dem ein mir unbekannter Autor nachfragte ob Rilke nicht zu anmaßend war, wenn er in seinem Gedicht Gott Anweisungen gab, was dieser zu tun hatte. Diese Frage interessierte mich überhaupt nicht, denn ich weiß ja, dass Gott meine eigene Schöpfung ist und ich ihm folglich durchaus sagen kann was er zu tun hat. Das Mitreißende an diesen Zeilen war mein Gespür, dass in Rilkes Worten etwas schwang, was mir den großen vergangenen Sommer wieder lebendig werden ließ. Er ist nun zu Ende und wer sich in den vergangenen Monaten in der Welt nicht eingerichtet hat,

wird es jetzt im Herbst auch nicht mehr schaffen. Wieder einmal entsteht in meiner Vorstellung die Analogie zwischen dem Herbst im Jahresverlauf und dem Alter als Herbst des Lebens. Aufs Neue steht die Zeit im Mittelpunkt meiner Überlegungen. Du wirst wachen, lesen und schreiben über das, was du erlebt oder versäumt hast im Leben. Du bist der Getriebene, der unruhig durch die Alleen deiner Gedanken zieht in denen die Fetzen deiner Erinnerungen wie die letzten vom Baum gefallenen Blätter treiben. Die Aufforderung an Gott seinen Schatten auf die Sonnenuhren zu legen entspricht Deinem Wunsch den quantitativen, messbaren Ablauf der Zeit zu vergessen. Nicht zu sehen wie sie vergeht, sie vielleicht für sich selbst anzuhalten, denn jetzt kommen die Tage an denen du wieder Zeit haben solltest, Zeit nachzudenken, Zeit zu verschwenden, Zeit zu leben. Das Gedicht erinnerte mich intensiv an das wunderbare Gefühl des vergangenen Sommers Zeit zu haben und genau darüber nachdenken zu können. Ich habe keinen Augenblick an das Ende dieser Jahreszeit gedacht, sie schien ein end- und zeitloser Zustand zu sein.

Auch die wunderschönen Zeilen von *Salvatore Ouasimodo*

"Ognuno sta solo sul cuor della terra trafitto da un raggio di sole: ed è subito sera" (Jeder steht allein auf dem Herzen der Erde, durchdrungen von einem Strahl Sonne, und plötzlich ist es Abend.)

hatten mich schon in meiner Jugend begeistert; sind sie doch ein poetischer Hinweis auf das nahende Ende, welches ich auch häufig vor Augen habe wenn ich von der wärmenden Sonne des Südens umgeben bin. Als junger Mann von gerade 20 Jahren, in der Zeit als *Quasimodo* den Literatur-Nobelpreis bekam (1959), habe ich dieses Gedicht heiß und innig geliebt und in der Originalsprache auswendig gekonnt; für mich war es unendlich wehmütig und hoffnungsvoll zugleich und es klang so schön auf Italienisch. Seinen tieferen Sinn habe ich damals in seiner ganzen Perspektive vermutlich nicht wirklich verstanden, aber so geht es einem ja mit der Musik häufig, und diese Zeilen waren in meinen Ohren reinste Musik!

Ich möchte noch hinzufügen, dass sich meine Sehnsucht nach dem Sommer gelegentlich in andere Teile der Welt verlagert, nämlich dorthin wo die klimatischen Verhältnisse genau umgekehrt wie bei uns sind. Wenn hier im grauen Frankfurt der Winter naht, beginnt dort der Frühling. Aus diesem Grunde bekomme ich später dann, vielleicht beim ersten Schnee, herrliche Sommerfrüchte von der südlichen Halbkugel, die die Hoffnung auf Sonne und Wärme wieder lebendig werden lassen. Aus Madagaskar erreichen unsere Geschäfte dann die wunderbaren Litschis, jene

kirschgroßen, eiförmigen, braunen Früchte, deren trockene Schale gerippt wie die Haut eines Krokodils erscheint. Darunter verbirgt sich eine saftige Frucht von betörendem Geschmack: so stelle ich mir den Jasmin-Kuss eines Engels vor! Bei ihrem Genuss erscheinen wie von selbst die filigranen chinesischen Tuschezeichnungen von Blüten- oder Bambusbüschen und die ganze Zartheit der Landschaft am chinesischen Westsee bei der Stadt Hangzhou, die ich einmal besucht habe, beginnt sich wieder vor mir auszubreiten und ich sehe die Lotusblüten auf dem Wasser. Was für grandiose Vorstellungen und Bilder können die Geschmacksnerven doch induzieren! Nach dieser kurzen Huldigung des Sommers in dem der Ursprung dieser Zeilen zu finden ist, möchte ich endlich zur Sache kommen.

Das Phänomen der Zeit

Die Zeit spielt in unserem Leben eine so zentrale Rolle, dass man eigentlich annehmen könnte sie sei gut erforscht und berge keine Mysterien mehr. Bei genauerem Hinsehen fällt aber auf, dass wir nicht besonders viel über den Inhalt des Zeitbegriffs wissen und auch die Forschung hat, trotz *Einstein* und *Hawkins*, noch kein allgemein verständliches Konzept der Zeit vorgelegt, mit dem wir in unserem täglichen Leben etwas anfangen können. Zwar ist es faszinierend über die neuesten

Ergebnisse der Zeitphysikforscher zu lesen, aber die Tatsache, dass wir, wenn wir uns mit annähernder Lichtgeschwindigkeit bewegen, die Zeit einholen können, bleibt den meisten von uns eher unverständlich. Es ist doch noch immer so, wie *Singer* einst schrieb, dass das Vergehen der Zeit ein ganz großes Rätsel bleibt.

Zurück zu den konkreten Zeiterfahrungen meines Sommers in der andalusischen Einsamkeit. Als ich Freunden und Bekannten davon erzählte stellten sie mir immer wieder die Frage was ich denn, um Gottes Willen, in dieser langen, einsamen Zeit alles gemacht hätte. Als ich nur mit einem lapidaren "nichts" antworten konnte habe ich ungläubiges Staunen ausgelöst und weitere Nachfragen induziert. Man könne doch nicht "nichts" machen, man müsse doch wenigstens denken. Als ich auch dem widersprach, denn ich hatte ja auch solche Phasen erlebt, verstand mich keiner mehr. Gleichsam als Entschuldigung habe ich dann noch hinzugefügt, dass ich einfach nur gelebt hätte. "Aha, Du warst schlichtweg faul" war die erlösende Erkenntnis. Mehr fiel dazu niemandem ein und das Thema war dann meist rasch abgeschlossen. Dies war ein weiterer Anstoß für mich in Richtung der vermeintlichen Verquickung von Zeit mit Aktivität zu denken.

Später habe ich dann zu diesem Komplex einen Aphorismus von *Oscar Wilde* gefunden, der mich sehr angesprochen hat: "Gar nichts

machen – das klingt nach verdammt harter Arbeit. Ich habe nichts gegen harte Arbeit, solange sie nicht irgendeinem erkennbaren Zweck dient". Ich fand, dass dies ist nicht nur eine elegante Kampfansage an das utilitaristische Prinzip war, zu dem ich persönlich eine sehr ambivalente Beziehung habe, dieser Satz war auch eine direkte Huldigung des süßen Nichtstun, welches ja auch keinem vordergründig erkennbaren Zweck dient!

Vielleicht ist es aus philosophischer Sicht etwas sehr vereinfachend wenn man von der Semantik (Bedeutung) eines Begriffs auf seinen Inhalt schließen möchte. Ich habe es dennoch in meinem Kopf getan: das lateinische "utilitas" bedeutet "Nutzen" und das schlichte Postulat der Utilitaristen war, dass jede Handlung oder die ihr zu Grunde liegende Regel für möglichst viele andere Menschen einen Nutzen haben sollte. Dieses Gebot könnte, wenn man etwas gründlicher darüber nachdenkt, eigentlich ganz attraktiv sein. Beschreibt es doch eine Moral in der es offensichtlich keinen Gott oder andere transzendentalen Instanzen gibt oder geben braucht, denn ein ethischer Kodex nach dem sich die Menschheit zu richten hat, wird neben dem Nutzen-Gebot eigentlich nicht benötigt. Es ist der Mensch alleine, der mit der Pflicht zum Nutzen eine rational begründbare Ethik definiert. Selbst der Tod ist nützlich, schafft er doch Platz auf der Erde für die nachfolgenden Generationen. Ich habe sehr schnell

eingesehen, dass die gesellschaftspolitische Komplexität dieses Themas den Rahmen meiner selbstgestellten Aufgabe über die Zeit zu schreiben, bei Weitem übertrifft.

Ich habe mich schliesslich auch nicht wirklich tiefschürfend mit dem Thema Utilitarismus beschäftigt, finde aber letztlich auch die ständige "Kosten-Nutzen-Analyse" menschlicher Handlungen wenig befriedigend, zumal sie sich immer am sog. "Guten" orientieren muss. Das Gute ist das Ziel, aber die Empfindungen von Gut und Böse sind ausschließlich von der Einstellung des jeweiligen Individuums geprägt und stark von Emotionen wie Lust und Abscheu abhängig. Als lebenslanger Verfechter der Herrschaft des Lustprinzips könnte ich eigentlich gleich meinen eigenen Hedonismus ins Zentrum meiner Lebensphilosophie stellen und ihn immer freudig bedienen. Dabei bräuchte ich als einzigen, aber zwingenden Zusatz das hippokratische Gebot "primum nil nocere" (der ärztliche Grundsatz niemandem zu schaden). Niemandem zu schaden ist letztlich aber auch ein utilitaristisches Prinzip mit dem allen gedient ist: mir selbst und meinen Mitmenschen. So bin ich von der harten Arbeit des Nichtstuns zu einer denkbaren Lebenseinstellung gekommen und ich frage mich ob das oben Angedachte tatsächlich ein gangbarer Weg für eine Ethik ist, die ohne aufwendigen geistigen Überbau auskommt?

In dem eingangs so überschwänglich gelobten Sommer habe ich wirklich nichts von Belang getan, außer mir regelmäßig Essen zuzubereiten und dafür gelegentlich unten im etwa 12 Kilometer entfernten Dorf einzukaufen. Ich habe Wein und Bier getrunken und mir damit die Abende unter dem leuchtenden Sternenhimmel um die Ohren geschlagen. Manchmal habe ich auch gelesen: z. B. einen Roman "für Erwachsene" von der Harry Potter-Autorin J. K. Rowling, der von seiner geistigen Herausforderung absolut dem sonstigen "Nichts" entsprach. Aber ich habe bewusst gelebt und vorbehaltlos meinen Hedonismus ausgelebt. Dabei habe ich jeden Atemzug genossen, jedes Geräusch vernommen, das Licht und die Wärme empfunden und ein tiefes Glückgefühl gespürt denn ich konnte sagen "ich bin!", allerdings – wie alles um mich herum - nur als temporärer Gast auf dieser genial schönen Welt. Dies war eine großartige Erkenntnis! Das Bewusstsein der zeitlichen Begrenzung meines Lebens hat mich meine Umgebung besonders stark empfinden lassen, d. h. es hat meine Gefühle noch erheblich verstärkt. Die Einsamkeit macht demütig, denn man beginnt zu spüren, dass man nur ein eingeschränktes Gastrecht auf dieser Welt hat und mit diesem sehr verantwortungsvoll umgehen muss. Das gilt sowohl für das Individuum als auch für seine Pluralität, d.h. seine Gesellschaft.

Manchmal konnte ich in geradezu meditative Zustände geraten wenn ich mir mein

augenblickliches "Sein" vorstellte und bewusst werden ließ. Dann saß ich z.B. auf einem Stuhl, schaute in die Landschaft, hörte die Grillen und die Vögel und wusste bzw. fühlte es sehr stark, dass ich ein Teil des Ganzen war. Ich nahm jetzt sonst unbedeutend erscheinende Einzelheiten wahr: z. B. ein Schmetterling an der Wand, eine emsige Ameise auf dem Fußboden oder eine Eidechse auf dem Stein. Eine wohlige Wärme stieg in mir auf und ich war glücklich. Die Zeit war plötzlich weg, einfach nicht mehr vorhanden oder vielleicht sogar stehen geblieben, genau konnte ich das nicht sagen, es schien aber auch nichts auszumachen, dass ich es nicht mehr wusste. In mir spürte ich eine merkwürdige Erregung und das Gefühl hellwach zu sein und die Empfindung der Intensität des Moments war überwältigend. Eine völlig andere Qualität von Zeit hatte sich meiner bemächtigt. Nach einer unbestimmt langen Periode war ich wieder auf dem Stuhl und wusste, dass ich gerade sehr aktiv gewesen war. Es war ein wenig das Gefühl wie nach dem intensiven Schreiben eines Textes. Schön, dass ich es geschafft hatte, ich war ein wenig stolz auf mich und wusste, dass ich aus meinem Alltags-Ich aussteigen und die Zeit überwinden konnte! Ich habe es später immer wieder versucht mich in derartige Zustände zu versetzen, aber es gelang mir nicht regelmäßig. Wie das Umfeld beschaffen sein und welche Voraussetzungen erfüllt sein mussten, damit ich in diesen Glückszustand kam, entzieht sich bislang noch immer weitgehend meiner

Kenntnis. Beim nachträglichen Überdenken der Situation auf dem Stuhl habe ich festgestellt, dass ich eine ganz wesentliche Erfahrung gemacht habe: das Erleben meiner eigenen Körperzeit.

Der Begriff der Körperzeit ist nicht neu, denn mit ihm wurde schon sehr früh das fehlende Zeitorgan des Menschen erklärt. Im Grunde bedeutet die Körperzeit die Wahrnehmung von Körpervorgängen über die Zeit. Herzschlag und Atemfrequenz sind solche regelmäßig vorkommende Ereignisse, deren Rhythmus wir normalerweise kaum bemerken, die jedoch eine Art Metronom unseres Lebens sind. Wenn wir ihnen zuhören, d.h. uns auf unseren Körper konzentrieren, nehmen wir sie wahr. Zeitforscher haben offenbar Hinweise dafür, dass bereits der Säugling einen rudimentären Zeitbegriff kennt, der sich ausschließlich an der Körperzeit orientiert. Säuglinge und Kleinkinder haben eine deutlich höhere Herzschlagfrequenz als Erwachsene und im Alter nimmt die Herzleistung ja bekanntlich ab. Bei älteren Menschen äußert sich das in einer deutlich verminderten maximal erreichbaren Schlagfrequenz bei körperlicher Anstrengung. Ob der langsamere Herzschlag auch etwas zu tun hat mit der geringer werdenden Lebensgeschwindigkeit im Alter, weiß ich nicht, aber es klingt irgendwie plausibel. Auch unter die Rubrik Körperzeit fällt die Tatsache, dass Angst und Depression zu einer ausgeprägten Dehnung der Zeit führen können, d.h. depressive Menschen

überschätzen sehr häufig die Zeitdauer eines Ereignisses. Das mag im Rahmen von Altersdepressionen und -ängsten auch vielfach vorkommen und über die Entschleunigung der Körperzeit ebenfalls zur Verminderung der Lebensgeschwindigkeit führen. Auf dieses interessante Phänomen werde ich zu einem späteren Zeitpunkt nochmals zurückkommen.

Eine Einsicht was Zeit wirklich ist hat mir kürzlich das Wiederabspielen eines Films gebracht. Das Werk "Zur Sache Schätzchen" von May Spils aus dem Jahr 1968 war in meiner Jugend ein Kultfilm. Er charakterisierte, auf eine aus damaliger Sicht sehr charmante und lebendige Weise, den Zeitgeist der 68er Generation, zu der ich mich trotz meines damaligen Alters auch zählte. Eine gewisse Schnoddrigkeit in Sprache und Umgang, der Wunsch den ganzen Tag im Bett zu verbringen, eine ironisch-aggressive Kommunikation mit den Staatsorganen, wie der Polizei und die Andeutung sexueller Freizügigkeit, waren brisante Themen zu denen man seinerzeit als junger, aufgeklärter Mensch eine sehr klare und innerlich fest verankerte Einstellung hatte. Das Wiedersehen mit all dem nach knapp einem halben Jahrhundert war mehr als enttäuschend. Es klang alles fade, abgedroschen und sehr langweilig, nichts prickelte mehr, der Film schmeckte buchstäblich nach abgestandener Limonade.

Was war passiert? Nichts anderes als dass fünf Jahrzehnte vergangen waren! In dieser Zeit

haben sich die Themen gleichsam aufgelöst, denn heute sind die einstigen Wünsche und Forderungen schon längst erfüllt und Teil unseres kollektiven Bewusstseins geworden. Sie jetzt wieder auf der Leinwand zu sehen bringt keinen Hund mehr hinter dem Ofen hervor. Der Film hat mir das Vergehen der Zeit und die damit verbundenen gesellschaftlichen Veränderungen sehr deutlich gemacht. Ich habe alles, was in der Zeit seit damals passiert ist, entweder selbst erfahren oder als Zaungast miterlebt. Trotz meist passiven Verhaltens bin ich ein Teil der Geschichte geworden. Ich habe in dieser Zeit gelebt und bin darin gealtert. Diese Zeit ist nicht nur vorbei, ihre Inhalte sind in die Abstellkammer der Vergangenheit verfrachtet worden. Dort können sie weiter verstauben bis ein späterer Zeitgenosse sie wieder herausholt. Dann wird noch mehr Zeit vergangen sein.

Dieses Retro-Erlebnis induziert bei mir sofort die Frage nach der Wichtigkeit der Dinge in ihrem Verlauf von der Gegenwart in die Vergangenheit. Letztlich liegt hier wohl die Berechtigung der Geschichtswissenschaft und ich muss an ein Zitat von José Ortega y Gasset denken: "die Vergangenheit lieben heißt begrüßen, dass sie tatsächlich vergangen ist, dass die Dinge ihre Augen, Ohren und Hände verletzende raue Unmittelbarkeit verloren haben und sich zu jenem reineren und echteren Leben emporgeläutert haben, das ihnen in der Erinnerung beschieden ist". Bezogen auf den Film von May Spils muss ich

heute tatsächlich sagen, dass ich froh bin, dass diese Zeit vergangen ist. Zum reinen und echten Leben allerdings muss sie sich noch emporläutern, das ist offensichtlich noch nicht geschehen. So ist ein Film für mich zum optisch fassbaren Symbol des Fortschritts in der Zeit geworden.

Ein Bewusstsein für die eigene Vergangenheit zu erlangen ist, wie das Beispiel des obigen Films zeigt, nicht allzu schwer. Sich das Gleiche aber für die kollektive Vergangenheit unserer Gesellschaft zu erarbeiten ist meist deutlich schwieriger. Ich rede von der Geschichte und dem Geschichtsbewusstsein, wie es beispielsweise an unseren Universitäten beforscht und gelehrt wird. Historiker bemühen sich nicht nur die Abläufe des Lebens unserer Vorfahren in der Zeit aufzuzeigen, sondern auch ihre Zusammenhänge untereinander zu benennen. Ich liebe die Geschichtswissenschaft, denn ihre Ergebnisse machen mich demütig. In der historischen Perspektive kommt mir mein Leben klein und unbedeutend vor. Aus dem Gesichtswinkel der eigenen Person wird das Ego ja meist unbotmäßig überhöht. Bei der Geschichte scheint es mir intellektuell sehr bedeutend zu sein immer die sog. Wahrheit zu finden. Ich schreibe aber ganz bewusst die "sogenannte", denn gibt es überhaupt eine Wahrheit, die außerhalb der Subjektivität des jeweiligen Betrachters liegt? Über diese Frage im weitesten Sinne haben Generationen von Philosophen gebrütet. Bei der Ego-Geschichte

ist die Wahrheit wohl nicht immer zwingend erforderlich. Ereignisse, die nie stattgefunden haben prägen sich ins Gedächtnis ein und werden Teil der Biografie des Menschen. So komme ich zu der Erkenntnis, dass es im täglichen Leben eigentlich immer ausreicht zu wissen, dass es keine endgültige Wahrheit gibt, und, dass ich zu keinem Zeitpunkt den Anspruch erheben kann im Besitz der Wahrheit zu sein. Das ist gut so, denn die "Erkenntnis der Wahrheit" ist praktisch synonym für Glauben, und wissen durch Glauben liegt mir nicht. An diesem Punkt spielt meine Begeisterung für die wissenschaftsphilosophischen Gedanken Karl Poppers eine ganz wesentliche Rolle.

Vor langer Zeit habe ich, ebenfalls in der Abgeschiedenheit der Alpujarras, im Herbst einmal die "Geschwister Tanner" gelesen, ein merkwürdig lyrisches Buch von Robert Walser. Eigentlich passierte darin nichts, oder fast nichts. In langen Vorträgen erzählten die Protagonisten, allen voran Simon Tanner, von ihrem Leben, ihren Erfahrungen und ihren Gedanken. Die wunderschöne Sprache hat mich fasziniert und war dem empfindsam kontemplativen Inhalt angemessen. Jeder Satz las sich, als sei er ein geflügeltes Wort. Ein im wahrsten Sinne des Wortes bezauberndes Buch, das ich in der beschaulichen Einsamkeit des damaligen Altweibersommers wirklich genießen konnte. Eben jener vermutlich autobiographische Simon Tanner hat den Müßiggang gepflegt und auf eine irgendwie

sympathische Art demonstriert, dass es nicht darum gehen kann die Zeit nur sinnvoll auszufüllen, da diese ja durch die Sinnhaftigkeit des eigenen Daseins bereits ausreichend gefüllt ist. Es ging ihm vielmehr um das bewusste Erleben des "Da Seins" und das traf schon damals einen Nerv bei mir.

Das "Da Sein" war für mich eine völlig ausreichende Erklärung des Zweckes meines Lebens, oder wie ich es gerade genannte habe, der Sinnhaftigkeit meines Daseins. Etwas später wurde das alles von einem gleichaltrigen Freund, der als emeritierter Universitätsprofessor noch immer ein kaum zu bremsender Aktivist war, angezweifelt. Ich müsse das ja für mich selbst gedanklich so zurechtlegen, damit ich nicht verzweifle. Für ihn war die Beschäftigung mit Aufgaben, egal welcher Art, ein Lebensziel und die einzig adäquate Daseinsform intelligenter Menschen. Das Gerede vom "Sein" sei vielleicht gut zur Frustrationsbewältigung wenn man nichts zu tun hätte, aber wirkliche Befriedigung gäbe es nicht, denn "sein" sei keine Leistung und nur eine vollbrachte Leistung könne den Menschen glücklich machen und dies sei deshalb erstrebenswert. Ich habe natürlich genau das Gegenteil propagiert und dabei immer wieder auf meine sommerliche Erfahrung hingewiesen. Wir mussten schließlich feststellen, dass wir beide, aus Sicht des jeweils anderen, ganz arme Schlucker waren. Ich habe über die fehlende Akzeptanz des Freundes meiner Begeisterung für das

Nichtstun viel nachgedacht. Immer wieder habe ich mich gefragt ob es nicht tatsächlich eine Banalität sondergleichen ist festzustellen, dass man lebt. Millionen von Menschen könnten dies tatsächlich in jeder Sekunde ihres Lebens sagen, sie würden aber – im Normalfall keinerlei Erkenntnisgewinn davon haben. Warum sollte dies nicht auch für mich gelten? Am Ende meiner Gedankengänge bin ich dann meist doch zu der Überzeugung gekommen, dass mein akademischer Freund und seinesgleichen mit ihrem ständigem Tun und Machen nur eine, von ihnen im Unbewussten offensichtlich sehr stark empfundene innere Leere ausfüllen, die ihnen bei ihrer Bewusstwerdung große Angst und Unsicherheit verursachen würde. Dies zu vermeiden dient ihre Geschäftigkeit. Das offensichtliche Motto ihres Lebens ist "keine Zeit zu haben". Solche, häufig auch im Ruhestand lebende, Mitbürger kenne ich zu Hauf!

Bei Marc Wittmann ("Gefühlte Zeit", Verlag C.H. Beck, München, 2014, Seite 132) habe ich ein Zitat von Martin Heidegger gelesen, welches mich in den gerade geäußerten Ansichten außerordentlich bestärkt hat: "Am Ende ist dieses Keine-Zeit-haben eine größere Verlorenheit des Selbst als jenes sich Zeit lassende Zeitverschwenden. … Vielleicht liegt in diesem Zeithaben eine weit größere Ausgeglichenheit und damit Sicherheit des Daseins – ein Bei-sich-selbst, das zum mindesten ahnt, dass das Wesentliche im

Dasein durch keine Betriebsamkeit und Hetze erzwungen werden kann ... Das "keine Zeit haben", das so aussieht wie der strengste Ernst, ist vielleicht die größte Verlorenheit an die Banalitäten des Daseins". Heidegger war nie einer meiner Favoriten, weder von seiner Philosophie noch von seiner Persönlichkeit her, aber in den obigen Zeilen liegt eine tiefe Wahrheit: wenn man keine Zeit mehr hat verliert man sich selbst.

Das ist des Pudels Kern. Ohne sich Zeit für sich selbst zu nehmen verliert man sich tatsächlich an die Banalitäten des Daseins. Heidegger sagt sehr deutlich was er von jenem "Keine-Zeithaben" hält: es sieht nur so aus als wäre es ein ernst zu nehmender Zustand, in Wirklichkeit ist es eine Hülse unter der man das notwendige Bekenntnis zur eigenen körperlichen und geistigen Person verstecken kann. Es ist eines der großen gesellschaftlichen Missverständnisse zu glauben, Geschäftigkeit sei ein äußeres Zeichen höchster Anforderungen an die eigene Person und damit sei gleichzeitig die soziale Anerkennung verbunden. Es sieht oberflächlich so aus als wachse die Bedeutung eines Menschen mit den Anforderungen, die an ihn gestellt werden. Im Umkehrschluss bedeutet dies dann für viele, dass alleine schon die sichtbare Geschäftigkeit Bedeutung verleiht. Allseits erkennbarer Ausdruck dieses Zustandes ist selbstverständlich keine Zeit zu haben. Beides. Tun und Nichtstun, kann sich gelegentlich in einer einzigen Person manifestieren. "Kreativ

leben" möchte ich das gerne nennen, d.h. im wahrsten Sinne der Wörter "schöpferisch" sein und gleichzeitig "leben". Das schließt die vermeintlich "ernst zu nehmende Geschäftigkeit" im Sinne Heideggers aus!

Ich möchte nicht verschweigen, dass ich auch vielfach darüber nachgedacht habe, ob die Frage der Aktivität oder Passivität, insbesondere im Alter und bei Männern, nicht auch eine sexuelle Komponente in sich birgt. Erfolg ist sexy, also ist kann das Streben nach Erfolg eine Art menschlichen Balzverhaltens sein. Das Lebensgefühl und die soziale Präsenz einer Person hängt in einem sehr hohen Maße von der persönlichen Einschätzung ihrer sexuellen Potenz ab. Diese lässt im Alter natürlicherweise nach und ihr Fehlen bzw. ihr Nachlassen wird dann vom Betroffenen als eine Art von Gebrechen angesehen. Eine vermeintlich wichtige Aufgabe, vornehmlich für Männer, in der Gesellschaft – das sexuelle "Funktionieren" - kann von den vielen älteren Individuen nicht mehr in vollem Umfang geleistet werden und um dem sozialen Leidensdruck zu entfliehen gehen diese dann den Weg der Kompensation: sie möchten zeigen, dass in ihnen noch so etwas wie Potenz steckt und deshalb sind sie aktiv, betreiben Sport, stählen ihren Körper und begeistern sich für Erotik in Schrift und Bild. Dies ist eine Art Alterssublimierung des Problems. Prominente Beispiele derartiger Männer lassen sich mühelos in Hülle und Fülle finden. Da sie meist aktive Burschen sind und vor lauter

Beschäftigung kaum Zeit haben muss ich an dieser Stelle an einen deutschen Physiker des 17. Jahrhunderts, Georg Christoph Lichtenberg, erinnern, der es auf den Punkt gebracht hat: "Die Leute, die niemals Zeit haben, tun am wenigsten" (Sudelbücher K 125). Offenbar gab es dieses Phänomen vor 200 Jahren auch schon in gleichem Ausmaß wie heute.

In meiner Vorstellung können die Lebensstufen des Menschen, den Jahreszeiten entsprechend, in vier Stufen eingeteilt werden. Wenn ich dann von meinem eigenen, gegenwärtigen Leben rede beziehe ich mich an dieser Stelle immer auf den Herbst, der das hohe Alter darstellt und auch auf den Winter, wo wir dann vom Greisenalter des Lebens reden. Einen "Klimawandel" gibt es allerdings auch in diesen Jahreszeiten. In unserer Gesellschaft werden die Altersperioden Frühjahr und Sommer immer länger und die "kalten" Jahreszeiten entsprechend kürzer. An diese Tatsache muss sich notgedrungen der alternde Mensch auch anpassen, wenn er "dazuzugehören" und dem Ideal des modernen Alterns entsprechen möchte. Im Herbst, dem Alter, erfahren die meisten heute einen ausgedehnten "Altweibersommer" in ihrem Lebenszyklus. Das erklärt das gelegentlich widersinnige Verhalten älterer Menschen: Fitnessstudio, Tanzstunden, Fahrradtouren und andere körperliche Aktivitäten verlangen sie sich bis zur Erschöpfung ab. Dabei ist doch gerade der Herbst, eine der schönsten Jahres- bzw.

Lebenszeiten, die man mit ihrer Farbenpracht und dem verschwenderisch goldenen Licht in aller Ruhe entspannt genießen sollte. Auch in dieser Beziehung bin ich ein Hedonist und glaube, dass sich jeder, der es bis in den Lebensherbst geschafft hat, ein Recht auf stillen Genuss redlich verdient hat. Warum sich etwas vormachen, was man sich aus rein biologischen Gründen eigentlich kaum mehr leisten kann? Wir Menschen haben ja das große Glück, dass wir nichts von der Zeitspanne ahnen, die uns noch zu leben bleibt, also können wir auch im Alter unbeschwert und angstfrei in die Zukunft sehen, denn wir kennen sie nicht – so war es ja auch schon in unserer Jugend und wir haben gelernt mit dieser "Unsicherheit" zu leben. Dank der Einsicht von der Relativität der subjektiven Zeitempfindung spielt die objektive Dauer der Zukunft dabei sowieso nur eine ganz untergeordnete Rolle. Die Zeit scheint in Richtung Vergangenheit zu schrumpfen.

Meine Überlegungen haben mich dazu gebracht zu glauben, dass das Bewusstsein unserer Lebenszeit ganz wesentlich mitbestimmt wird von der statistischen Lebenserwartung, die wir ja auch selbst ganz intensiv empfinden. Erinnern wir uns an das historische Klischee vom Mittelalter, welches suggeriert, dass es damals Eine vergleichsweise kurze Lebenserwartung gab. Um das Jahr 1400 wurden Männer etwa 33 bis 50 Jahre alt und Frauen 25 bis 40 Jahre. Im Jahr 2015 betrug die durchschnittliche

Lebenserwartung für neugeborene Jungen 77 Jahre und 9 Monate. Die entsprechende Zahl für Mädchen war 82 Jahre und 10 Monate. Selbst wenn man berücksichtigt, dass diese Zahlen mit Fehlern behaftet sein können, sieht man schon die gewaltige Zunahme in der Lebenserwartung über die Jahrhunderte. Es muss einen großen Unterschied machen ob wir in einer Gesellschaft leben, deren "Alte" im Durchschnitt 40 Jahre alt sind, oder beinahe doppelt so alt, wie heute der Fall. Krankheiten hatten im Mittelalter etwas Erschreckendes, denn jeder Verlust der körperlichen Integrität musste zwangsläufig als lebensbedrohlich angesehen werden. Heute ist das ganz anders, der Mensch sieht sich als ein Wesen, in dem biologische Prozesse ablaufen, die man mit effektiven Maßnahmen regulieren und bei Fehlverhalten, d.h. bei Krankheit, wieder herstellen kann. Die Krankheit hat, dank einer naturwissenschaftlichen Betrachtungsweise des menschlichen Körpers und Geistes ihren Schrecken weitgehend verloren.

Kann man sich heute das Zeitempfinden eines mittelalterlichen Menschen wirklich einigermaßen vorstellen? Vermutlich sollte man sehr genau wissen in welcher Bevölkerungsschicht er lebte. Die armen Bauern und Handwerker hatten sicher nur ein einziges, alles überragendes Lebensziel, nämlich ihr eigenes Überleben und das ihrer Familie zu sichern. Der Klerus, die Bürger und die Aristokratie lebten unter ganz anderen Umständen und wurden vermutlich im Schnitt auch wesentlich älter. Wir wissen aus den

Legenden und Sagen des Mittelalters, dass der Tod allgegenwärtig war. Er wurde als Skelett in einer Kutte personifiziert, welches mit einer Sense den Lebensfaden der Menschen durchschritt. Das musste eine Vorstellung von der extremen Kürze der Zeit bewirken, denn jeden Moment konnte das Leben zu Ende sein. Öfter kam mir der Gedanke, dass diese Menschen vielleicht ein ebenso intensives und reiches Leben hatten wie wir heute, denn sie hatten eine entsprechend angepasste persönliche Zeitempfindung. Trotzdem war die Todesangst wohl ein Gemütszustand sehr vieler mittelalterlicher Menschen, und die Kirche nutzte diese in intensiver Weise für ihre Zwecke. Wer ein kurzes Leben vor sich hat ist natürlich sehr empfänglich für Versprechungen, die eine glanzvolle Fortsetzung des Lebens im Jenseits für erreichbar erachten - vorausgesetzt man hat den rechten Glauben – und ist bereit dafür auch zu kämpfen! Aber darüber später.

Bewegung

Es mag beim Leser der Eindruck entstanden sein ich sei eigentlich ein Feind der Aktivität und propagiere nur das passive Betrachten, die Kontemplation und den Müßiggang. Das ist falsch. Zwar bin ich ein Feind von jeglichem Aktivismus, d.h. von Tätigkeiten die um ihrer selbst willen ausgeführt werden, aber ich weiß natürlich, dass zum menschlichen Leben geistige und körperliche Aktivitäten gehören.

In uns allen lebt ein Entdeckergeist, der uns antreibt Neues zu beginnen und Neues zu denken. Die Neugier ist eine der stärksten Triebfedern unseres Handelns und das ist gut so! Die Nutzung des Bewegungsapparates ist ein weiterer Antrieb des Lebens über den wir sogar "leben" definieren. Wir haben körperliche Bewegung geradezu als hauptsächliches Erkennungsmerkmal jeglichen Lebens festgelegt. "Die bewegt sich noch!" rufen wir angesichts einer gerade erschlagenen Stechmücke entsetzt aus und schlagen nochmals mit der Klatsche drauf um sicher zu gehen, dass wir nicht weiterhin von ihrer vermeintlichen Aggressivität bedroht werden. Also schein Bewegung geradezu gleichbedeutend mit Leben zu sein.

Neugier und Bewegungsdrang sind selbstverständlich auch unser Antrieb die Welt zu erkunden. Diese Eigenschaften sind angeboren, d.h. sie gehören zur Biologie des Menschen, ihre Ausprägung ist jedoch Umwelteinflüssen ausgesetzt. Zunächst sind es die Eltern und deren Erziehung, die fördernd oder hemmend einwirken können. Man denke an die vielen übergewichtigen Kinder, die in der Turnhalle nicht mehr über einen Bock springen können. Später übernimmt die uns umgebende Gesellschaft die Rolle der Bewegungskontrolle. Wegen der Neugier ist Bewegung ein Grundbedürfnis des Menschen. Zu sehen was hinter der Kuppe verborgen liegt erfordert die Besteigung des Berges.

Wenn die Neugier nicht unterstützt wird und verkümmert, kann sie sich zu einem übertriebenen Sicherheitsbedürfnis umkehren oder, im schlimmsten Fall, zur Lethargie entarten. Auch Risikobereitschaft hat sehr viel mit Neugier zu tun. Wir sind es gewohnt ständig abzuwägen, ob eine geplante Handlung in einem vernünftigen Verhältnis zu dem damit verbundenen Risiko steht. Die Prozesse zur Erlangung neuer Erkenntnisse können fehlschlagen und zu ganz unerwarteten und ggf. auch unerwünschten Ergebnissen führen. Dieses Risiko muss man eingehen wenn man sich auf unbekanntes Terrain begibt. Hätte Christoph Kolumbus nicht den, nach damaligen Vorstellungen, Irrsinn begangen sich auf der Westroute nach Indien zu begeben, wäre Amerika sicher nicht 1492 entdeckt worden. Ich meine, das Bedürfnis sich zu bewegen ist gleich zu setzen mit Risikobereitschaft. Der berühmte, herunterfallende Dachziegel ist das ständige Risiko mit dem wir konfrontiert werden sobald wir unsere vier Wände verlassen und auf die Straße gehen.

Die Befriedigung der Neugier alleine durch risikoloses Zuschauen oder Lesen reicht uns nicht aus. Oft träume ich von fernen Ländern und Kulturen, von denen ich in irgend einem Medium gehört oder gelesen – und manchmal sogar eindrucksvolle Bilder gesehen - habe und dann wird mir klar: wir müssen die fremden Dinge selbst "erfahren" und in diesem Begriff steckt ganz eindeutig auch wieder Bewegung,

nämlich die Tätigkeit des Fahrens. Nur das Wissen durch eigene Erfahrung befriedigt uns wirklich, denn erst vor Ort haben wir das totale Erlebnis. Das erlernbare, bzw. das bereits erlernte Wissen, die Bildung, vermittelt längst nicht das gleiche Glücksgefühl wie das erlebte Wissen, obwohl uns – zugegebenermaßen - gerade die Bildung häufig hilft den Dschungel unserer Sinneseindrücke zu ordnen. Es erübrigt sich, über den Zusammenhang von Bewegung und Zeit zu sprechen. Zeit Ist Bewegung, sie läuft ab.

Ein ganz besonderer Ausdruck der Bewegung ist tatsächlich das Laufen. Es bedeutet im ursprünglichen Sinn eine Strecke zu Fuß zurückzulegen, d.h. es ist eine individuelle Tat, die man ausschließlich und nur mit seinen eigenen Füßen erledigen kann. Lediglich das Wasser, jene mystische Allegorie des Lebens, kann auch ohne Füße laufen. Das Substantiv dazu ist der Lauf und wir reden doch tatsächlich vom "Lebenslauf". Damit ist der Zeitraum eines Lebens vom Anfang bis zur Gegenwart mit all seinen Ereignissen, die darin passiert sind, gemeint. Wie beim Flusslauf kann mit dem Lebenslauf aber auch die Topographie des Lebens gemeint sein. Der Fluss schlängelt sich durch Gebirge und Täler, vorbei an Landschaften und Menschen. Wie selbstverständlich steht wieder die Bewegung in ganz engem Zusammenhang mit der Zeit. Die indonesische Künstlerin Fiona Tan hat unter dem Titel "Geographie der Zeit" in ihren Videoinstallationen das Altern immer wieder mit fließendem Wasser dargestellt. Wie der

Fluss oder die Wellen des Meeres läuft die Zeit ab, d.h. sie vergeht. Wer kennt nicht Wilhelm Buschs geflügelte Zeilen aus dem Julchen (1877) "Einszweidrei, im Sauseschritt läuft die Zeit; wir laufen mit" (und werden dabei immer älter, möchte man ergänzen)? Manchmal vergeht die Zeit so schnell, dass wir die nächst schnellere Stufe des Laufens benötigen, wir rennen dann der Zeit hinterher, wenn diese rast.

Zeit und Bewegung scheinen mir in unserem Bewusstsein eine so elementare Verknüpfung eingegangen zu sein, dass wir sie nicht mehr trennen können. Die Uhr, das objektive Messgerät der Zeit, tut seine Aufgabe durch die Bewegung seiner Zeiger! In der Realität des Lebens verknüpfen wir Menschen im Sport Bewegung und Zeit zu einer ganz irrsinnigen Beschäftigung: wir rennen um die Wette und messen dabei Bruchteile von Sekunden. Was für einen Sinn soll das denn, bitte schön, haben? Es gibt im Leben keine Situation, in der es auf 12 hundertstel Sekunden ankommt. Später werde ich im Zusammenhang mit der "Lebensgeschwindigkeit" noch einmal auf das Laufen und sein Tempo zurückkommen.

An dieser Stelle der Überlegungen zur Bewegung möchte ich aber gerne auf eines meiner Lieblingstiere zu sprechen kommen. In einer ihrer vielen biologischen Varianten auch "Weinbergschnecke" genannt, schmeckt sie, entsprechend zubereitet, nicht nur sehr gut sondern die Schnecke ist auch ganz allgemein das Symbol für eine besondere Spielart des

Tempos, nämlich der Langsamkeit. Sie erinnert uns daran, dass alles seine Zeit braucht und, dass man auch mit geringer Geschwindigkeit, also wenig Bewegung, durchaus vorwärts kommen und ein Ziel erreichen kann und gleichzeitig noch ausreichend Zeit hat seine Umgebung intensiv wahrzunehmen. Bezeichnenderweise spricht man ja vom "Schneckentempo". Die Schnecke trägt bekanntlich ihr Haus auf dem Rücken und wenn ihre feinen, außerordentlich empfindsamen Fühler ihr ein Signal geben, verzieht sie sich von Zeit zu Zeit dorthin, wie wir Menschen uns gelegentlich in uns selbst verkriechen. Das Schneckenhaus mit seiner schönen Spiralform beschreibt geometrisch sehr genau die Zentrierung auf das Wesentliche. Die Spirale an sich kann ja auch als ein Symbol der Bewegung angesehen werden, denn sie dreht sich. Innen schnell und je weiter man nach außen gelangt desto langsamer wird die Geschwindigkeit. Im Mittelpunkt, in der zentralen Achse, herrscht allerdings Stillstand. Die Bewegung entlang der Spirale ist, anders als die kreisförmige, die immer wieder an den gleichen Punkten vorbeikommt, ein ständiges Vorankommen und wir ahnen bereits beim Lesen, dass hinter dieser Form ein mystisches Geheimnis stecken muss. Tatsächlich, in vielen Kulturen ist die Spirale ein Symbol der Seele, die ja auch sehr viel mit der Zeit zu tun hat.

Um sich in dem Gewirr von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zu orientieren haben

unsere Vorfahren die Einteilung der Zeit in Jahre erfunden, die wir benennen können und die in unserer Vorstellungswelt eine zeitliche Einheit bilden aus der sich unser Leben zusammensetzt. Innerhalb des Jahres gibt es für jeden Menschen, oder auch Gruppen von Menschen, fixe Festtage, die sich immer wiederholen und die uns zeitliche Orientierung geben, d.h. sie sind eine Art Haltestelle im Zeitverlauf, dazu gehören Weihnachten, Geburtstage, Jubiläen und andere Jahrestage. All diese Feste unterbrechen die Routine und machen uns auf die Besonderheit des jeweiligen Augenblicks aufmerksam. Sie erinnern uns an die eigene Zeit und an ihre Vergänglichkeit. Allerdings gilt, Gott sei Dank, für viele Menschen der alte Spruch "zum Feiern braucht man keinen Grund!" Das Leben gibt uns immer einen Grund innezuhalten und zu feiern. Wieder einmal hat Rainer Maria Rilke (1898) die passenden Verse dazu gefunden:

Du musst das Leben nicht verstehen, dann wird es werden wie ein Fest. Und lass dir jeden Tag geschehen so wie ein Kind im Weitergehen von jedem Wehen sich viele Blüten schenken lässt.

Sie aufzusammeln und zu sparen, das kommt dem Kind nicht in den Sinn. Es löst sie leise aus den Haaren, drin sie so gern gefangen waren, und hält den lieben jungen Jahren nach neuen seine Hände hin.

Das Leben verstehen. Wer tut das? Steckt dahinter die Frage nach dem Sinn des Lebens? Das Leben nicht verstehen, nicht nach dem Sinn fragen und den Tag einfach geschehen lassen, die vom Wind ins Haar gewehten Blüten nicht aufbewahren sondern sie entfernen und auf neue warten. Nicht besitzen wollen, sondern sich an dem Begehrten einfach nur erfreuen macht das Leben zu einem Fest. Sich auf die kommenden Jahre freuen heißt doch, sich auf die Zeit zu freuen, die Zeit, die einem bleibt – nicht nur in den lieben jungen Jahren!

An dieser von Rilkes Poesie bereicherten Stelle kommen mir gleich zwei weitere Zeilen in den Sinn auf die ich kürzlich zufällig gestoßen bin. Hervé Bazin (1911 – 1996), ein französischer Lyriker und Schriftsteller hat die folgende, Analogie von Zeit und Wasser aufgezeigt:

"Nicht der Fluss strömt, sondern das Wasser. Nicht die Jahre vergehen, sondern wir."

Die Worte Bazins enthalten eine kleine Philosophie der Bewegung. Wie das sich talwärts bewegende Wasser das starre Flussbett füllt, erfüllen die Taten der sich vorwärts bewegenden Menschen die Zeit, während sie dabei älter werden. Wir empfinden diesen Prozess auch als ein Fortschreiten, also Bewegung, der Zeit. Da die Zeit kein denkbares Ende hat, sind es nur die Menschen und ihr Bewusstsein, die das Maß der Zeit bestimmen. Bei Betrachtung der Zeit aus der erwähnten Sicht *Bazins* könnte man von der Relativität der Zeitumstände sprechen. Nicht die Zeit bewegt sich sondern ich selbst. Die Zeit ist statisch und ich werde älter. Ist das denkbar?

Der Leser möge mir verzeihen, wenn ich schon wieder zur Lyrik der großen Dichter greife um meine Sicht etwas deutlicher werden zu lassen. Zur erwähnten Allegorie des Wassers mit dem Leben möchte ich auf das wunderschöne Gedicht Goethes "Der Gesang der Geister über dem Wasser" hinweisen. Auch dieses enthält eine Philosophie der Bewegung, die die Seele mit dem Schicksal des Menschen verbindet.

Des Menschen Seele Gleicht dem Wasser: Vom Himmel kommt es, Zum Himmel steigt es, Und wieder nieder Zur Erde muss es. Ewig wechselnd.

Strömt von der hohen, Steilen Felsenwand Der reine Strahl, Dann stäubt er lieblich In Wolkenwellen Zum glatten Fels,

Und, leicht empfangen, Wallt er verschleiernd, Leis rauschend Zur Tiefe nieder.

Ragen Klippen
Dem Sturz entgegen,
Schäumt er unmutig
Stufenweise
Zum Abgrund.

Im flachen Bette Schleicht er das Wiesental hin, Und in dem glatten See Weiden ihr Antlitz Alle Gestirne.

Wind ist der Welle Lieblicher Buhler; Wind rauscht von Grund aus Schäumende Wogen.

Seele des Menschen Wie gleichst du dem Wasser! Schicksal des Menschen, Wie gleichst du dem Wind!

Durch die wunderbare Musik Schuberts werden für mich diese Zeilen zu einem ganz großen Kunstwerk. Auch die Musik lebt ja in einem hohen Maße von der Zeit. Die Zeit ist eine elementare Voraussetzung, dass die Aneinanderreihung von Tönen zu einem geordneten Klangereignis, mit einem akustischen Inhalt wird. Musik ist in der Zeit lebender Schall und Ton, bei denen, genauso wie in der gefühlten Zeit des Menschen, die

Bewegung eine bestimmende Rolle spielt. In der Musik wird die Zeit gleichberechtigt durch Melodie und Rhythmus geformt. In der Gestaltung der Hörereignisse und ihrer komplexen Beziehungen zueinander in der Zeit, liegt das Geheimnis der Musik. Wie im Leben des Menschen gehen auch in einem Musikstück Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft ein nicht zu entflechtendes Zeitengewirr ein, denn alle drei Zeitzustände bedingen sich gegenseitig und verleihen der jeweiligen Musik Ausdruck und Emotion. Dabei spielt das Tempo eine ganz entscheidende Rolle, es ist der Geschwindigkeitsgrad mit der sich die Musik bewegt bzw. die Zeit durchschreitet. Das Tempo ist die Seele der Musik. Vielleicht ist es tatsächlich die Zeit, auf die es letztlich in der Musik ankommt und in der die Wahrheit des großen Mysteriums der Musik verborgen liegt. Ist die Musik etwa die Kunst der Zeit oder gar Zeitkunst? Wie auch immer die Antwort auf diese Frage lauten mag, eines wird deutlich: mit dem Verständnis von Musik kommen wir auch dem Verständnis der Zeit ein Stück näher. Welches Musikstück bringt dies schöner und überzeugender zum Ausdruck als das wunderbare Adagio sostenuto in Beethovens Hammerklavier-Sonate?

Auch die Malerei kann Zeit darstellen und interpretieren. Ich möchte das am Beispiel von drei Caspar David Friedrich-Bildern darlegen. Selbstverständlich könnte man

unendlich viele andere Bilder dafür heranziehen. Auf seinem Gemälde "Die Lebensstufen" kommen drei Segelboote zurück an Land wo sie von fünf Menschen unterschiedlichen Alters erwartet werden. Was immer die Symbolik dieser Szene auch sein mag, das sofort Erfassbare ist die Spannung der Erwartung, wieviel Zeit wird vergehen, bis die Boote endlich da sind? Der Betrachter sieht die Zeit gleichsam vor sich. Ein anderes Bild, die "Ruine Eldena" zeigt die gewaltigen Überreste einer gotischen Kathedrale in einem mystisch-dunklen Wald in deren Schutz ein kleines, bewohntes Häuschen steht. Das aus Jahrhunderte zurückliegender Vergangenheit Neues entstehen kann und die Zeit wieder Leben gebiert ist, trotz aller Melancholie in diesem Bild, sehr tröstlich. Auch "Der Mönch am Meer", der auf dem hellem Sandstrand steht und aufs Meer hinaus schaut, über dem sich dunkle Wolken drohend der Küste nähern ist voll Spannung. Was passiert als nächstes und wieviel Zeit wird vergehen bis sich die Szene ändert? Hier ist die Zeit so wichtig wie in der Musik, denn sie erzeugt Dramatik und ein leichtes metaphysischen Schauern beim Betrachter.

Um in ein Bild eintauchen und es wirklich wahrnehmen zu können benötigt man Zeit, viel Zeit. Hier ist es wieder die Egozeit in die man plötzlich umschwenkt, wenn einen das Bild fasziniert. Ich persönlich bin ein großer Liebhaber von Landschaften: sie erzählen

viele Geschichten und sind immer – selbst wenn es nicht sichtbar ist – voll gefühltem Leben. So wie ich auf einer Bank am Waldesrand sitze und ins Tal schaue um mich an der Schönheit und am Leben der Natur zu ergötzen, kann ich auch vor einem Bild stehen und nur schauen. Ohne Zeit, viel Zeit, ist das nicht möglich.

Wie auf Gemälden die verlassenen Ruinen von Häusern und Burgen ein Symbol der Vergänglichkeit sind und als solche Hochkonjunktur bei den Malern der Romantik hatten, kann man sie noch heute in der Wirklichkeit sehen. Spanien hat, über alle Regionen verteilt, eine immense Vielfalt solcher alten, eingefallenen und verlassenen Häuser und Gehöfte. Niemand weiß wie alt sie wirklich sind, aber fast immer deuten Einzelheiten daraufhin, dass hier, vielleicht sogar bis vor kurzem, Menschen gewohnt haben. Ein im Schutt vergrabenes, verrostetes Bettgestell, ein gemauertes Regal dessen liebevoll ausgesuchter, hellblauer Farbton noch zart durch den Staub der Jahrzehnte oder vielleicht Jahrhunderte, schimmert und die zerbrochenen, wurmstichigen Reste hölzerner Möbel, lassen ahnen, dass sich an diesem Ort menschliche Schicksale abgespielt haben; was sie beinhalteten bleibt allerdings das Geheimnis dieser eingestürzten Mauern.

Was fleißige Bäuerinnen und Bauern einst für sich, ihre Kinder und Enkelkinder aufgebaut

haben, liegt nun in großer Zahl als Ruinen in der Landschaft, vergessen, unbeachtet und dem endgültigen Verfall preisgegeben. Nicht Bomben oder wütende Krieger haben das Haus zerstört, es waren einzig und alleine die Zeit und mit ihr die Sonne, der Wind und der Regen, die hier gewirkt haben. Im wahrsten Sinne des Wortes wird an diesen Orten die Zeit sicht- und fühlbar Diese Steine besitzen jene friedliche Ausstrahlung, die auf eine merkwürdige, aber wunderschön zarte, freundliche und melancholische Art an den Tod gemahnt. Von hier ist es nicht mehr weit zu den Bildern und Tönen der romantischen Künstler.

Sich im Geiste die Häuser wieder aufzubauen, sich vorzustellen, wie die Leute hier, meist in großer Zahl und auf kleinstem Raum, mit ihren Tieren zusammengehaust haben, setzt uns zurück in die Tage in denen man hier noch nichts von Computern, Flugzeugen und Fernsehen wusste. Warum haben sie denn alles so klein gebaut, wo doch die Landschaft so groß ist und unendlich viel Platz hat? Vielleicht waren sie einfach bescheidener als wir weil sie ihre Bestimmung kannten und akzeptiert hatten. Durch den Filter der Zeit erscheint es als müssten es glückliche Menschen gewesen sein, die sich für ihre Häuser und Gehöfte immer einen sehr schönen Platz ausgesucht hatten: auf Hügeln und Bergkuppen wie die einstigen Burgritter am Rhein oder in Kastilien. Genau wie diese haben sie ihre

bäuerlichen "Burgen und Schlösser", wenn sie nicht mehr gebraucht wurden, in der Landschaft stehen gelassen. Sie störten niemand und Bauland für die Domizile der Nachfahren war meist ausreichend vorhanden. Ganz nutzlos sind die alten Mauern allerdings auch heute noch nicht. Sie bieten Wanderern oder Maultierreisenden beim Aufkommen eines Unwetters Zuflucht und Schutz.

Die Stille der Einsamkeit

Die Landschaftsmalerei von Caspar David Friedrich bringt mich auf ein anderes Thema, welches im Zusammenhang mit der Zeit Erwähnung finden muss: die Stille. Kürzlich hörte ich ein Konzert im großen Luzerner Konzertsaal. Nach den bombastischen Tönen von Bruckners 6ter Symphonie hielt der Dirigent nach den letzten verklungenen Noten die Hände still in der Luft, als wollte er weiterdirigieren, aber der Stab rührte sich nicht und es war absolute Stille im Konzertsaal. Selten habe ich Ruhe so bewusst erlebt und genossen. Die Stille von weit über tausend Menschen im Raum war so beeindruckend, dass ich wie durch einen Donnerschlag aus meinen Wachträumen gerissen wurde als der Applaus losbrach. Die Zeit der kollektiven Stille war ein ganz intensives Erlebnis meines persönlichen Zeitempfindens. Ich kann unmöglich sagen

wie lange dieses stille Zeitfenster gedauert hat, vielleicht waren es nur Sekunden sagte mir die Vernunft, mein Gefühl wollte Stunden daraus machen. In der Stille konnte ich die Zeit förmlich "rinnen" hören. Es war wie in einer Mondnacht im Winter, nichts regte sich und das Bewusstsein, dass eigentlich immer irgendwo Laute um uns sind, die uns wach halten und die Neugier wecken, war sehr stark. Die Stille von Pausen verstärkt auch die Musik und verleiht ihr Spannung. Stille findet sich auch in ihrer schönsten Art in den Gemälden von Caspar David Friedrich. Was in der Stille wirklich passiert ist wohl besonders eindrucksvoll in einem Satz, der Kurt Tucholsky (1890 – 1935) zugeschrieben wird, zusammengefasst: "In der vollkommenen Stille hört man die ganze Welt". Das ist nicht nur ein Bonmot sondern enthält eine tiefe Wahrheit: die Töne der ganzen Welt stecken in einem selbst, man muss sie nur zum Klingen bringen! Dazu benötigt man Stille!

Nach diesem kurzen Exkurs zur Stille durch die Welt der Töne und Farben, in dem ich einen Zusammenhang mit der Zeit leider nur benennen, ihn in seiner Komplexität aber nicht wirklich behandeln konnte, stelle ich mir noch einmal die Frage: soll ich mich bei meinem eingangs beschriebenen sommerlichen Nichtstun etwa gelangweilt, d.h. Zeit vergeudet, haben? Das schöne Wort Langweile erklärt sich selbst: "Weile" ist ja als ein unbestimmter Zeitraum definiert und wenn

einem dieser besonders lang vorkommt, dann kann er zur Langweile ausarten. "Gut Ding muss Weile haben", besagt, dass nichts überstürzt werden sollte. "Eile mit Weile" haut in die gleiche Kerbe. Weile ist also ein Synonym für Zeit. Wenn sie zu lang wird, bringt man sie einfach um. "Die Zeit totschlagen" ist jedem geläufig, der schon einmal unsinnige Tätigkeiten durchgeführt hat nur um vor sich sagen zu können, dass er etwas gemacht und nicht nur "herumgesessen" hat. Der von meinem akademischen Freund gepredigte Aktivismus kann, bei zynischer Betrachtung, genau dazu dienen. Nie würde es mir in den Sinn kommen, die wertvolle Zeit, deren Besitz ich aus tiefem Herzen liebe, zu meucheln. Aber das Gefühl der Langweile ist manchmal auch dringend nötig, denn es macht uns die Zeit bewusst. Plötzlich werden wir zum Gefangenen der Zeit, mit der wir im Augenblick nicht umgehen können und dabei kommen wir uns selbst, d.h. unserem Körper und unserem Bewusstsein, ganz nah und spüren die Einsamkeit um uns herum. Man kann das Phänomen des körperlichen Ausdrucks der Langweile gelegentlich sehr eindrucksvoll bei kleinen Kindern beobachten. Wenn sie sich "mopsen" liegen sie häufig auf dem Boden und bewegen sich unkoordiniert während sie quengelnde Laute von sich geben. Im Erwachsenenalter wird eine Episode der Langweile gelegentlich von einer Periode der Kreativität abgelöst und es scheint als gäbe es einen wirklichen Zusammenhang zwischen beidem: das Nichtstun und Nichtsdenken wirkt

wie eine schöpferische Pause, in der sich kreative Energie aufbaut, die später zur Freisetzung gelangt. Langeweile als status nascendi für Großes in der Zukunft? Die Wissenschaftler sagen so und wenn sie recht behalten, sehen wir vermutlich einer massiven Kreativitätskrise entgegen, denn wer sich heute langweilt zückt sein Handy und spielt damit oder liest zum dritten Mal die Nachrichten, die er schon kennt. Sich nicht zu langweilen ist zum Zwang einer ganzen Gesellschaft geworden. Wo das tatsächlich hinführt wird die kommende Generation zeigen.

Der ansonsten eher unintellektuell wirkende Modeschöpfer Karl Lagerfeld hat einmal in einem Fernsehinterview gesagt: "Für mich ist Einsamkeit der Höhepunkt des Luxus. Ich brauche Zeit für mich selbst, sonst wäre ich nicht das, was ich bin." Er hat es offensichtlich gelernt mit sich und der Zeit alleine zu sein. Ich weiß nicht ob es für Karl Lagerfeld zutrifft, dass er ein Einzelkind ist, bei mir ist es so und ich möchte daher einen Bogen schlagen zu meiner eigenen Kindheit, in der ich, ohne Geschwister, natürlich sehr viel alleine war und gelernt habe in diesem Zustand zu leben und ihn sogar zu genießen. Schon damals hatte ich immer eine Beschäftigung: anfangs waren es Baukästen mit Holzklötzen, später habe ich Radios und anderes technisches Gerät gebaut, dann chemische Experimente gemacht und irgendwann habe ich sogar botanisiert und Pflanzen gesammelt und getrocknet. Großer

Dank ist meinen Eltern geschuldet, die mich in meinem Alleine-sein immer unterstützten und mir den Positivismus intuitiv beigebracht haben! Heute empfinde ich die Einsamkeit, wie der berühmte Modeschöpfer, tatsächlich als großen Luxus. Für viele Menschen ist sie dagegen ein Horrorzustand, denn sie können nicht alleine sein ohne sich verlassen zu fühlen. "Einsam" steht im Kontrast zu den Pluralformen Zweisam oder Gemeinsam. Einsam bedeutet auf sich selbst konzentriert zu sein, aber nicht in dem Sinne von "verlassen". Verlassen zu sein ist ein sehr schmerzhafter Zustand, den auch ein Freund der Einsamkeit nur außerordentlich schwer ertragen kann.

Zeit kann tatsächlich zur Bürde werden, nämlich dann, wenn sie nicht direkt zum Gebrauch bzw. zur Gestaltung zur Verfügung steht. Typisches Beispiel ist der Stau auf der Autobahn. Man möchte, oder muss vielleicht sogar, ein bestimmtes Ziel in einem festgelegten Zeitrahmen erreichen. Dann kommt die Baustelle, die für viele Kilometer den Verkehr für eine unkalkulierbare Zeit aufhält und man steht in seinem Blechkasten auf dem Asphalt ohne sich nennenswert zu bewegen. Da verkehrt sich die Zeit vom Luxus in ein fürchterliches Übel. Es gelingt nicht mehr ihr positive Seiten abzugewinnen und je größere Zeiträume bewegungslos vergehen desto aggressiver wird die eigene Stimmung. Man sucht Schuldige, obwohl man selbst mit Schuld daran trägt, denn wenn viele Autos – und das eigene ist ein Teil davon - durch ein

Nadelöhr müssen, dauert es einfach länger. Da helfen nur ein ordentliches Zeitpolster und eine gute Prise Humor. Humor hilft ja in allen Lebenslagen unangenehme Situationen erträglich zu machen, also auch beim Zwang Zeit vergeuden zu müssen. Den Unzulänglichkeiten des Menschen und der Welt mit heiterer Gelassenheit zu begegnen ist die landläufige Definition des Humors (z.B. im Duden) aber es muss uns klar sein, dass darin eine riesige Menge Subjektivität steckt. Aus der jeweils persönlichen Sicht muss nicht jeder humorlose Mensch keinen Humor haben, sondern vielleicht hat er oder sie nur einen anderen. Immerhin ist der Mensch, soweit ich weiß, das einzige Lebewesen auf unserem Planeten welches wirklich lachen kann und es wundert nicht, dass es Versuche gibt das Lachen und seine Zusammenhänge mit der Soziologie und der Medizin zu erforschen. Ein derartiger Wissenschaftler, ein sog. Gelotologe, nimmt sich und sein Arbeitsgebiet bezeichnenderweise sehr ernst. Kabarett und Komödie stellen gar eine Kunstform dar in deren Zentrum das Lachen steht. Auf der anderen Seite ist das maliziöse Lächeln der Mona Lisa der vielleicht genialste künstlerische Ausdruck des feinen Humors. Über was amüsiert sich die schöne Frau? Vielleicht über die Tausende, die täglich vor ihr stehen und genau diese Frage stellen.

Ich erinnere mich an Tage des beruflichen Stresses an denen ich mir immer vorgestellt hatte, dass ich eines Tages mal Zeit haben

würde um nichts zu tun. Nichts tun zu müssen war einer der großen Jugendträume! Meist lag mein üppig mit Zeit ausgestattetes Arkadien, wie bei fast allen Deutschen in jenen Tagen, irgendwo am Mittelmeer, an der Côte d'Azur, auf den griechischen Inseln oder am Strand vom römischen Ostia. Diesen Sommer, Jahrzehnte später, ging er in Andalusien in Erfüllung, in den Alpujarras ist er real geworden. "Die Seele baumeln lassen" ist eine Vorstellung von Entspannung und Glück, die auch auf Kurt Tucholsky zurückgeht und eigentlich eine ganz poetische Umschreibung dessen sein könnte, was ich den Sommer über getan habe. Leider ist der Begriff der "baumelnden Seele" zum seelenlosen Werbeslogan von Kreuzfahrten und Wellness-Hotels verkommen mit dem heutzutage die teuren Aktivitäten der Entspannungsindustrie ohne weiteren intellektuellen Aufwand gerechtfertigt werden. Was für ein trauriges Beispiel für die respektlose Banalisierung der poetischen Inhalte unserer Sprache!

Die Egozeit

Die Zeit, von der ich im vorhergehenden Abschnitt geredet habe, ist einer jener Begriffe, der uns einen wichtigen Aspekt der Lebensqualität beschreibt. Dabei unterliegen die meisten Menschen der offensichtlichen Fehleinschätzung die Zeit nur als objektive Maßeinheit verstehen zu wollen und reden von Wochen, Tagen, Stunden und Minuten. Wie ich schon angedeutet habe ist die Zeit aber auch eine ganz subjektive Angelegenheit, denn neben der quantitativen Zeit, die sich in Zeiteinheiten beschreiben lässt und die sich letztlich, naturwissenschaftlich korrekt, von dem periodischen Tag- und Nachtrhythmus (zirkadiane Rhythmik) ableitet, gibt es die vermutlich für das Individuum viel wichtigere, qualitative Zeit für die es keine Uhren gibt. Ich meine, dass das eigene Empfinden der Zeitdauer das eigentlich Wesentliche im Leben ist. Ich möchte diese Zeit daher "Egozeit" nennen. "Eigenweile" könnte man den Seinszustand dann auch nennen, in dem man voll in der Egozeit lebt.

Vielleicht ist ja diese Egozeit nur eine andere Dimension bzw. ein anderes Bewusstsein der realen Zeit, denn auch die Egozeit gehört, obwohl nicht messbar, zur Wirklichkeit. Für viele Menschen bedeutet die Wirklichkeit nur die objektive, physikalische Welt, in der auch die Zeit eine physikalische Einheit ist. Daneben steht aber die vielfach als wesentlich wichtiger empfundene subjektive, innere Realität. Erst das subjektive Erleben, die Eigenweile, macht die Wirklichkeit aus, denn ohne den Menschen und sein Bewusstsein kann es kein Erfassen und keine Interpretation der Realität geben. Die britische Autorin Virginia Woolfe hat jene gerade beschriebene Eigenzeit als "moment of being", Augenblick des Seins, bezeichnet und damit wohl den Nagel auf den Kopf getroffen. In diesen Momenten geschieht das scheinbar

Unmögliche: ein Augenblick unseres Lebens wird zu einer Ewigkeit. Woolfe hat einem ganzen Buch den Titel "Moments of Being" gegeben und darin schrieb sie in einem Essay mit der Überschrift "A Sketch of the Past" (ich lasse es, wegen der schönen Sprache, sein das Original zu übersetzen!):

"The past only comes back when the present runs so smoothly that it is like the sliding surface of a deep river. Then one sees through the surface to the depths. In those moments I find one of my greatest satisfactions, not that I am thinking of the past; but it is then that I am living most fully in the present."

Gibt es eine genauere Beschreibung von dem, was "Egozeit" tatsächlich ist? Die Autorin sieht nicht auf der Wasseroberfläche das eigene Gesicht, wie einst Narziss, der sich in sein Spiegelbild verliebte, sondern sie sieht in die Tiefe des Wassers, was der Seele des Menschen gleicht. Ich glaube, dass voll in der Gegenwart zu leben das größte Glück ist, das einem Menschen widerfahren kann. In dem Text von Virginia Woolfe bin ich auch erstmals auf die Analogie von fließenden Wasser und der Zeit aufmerksam gemacht worden.

Als junger Mann hatte ich eine Freundin, die lebte in Hannover während ich in München studierte. Sie kam mich an Wochenenden häufig besuchen und ich erinnere mich lebhaft an die sonntäglichen Abschiede am Hauptbahnhof. Der Zeitraum der von der Ankündigung der Abfahrt im Lautsprecher bis

zum tatsächlichen Beginn der Zugbewegung verging war immer von allerhöchster Intensität – und eine kleine Ewigkeit lang. Ich kann mir vorstellen, dass die gleiche Zeit für einen gehetzten Geschäftsmann nur nervige – weil offensichtlich unnütz vergeudete – Zeit bedeutet. Mein Egozeitfenster am Bahnhof war weder in Sekunden, Minuten noch in Stunden messbar, trotzdem ist es in meinem Bewusstsein noch immer ganz konkret vorhanden und seine Inhalte könnte ich sogar nach einem halben Jahrhundert noch gut beschreiben. Dies waren einige der unendlich vielen magischen Augenblicke des Seins.

Trotz der Vorstellung vom Augenblick der Ewigkeit, die ja im Grunde den Moment als eine statische Angelegenheit beschreibt, stelle ich mir die Egozeit tatsächlich wie einen Fluss vor. Dieser Vergleich verdeutlicht ein wenig die Geschwindigkeitsvielfalt der subjektiv empfundenen Zeit. Im Zentrum des Flusses fließt er schneller als in den ufernahen Regionen. Manchmal gibt es am Ufer kleine Ausbuchtungen, wo das Wasser, wie die Momente der Ewigkeit, zu stehen scheint, dann wieder muss er durch eine Schlucht und er wird reißend schnell. Nicht anders geht es wohl der Egozeit: je nach Standort fließt sie langsam oder schnell und geht am Ende immer in ein größeres Gewässer über um irgendwann im Meer anzukommen. Die Weltmeere sind die Menschheit in denen auch wir, in den Wassermolekülen unseres Flusses weiterleben und einen kleinen, aber

wichtigen, Beitrag zum Erhalt der Ozeane liefern. Jedem, der nach dem Sinn des Lebens fragt, mag diese Ansicht eine bescheidene Antwort sein.

Der Traum von der ewig verfügbaren Zeit ist ein Menschheitstraum, der schon millionenfach geträumt wurde. Wunderschön hat es u.a. Erich Maria Remarque in einem Brief von 1937 an Marlene Dietrich, seine damalige Geliebte, ausgedrückt: "Wir werden die Zeit mit vollen Händen verstreuen, wir werden keine Ziele und keine Termine und keine Uhren mehr haben, wir werden Brunnen sein, die ineinanderfließen, die Dämmerung und die Sterne und die jungen Vögel werden sich in uns spiegeln, der Wind wird über uns hingehen, die Erde wird zu uns sprechen und in der Stille des goldenen Mittags wird Pan sich lautlos über uns neigen und mit ihm alle Götter der Quellen, der Brunnen, der Wolken, der Schwalbenflüge und des verschwebenden Lebens." Mir haben diese Zeilen sehr gut gefallen, denn hier träumt ein schöngeistiger Stadtmensch von einer engen Verbindung mit der Natur, seine Geliebte ist bei ihm und er möchte es gemeinsam mit ihr erleben. Wie alle Freuden des Lebens sich im Teilen verstärken ist es auch mit dem Verschwinden des Zeitgefühls: ein Hauch von Ewigkeit scheint im Wind, der über uns hinweggeht, zu wehen, wenn wir solche Momente des Seins mit jemandem teilen können. In diesem Fall ist die Ewigkeit selbstverständlich nicht

gleichzusetzen mit Zeitlosigkeit sondern mit "immerwährender", nie endender Zeit.

Egozeit ist nur deshalb möglich weil uns Menschen ein Sinnesorgan für die Zeit fehlt. Jede Dimension der Räumlichkeit können wir nach dem Betrachten relativ gut und reproduzierbar abschätzen. Wie hoch die Wände eines Raumes sind oder der Abstand zum Vordermann auf der Autobahn können wir für uns selbst gut erfassen und mit der Beobachtung anderer vergleichen, wie viel Zeit allerdings seit einem bestimmten Ereignis vergangen ist wird jeder anders einschätzen. Daher ist für das Individuum die Egozeit von so großer Bedeutung, da sie sich ausschließlich an dem misst was subjektiv auf die Person bezogen in ihr geschieht. Weil die Egozeit für jeden Einzelnen von uns so eine große Bedeutung hat, mit ihr alleine aber ein geordnete Zivilisation kaum möglich wäre, hat die Zeitmessung in unserer Welt eine immense Bedeutung erlangt. Ohne sie könnten komplexere Gesellschaftsformen gar nicht überleben. Wir würden im Zustand der Eigenweile Verabredungen und soziale Verpflichtungen nicht einhalten können. Die bewusste Synchronisation von Ereignissen, eine Grundlage unserer Gesellschaft, wäre ohne Zeitmessung nicht möglich. Es gäbe keine Arzttermine und keine Fahrpläne öffentlicher Verkehrsmittel, auch ein einfaches Rendezvous wäre schwierig.

Trotz des gerade Beschriebenen sprechen Soziologen und Psychologen gelegentlich von einer "inneren Uhr" womit sie die zirkadianen Rhythmen meinen, die der Mensch sehr deutlich empfindet. So gut wie alle Lebewesen haben sie und sie reflektieren auf die eine oder die andere Weise die Tag-Nacht-Periodizität. Der Mensch hat, angeblich aus praktischen Gründen, durch die Einführung der Sommerund Winterzeit in diese biologischen Prozesse eingegriffen. Die Folge sind Verwerfungen in der Physiologie derjenigen Lebewesen, deren Tagesablauf von der Zeitmessung abhängig ist, das sind vorwiegend der Mensch und ggf. noch völlig unschuldige Labortiere. Ich erinnere mich sehr genau an den Professor Jürgen Aschoff, ein Verhaltensforscher, der während meiner Studentenjahre in München ständig Freiwillige suchte, die sich in "Bunkern", in denen es keine registrierbaren Tag-Nacht-Unterschiede gab, einsperren lassen wollten. Ich kannte Leute, die an den Experimenten teilnahmen und später Schauermärchen von der Zeit ihrer freiwilligen Haft erzählten. Seinerzeit wurde die zirkadiane Rhythmik im Zeitempfinden des Menschen erforscht. In meiner Erinnerung zeigten die damaligen Ergebnisse, dass es keine völlig unumstößliche Periodizität in der Zeitwahrnehmung gab. Das Ticken der "inneren Uhr" konnte beschleunigt oder verlangsamt werden, orientierte sich aber irgendwie doch immer an einem 24 Stunden-Rhythmus.

Die Verhaltensforscher teilten die Menschen damals bezüglich ihrer zirkadianen Rhythmik in zwei große Gruppen (sog. "Chronotypen") ein: die einen gehen abends gerne spät ins Bett und schlafen dann morgens entsprechend länger ("Eulen"), während es bei den anderen umgekehrt ist, sie legen sich früh zur Ruhe und stehen früh auf ("Lerchen"). Interessant ist bei diesem Zeitverhalten der Menschen die Tatsache, dass es offenbar genetisch gesteuert wird. Im Alter nivellieren sich diese chronotypischen Unterschiede dann wieder. Auf die Bedeutung der Körperzeit im Prozess des Alterns bin ich eingangs schon kurz eingegangen.

Das Wort Egozeit bedeutet ja eigentlich "Ichzeit" und soll tatsächlich ausdrücken, dass es sich um die denkbar individuellste Zeit handelt, nämlich ausschließlich mein ganz persönliches Zeitempfinden ohne Bezug auf irgendwelche anderen Zeiteinheiten. Die Egozeit ist Ausdruck meiner ganz persönlichen Identität und mir würde es nicht schwer fallen sie sogar als einen untrüglichen Beweis für meine Existenz zu deuten, etwa analog zum "cogito ergo sum" des Philosophen René Descartes: "Ich empfinde Zeit, also bin ich". Das Erleben und Gestalten der Egozeit ist ein unerschütterliches Menschenrecht und die Freiheit sie zu spüren eine Grundlage jeden Zusammenlebens. Bei der Folter wird dem Deliquenten die Egozeit genommen – eine schier unerträgliche Strafe.

Bei Sigmund Freud ist das Ego, das "Ich" ja mit dem Bewusstsein verbunden und wird vom "Es" und dem "Über-Ich" gesteuert. Ich kann mir sehr gut vorstellen, dass es auch einen oder mehrere Steuerungsmechanismen der Egozeit gibt, die wiederum in unserer Psyche begründet liegen. Es scheint als sei das Freud'sche "Es" eigentlich zeitlos. Im Unbewussten existieren weder Zeit noch Tod, es herrscht eine Gleichzeitigkeit, die Vergangenheit und Zukunft mit einschließt. Unsere verdrängten Erlebnisse und unsere ererbten Triebe vermischen sich und kommen gelegentlich an die Oberfläche des Ichs, von wo sie in die subjektive Wirklichkeit gelangen und die ihnen schließlich einen Zeitrahmen gibt. Kann es sein, dass das zeitlose "Es" tatsächlich seinen Ausdruck in der der Egozeit findet? Diese Zusammenhänge haben wieder eine verblüffende Ähnlichkeit mit der Musik. Auch bei ihr gibt es immer die Gleichzeitigkeit von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, wie ich schon ausgeführt habe. Dass die Parallelität der Zeiträume sich auch in der Psyche des Menschen manifestiert, hat Gotthold Ephraim Lessing (1729-1781) in einem schönen Liebesgedicht, das er "Lied aus dem Spanischen" nannte, festgehalten:

Gestern liebt ich, Heute leid ich, Morgen sterb ich: Dennoch denk ich Heut und morgen Gern an gestern. Der Sprachrhythmus begeistert mich an diesen Zeilen. Mit wenigen Worten zaubert Lessing eine Situation herbei, die jedem von uns in der einen oder anderen Form bekannt ist. So haben wir alle die Zeit, in der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zu einem Ganzen verschmelzen, schon einmal empfunden!

Man kann sich natürlich fragen warum es die Zeit denn überhaupt gibt? Die "göttliche Wesenheit" (Singer) der Zeit existiert doch vermutlich nur deswegen weil wir sterben müssen, oder ist es umgekehrt: müssen wir sterben weil es die Zeit gibt? Dies ist eine intellektuell interessante Gedankenspielerei, die aber keine wirklich neuen Einsichten bringt. Empirisch betrachtet ist der Tod ein, zwar unbestimmter aber vermutlich unvermeidbarer, Endpunkt unseres Lebens, den wir immer mehr oder weniger vor Augen haben. Wegen der Endlichkeit unserer Existenz ist es wohl das Bedürfnis der Menschen die Zeitfenster ihrer Lebensspanne zu ordnen. Dazu brauchen wir unbedingt die Einteilung in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Nur damit lassen sich auch Biographien schreiben.

Ich mag es überhaupt nicht, wenn Naturwissenschaftler die menschliche Psyche überheblich als einen Pool von biochemischen Vorgängen definieren, die nach einer bestimmten Gesetzmäßigkeit ablaufen. Dadurch wird das Mysterium entseelt und der Mensch vom Subjekt auf ein vermessbares Objekt reduziert. Trotzdem muss ich zugeben, dass selbst an der "Biochemie der Egozeit" etwas dran sein muss, denn unter dem Einfluss von Rauschdrogen, wie z.B. Haschisch, verändert sich das persönliche Zeitgefühl des Subjekts total. Es muss also durch pharmakologische Intervention beeinflussbar sein – ein starker Hinweis auf einen biochemischen Hintergrund. Es ist auch bekannt, dass Frauen Zeitstrecken häufiger überschätzen als Männer, also glauben, sie hätten mehr Zeit als sie tatsächlich haben, was immer wieder zu der ironischen Feststellung führt, dass deshalb Männer häufiger auf Frauen warten als umgekehrt. Ob dahinter ein hormonelles Geschehen steht wage ich allerdings zu bezweifeln. Ein weiteres Indiz für biochemische Abläufe scheint die Abhängigkeit der Zeitwahrnehmung von der Körpertemperatur zu sein. Die Theorie dazu besagt, dass bei höheren Temperaturen chemische Prozesse schneller ablaufen, d.h. bei Fieber vergeht die Zeit schneller. Etwas Ähnliches gilt auch für den Alkoholkonsum. Im Rausch verdichtet sich die Zeit und zusätzlich nimmt die Umgebung einen heiteren Charakter an, was die Zeit ebenfalls verkürzt, die sozialen Verpflichtungen werden nicht mehr als belastend empfunden, der Mensch fühlt sich freier und unabhängiger. Im subjektiven Bewusstsein läuft die Zeit dann schneller ab.

Zeit und Energie

Gelegentlich empfinde ich es so als sei der Sinn der Zeit Energie zu speichern, ja als sei sie selbst sogar eine ganz besondere Form von Energie. In jedem Fall benötigt Energie die Zeit, die Zeit sich aufzubauen und die Zeit sich zu entladen. Ohne Zeit ist Energie nicht denkbar. Wie die Jahreszeit des Herbstes von der Energie des Sommers lebt, lebt der Mensch im Alter von der Energie seiner guten Jahre. In unserer Vorstellung ist die Assoziation von Zeit mit Energie tief verwurzelt. Zukunftspläne sind ja nichts anderes als Zeitfenster, die mit einer potentiellen Energie erfüllt werden. Sei es Urlaub zu machen, ein Haus zu bauen, ein Bild zu malen oder sonst etwas, die vor uns liegende Zeit wird gedanklich ausgefüllt bzw. geplant mit Ereignissen, die ohne Energieaufwand nicht zustande kommen könnten. Egal ob objektive Zeit oder Ego-Zeit, beide leben von ihrer Verknüpfung mit Energie, wobei es bei der Egozeit, parallel zur Zeitverdichtung auch zu einer Verdichtung der Energie kommt.

Energie ist ja, wie die Zeit, ein physikalischer Begriff und in seinen verschiedenen Erscheinungsformen meist auch messbar. Gibt es aber auch eine Unterscheidung von objektiver und subjektiver Energie? Selbstverständlich: es gibt die Kraft, die Maschinen zur Verrichtung einer Arbeit bewegen oder Computer, Rechenaufgaben zu lösen, aber es gibt auch menschliche Kräfte, die etwas mit Stärke, Willen, Macht und Entschlossenheit zu tun haben und die so individuell sind wie die Egozeit und sich dem entsprechend der Objektivierung entziehen. Ganz nebenbei bemerkt: auch die Neugier, von der ich eingangs gesprochen habe, bedarf der Energie und der Zeit zu ihrer Befriedigung.

So gesehen ist es logisch eine enge Beziehung von Energie und Zeit, jeweils in ihrer objektiven und subjektiven Erscheinung, anzunehmen. Seit Freud wissen wir in der Psychologie auch den Begriff der "Sublimation" anzuwenden, was, aus psychoanalytischer Sicht, vereinfachend gesagt, die Umwandlung von sexueller in kulturelle Energie bedeutet. Diese Art des Energietransfers ist ja dem physikalischen "Energiesatz" nicht ganz unähnlich. Wie wir es vielleicht noch aus der Schule wissen, besagt dieser, dass die Energie immer konstant bleibt und sich nur von einer in eine andere Erscheinungsform umwandeln kann. Das Beispiel von der elektrischen Energie aus der in der Heizung Wärmeenergie oder in der Glühbirne Lichtenergie erzeugt wird, sind bekannte Beispiele dafür. Auch die menschliche Psyche kann durch Sublimation die eine in eine andere Energieform umwandeln, vorausgesetzt dazu steht ausreichend Zeit zur Verfügung. Wir haben uns vorgenommen einer bestimmten Person einen Brief zu schreiben, in dem wir unseren Standpunkt zu einer Sache darlegen wollen. Zunächst müssen wir die Energie aufbringen

die Schreibwerkzeuge vorzubereiten, dann kommt die intellektuelle Beschäftigung mit dem Thema und das Niederschreiben. Schließlich muss das Dokument Korrektur gelesen und abgesandt werden. Es ist also Zeit notwendig um die Energie in eine Tat umzusetzen. Jeder Akt des Willens ist so eine Sublimation, eine Umwandlung psychischer Energie in eine schöpferische Tat.

Das erwähnte "kreativ leben" setzt den Willen voraus dies auch zu tun. Selbst das von meinem Professorenfreund geschmähte, angeblich so einfache "nur leben" kann ein enormer Willensakt sein, denn es kann bedeuten sich aktiv von psychischem Ballast und gesellschaftlichen Vorurteilen zu lösen. Das kostet Energie und benötigt Zeit. Während das Träumen beinahe zeit- und energielos von statten gehen kann benötigt jede Verwirklichung eines Traumes Zeit und Energie. Auch der Traum vom bewussten Leben!

Der Mangel eines Sinnesorgans für die Zeit macht es nicht nur schwierig sie in der Gegenwart korrekt abzuschätzen sondern beeinflusst auch unsere Sicht auf die Vergangenheit. Sich daran zu erinnern wann man einen guten Freund zum letzten Mal gesehen hat, mag, wenn in der Zwischenzeit viel passiert ist, beinahe unmöglich sein. Dazu benötigen wir Erinnerungsbrücken. Besondere Ereignisse, bzw. vergangene Energien, an deren Datum des Geschehens wir uns gut

erinnern können, helfen uns dabei bei der zeitlichen Zuordnung. "Unser letztes Treffen muss kurz vor der Wende gewesen sein, denn ich weiß noch, dass wir von den Flüchtlingen in Budapest gesprochen haben" So oder so ähnlich lauten dann die Begründungen für unsere Abchätzung der vergangenen Zeit. Memoirenschreiber können ein Lied vom fehlenden Zeitorgan singen! Auch sie sind selbstverständlich auf Analogieschlüsse oder Vergleiche mit ihnen bekannten Daten zur Zeitbestimmung in der Vergangenheit angewiesen. Diese fehlende Möglichkeit in der Psyche des Menschen die vergangene Zeit zu orten und ihre Dauer zu bestimmen ist vermutlich der physiologische Grund für das Vorhandensein der Egozeit. Diese ist ja der subjektiv empfundene Angelpunkt unseres Zeitempfindens. Wären wir alleine auf der Welt gäbe es nur die Egozeit.

Die Beantwortung der nachfolgenden Frage gibt uns vielleicht Aufschluss über das Wesen der objektiven sowie der subjektiven Zeit. Vergeht die Zeit weil Dinge geschehen, oder geschehen Dinge weil die Zeit vergeht? Spontan würden wir vermutlich immer sagen, dass Ereignisse die Zeit bestimmen. So ist es auch in unserer Erinnerung: ein Zeitraum wird durch ein Ereignis charakterisiert. "Damals als die Großmutter die riesige Erdbeertorte gebacken hatte" ist eine typisch quantitative Zeitbeschreibung. "Im Sommer als ich mich zum ersten Mal verliebt hatte" wäre die Egozeit-Variante dazu. Aber ganz so einfach ist

die Sache aus philosophischer Sicht nicht, denn es könnte ebenso gut sein, dass die Zeit die Ereignisse bestimmt. Gäbe es ein bestimmtes Zeitfenster nicht, hätten die Dinge, die darin passiert sind nicht stattfinden können. Da wir uns einen zeitlosen Zustand nicht vorstellen können haben wir auch kaum intellektuellen Zugang zu der ereignisbestimmenden Eigenschaft der Zeit.

Der manchmal schwer zu verstehende *Ludwig* Wittgenstein hat in seinem erwähnten Tractatus geschrieben (6.3611): "Wir können keinen Vorgang mit dem "Ablauf der Zeit" vergleichen – diesen gibt es nicht – sondern nur mit einem anderen Vorgang (etwa mit dem Gang des Chronometers). Daher ist die Beschreibung des zeitlichen Verlaufs nur so möglich, dass wir uns auf einen anderen Vorgang stützen." Das sagt mehr oder weniger das gleiche aus: Zeit kann nur an anderen, ins Bewusstsein gelangten, Ereignissen festgemacht werden. Gelegentlich macht die Sprache die Zeit auch zu einem konkreten "Ding", das man "erfassen" und das sich folgerichtig auch wieder auflösen, d.h. "zerrinnen", kann. Das Zerrinnen erinnert wieder an die Allegorie Zeit und Wasser. Wie eine ganz konkrete Sache, z.B. einen Hausschlüssel, kann man Zeit auch "verlieren" (Proust begab sich bekanntlich auf die Suche nach der verlorenen Zeit).

Wenn die Ereignisse tatsächlich die Zeit bestimmen kann man auch umgekehrt fragen:

gibt es überhaupt eine Zeit in der absolut nichts passiert? Etwas flapsig ausgedrückt, lässt sich feststellen, dass immer irgendetwas los ist, d.h. es fließt immer Zeit-Energie, und diese hängt vom eigenen Blickwinkel sowie von der eigenen Nähe zum Detail ab. Gelegentlich führe ich für mich selbst "Detail-Zeit-Studien" durch, z.B. wenn ich auf etwas oder jemanden warten muss. Ich sensibilisiere meine Sinnesorgane und eine Fliege am Fenster, das Geräusch eines Flugzeuges oder das Hupen eines Autos auf der Straße füllen mein Bewusstsein mit von mir entfernten Geschehnissen, die ich sehe oder höre, bzw. die ich mir realistisch vorstellen kann. Die Fliege sucht einen Ausgang, im Flugzeug wird gerade Lunch auf Pappgeschirr serviert und das Hupen gilt einem unvorsichtigen Fußgänger... Unvermittelt bin ich wieder bei der Eigenweile und beim eingangs beschriebenen Nichtstun sowie der Kontroverse mit meinem Professoren-Freund. Das Nichtstun kann eine Art von entschleunigtem Aktivismus sein, denn es gibt ganz sicher mindestens zwei verschiedene Arten davon: bei der ersten tut man nichts weil man lustlos, unmotiviert und müde ist, d.h. man erscheint dritten gegenüber als faul oder gar als krank. Es ist eine energielose Zeit. Bei der zweiten, der Eigenweile, ist es das genaue Gegenteil, man genießt seinen Zeitwohlstand aus dem heraus man sich das Nichtstun leisten kann, d.h. man füllt die Zeit mit eigenen Gedanken, Vorstellungen oder Erinnerungen,

oder anders ausgedrückt, man füllt sie mit Energie.

Ich möchte noch auf einen weiteren Zeitbegriff kurz eingehen, er stammt vom amerikanischen Zeitforscher Robert Levine. Dieser spricht von der "Ereigniszeit" und meint damit die Zeit in der man nicht das tut was die Zeitplanung vorgesehen hat sondern das was einem in diesem speziellen Moment tatsächlich wichtig erscheint. Das hat sehr viel mit persönlicher Freiheit zu tun, die man sich nehmen kann oder einfach nimmt. Wir sollten uns selbstverständlich an Verabredungen halten und ausgemachte Termine wahrnehmen, aber wir sollten unsere Terminkalender nicht überfrachten und immer ganz bewusst versuchen auch ein Zeitfenster für die Ereigniszeit einzubauen. Spontaneität und das Ausleben von eigenen Bedürfnissen können auf die Dauer für das psychische Gleichgewicht nicht folgenlos unterdrückt werden. In ihrer Verwirklichung liegt vermutlich etwas von jener Lebenskunst, die wir bei manchen Menschen so bewundern und die wir uns oft genug als Vorbild nehmen. Die kleinen nicht geplanten "Zeit-Extras" sind ein wenig wie das Salz in der Suppe, sie geben dem Leben Würze und Geschmack und unterbrechen die Eintönigkeit der täglichen Routine.

Das Nachdenken über das Nichtstun bringt mich zu einem ganz eigenständigen Thema im Rahmen meiner Reflexionen über die Zeit, und das ist das Warten. Das Wartenkönnen kann

auch als Geduld umschrieben werden und ist damit ein zentraler Begriff der Persönlichkeit des Menschen. Die Erkenntnis der Bedeutung der Geduld geht u.a. zurück auf ein mittlerweile legendäres Experiment von Walter Mischel an der kalifornischen Stanford Universität, welches unter dem Begriff "Marshmellow-Test" zu einer Schlüsseluntersuchung in der Psychologie geworden ist. Mischel setzte vier bis sechs Jahre alten Kindern einen Teller, auf dem sich ein Marshmellow (eine von allen Kindern geliebte, klebrige Süßigkeit) befand, vor und gab ihnen zu verstehen, dass sie diesen sofort essen dürften. Wenn sie aber mit dem Verzehr warteten bis er wieder ins Zimmer zurückkäme sie noch einen zweiten Marshmellow bekämen. Er verschwand und beobachtete das Verhalten der Kinder im Nebenzimmer durch eine kleine Öffnung in der Wand. Er konnte fast alle zu erwartenden Reaktionen sehen: vom sofortigen, impulsiven Zugreifen über vorsichtiges Abknabbern kleinster Mengen, die nicht auffallen sollten, bis hin zu geduldig wartenden Kindern, die sich mit Augenzuhalten oder Singen die Zeit vertrieben. Dies führte zu interessanten Einsichten in das Verhalten von Kindern und Begriffe wie Impulskontrolle und Belohnungsaufschub wurden mit neuen Inhalten gefüllt.

Die wirkliche Bedeutung erlangte das Experiment aber erst 13 Jahre später, als *Mischel* die gleichen Kinder nochmals einlud und sich ihren Werdegang betrachtete.

Diejenigen, die schon in der Kindheit warten konnten, d.h. die Geduld hatten, waren deutlich erfolgsorientierter, konnten besser mit Frustrationen umgehen und wurden insgesamt als sozial kompetenter beurteilt. Mittlerweile sind die Originalergebnisse dieses "Marshmellow-Tests" vielfach reproduziert worden und haben immer wieder bestätigt, dass Geduld, bzw. Selbstkontrolle, eine Eigenschaft ist, die den Menschen, die sie haben, einen erheblichen Vorteil in unserer Gesellschaft bringt. Dabei wurde regelmäßig bestätigt, dass Geduld absolut nichts mit Intelligenz zu tun hat. Die Verbindung von Geduld mit Intelligenz beschert den Menschen allerdings viele zusätzliche Lebensvorteile. Geduld ist die Fähigkeit aus Einsicht oder Intuition Zeit vergehen zu lassen um einer positiven Entwicklung eine Chance zu geben. Erkennt man aber, dass die Entwicklung gar nicht positiv verlaufen kann, weil z.B. die angenommenen Voraussetzungen nicht stimmen, ist Geduld fehl am Platze. Diese Erkenntnis ist ein ganz wesentlicher Faktor für den Erfolg des Geduldigseins. Dazu gehört auch die Fähigkeit abschätzen zu können wie lange die jeweilige Phase der Geduld dauern muss. Geduld hat mit Entscheidungslosigkeit oder Zögern überhaupt nichts zu tun. Sie ist eine der vornehmsten Eigenschaften des Menschen, denn sie ermöglicht eine effektive Kontrolle der Impulsivität und dadurch ein harmonisches Zusammenleben von Menschen und Völkern.

Die Frage nach den Hintergründen der Geduld, d.h. wer oder was bewirkt sie und woher hat sie der eine, der andere aber nicht, war auch lange Zeit Gegenstand der psychologischen Forschung. Heute scheint es evident, dass genetische Faktoren eine gewisse Rolle spielen. In all diesen Untersuchungen wird Geduld mit Selbstkontrolle gleichgesetzt. Selbstkontrolle weist noch viel deutlicher auf den sozialen Kontext hin, in dem die Geduld ein wichtiger Faktor ist. So ist es nicht verwunderlich, dass auch gesellschaftliche Umstände erhebliche Bedeutung für das Erlangen von Geduld haben, was schon aus der Tatsache ersichtlich wird, dass man Geduld bis zu einem bestimmten Grad auch lernen kann. Wichtig dabei ist allerdings die Jugenderfahrung einer Konstanz und Verlässlichkeit im Leben, sprich: die elterliche Umgebung. Ohne diese wird der junge Mensch nicht lernen, dass es sich lohnen könnte auf etwas zu warten, weil es nach einer gewissen Zeit mehr oder Besseres gibt (man also, wie beim Marshmellow-Test, für das Warten belohnt wird). Das gilt für das Sparen und die Rente und ganz generell für die Entbehrungen, die man für einen späteren Erfolg in Kauf nehmen muss ("Belohnungsaufschub" nennen es die Psychologen). Dass der Mensch dabei öfter mit dem Lustprinzip, auf das ich noch eingehen werde, in Konflikt gerät ist selbstverständlich vorprogrammiert.

Geduld bedeutet sich Zeit nehmen, was die Voraussetzung für Gründlichkeit ist.

Ungeduldige Zeitgenossen lesen Briefe häufig nur bis zum Ende des ersten Paragraphen und vermissen so eventuell die wesentlichen Aussagen des Dokuments. Ein ungeduldiger Automechaniker übersieht vielleicht eine lockere Schraube, was zu dramatischen Konsequenzen führen kann. Ein Arzt, der sich nicht Zeit nimmt, stellt unter Umständen Fehldiagnosen mit weitreichenden Folgen für den Patienten. Diese und unzählige andere Beispiele demonstrieren, wie man Zeit und Energie durch mangelnde Geduld verschwenden kann und wie wichtig diese für die Professionalität von berufsausübenden Menschen ist. Sich ausreichend Zeit nehmen zu wollen kann Menschen allerdings in schwere Konflikte bringen, nämlich dann, wenn dieses Verhalten im Widerspruch zu anderen, gleichzeitig vorhandenen, Anforderungen steht. Das ist ein sicherer Weg zum gestressten Mitbürger!

Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft

Wie lange dauert eigentlich die Gegenwart? Naturwissenschaftlich betrachtet müssen wir uns wohl damit abfinden, dass es praktisch überhaupt keine Gegenwart gibt, denn in dem Moment wo wir die Frage gestellt haben ist der Moment des Fragens schon wieder Vergangenheit. Die Dauer der Gegenwart wird,

streng genommen, von den messtechnischen Möglichkeiten bestimmt. Heute kann man sogar millionenstel Sekunden messen, keine Zeitspanne, mit der wir Menschen etwas anzufangen wissen. Aber streng genommen ist es jene millionenstel Sekunde, die die kürzeste Dauer der Gegenwart darstellt. Werden die Messtechniken noch genauer und empfindlicher, wird die Gegenwart weiter schrumpfen. In der Kleinheit erinnert die Zeit an die Materie, wenn man sie immer wieder teilt und man fragt sich ob es so etwas wie ein "Zeitatom" gibt, eine letzte Kleinheit der Zeit, die nicht mehr unterschritten werden kann? Diese Gedanken eröffnen die Dimension in der die Zeit ein rein physikalisches Objekt ist. Tatsächlich gibt es Zeitforscher, die sich intensiv mit dieser Materie beschäftigen und sich natürlich längst zu den hier geäußerten Zeitphänomenen ihre Meinung auf der Basis von entsprechenden wissenschaftlichen Erkenntnissen gebildet haben. Der Wissenschaftsjournalist Stefan Klein hat in seinem Buch "Zeit der Stoff aus dem das Leben ist" die Fakten in einer allgemein verständlichen Sprache zusammengefasst. Was ich die Egozeit nenne, hat er "innere Zeit" genannt; manche Wissenschaftler nennen es die "Eigenzeit", auch ein schöner Begriff und erinnert an die "Eigenweile"!

In der Physik ist die Zeit eine lineare Funktion, die auf einer Graphik mit x- und y-Achse schräg nach oben verläuft, d.h. für die Dauer eines immer gleichen Zeitfensters auf der x-Achse vergeht immer die gleiche Zeit auf der y-Achse. Die objektive Gegenwart ist, wie oben dargelegt, nur ein winzig kleiner Punkt auf der jeweiligen Achse und daher praktisch nicht existent.

Ein uns allen bekannter Begriff, der auch irgendwie Gegenwart bedeutet, ist die "Echtzeit". Von ihr reden wir, wenn wir Ereignisse zur Zeit ihres Geschehens an einem völlig anderen Ort erleben. Dies ist, ermöglicht durch die moderne Nachrichtentechnik, kein Hexenwerk mehr, aber rein physikalisch betrachtet gibt es die Echtzeit streng genommen nicht, denn jede Übermittlung bedarf der Zeit, selbst wenn es nur Millisekunden sind. Bis ein Ereignis in unserem Bewusstsein angekommen und entsprechend verarbeitet ist, vergeht nochmals Zeit, deren Länge wiederum von vielen anderen Faktoren abhängig ist. Wie unsere Sinnesorgane ein und das gleiche Ereignis zeitlich unterschiedlich wahrnehmen, kann am Beispiel der Reihenfolge von Blitz und Donner gezeigt werden (wofür es natürlich eine physikalische Erklärung gibt). Das gleiche Phänomen tritt auf, wenn wir das Geräusch eines Flugzeuges am Himmel hören. Wir blicken auf in Richtung der Töne und sehen die Maschine bereits am anderen Ende des Firmaments verschwinden. Die Wahrnehmung der Echtzeit ist demnach sowohl von der Geschwindigkeit der Signalübertragung (optisch, akustisch oder sensorisch) als auch vom entsprechenden

Sinnesorgan mit dem sie uns bewusst wird abhängig.

Anders die empfundene oder uns bewusste Gegenwart, sie ist ein Produkt der Egozeit und berührt unsere Seele, sie dauert so lange bis wir sie für beendet erachten. So betrachtet ist die Gegenwart im strengen Sinne eine ganz persönliche Angelegenheit, vergleichbar mit der Egozeit. Dem gegenüber stehen unsere Vorstellungen von der Ewigkeit, einem Zustand der Zeitlosigkeit und Gegenwartslosigkeit, wie wir ihn im Tod sehen. Gibt es beim lebenden Menschen überhaupt Zustände ohne Gegenwart? In der Schule habe ich gelernt, dass die Zeit die Vierte Dimension, neben den drei räumlichen Dimensionen sei. Obwohl Raum und Zeit die Struktur unserer Welt bedingen, können wir uns sehr leicht eine räumliche Dimension wegdenken, aber können wir auch die Zeit wegdenken? Das würde ja bedeuten Vergangenheit und Zukunft auszuschalten und nur eine vermeintliche Gegenwart wahrzunehmen. Das geht vielleicht individuell mit der Egozeit, aber nicht im Kollektiv, denn außerhalb des Individuums läuft die objektive Zeit ja immer weiter und stellt die Gemeinsamkeit zwischen uns allen her. Diese Einsicht führt wie von selbst zum Nachdenken über den Tod. Dieser ist das einzige Beispiel der subjektiven Zeitlosigkeit, die allerdings nicht mehr ins Bewusstsein treten kann. Als ich im zarten Alter von etwa 14 Jahren war, hatte ich einen Traum in dem ich gestorben war und mich im Bett liegen sah.

Ich hatte das sehr intensive Gefühl, die Zeit sei stehen geblieben. Diese Erinnerung habe ich ein Leben lang mit mir herumgetragen und sporadisch immer wieder darüber nachgedacht, aber außer dem geträumten Stillstand der Zeit habe ich keine weiteren Erkenntnisse aus dieser jugendlichen Schlaferfahrung gewonnen.

Das Aufregende, aber auch das Verstörende an der Zeit ist ihr ständiges Nachrücken. Eine Zeit vergeht, quantitativ oder qualitativ, und sofort beginnt eine neue, wie es der lineare Verlauf auch erfordert. Man könnte auch sagen, dass Gegenwart und Zukunft immer mehr oder weniger rasch zur Vergangenheit werden. Dadurch mag der oberflächliche Eindruck entstehen, dass es immer genügend Zeit gibt. Das ist aber leider nur partiell richtig. Wir haben in unserer Gesellschaft gelernt die quantitative Zeit zu verdichten, d.h. in einer Zeiteinheit, bzw. einem Zeitfenster, wesentlich mehr zu erledigen als Menschen dies in der Vergangenheit je tun konnten. Moderne Verkehrs- und Kommunikationsmittel ermöglichen es. Man kann es auch anders ausdrücken: pro Zeiteinheit wird heute wesentlich mehr Energie verbraucht als ehedem. Das Ausmaß der Zeitverdichtung bestimmt die "Lebensgeschwindigkeit", sie drückt irgendwie die Anzahl der Aktivitäten eines Menschen pro vergangener Zeiteinheit aus. Im Berufsleben, aber auch im Privatleben haben wir gelernt mit dieser Komprimierung der Zeitinhalte mehr schlecht als recht zu

leben, da es von der Gesellschaft so gefordert wird. Wenn die Inhalte aber zu dicht aufeinander folgen, bewältigen die Menschen bzw. deren Psyche dies gelegentlich nicht mehr. Die Energie ist dann schnell erschöpft. Stress oder "burn-out" nennt man solche Zustände, die eine Art seelischen Kurzschluss mit nachfolgendem Kollaps darstellen. Dem gegenüber ist die qualitative Zeit, die "Egozeit" bereits per se schon die maximale Verdichtung des Seelenlebens. Eine Intensivierung darüber hinaus ist nicht möglich. Denken wir nur an bestimmte Situationen in denen in Bruchteilen von Sekunden ein ganzer Lebensabschnitt in uns abläuft bzw. ins Bewusstsein kommt. Das ist Verdichtung in Reinform! Die Emotionalität, die dabei ausgelöst wird, benötigt Energie, und die Menge davon bestimmt die Intensität des Egozeitfensters.

Ein interessantes Phänomen im Leben eines jeden Menschen ist die subjektive Zeitwahrnehmung jeweils in den drei Zeitkategorien Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Den meisten Menschen scheint es als sei die Vergangenheit immer die kürzeste Zeitspanne gewesen. Alles was vorbei ist, ist sehr überschaubar geworden. Die Jahrzehnte unserer persönlichen Vergangenheit komprimieren sich zu einem gut zu überblickenden Zeitraum, den wir durchschritten bzw. durchlebt haben und an den wir uns summarisch meist sehr genau, erinnern können. In der Retrospektive war es immer eine kurze Zeit. Selbst den schier

unendlich langen Liebesnächten unserer Jugend, als wir mit einem Partner die Sexualität entdeckten, geht es im Nachhinein so. Die schier unendliche Zeit konzentriert sich wieder auf die kurze Periode, die es tatsächlich gedauert hat. Unter bestimmten Umständen können die Erinnerungen aber auch sehr effektiv aus dem Bewusstsein verdrängt werden, wie das z.B. bei vielen Alt-Nazis geschehen ist, auch psychische Traumata anderer Art können in unser Unterbewusstsein vergraben und zu "Gedächtnislücken"von gewaltigen Ausmaßen werden.

Demgegenüber wird die Zeitspanne der Zukunft, selbst im hohen Alter noch, als lang empfunden. Ausnahmen davon mag es in Fällen einer bewusst erlebten, unheilbaren Krankheit oder bei Demenz geben. Das Wissen um die Zeit in der Zukunft wird auf das emotionale Niveau der Egozeit gehoben. Selbst wenn wir ein langes Leben hinter uns haben empfinden wir die vor uns liegende Zukunft noch deutlich länger als die hinter uns liegende Vergangenheit und das obwohl wir ausreichend Erfahrung mit der Beschränkung von Zeitabläufen haben sollten. Die eine Woche bis zum Abflug in den Urlaub ist unendlich lang und man kann noch tausend Dinge vorher erledigen. Die vergangene Woche aber, mit ihren eintönigen gesellschaftlichen Verpflichtungen ist schnell vergangen.

Wir haben ja gesehen, dass rein physikalisch Vergangenheit und Zukunft, wegen des linearen Zeitverlaufs, immer gleich lang sein müssen aber subjektiv können wir dies meist nicht nachempfinden. Wenn wir uns auf die intensive Suche nach der offensichtlich verlorenen Zeit begeben, werden wir sie mit Sicherheit auch finden. Die Beschäftigung mit der Vergangenheit ist deswegen eine Lieblingstätigkeit älterer Leute, weil sie dadurch hoffen Aufschluss über die aus der Erinnerung verschwundenen Zeitabläufe zu bekommen. Dies ist beinahe als Versuch zu werten ein bestehendes Vakuum zu füllen, nämlich das Zeitvakuum in unserer persönlichen Geschichte. Wenn bei krankhaften Geisteszuständen, z. B. bei der Demenz, die Wahrnehmung der Gegenwart und Zukunft gestört ist wird die psychische Energie auf die Vergangenheit gelenkt, die sich meist tief in die Seele des Betroffenen eingebrannt hat. Aber auch der völlig Gesunde wird sich im Alter intensiver mit seiner Jugend beschäftigen um etwas über die Zeit seiner Charakterprägung zu erfahren. Dies ist ein ganz natürlicher Prozess der Selbsterfahrung und hat mit sentimentaler Nostalgie nicht unbedingt etwas zu tun!

Der Mensch nimmt den Zeitrahmen seiner Zukunft wesentlich intensiver, d.h. auch gefühlsstärker, wahr als die Gegenwart und die Vergangenheit. Dies scheint dem Phänomen der Zeitempfindung beim Hin- und Rückweg sehr ähnlich zu sein. Der Rückweg ist immer

kürzer als der Hinweg und das hat, wie ich später noch ausführen werde, etwas mit den Denkprozessen während der Reise zu tun. Denken vermehrt das Zeitgefühl. Über die Vergangenheit denkt man wesentlich weniger nach, weil sie ja schon während der Zeit ihres Erlebens Objekt unserer Überlegungen, Interpretationen und Gedanken war. Die Vergangenheit ist also gleichsam ein Rückweg. Die Zukunft, unser vermeintlicher Hinweg zum fiktiven Lebensziel, dagegen ist zwar eine erwartete, aber noch nicht reflektierte Erfahrung und nimmt in unseren Denkprozessen einen viel breiteren Raum ein als die Vergangenheit. Wir können aber durch Hinterfragen und Nachforschen uns dazu bringen über unsere Vergangenheit nachzudenken und je mehr und intensiver wir dies tun umso mehr werden wir gewahr, dass die Zeit der Vergangenheit an Fülle und Länge gewinnt und sich nicht mehr so gravierend von der Zeitempfindung der Zukunft unterscheidet.

Eine weit verbreitete Sicht auf die Zeit lässt sich mit dem Satz "Viel erleben bedeutet lange leben" charakterisieren. Lange zu leben bedeutet in diesem Zusammenhang das subjektive Gefühl viel Zeit tatsächlich "verlebt" zu haben. Ein ereignisloser Tag, ohne besondere fordernde Aufgaben, wird zwar als langsam vergehend empfunden, d.h. man hat das Gefühl, dass viel "nutzlose" Zeit vergangen ist und weil die Zeit langsam vergangen ist, wird sie aus der Sicht der augenblicklichen Gegenwart auch so charakterisiert. Das

Gegenteil tritt ein, wenn die Zeit mit viel Aktivität erfüllt ist. Die Zeit, d.h. die Gegenwart, vergeht dann im subjektiven Empfinden sehr schnell. Was aber in der Erinnerung bleibt ist etwas völlig anderes: die langsame, nutzlose Zeit bleibt im Gedächtnis inhaltslos und ist, rückwärts betrachtet, schnell vorüber gegangen, während die schnell vergangene, abwechslungsreiche Zeit in der Erinnerung als deutlich länger empfunden wird. Die gleiche, gemessene Zeitdauer kann offensichtlich völlig unterschiedlich eingeschätzt werden, je nachdem ob die Beurteilung prospektiv oder retrospektiv geschieht. Prospektiv bedeutet in diesem Fall die Zeiteinschätzung geschieht in der Gegenwart, d.h. man schätzt die Zeit ab während sie stattfindet. Retrospektiv bedeutet entsprechend eine Zeiteinschätzung in der Vergangenheit. Beide Einschätzungen müssen überhaupt nicht übereinstimmen. Das Erleben von Zeit enthält offenbar ein Paradoxon, denn je nach dem Gesichtswinkel aus Gegenwart oder Vergangenheit kann es kurz oder lang dauern. In manchen Fällen kommt es sogar vor, dass Zeit, trotz erheblicher Aktivität bzw. Beschäftigung zwar prospektiv als kurz aber retrospektiv auch als sehr kurz empfunden wird. Nämlich dann, wenn es sinnlose Aktivitäten waren, die nicht mit einer geistigen Erlebniswelt verknüpft waren. Als eine Art von "l'art pour art" kann man das dann in vornehm französischer Umschreibung nennen. In diesem Zusammenhang möchte ich nochmals auf das erwähnte utilitaristische Prinzip

hinweisen. Die persönliche Einsicht "nutzloser", oder anders ausgedrückt, "inhaltsloser" Beschäftigung lässt auch die entsprechend verbrachte Zeit retrospektiv schrumpfen. Arthur Schopenhauer (1788 – 1860) hat sinngemäß behauptet, dass die meisten Menschen überlegen, wie sie ihre Zeit verbringen sollen; ein intelligenter Mensch versucht, seine Zeit zu nutzen. Ich möchte noch hinzufügen "…für sich zu nutzen." (d.h. mit persönlichen Inhalten zu füllen).

Das Altern, Tod und Ewigkeit

Die Reflexionen über die Empfindung der vergangenen und zukünftigen Zeit haben mich angeregt über das Altern nachzudenken. Dabei interessieren mich die physiologischen Alterungsprozesse, die in einen langsamen Verfall unserer Körperlichkeit münden, eigentlich nicht. Die sind gut erforscht und scheinen nach einem biologischen Masterplan abzulaufen, dessen Steuerung von vielen, meist auch messbaren, Faktoren abhängt. Die immer wieder benutzte Behauptung "man sei so alt wie man sich fühlt" ist nicht besonders hilfreich für die Erklärung der geistigen Alterungsprozesse. Im Gegenteil, sie wird meist von den Alterungsverweigerern benutzt und soll ihre Fitnessbemühungen rechtfertigen, denn physisch Jungsein ist das gesellschaftliche Gebot und wenn ich mich so fühle ist ja alles im Lot. "Ich fühle mich alt"

wäre heutzutage eine völlig uncoole Aussage und wird wohl kaum je über die Lippen der jungen und dynamischen Alten kommen. Dabei ist genau die Tatsache, dass man dies in sehr positiver Art sagen kann, der wirklich interessante Aspekt des Alterns. Geistige Erfahrungen zu sammeln und zu verarbeiten geht eben nur auf der Grundlage einer langen Zeit und eines entsprechend akkumulierten Wissens, bzw. Erfahrungsschatzes. Wenn man diesen hat und bewusst erleben kann, kann man stolz darauf sein! Wieder komme ich auf Beethovens Hammerklavier-Sonate zurück: hätte ein junger Komponist wie etwa Mozart oder Schubert das Adagio sostenuto komponieren können? Nein, ganz bestimmt nicht.

Im Idealfall laufen die qualitative Eigenweile und die quantitative Uhrenzeit parallel ab und die beiden Zeiten unterscheiden sich weder in ihrer Länge noch in ihren Inhalten. So ist es in der Kindheit und Jugend, in der der junge Mensch über die Zeit überhaupt nicht nachdenkt sondern sie einfach nur erlebt und sie für unbegrenzt verfügbar hält. Er erlebt, wenn überhaupt, die Zeit linear, lässt sie an sich vorbeiziehen, sie bewegt sich - schön regelmäßig und vorhersehbar, in konstanter Geschwindigkeit - von der Vergangenheit in die Zukunft. Die Nostalgie älterer Menschen, wenn sie an ihre Kindheit denken, ist ganz sicher so etwas wie eine Sehnsucht nach eben dieser Zeitparallelität. Wenn objektive Ereignisse und subjektives Erleben übereinstimmen –

gleichsam eine parallele Linie bilden - haben wir einen Zustand, den es in der Wirklichkeit der Erwachsenenwelt kaum mehr gibt: Das reale Geschehen und die subjektive Erlebniswelt sind sehr weit auseinander gerückt. Medien müllen uns mit Informationen zu, nur diese bedeuten in den meisten Fällen nichts und erregen keine Empfindungen mehr. Eine gekenterte Fähre in einem asiatischen Land hat mal wieder Hunderte in den Tod gerissen, aber wir hören es völlig anteilslos und haben es spätestens bei der nächsten Nachricht schon vergessen, das Ereignis hat keinen Eintritt in unsere zeitliche Erlebniswelt gefunden. Es ist nicht lange her, dass ein Mann zufällig gefilmt wurde, als er in einem Hauseingang reglos am Boden lag. Mehrere Menschen sind über ihn gestiegen und haben ihn mit ihren Füßen sogar berührt. Dass er keine Reaktion zeigte kümmerte niemanden. Als man ihn, der vermeintlich betrunken war, schließlich wegschaffen wollte, fand man ihn tot. Er war einem fulminanten Herzinfarkt erlegen. Über dieses fotografisch dokumentierte Ereignis wurde in den Medien mit viel und großer Betroffenheit diskutiert. Für mich war es wieder ein Hinweis auf die Dissoziation von Egozeit (persönliches Erleben) und der mechanisch ablaufenden Uhrzeit, in der man eigentlich nur vegetativ, d.h. automatisiert, lebt.

Mich erinnert diese Spaltung der subjektiven von der objektiven Zeit sehr an Hegels "unglückliches Bewusstsein". So wie ich ihn verstanden habe meinte der Philosoph mit diesem Begriff die Erinnerung an das ungespaltene Bewusstsein der Kindheit. Mit Bezug auf die Zeit heißt das, das dem reflektierenden Menschen die Fähigkeit abhanden gekommen ist das Dasein als ungeschiedene Zeiteinheit, in der objektive und Egozeit eins sind, zu erleben und zu genießen. Später, im Alter, könnte man ja eigentlich wieder zu der ursprünglichen Zeiteinheit kommen, ich befürchte aber, dass dazu ein erheblicher Bewusstseinsschritt zurück erforderlich wäre, den die allermeisten von uns nicht gehen können oder wollen. Es würde nämlich bedeuten, dass wir erst einmal jede Art der Verdichtung von objektiver Zeit aufgeben müssten um wieder in den ursprünglichen Zustand eines nicht manipulierten Zeitbewusstseins zu finden. Wir müssten lernen zu verzichten. Das "unglückliche Bewusstsein" bringt das Begehren hervor, an der Verbesserung der Welt zu arbeiten. Nicht umsonst träumen viele Menschen vom Weg zurück zu den einfachen Dingen. Urlaub auf dem Land, Naturkost und frische Luft oder Palmen am Strand sind romantische Szenarien der Entschleunigung der Zeit. Man kann sie zwar aus den Hochglanzkatalogen der Touristikindustrie für teures Geld kaufen, aber "erleben" (in diesem Wort steckt das Verb leben!) muss man sie selbst mit der eigenen Seele, und das ist eine ganz andere Herausforderung. Es ist wie das bereits angesprochene Zeitphänomen in der

Musik: das Hören alleine reicht noch nicht, man muss es auch fühlen.

In der sehr lesenswerten, posthum erschienenen Autobiographie von Stefan Zweig verherrlicht der Autor die Vergangenheit durch die Betonung der Zeit und der Bereitschaft sie zu erleben bzw. zu genießen. Er schrieb in "Die Welt von Gestern – Erinnerungen eines Europäers": "Es war eine geordnete Welt mit klaren Schichtungen und gelassenen Übergängen, eine Welt ohne Hast. Der Rhythmus der neuen Geschwindigkeiten hatte sich noch nicht von den Maschinen, von dem Auto, dem Telephon, dem Radio, dem Flugzeug auf den Menschen übertragen, Zeit und Alter hatten ein anderes Maß. Man lebte gemächlicher..." Wir könnten Zweigs Aufzählung moderner Errungenschaften heute noch mit den Fortschritten der Informationstechnologie und der Medizin ergänzen, aber wir sehen das gleiche Problem von damals, allerdings wesentlich verschärft und existenzbedrohender: den veränderten Rhythmus der Geschwindigkeit unseres Lebens, der nicht etwa zu mehr verfügbarer Zeit führt, was ja eigentlich logisch wäre, sondern lediglich zu einer weiteren Verdichtung. Cui bono?

Meiner optimistischen Sichtweise auf das Alter und das Altern, wie ich sie versucht habe hier darzulegen steht die pessimistische Betrachtung gegenüber. Einen sehr drastischen Ausdruck findet diese in den Worten, die Simone de Beauvoir in ihren Memoiren ("Der Lauf der Dinge", 1963) niederschrieb. "Meine Revolten sind durch das nahe Ende und die Unvermeidlichkeit des Verfalls gedämpft. Aber auch meine glücklichen Stunden sind blasser geworden. Der Tod ist nicht mehr ein brutales Abenteuer in weiter Ferne, er verfolgt mich in den Schlaf hinein. Beim Erwachen spüre ich seinen Schatten zwischen der Welt und mir: Das Sterben hat schon begonnen. Das hatte ich nicht vorausgesehen - dass er so früh beginnt und dass es so weh tut."

In der subjektiven Zeitlosigkeit gibt es – wie im Tod - kein Denken mehr und damit selbstverständlich auch kein Bewusstsein. Ein vielleicht ähnlicher Zustand ist der Schlaf, eventuell auch die Hypnose oder die Meditation. Sekunden des Schlafs oder der Meditation können zu vielen Stunden in der retrospektiven Zeitempfindung werden. Kompliziert wird dies durch die Träume, die ja so typisch für den Schlaf sind und die jeglichen subjektiven Zeitrahmen sprengen können. In Bruchteilen von Sekunden können wir im Traum einen ganzen Tag und mehr, ggf. einen ganzen Lebensabschnitt, unterbringen. Sind etwa die Egozeit und der Traum wesensgleich? Das ist ein faszinierender Gedanke über nachzudenken vermutlich lohnend wäre.

In einem Essay des großen Argentiniers *Jorge Luis Borges* habe ich die Vorstellung gefunden, dass Gott ein Wesen "außerhalb der Zeit" sei.

Wenn man versucht sich das tatsächlich konkret vorzustellen, muss es konsequenterweise zwei Räume geben: einen mit und einen anderen ohne die Zeit. In dem einen leben wir Menschen und im anderen Gott oder auch nur sein Begriff, bzw. die Vorstellung von ihm – je nach Glauben. Zwischen diesen Welten müssen Kommunikationsstränge existieren, denn die eine Welt, in der sich Gott befindet, beeinflusst die andere, die des Menschen, und umgekehrt. Aber vielleicht sind es gar keine physisch existierenden Räume sondern individuell vorhandene Bewusstseinszustände bzw. – ebenen. Wenn dies allerdings so ist, kann jeder, nicht nur Gott, aus der Zeit treten und außerhalb von ihr leben. Da bin ich ganz unverhofft wieder bei der Egozeit, die ja in gewissem Sinne auch eine Zeit außerhalb der Zeit ist.

Zur Egozeit gehört der Tod als Ende des
Daseins und der Egozeit selbst. Wenn ich mich
gedanklich mit dem Tod beschäftige erscheint
vor meinem geistigen Auge unweigerlich der
berühmte Ausspruch des Epikur von Samos:
"Mit dem Tod habe ich nichts zu schaffen. Bin
ich, ist er nicht. Ist er, bin ich nicht". Es ist eine
umwerfend einfache philosophische
Begründung dafür, dass wir uns zu Lebzeiten
nicht mit dem Tod, jenem mysteriösen Zustand
der Zeitlosigkeit am Beginn unserer
individuellen Ewigkeit bzw. am Ende unserer
Existenz zu befassen brauchen. Ich frage mich
allerdings ob ein Nicht-Sein überhaupt ein

Zustand sein kann? Über den Tod hat auch Ludwig Wittgenstein, der große Philosoph des 20. Jahrhunderts, in seinem Tractatus geschrieben: "Der Tod ist kein Ereignis des Lebens. Den Tod erlebt man nicht. (6.4311)" Was weder der lebensfrohe Grieche noch der Philosoph Wittgenstein in ihren Aussagen berücksichtigt haben ist der Prozess des Sterbens, den können wir ja, wenigstens teilweise, ganz bewusst sowohl als qualitative als auch als quantitative Zeit noch erleben. Nicht umsonst ist das Wort sterben in unserem Kulturkreis ein Verb, also ein "Tu-" oder "Zeitwort". Welchen Modus der Zeitempfindung, reale oder Egozeit, wir an diesem Endpunkt unseres Lebens haben werden, wissen wir nicht und wenn wir es wissen werden, haben wir weder die Möglichkeit noch das Bedürfnis es zu kommunizieren.

Ludwig Wittgenstein, schrieb weiterhin in seinem erwähnten "Tractatus logicophilosophicus" (6.4311): "Wenn man unter Ewigkeit nicht unendliche Zeitdauer, sondern Unzeitlichkeit versteht, dann lebt der ewig, der in der Gegenwart lebt." Ist das nur eine philosophische oder logisch erscheinende Spitzfindigkeit oder tiefe Weisheit? Aus einer gemessenen Zeiteinheit auf der Uhr "Unzeitlichkeit", sprich "Ewigkeit" nach Wittgenstein, werden zu lassen, ist das große Geheimnis der Egozeit. Vielleicht liegt ja in dieser Erkenntnis das wirkliche Wesen der Egozeit. Die objektive, gemessene Zeit in die

Unzeitlichkeit zu überführen und sie dadurch zur Ewigkeit zu machen klingt nicht nur sehr poetisch sondern auch irgendwie möglich. Es ist ein schöner Gedanke, dass das Verschmelzen von Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft zur Unzeitlichkeit, und damit zu meiner Egozeit, kondensieren kann. Nach Wittgenstein lebte ich dann ein Stück weit in der Ewigkeit. Rilkes "Leg deinen Schatten auf die Sonnenuhren" könnte genau das bedeuten!

Ich gestatte mir an dieser Stelle noch auf einen Gedanken zum Tod zurückzukommen, der mich schon lange beschäftigt hat. Im Grunde wäre die Sache mit dem Tod ja sehr einfach, wenn wir nämlich akzeptieren könnten, dass der Tod das Ende jeder Existenz unserer Physischen und psychischen Person ist. Wir sterben und dann sind wir nicht mehr, ganz im Sinne Epikurs. Dieses Schicksal teilen wir mit jeder lebendigen Materie auf unserer Erde. Gräser sterben ebenso wie Löwen oder Mücken.

Nur der Mensch will sich nicht in dieses Schicksal fügen. Sein Denken bzw. sein Intellekt werden ihm im wahrsten Sinne des Wortes zum Verhängnis: er muss sich eine Religion schaffen, die ihm aufzeigt wie es nach dem Tode für ihn weiter gehen wird. Er akzeptiert um keinen Preis das Aufhören seiner Existenz. Wir leben in einer christlich geprägten Kultur in der die Menschen das Ewige Leben, gleichsam als Belohnung für das

irdische Leben, erwarten. Oder kommt nach dem Tod gar erst das richtige Leben? Wie immer es sei, wir müssen bereits zu Lebzeiten alles vermeiden, was uns im Jenseits zur Last gelegt und entsprechend bestraft werden könnte. Die Vorstellung eines Weiterlebens nach dem Tod, als Reinkarnation, als Geist oder Seele in einem Himmel oder in einer Hölle, gibt es bei sehr vielen Religionen. Da weder wir selbst noch unsere Pfarrer, Pastoren, Rabbis, Imame oder Schamanen wissen können wie diese jenseitige Welt genau aussieht, haben sie Angst davor. Angst aber ist eine der stärksten Triebfedern sich zusammen zu schließen und gemeinsam einen Glauben anzunehmen und ihn, ggf. sogar mit Gewalt, durch zu setzen.

Die Verheißung, die sich aus der Ungewissheit des Jenseits ergibt, hat wohl etwas mit dem von Sigmund Freud beschriebenen "Todestrieb" zu tun. Er ist lustbetont und rückt den Tod in die Nähe von Heldentum. Die Helden sterben gerne für ihre Idee, denn es erwartet sie dafür etwas ganz Besonderes im Jenseits. Hätten die Menschen keine Verpflichtungen gegenüber dem Jenseits könnten sie sich viel mehr auf das Diesseits konzentrieren und dafür Sorge tragen, das das Leben für die "Lebendigen" ständig optimiert wird und das "Besondere" bereits hier auf Erden erkennbar wird. Das vermeintliche Leben nach dem Tod hemmt uns zu unseren Lebzeiten und man wäre sicher besser dran, wenn man dieses sog. Jenseits aus der Welt

schaffen könnte. Nur ohne die jenseitigen Drohungen ist wirkliche Freiheit hier auf Erden möglich! Daher ist dieser das nächste Kapitel gewidmet.

Zeit und Freiheit

Ein ganz eigenes Kapitel ist die die enge Verknüpfung der Zeit mit der Freiheit. Es ist wohl so, dass ohne die eine die andere nicht wirklich ist. Wenn Gerichte in unserer Gesellschaft jemanden bestrafen müssen, nehmen sie der betreffenden Person die Freiheit. Der Delinquent wird im Gefängnis weggesperrt, von Staats wegen seiner Freiheit beraubt. Dies geschieht offensichtlich in dem Bewusstsein, dass der Verlust von Freiheit eine der ärgsten Strafen für den Menschen ist. Verbunden damit ist auch der Gedanke, dass die Zeit im Knast verlorene Zeit ist, über die der Bestrafte nicht mehr frei verfügen kann. Er verliert die Zeit, weil er nicht mehr Herr über sie ist und sie nicht mehr nach seinen Vorstellungen gestalten kann. Die Tatsache, dass Freiheitsstrafen nur für gröbere Vergehen, die nicht mehr mit einer Geldstrafe gesühnt werden können, verhängt werden, zeigt doch sehr deutlich wie hoch die Freiheit als Wert für den Menschen auch von der Gesellschaft bewertet wird. Sicher lohnt es sich diesem Gedanken etwas nachzugehen um zu einem besseren Verständnis der Zeit zu kommen.

Hinter dem Freiheitsbegriff verbergen sich sehr komplexe Inhalte. Die Philosophen unterscheiden gelegentlich zwischen der negativen und der positiven, besser wäre eigentlich passiven und aktiven, Freiheit. Die passive Freiheit ist die Freiheit *von* etwas während die aktive die Freiheit *zu* etwas bedeutet. Die Freiheit von äußeren Zwängen steht der Freiheit des Willens gegenüber. Man erkennt auf den ersten Blick, dass sich beides überschneiden muss und dass diese Unterscheidung eigentlich keine wirkliche Erkenntnis über das Wesen der Freiheit bringt.

Gedanken- und Willensfreiheit sind die Grundpfeiler unserer Ethik, denn nur wenn es Freiheit gibt kann es Gut und Böse sowie Schuld und Verantwortung geben. Als Studenten hatten wir nächtelange Diskussionen über das Thema Freiheit des Willens sowohl im gesellschaftlichen als auch im medizinischen Rahmen. Ist jemand mit einer psychischen Erkrankung immer schuldfähig? Psychologen haben sich den Begriff der "Freiheitsfähigkeit" geschaffen. Damit meinen sie die Balance zwischen dem Freiheitsrahmen des Individuums, der aus seiner psychischen und physischen Konstitution besteht sowie der soziokulturellen Einflüsse auf die Person, die sich wiederum aus der sie umgebenden Gesellschaft ergeben. Der Komplex der Freiheitsfähigkeit ist aber begrifflich noch ausdehnbar: Freiheit haben ist eine Sache, Freiheit erleben ist eine andere. Das bedeutet, dass wir Menschen unsere Freiheit in eine

sinnvolle Beziehung zur verfügbaren Zeit setzen, d.h. fähig zur Freiheit werden. Wir müssen lernen unsere Sinnesorgane zu nutzen und das Gesehene, Gehörte und Erfühlte für uns ganz persönlich zu interpretieren. Dazu benötigen wir ein Koordinatensystem, in das unsere Eindrücke hineinpassen und das müssen wir uns im Laufe eines Lebens erarbeiten. Wir sind für unsere Weiterbildung und mit ihr auch für die Erstellung unseres individuellen Koordinatensystems, dank unserer persönlichen Freiheit, ganz alleine verantwortlich.

Die Verbindung von zwei Verben, nämlich "tun" und "müssen" gehört zu den fürchterlichsten Beschreibungen die ich kenne für eine geforderte menschliche Verhaltensweise. In unseren demokratisch strukturierten Breitengraden steht häufig eine Konvention dahinter: man tut eben dies oder das weil die Gesellschaft es vorgibt. Intellektuell gesehen ist es nicht schwer sich dagegen aufzulehnen aber wie man die entsprechenden psychischen Hemmschwellen praktisch überwinden kann und den eigenen Willen in die Tat umzusetzen erschließt sich den meisten Menschen nicht. Die Freiheit ist eingeschränkt. Wenn man von der offenen Rebellion dagegen, die ja immer irgendwie gewaltsam verläuft, einmal absieht, gibt es nur einen einzigen gangbaren Weg: man internalisiert den gesellschaftlichen Zwang und macht ihn zu seinem eigenen Willen. Dazu ein Beispiel aus meiner sommerlichen Praxis: Eigentlich bräuchte ich mich weder zu duschen

noch zu kämmen oder mir die Fingernägel zu schneiden. Ich könnte ein authentischer Struwelpeter sein. Bin es aber nicht, denn ich gefalle mir selbst frisch gewaschen, gekämmt und nach feinem Parfüm duftend. Eine Konvention die sich meines Narzissmus bemächtigt hat und mir Wohlbefinden verschafft! Aber bin ich das wirklich ich selbst? Vielleicht ebenso wenig wie mein Professorenfreund auf einer Vortragsreise unbedingt zu jedem Zeitpunkt er selbst ist wenn er zum hundertsten Mal seine Forschungsergebnisse von früher und ihre Interpretation wiederholen muss.

Den Sommer 2013 habe ich als einen Sommer ohne Zwang empfunden. Ich könnte auch sagen ich habe kreativ gelebt, qualitativ eine gute Zeit gehabt und so etwas wie Freiheit sehr bewusst empfunden. Das klingt mir aber ein wenig zu hochtrabend, denn an die tägliche, kleine Freiheit haben wir uns ja alle schon längst gewöhnt, sie ist zu einem selbstverständlichen Bestandteil unseres Lebens geworden. Man muss diese Selbstverständlichkeit zwar gelegentlich hinterfragen um wieder bei der Erkenntnis zu landen, dass Freiheit ein sehr hohes Gut ist, das man sich – auch in unserer angeblich freiheitlichen Gesellschaft - ständig neu erkämpfen muss, und vor allem: man braucht Zeit für Freiheit. Das gilt sowohl für die kollektive als auch für die individuelle Freiheit. Die kollektive Freiheit basiert auf einem gesellschaftlichen Ordnungssystem mit genau definierten politischen, rechtlichen und

sozialen Regeln, die jedem Teilnehmer an dieser Gesellschaft seine persönliche Entfaltung ermöglichen soll, solange dadurch Dritte nicht ungebührlich einschränkt werden. Dass dies gewährleistet und durchgesetzt wird, ist Angelegenheit des Staates, der in der Demokratie dafür von den Bürgern die Macht erhält und entsprechende Gesetze erlässt und für deren Anwendung sorgt. Natürlich gibt es erhebliche kulturelle Unterschiede, die die kollektiven Freiheiten in unterschiedlichen Ländern dem dortigen Kulturkreis bzw. dem Ordnungsprinzip der jeweiligen Staatsform entsprechend ausstatten und die nicht ohne weiteres auf andere Nationen übertragbar sind. Wenn die Gesellschaftsordnung allerdings ideologisch unterlegt ist, ist eine Verständigung über die Freiheit oftmals nicht möglich und endet in Unterdrückung mit nachfolgender Gewaltanwendung. Eine der unerfreulichsten Gewaltmaßnahmen ist der Raub von Zeit. Ist nicht jede Art von Leiden, auch Krankheit, ein Zeitraub? Wer physisch oder psychisch schwer beeinträchtigt wird, hat keine Zeit mehr sein Leben zu gestalten. Jeder Überlebenskampf ist Zeit- und Freiheitsraub.

Analog zur Egozeit gibt es eine "Egofreiheit", die individuelle, persönliche Freiheit eines jeden Einzelnen in der Gesellschaft. Diese ist von der kollektiven Freiheit abhängig, denn nur unter ihr kann sie sich überhaupt entwickeln. Allen Freiheiten voran steht das, was Schillers Marquis von Posa im Don Carlos (1. Akt, 10. Auftritt) "Gedankenfreiheit" nennt.

Gemeint ist damit natürlich die "Meinungsfreiheit", denn Gedanken sind immer frei, sogar in der größten Unterjochung, aber wenn man sie nicht äußern kann sind sie nutzlos. Ganz eng damit verknüpft ist die "Glaubensfreiheit", für die das Gleiche gilt. Wenn man sich ein wenig mit Geschichte beschäftigt hat wird klar, dass in diesen Freiheiten ein Grundbedürfnis des Menschen schlummert für dessen Verwirklichung unendliche Generationen vor uns in Kriegen und Revolutionen ihre Zeit und ihr Leben gelassen haben. In der uns umgebenden Natur ist die Freiheit ein Grundprinzip. Ein paar Zeilen weiter, im 10. Auftritt des Don Carlos, spricht der Marquis von Posa zu König Philip II:

Sehen Sie sich um In der herrlichen Natur! Auf Freiheit Ist sie gegründet - und wie reich ist sie Durch Freiheit!

Aber leider ist es in der Natur immer nur die kollektive und individuelle Freiheit des Stärkeren, die die Schwächeren beherrscht. Das lehnen wir in unserer Gesellschaft doch eigentlich völlig ab! Es gab Zeiten in denen dieses Recht des Stärkeren auch für die menschliche Gesellschaft galt. Sozialdarwinismus nannte man das dann später. In der Rassenideologie der Nazis waren solche Gedanken als "wissenschaftliche Erkenntnisse" verbrämt und kosteten Millionen von unschuldigen Menschen das Leben. Kein Zweifel, auch die individuelle

Freiheit, unsere ganz persönliche Freiheit, muss mit sehr unterschiedlichen Egos in uns selbst umgehen. Nehmen wir solche Zustände wie die biologischen Triebe oder die uns zugedachten gesellschaftlichen Rollen, die unser Tun, gewollt oder ungewollt, wesentlich mitbestimmen, muss sich allzu häufig unsere schwache Psyche gegen den starken Zwang auf der anderen Seite – Freud hat dies das Über-Ich genannt - durchsetzen. Aus diesem ständigen Dilemma kommen wir nicht heraus, es sei denn wir wenden wieder den bekannten. Trick an und internalisieren den Zwang und strukturieren ihn als "aus uns selbst kommend" um. Dann nennen wir das einfach "Gewissen" und stecken in diese Schublade all die Zwänge, einschließlich der Moralvorstellungen unserer jeweiligen Umgebung, mit denen wir leben müssen. Nicht umsonst sagt der Volksmund "ein reines Gewissen ist ein sanftes Ruhekissen" und meint damit, dass nur der Angepasste sich um seine seelische Ruhe nicht mehr zu sorgen braucht. Ist das wirklich erstrebenswert? Auf diese Frage gibt es vermutlich so viele Antworten wie es nachdenkende Menschen gibt.

Eines aber hat die deutsche Vergangenheit im 20. Jahrhundert gezeigt: Auch die Gemeinschaft, damals euphemistisch "Volksgemeinschaft" genannt, hatte ein Gewissen, welches jeder einzelne in Besitz nehmen konnte. Nur so ist vordergründig erklärbar, dass sich niemand etwas dabei

dachte als Juden aus ihren Häusern herausgezerrt wurden und für immer verschwanden. Die Propaganda hatte über ausreichend lange Zeit den Bürgern eingeflößt, dass die "minderwertige Rasse" in der neuen Gesellschaft kein Recht auf Leben hatte – und die meisten haben es glauben wollen, denn sie hatten ein manipuliertes Gewissen. Das innere Gewissen des Einzelnen wurde aber dadurch vermutlich wenig berührt, wie das sofortige Unrechtseingeständnis fast aller Bürger nach Kriegsende vermuten lässt. Selbst die aktiven Täter hatten ein individuelles Gewissen: nach Ende der Hitlerei brachten sich die hohen Funktionäre in Scharen selbst um, da ihr Bewusstsein sehr genau erkannt hatte, dass sie schwere Verbrechen an einem Teil der Menschheit begangen hatten und für diese Schuld zur Rechenschaft gezogen würden.

Der Wunsch nach Abschaffung der Zeit

"Freiheit ist, wenn man nichts mehr zu verlieren hat." ("Freedom is just another word for nothing left to lose") sang Janis Joplin (1943 – 1970) in meiner Jugend. Freiheit und keine materiellen Wünsche zu haben war für mich, wie für Millionen andere, damals eine wunderschöne Utopie, vermutlich vorwiegend deshalb, weil ich in jenen Tagen gar keine materiellen Werte besaß und die kurzfristige

Aussicht darauf auch zu vernachlässigen war. Heute würde ich es trotz allen materiellen Vermögens im Herzen immer noch so sehen nur hinzufügen, dass der wirkliche Reichtum der Besitz von Zeit, Egozeit, ist.

Das Gute und das Böse können manchmal so nahe beieinander liegen, dass sie kaum zu trennen sind. Gelegentlich kommt es sogar nur auf den Gesichtswinkel an, von dem aus man etwas betrachtet, um es als gut oder böse wahrzunehmen. Die Geschichte unserer heutigen multikulturellen Gesellschaft ist voll von Beispielen dazu. Der Erziehungs- und Bildungshintergrund selbst von Menschen, die in der gleichen Gemeinschaft wohnen, variiert individuell und über die Zeit sehr stark und dies wiederum hat dann einen profunden Einfluss auf die Ausbildung des jeweiligen Gewissens. Die Triebstruktur einer Person, seine angelernten Gewohnheiten und sozialen Rollenspiele und vieles mehr tragen zur Einschränkung der inneren Freiheit eines Menschen bei, was dann – siehe oben! -Gewissen genannt wird. Wenn man davon unabhängig sein möchte, strebt man dann nach wirklicher Unabhängigkeit oder nur nach Gewissenlosigkeit?

Wir können versuchen uns in Zeiten zurückzuversetzen in denen es in unseren geographischen Regionen noch keine Instrumente zur Zeitmessung gab. Der Mensch orientierte sich ausschließlich an seinem "Zeitgefühl" (was er im strengen Sinn

eigentlich überhaupt nicht hat!) und den tages- bzw. jahresrhythmischen Veränderungen. Helligkeit und Dunkelheit sowie Kälte und Wärme müssen uns geprägt haben, wie noch heute die Tier- und Pflanzenwelt. Der Lebensfluss des Menschen richtete sich weitgehend nach der subjektiven Zeit, da die Zeit ja noch nicht von den mechanischen Uhren in ein enges Korsett gezwängt war. Die Parallelität von objektiver und subjektiver Zeit war noch gegeben. Dann kam der "Fortschritt" der die Zeit in einen wissenschaftlichen Erkenntnisbereich hievte, in dem sogar Millisekunden und noch kleinere Zeiteinheiten gemessen werden und der das Zeitgefühl total verändert hat. Heute suchen wir "die verlorene Zeit" wieder und bezeichnen den rückwärtsgerichteten Wunsch nach Abschaffung der tyrannischen Uhren als "Utopie". In unseren Tagen besitzt die Zeit keinen absoluten Eigenwert mehr, sie ist vielmehr Mittel zum Zweck geworden. "Zeit sei Geld" suggerieren uns die "erfolgreichen" Teilnehmer am globalen Markt und deren Komparsen. Wir haben diese aberwitzige Behauptung schon längst internalisiert und können der "Verzweckung der Zeit" überhaupt nicht mehr entrinnen. An den Inhalten und der Gestaltung der Zeit beginnen sich aber langsam die Geister zu scheiden. Jede konservative Betrachtung, die eine Restriktion der Macht der gemessenen Zeit befürwortet, wird als "utopisch" betrachtet. Was für ein semantischer Unsinn, eine Utopie ist immer auf die Zukunft gerichtet und kann nicht die

Wiederherstellung einmal vorhandener Zustände sein! Gemeint ist natürlich die unmöglich erscheinende Annullierung unserer exakten Zeitmessung und die "Wiedereinführung" subjektiver Zeit. Das wäre aber zweifelsfrei der Kollaps unseres gegenwärtigen Gesellschaftssystems.

Ein Phänomen können wir immer wieder an uns selbst beobachten: Die Beschleunigung des Zeitgefühls mit zunehmendem Alter. Es gibt eine Erklärung dafür. Die heute akzeptierte Theorie geht davon aus, dass sich beim Menschen die subjektive Zeitempfindung nach der Intensität der geistigen Tätigkeit richtet, die in der fraglichen Zeit gefordert und geleistet wird. Unter dem Begriff der "geistigen Tätigkeit" einer Person kann man die Anzahl seiner Denkprozesse subsumieren. Erfordert ein Vorgang hohe geistige Aktivität, entsteht der subjektive Eindruck, dass er längere Zeit in Anspruch nimmt. Bei geringem geistigem Aktivitätsaufwand entsteht der Eindruck, dass der Vorgang kürzere Zeit erfordert. Das ist Stand des heutigen Wissens. Ich glaube aber, dass man zu den geistigen Aktivitäten noch die Emotionen hinzufügen muss. Auch starke Emotionen können die Empfindung der Zeit verlängern. Die Tatsache, dass der Rückweg immer kürzer als der Hinweg erscheint, liegt daran, dass man ihn schon kennt und entsprechend weniger Denkprozesse initiieren muss um ihn zurückzulegen, auch die Emotionen, die am Ziel der Reise orientiert waren, fehlen auf der

Rückreise. Im Alter nun sagt einem bereits die Erfahrung von vergleichbaren früheren Situationen die Zeitdauer der meisten Prozesse voraus und als entsprechend kürzer wird die Zeitspanne empfunden. Denken vermehrt demnach das Zeitgefühl. Diese Feststellung ist nicht nur eine Rechtfertigung für Kreuzworträtsel, die ja als Zeitverkürzungsmaßnahme breite Akzeptanz gefunden haben, sondern auch für Reisen und Lesen. Auch die junge Liebe, bei der man auf spannende Entdeckungsreisen zum Partner geht, verkürzt die Zeit ganz erheblich.

Erhart Kästner hat im "Zeltbuch von Tumilat" sein Leben als Soldat in der ägyptischen Wüste beschrieben. Trotz der großen Schönheit der Wüstenlandschaft beklagt er sich über die ereignislose Zeit, die er dort verbringen musste: "Niemals zuvor habe ich ein so ereignisloses Leben geführt; die Jahre schrumpften mir in der Erinnerung zu einem winzigen Bildchen zusammen, als sähe ich sie durch Melusinens zauberischen Ring." Auch dieser Autor empfand retrospektiv eine erhebliche Verkürzung der Zeit durch inhaltlich wenig bedeutsame Ereignisse.

Den Begriff "kreativ leben" habe ich als mögliche Synthese von schöpferischer Aktivität und bewusstem Dasein verstanden. Das bewusste Dasein erfordert nicht unbedingt Aktivität bzw. den Willen dazu, es sei denn man führte den Begriff ad absurdum in dem man behauptet das physische Leben sei schon

per se eine Tätigkeit. Der Mensch atmet, sein Herz schlägt, seine Nervenzellen leiten Empfindungen an das Gehirn weiter und vieles mehr. Wie bei so vielen Begriffen definiert sich "kreativ leben" besser durch sein Gegenteil. Leben in dem angesprochenen Sinn kann nicht das vegetative Leben sein wie es jedes beliebige Geschöpf auf der Erde führt und es kann auch nicht das rein analytische Leben sein, welches so typisch für die Spezies homo sapiens ist. Was dann? Es hat etwas mit Bewusstsein, Geist und Seele zu tun. Die historisierende Betrachtungsweise würde vermutliche den Geist einerseits mit "Gedanken" und andererseits mit "Spiritualität" in Verbindung bringen. Eine Klammer um diese etwas verworrenen Begriffe könnte schließlich die "Seele" sein. Die Seele ist der immaterielle Teil unseres Daseins und, in christlicher Vorstellung, unsterblich. In der Volkssprache ist es schon lange zementiert: Leib und Seele (z.B. "mit Leib und Seele bei der Sache sein") machen den Menschen aus, nur mit beidem ist er komplett. Die Seele hat sehr viel mit dem Begriff der Egozeit zu tun. Mir scheint, dass man vereinfachend die Seele tatsächlich einfach die Psyche nennen könnte. Dann ist man aus der romantischen Grauzone des Seele-Begriffes und zurück in der naturwissenschaftlich orientierten Gegenwart. Wenn man Geist und Seele zusammenbringen möchte könnte man vielleicht sagen, dass der Geist das Intellektuelle und die Seele das Emotionale im Menschen, gleichsam die beiden Seiten der gleichen Münze, sind .

In Charlotte Brontës Roman "Jane Eyre", dessen Lektüre ich gerade genussvoll hinter mich gebracht habe, ist in der Liebesbeziehung der beiden Protagonisten immer wieder von der "Seelenverwandschaft" die Rede. Obwohl es zunächst so klang als sei damit eine Art von platonischer Liebe gemeint, wird am Ende klar, dass dieser Verbindung ein Kind entsprungen ist. "Seelenverwand" ist hier offenbar nur eine Umschreibung für zwischenmenschliche Harmonie, die auch das Körperliche umfasst. Religionsstifter und Philosophen haben über Jahrtausende immer wieder diese unfassbare Seele intellektuell zu greifen versucht. Sie haben große Gebäude errichtet, in denen aber immer nur ein kleiner Teil der Menschheit wohnen wollte, vielleicht weil der Mensch es sich in transzendentalen Bereichen nur sehr ungern heimisch machen möchte.

Die Frage ob Tiere eine Seele haben ist eng verknüpft mit der Frage nach dem Bewusstsein der Tiere. Deutliche Reaktionen auf Freude, Missmut und Ärger sind für sich allein genommen noch kein Zeichen des Vorhandenseins einer Seele bzw. eines Bewusstseins. Haben dann Kleinkinder auch keine Seele? Selbstverständlich ist sie in Anlagen da und es ist völlig richtig von einer "Kinderseele" zu reden (ob es allerdings eine "Hundeseele" gibt, wage ich – entgegen der Meinung aller Hundebesitzer - zu bezweifeln). Das Bewusstsein ist eine ganz wesentliche Voraussetzung für das Menschsein. Das

Bewusstsein ermöglicht uns die Bedeutung von Dingen abschätzen zu können, die Zeit zu erleben und uns selbst und unseren Wünsche und Bedürfnisse zu erkennen. Im Bewusstsein fließen objektive Tatbestände und subjektives Empfinden wie zwei Flüsse ineinander. Das Bewusstsein bereitet unsere Entscheidungen vor, die ja vorzugsweise auf Erkenntnissen objektiver und/oder subjektiver Art beruhen. Im Bewusstsein finden wir vermutlich auch den Schlüssel zum Verständnis der Dualität von Körper und Seele.

Auch das Spannungsverhältnis von realer zu Egozeit erklärt sich relativ mühelos aus zwei verschiedenen Bewusstseinszuständen. Ich möchte sogar so weit gehen und behaupten, dass es Zeit ohne Bewusstsein überhaupt nicht gibt. Ob gemessen oder subjektiv erfahren, die Zeit nimmt erst Gestalt in unserem Geist, einem wichtigen Baustein der Seele, an. Es ist wie mit den sinnlichen Wahrnehmungen, die ja auch erst im Bewusstsein Gestalt annehmen und zwar sogar ungeachtet ihres Realitätsbezuges. Wahrnehmungen können nämlich ausschließlich subjektiv sein; wir sehen, hören, fühlen riechen oder schmecken etwas, was andere nicht sehen, hören, fühlen, riechen oder schmecken. Bei der Zeit gibt es derartige Täuschungen auch. Die Intensität solcher Zeiterlebnisse hängt dann von der Kraft ihrer Bewusstwerdung ab.

Beim Betrachten des gesamten Gedanken-Komplexes um die Themen "Körper, Geist und Seele" kommt man sehr schnell in Bereiche wo sich auch schon die großen Denker unserer Kultur getummelt haben und vieles, auch Widersprüchliches, von sich gegeben haben. Beim Versuch das alles zu verstehen, bin ich für mich zu dem Schluss gekommen, dass es wahrscheinlich unmöglich ist einen gemeinsamen Nenner zu finden von dem aus eine plausible Darstellung der obigen Thematik möglich ist. Die Begriffe Zeit und Bewusstsein kann man da gerne noch mit dazu packen, sie gehören zweifelsfrei auch in die Kategorie der vielschichtigen Definitionen.

Ich habe einen Satz des französischen Literaturkritikers Émile Henriot (1889 - 1961) gefunden, der mich irgendwie seltsam berührt hat: "Freiheit existiert nicht; sie ist nur ein Wunsch der Seele". Ist die gesellschaftliche Freiheit gemeint, die nie ganz ausgelebt werden kann, die sich aber in den Untergründen der Seele festgeklammert hat, oder ist es die ständige romantische Sehnsucht nach Veränderung der gegenwärtigen Situation? An grauen, regnerischen Wintertagen rufe ich mir gelegentlich die Wetterkarte Spaniens im Internet auf und wenn ich sehe, dass in Granada die Sonne scheint, beginne ich vom Alpujarra-Sommer zu träumen und mir wird wohlig warm. Ich kann also die geographischen Fesseln meiner Existenz sprengen, ich bin wieder frei! Die Seele hat sich ihren Weg gesucht und gefunden. Dieses Beispiel zeigt vielleicht am

deutlichsten wie subjektiv der Freiheitsbegriff sein kann und wie recht auch Henriot hat.

Sinngemäß sagte neulich ein Fußballer in einem Fernsehinterview den erstaunlichen Satz: "Freiheit bedeutet, dass die Sehnsucht stärker als die Vernunft ist". Der Moderator der Sendung hat diesen Worten keinerlei Bedeutung beigemessen und sie einfach übergangen, aber mir blieben sie im Gedächtnis hängen und ich habe ein wenig darüber nachgedacht. Mir gefällt das versteckte Postulat, dass Freiheit eine Sehnsucht sei. Da es, wie auch Henriot postuliert, eine absolute Freiheit nicht gibt, ja nicht geben kann, tragen wir diese Sehnsucht ständig in uns. Sigmund Freud, der große Gefühlstheoretiker des untergehenden viktorianischen Zeitalters und Begründer der Psychoanalyse, hat das "Lustprinzip" als Antipoden des "Realitätsprinzip" gesehen. Wir verlangen von der der Realität die Befriedigung unserer Lust und Wünsche. Dies gelingt nicht immer und so lernen wir uns mit dem abzufinden was zwar weniger befriedigend aber dafür möglich, d.h. real, ist. Zu den grundlegenden Bedürfnissen des Menschen, die in allen Zeiten nach Befriedigung gestrebt haben, gehören das Essen, das Trinken, die Liebe und die Freiheit. Die Freiheit als Zustand des Lustgewinns? Ja, ohne Einschränkung: gelebte Freiheit ist pure Lust! Nur, man braucht die Zeit dazu!

Ich erinnere mich noch sehr genau, dass ich nach der allerersten Abfüllung des eigenen Weins bei Los Barrancos nicht nach Frankfurt zurück fahren wollte. In der Firma, für die ich arbeitete, waren mal wieder irgendwelche "Meetings" angesagt, bei denen ich angeblich nicht fehlen durfte. Ich konnte mich nur sehr schwer von meiner neuen, selbstgewählten Aufgabe in Andalusien trennen. Das Gefühl als ließe ich etwas ganz wichtiges zurück lastete schwer auf mir. Dies waren die ersten Augenblicke, in denen ich ernsthaft an der Sinnhaftigkeit meines damaligen Berufes zweifelte. Ich gab meine Zeit und mein Engagement an ein anonymes Unternehmen, das mich dafür zwar gut bezahlte, mir aber im Gegenzug nur wenig innere Befriedigung und Freiheit geben konnte. Verantwortung und Macht, für viele Manager eine Droge, waren für mich eher eine reizlose und triste Alternative zur vermeintlichen Unabhängigkeit. Dies alles liegt nun über zwei Jahrzehnte zurück und ich habe mir damals genommen was ich glaubte besitzen zu müssen: manche Unabhängigkeit von äußeren Zwängen.

Lebensgeschwindigkeit

Der Zeitpunkt ist eigentlich gekommen sich mit diesen letzten zwanzig Jahren einmal kritisch auseinanderzusetzen. Habe ich meine Ziele

erreicht und hat mich das glücklicher gemacht? Vielleicht ist es ja völlig falsch ein Leben sezieren und in Bestandteile zerlegen zu wollen. Ist es nicht immer die Gesamtheit aller Zeitabläufe, die das komplexe Gewebe unseres Daseins zusammenhalten? Meine Überlegungen und Gedanken zur Zeit, wie ich sie hier versucht habe niederzuschreiben, sind Ausdruck der Erkenntnis, dass für mich selbst letztlich nur meine eigene Zeit, die ich vereinfachend Egozeit genannte habe, von Bedeutung ist. Das ist nichts Spezifisches für meine Person, sondern gilt für jedermann. Meine bisher hinter mich gebrachte Egozeit wurde von einem ganz wichtigen Element der menschlichen Biologie beherrscht, nämlich dem Altern. Ich meine nicht die Pigmentflecken auf dem Handrücken oder die steifen Gelenke am Morgen sondern das, was sich in den Jahren im Kopf abgespielt und festgesetzt hat. Der Prozess des geistigen Alterns ist schleichend verlaufen, gelegentlich habe ich es bemerkt, meistens aber nicht.

Eines der hervorstechendsten Merkmale meines Alterns ist, dass ich glaube alles liefe viel schneller ab als in der Jugend. Auch die Zeit vergeht schneller. Etwas weiter oben habe ich, im Zusammenhang mit dem schönen Wort "Weile" von Langweile gesprochen. Als Jugendlicher hatte ich oft Langweile. Ich habe abends auf dem Sofa gesessen und gewartet, dass endlich jemand anruft und mich auffordert etwas mit ihm oder ihr zu unternehmen. Oft habe ich vergeblich

gewartet, während der Radio lief und meine Sehnsüchte mit eingängigen Pop-Melodien umnebelte. Die Zeit wollte und wollte einfach nicht vergehen. Zurückschauend kann ich mit einigem Recht behaupten, dass ich viel Zeit mit warten verbracht habe. Irgendwie habe ich immer gewartet, denn ich habe schnell gelebt und war ständig der Zeit ein wenig voraus, ich musste "auf die Zeit warten". Wenn dann wenig geschah kam mir meine Umgebung vor als verharre sie in Stillstand. Heute ist es eher umgekehrt: ich lebe deutlich langsamer und deshalb nehme ich die Bewegungen meiner Umwelt als viel schneller wahr. Nur so kommt es, dass heute die Zeit schneller vergeht, weil ich mich, besonders geistig, langsamer bewege. Damit ich alles um mich herum passierende begreifen und verarbeiten kann muss ich die Zeit in meinem Bewusstsein "verdichten". Ist es dieser subjektive Standort, der mir das Gefühl der "Schnelllebigkeit" vermittelt? Da sich, wie ich mich noch gut erinnere, schon meine Großeltern über die Schnelllebigkeit der Zeit meiner Jugend beklagt hatten, nehme ich an, dass es das Gefühl des "Langsamer-lebens" älterer Menschen schon immer gab. Die Wahrnehmung der eigenen Geschwindigkeit ist ja bekanntlich immer relativ. Wenn wir am Bahnhof durch das Zugfenster sehen und der Zug auf dem Nachbargleis setzt sich in Bewegung haben wir das Gefühl, dass wir uns selbst bewegen obwohl wir noch stehen. Mit der Lebensgeschwindigkeit ist es ganz ähnlich, der Vergleich zur mittel- und unmittelbaren

Nachbarschaft bestimmt unsere Wahrnehmung des Lebenstempos.

Das Geheimnis der Schnellebigkeit mag auch mit der objektivierbaren technisch bedingten Beschleunigung unseres täglichen Lebens zusammenhängen. Abstände werden kürzer, weil Flugzeuge Kontinente verbinden oder Eisenbahnen mit schnelleren Triebwerken ausgerüstet werden. In Sekundenschnelle werden Daten auf elektronischem Weg über den gesamten Globus geschickt und Fernsehen und Internet bescheren uns fast gleichzeitige Präsenz auf allen fünf Kontinenten. Prozesse, die früher lange gedauert haben können von Computern und Robotern in kürzester Zeitspanne vollbracht werden. Anstatt die gewonnene Zeit zu nutzen und dem einzelnen mehr Zeit zur Verfügung zu stellen, hat die soziologische Dynamik zu einer beispiellosen Verdichtung der Zeit geführt. Die bei diesem Prozess gewonnene Zeit steht aber nicht den Mitgliedern der Gesellschaft zur freien Verfügung sondern wurde von diesen wieder für das Durchsetzen neuerer Entwicklungen reinvestiert. Das wiederum steigert kontinuierlich die Lebensgeschwindigkeit eines jeden Einzelnen. Man mag dies euphemistisch Fortschritt nennen. Bei näherem Hinsehen erkennt man aber unschwer, dass es sich um eine Spirale handelt, die in immer größere Höhen führt, bei denen absehbar ist, dass irgendwann der Sauerstoff ausgeht und Leben nicht mehr möglich ist. Jeder ist für sich selbst aufgefordert vorher auszusteigen, die Spirale

zu verlassen und Kontrolle über seine Zeit wieder zu erlangen.

Es gibt noch eine andere Erkenntnis der Pychologen, die uns vielleicht hilft dem Phänomen der "Schnellebigkeit" auf eine andere Art näher zu kommen. Im Mittelpunkt dieser Überlegungen stehen die zeitlichen Wahrnehmungsschwellen. Das bedeutet, den Zeitraum zu bestimmen, der vergehen muss, damit der Mensch zwei Ereignisse als zeitlich voneinander getrennt wahrnimmt. Zum Beispiel können zwei Töne als ein Ton gehört werden, wenn ihr zeitlicher Abstand voneinander zu gering ist. Für junge Menschen hat man berechnet, dass dieser Zeitraum im Tausendstel-Sekunden-Bereich liegt und im Alter immer größer wird. Er ist weitgehend unabhängig von der Art des Reizes, also akustisch, optisch oder sensorisch. Man hat dies in Zusammenhang mit dem Nachlassen der kognitiven Fähigkeiten im Alter, also des Erinnerungsvermögens, gebracht. Man erinnert sich nicht mehr an die Ordnung, d.h. den zeitlichen Ablauf der Wahrnehmungen, weswegen dieses Phänomen auch "zeitliche Ordnungsschwellen" genannt wird. Wenn diese Ordnungschwellen höher liegen muss der Mensch konsequenterweise die zeitlichen Abläufe in seiner Umgebung als schneller einstufen, d.h. dass, subjektiv gesehen, das Tempo zunimmt.

Interessant könnte in diesem Zusammenhang auch die subjektive Empfindung von Musik

sein. Ich habe bei mir selbst erlebt, wie ich mit zunehmendem Alter tatsächlich immer mehr langsame Musik liebe. Es sind die langsamen Sätze von Symphonien oder Sonaten, die wirklich an mich gehen, während die früher so geliebten Prestos und Vivaces mich deutlich weniger berühren. Ich glaube auch festgestellt zu haben, dass ältere Dirigenten tatsächlich bei den Tempi zurückhaltender sind als ihre jüngeren Kollegen.

Wir ahnen es, was im Prinzip unter Lebensgeschwindigkeit zu verstehen ist, aber gibt es dafür auch einen Tachometer? Kann man diese Geschwindigkeit, außer als Ordnungsschwellen, tatsächlich messen? Der bereits erwähnte amerikanische Psychologe und Zeitforscher Robert Levine hat es versucht. Seine Methodik sieht auf den ersten Blick beinahe banal aus, er hat nämlich die Geschwindigkeit gemessen mit der Menschen in verschiedenen geographischen Gegenden der Welt zu Fuß gehen. Tatsächlich hat er große Unterschiede gefunden und diese mit anderen Parametern wie z.B. dem Tragen von Armbanduhren, der Zeit für den Kauf einer Briefmarke auf der Post oder der Genauigkeit öffentlicher Uhren in Zusammenhang gebracht. Wen wundert es da, dass die Schweiz, Japan und Deutschland die Länder mit der höchsten Lebensgeschwindigkeit sind? Jetzt stellt sich mir persönlich die Frage, ob die Beziehung des Lauftempos eines Menschen zu seiner Lebensgeschwindigkeit auch in umgekehrter Richtung existiert, d.h., verringert

sich die Lebensgeschwindigkeit wenn man seine Laufgeschwindigkeit drosselt? Aus eigener Erfahrung glaube ich, dass es tatsächlich so ist. Seit meiner Fußoperation und der damit verbundenen erheblichen Reduzierung meiner Laufintensität und geschwindigkeit hat sich mein Leben deutlich verlangsamt. Das kann natürlich reine Koinzidenz mit dem Alterungsprozess sein, aber eben vielleicht auch nicht! Ist es nicht so, dass man häufig beobachten kann, dass Menschen, denen wir Genussfähigkeit und Lebensweisheit zusprechen, sich auch langsamer bewegen, langsamer sprechen und mit allem bedächtiger umgehen? Es ist ein faszinierender Gedanke, dass man durch physische Entschleunigung auch eine psychische Entschleunigung erreichen kann und zeigte wieder einmal den engen Zusammenhang von geistig-seelischen und körperlichen Phänomenen.

Auch der österreichische Verhaltensforscher Klaus Atzwanger hat die Gehgeschwindigkeit untersucht und dabei sogar signifikante geschlechtsspezifische Unterschiede gefunden. Während sie bei Männern gut mit der Ausbildung, dem Einkommen und dem gesellschaftlichen Ansehen des ausgeübten Berufes korrelierte war dies bei Frauen nicht der Fall. Der Forscher schloss daraus, dass Männer, vermutlich unbewusst, ihre Gehgeschwindigkeit als äußeres Zeichen ihres gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Standes verstanden wissen wollen. Bekanntes Macho-

Gehabe? Wenn dies aber eine sehr wirksame Kompensation der vermeintlichen Schwäche ist, wäre es dann nicht angebracht, dass auch Frauen sich dieses Verhalten zu Nutze machten? Wenn man die Gehgeschwindigkeit als Ausdruck körperlicher Fitness sieht oder sehen will, schließt sich der Kreis: man zeigt damit wie "jung" und "unverbraucht" man ist und fordert gegenüber seinen gleichaltrigen und vermeintlich weniger beweglichen Mitmenschen eine soziale Sonderstellung. Ja, manch einer erkämpft sich damit "seine zweite Jugend". Welche Problematik sich daraus entwickeln kann und was ich selbst davon halte habe ich an anderer Stelle bereits angedeutet.

Der Begriff "Jugendwahn" drückt es deutlich aus: es ist eine Wahnvorstellung sein Alter abschütteln zu müssen um einem Jugendideal zu entsprechen. Es scheint als sei es zum Sinn des Lebens erhoben worden sich so lange wie möglich mit jüngeren Generationen zu vergleichen. Aber das Altern ist doch nicht einfach ein dummes Missgeschick das zu unumgänglicher Gebrechlichkeit von Leib und Seele führt und das man durch ein paar Maßnahmen aus der Trickkiste der Biologie vermeiden kann! Was für eine Hybris steckt hinter dem Wunsch die Schöpfung außer Kraft zu setzen! Dieser Überheblichkeit erliegen nicht nur Ärzte und Wissenschaftler sondern auch Geschäftsleute, Künstler, Journalisten und andere Zeitgenossen, denn sie scheinen nur eine Botschaft zu kennen: Wer altert ist

selbst schuld daran. Mit den vermeintlich richtigen Schritten müsste es jedem von uns gelingen das Altern zu verhindern oder wenigstens hinauszuzögern. Demnach trägt der alternde Mensch von heute die alleinige Verantwortung für sein äußeres, greisenhaftes Erscheinungsbild. Aus dem am Beginn der Neuzeit gemalten "Jungbrunnen" des damals 74jährigen Lucas Cranach ist eine milliardenschwere "Anti-aging"-Industrie geworden, die das Verjüngungsbad im magischen Becken des großen Malers längst durch Pillen, Ernährungszusätze, Kosmetika und Fitnessgeräte ersetzt hat. Wenn überhaupt nichts helfen will muss als ultima ratio der Chirurg ran. Da kann man sich einem Lächeln nicht verweigern!

Es ist zu tiefst irritierend, dass der Mensch, der seine Vormachtstellung in der Natur ausschließlich durch seinen Geist erreicht hat, sich mit zunehmendem Alter anscheinend auch zunehmend über seinen Körper definiert? Es mag die Erkenntnis und Sichtbarwerdung des Verfalls und des Todes sein, die den alternden Menschen sich selbst immer eindimensionaler betrachten lässt und ihm die Sicht auf mögliche Auswege aus dem Dilemma der unwiederbringlich verlorenen Zeit versperrt. Diese Eindimensionalität kann sich bis zum Wahn steigern und schwere psychische Störungen verursachen. Häufig sind es Frauen, die mit dem Altern nicht zurechtkommen und die dann ihren Lebensabend in tiefer Depression verbringen,

aus dem einfachen Grund weil sie ihre gealterte Persönlichkeit nicht akzeptieren wollen oder können. Sind dies schon Persönlichkeitsstörungen im Sinne einer psychiatrischen Krankheit? Der Charakter des aus seiner Sicht unfreiwillig gealterten Menschen verändert sich und die Ausprägung der Persönlichkeit beginnt vom Normalen abzuweichen. Was aber, wenn dies ein Massenphänomen wird, d. h. die Alternsverweigerung zum Normalzustand der Gesellschaftspsyche wird? Sind wir, die mit Freude und Genuss altern, dann die Gestörten?

Diese Frage kann ich nur aus vollem Herzen verneinen. Wir, die mit ihrem Alter Zufriedenen, erleben ja überhaupt nicht ein ganz wesentliches Kriterium jedweder Krankheit, nämlich den Leidensdruck. In anderen Worten: wir sind vermutlich die Gesunden! Den Leidensdruck haben doch tatsächlich jene körperbesessene Alten, die in neurotischer Zwanghaftigkeit ihre Jugend nicht verlieren wollen. Es mag hart klingen einem ganzen Segment der Gesellschaft, das mit der Verschiebung der Alterspyramide auch immer größer wird, eine krankhafte Persönlichkeitsstörung zu bescheinigen. Sich Jugend und Fitness bewahren zu wollen ist selbstverständlich ein ganz normales menschliches Bedürfnis, denn es bedeutet ja u.a. auch gesund zu bleiben. Erst seine übersteigerte Manifestation führt zu sozialen und persönlichen Konflikten. Aus der

kollektiven Störung herauszukommen kann nur über den Weg der kollektiven Erkenntnis der Zusammenhänge geschehen, d.h. wiederum, dass mehr Ursachenforschung vonnöten ist.

Es ist eine Binsenweisheit unter Psychologen, dass die Wahrnehmung einer Person durch die Umwelt wesentlich vom Inneren des jeweils Betroffenen gesteuert wird. Nur wer sich selbst als liebenswert sieht hat die Chance von seinen Mitmenschen auch geliebt zu werden. Sei erst einmal dein eigener Freund bevor Du Freundschaft mit anderen suchst! Passen solche Einsichten zur vehementen Ablehnung des Alterns? Sicher nicht und es ist wahrscheinlich, dass sich ganze Generationen ins psychische Abseits manövrieren weil sie sich und ihren Zustand nicht akzeptieren. Diese Position erfordert vermutlich eine Art Verhaltenstherapie für eine sehr große Patientengruppe. Ein durch Schönheitsoperationen vernarbter Körper mit aufgespritzten Lippen und transplantierten Haaren hat ein wenig von seiner Würde verloren, die ihm die Zeit verliehen hat. Darüber sollten wir einmal ernsthaft nachdenken und nicht einfach einen neuen Slogan ("Die 60-jährigen von einst sind die 80jährigen von heute") zur psychischen Entlastung einer ganzen Generation erfinden.

Bei *Oscar Wilde* (1854 - 1900) dem großen irischen Lyriker, Dramatiker und Bühnenautor habe ich eine Aussage gefunden, deren Inhalt mir sehr einleuchtend scheint: "Die Leidenschaft für die Lust ist das Geheimnis der

Junggebliebenen." Als ich diese Zeile las erinnerte ich mich sofort wieder an meine Begeisterung in Studentenzeiten für die Schriften Sigmund Freuds (1856 -1939). In dessen faszinierendem Buch "Das Unbehagen in der Kultur" (veröffentlicht 1930) stand zu lesen, dass ausschließlich das Lustprinzip den Lebenszweck bestimmt. Gilt das etwa im Alter nicht mehr? Ich kann mit allerbestem Gewissen für meine eigene Person sagen, dass das Älterwerden auch ein enormes Lustbedürfnis mit sich bringt und die Befriedigung der Lust kann man, wie in Jugendjahren, sehr leidenschaftlich erleben.

Im vorliegenden Text habe ich versucht meine persönlichen Erkenntnisse zur Natur der Zeit zusammenzufassen, dabei bin ich, zugegebenermaßen, vielfach vom Thema abgeschweift. Ich weiß, dass es unendlich viele Publikationen zum Zeitbegriff gibt, aber ich habe selbstverständlich nur einen kleinen Bruchteil davon gelesen. Es mag sich herausstellen, dass meine Gedanken wenig originell sind und von vielen anderen bereits in ähnlicher Weise gedacht und niedergeschrieben wurden. Das macht mir aber nichts aus, im Gegenteil, es würde mich eigentlich in meiner Ansicht bestärken, mich mit einem Phänomen von allgemeinem Interesse beschäftigt zu haben. Für mich war die intellektuelle Beschäftigung mit der Zeit eine Möglichkeit verstehen zu lernen was mir die Begriffe Zeit, Freiheit, Seele und Alter mit all ihren Facetten wirklich bedeuten. Dabei ist die für mich signifikanteste Erkenntnis wohl

das große Gewicht und die Signifikanz der "Egozeit" in meinem Leben und dem aller anderen. Das aufdämmernde Wissen um die Nähe dieser subjektiven Zeitempfindung zu meiner Psyche, bzw. zu meiner Seele war ein weiteres Stück Selbstfindung und das machte mir die Beschäftigung mit dieser Thematik so reizvoll.