

Zeit und Lebenskunst

Jörg Zirfas

Zusammenfassung

Der Beitrag beschäftigt sich mit der Frage, inwieweit der Vollzug von Zeit für ein gelingendes menschliches Leben von Bedeutung ist. Ausgehend von einer kulturhistorischen und psychologischen Betrachtung der modernen Zeiterfahrung werden deren Charakteristika Nervosität, Beschleunigung und Langeweile herausgearbeitet. Daran schließen sich zwei Darstellungen von Psychopathologien der Zeit an: Im Rahmen der systemischen Familientherapie werden die Auswirkungen der „assertorischen, fixierten Zeit“ beschrieben; im Zusammenhang mit Depression, Melancholie und Schizophrenie wird die Bedeutung der „reinen Zeit“ rekonstruiert. Der abschließende Teil formuliert die These, dass das Zeitigen von Zeit eine der zentralen Dimensionen der Lebenskunst ist.

Schlagwörter

Nervosität, Langeweile, Depression, Melancholie, Schizophrenie, Beschleunigung, Herrschaft, Selbstverhältnis, Souveränität, Verweilen.

Summary

Time and the Art of Living

This paper deals with the following question: How far is the timing of time important for a succeeding human life? Beginning with a historical, cultural and psychological perspective on the modern experience of time their moments nervousness, speed and boredom are reconstructed. Then follow two presentations of psychopathological forms of time: The results of the „assertoric, fixed time“ are described in the context of the systemic family therapy; referring to depression, melancholia and schizophrenia the meanings of „pure time“ are shown. In the concluding section the thesis is formulated, that the dealing with time is one of the central dimensions of the art of living.

Keywords

Nervousness, boredom, depression, melancholia, schizophrenia, speed, government, self-relation, sovereignty, lingering.

Die kurze Dauer des Lebens kann uns nicht von
seinen Freuden abbringen noch über seine Mühsal
trösten.

Marquis Luc von Clapiers, Vauvenargues

Zeit ist nicht die Hauptsache, sie ist das einzige.
Miles Davis

Einleitung

Wir sind in einer Zeit angekommen, in der die Jahrhunderte alte Idee, dass das Leben kurz, die Kunst dagegen lang ist, nun dazu führt, dass sich die Kunst dem Leben annimmt. Allerdings stellt sich die Frage, ob man etwa das Leben lernen kann und was die Kunst mit diesem Lernprozess zu tun hat. Für die Alten war dieser Sachverhalt eindeutig: Man sollte aus seinem Leben ein Kunstwerk machen, das, mit einem Schuss Unsterblichkeit versehen, den Mitmenschen und nachfolgenden Generationen immer im Gedächtnis haften würde. Für die Menschen in modernen Gesellschaften scheint diese Idee nicht mehr zu gelten, denn die Kunst von heute morgen erscheint am Abend schon von vorgestern. Gilt dieser Befund auch für die Lebenskunst?

Dass das Leben kurz ist, wissen die Menschen in modernen Gesellschaften zu Genüge: Gerade weil das Leben sich auf den Moment zu verkürzen droht, gilt es dieser kurzen Spanne zwischen Geburt und Tod – für einige mittlerweile die Phase zwischen Reagenzglas und Explantation –, jenseits aller Jenseitserwartungen diesseitigen Sinn zu verleihen. Das Leben, dieser flüchtige Augenblick, will also gelebt sein. Gelebt ist ein Leben aber nicht einfach dann, wenn die innere Zeit abgelaufen ist, sondern wenn diese Zeit auch Gestalt gefunden hat. Die Architektonik des eigenen Lebens gelingt, auch das ein Preis der Moderne, jedoch immer weniger einfach so. Sie bedarf der Bildung und der Phantasie, kurz der Lebenskunst.

Ins Pensum lebenslangen Lernens nun auch noch dieses Fach aufzunehmen, mag einen zunächst einmal frustrieren, haben wir doch alle schon mehr als genug damit zu tun, unsern konkreten Alltag zu erledigen. Wann also sollen wir die Lebenskunst zu lernen beginnen? Nach dem Feierabend, vor dem Frühstück, nach der Pensionierung? Hat man einmal erkannt, dass es sich bei der in Rede stehenden Fertigkeit um eine ganz besondere handelt, so löst sich das quälende Zeitproblem sowohl in Wohlgefallen auf, wie es sich zugleich in eine Aufgabe existentieller Art verdichtet. Mit Wohlgefallen und Erleichterung mag man zur Kenntnis nehmen, dass die Lebenskunst nicht in eine Nischenzeit

abgeschoben werden muss, dass wir mit anderen Worten nicht nur in der Freizeit noch Zeit für sie haben. Anlass zur Beunruhigung liefert demgegenüber die Einsicht, dass wir uns der Aufgabe der Lebenskunst stellen müssen, da wir sie immer schon betreiben, gleichgültig ob wir dies nun wollen oder nicht und ob wir dies mit oder ohne Sinn für ihre Gestaltung tun. Wir sind also immer schon Lebenskünstler und dies nicht nur aus dem Grunde, dass wir immer schon leben, sondern weil wir, wie merkwürdig dies im Einzelnen auch sein mag, immer schon versuchen, dieses unser Leben zu gestalten und in Form zu bringen. Wenn dem aber so ist, leuchtet die Idee auf, diese Gestaltung und Formgebung in einer möglichst guten Weise zu vollziehen. Dies ist gleichwohl leichter gesagt als getan, denn wer könnte schon sagen, was hier gut sei, und ob das Fressen – wie Brecht meinte – immer vor der Moral komme.

Wie dem auch sei, zunächst kommen die Zeit und dann das, was Menschen aus ihr machen. Denn das Leben hat die Zeit, die wir ihm geben. Weil der Mensch das zeithabende Wesen ist, braucht und gebraucht er die Zeit, um sein Verhältnis zu sich und seinem Leben, aber auch zu seinen Mitmenschen und zur Natur zu gestalten. Der Mensch erscheint in diesem Sinne als Subjekt der Zeit und wir sprechen dementsprechend davon, dass er seine Zeit gestaltet, nutzt oder verschwendet, verliert oder gewinnt, verwendet oder beherrscht. Allerdings kennen wir auch die Redewendungen vom Menschen als Opfer der Zeit, von der Zeit, die den Menschen beherrscht und die selbst in ihm herrscht. Hier erscheint die Zeit als das Subjekt, das den Menschen zum Objekt macht; und darüber hinaus wird damit auch die Abhängigkeit des Menschen von zeitlichen Rhythmen betont, ohne die der Mensch nicht existieren könnte (vgl. Wendorff 1988). Kurz: der Mensch *hat* und *ist* zugleich Zeit. Ausgehend von der These, dass das gelingende menschliche Leben ein Leben ist, das sich im wesentlichen der Möglichkeit eines gelungenen Umgangs mit der Zeit verdankt, gewinnt die Zeitproblematik ihre drängende Problematik für die Lebenskunst (vgl. Brenner u. Zifas 2002).

Nervöse Zeiten

Dass Daniel Defoe in seinem 1719 erschienenen Roman „Robinson Crusoe“ dessen Helden nach seiner Strandung einen Kalender basteln lässt, einen festen Stundenplan einführt und seinen Genossen Freitag nennt, signalisiert die hohe Bedeutung der Zeit in den individuellen und sozialen Beziehungen der Moderne. Zweihundert Jahre später bemüht dann der Zeitzeuge Walter Benjamin die für den jeweiligen Zustand einer Gesellschaft ganz besonders sensiblen Kranken, um den Zustand der Moderne zu charakterisieren: In den Kranken „schlägt die private Hemmungslosigkeit gewisserma-

ßen in die inspirierte Witterung der Atmosphäre um, in der die ‚Zeitgenossen‘ atmen. Die Zone dieses Umschlagens aber ist die ‚Nervosität‘“ (Benjamin 1985, 442). Die Nerven erscheinen alsbald als jener soziale Seismograph, der auf die durch die Industrialisierung, Verstädterung und Verkehrszunahme des 19. Jahrhunderts sich radikal beschleunigenden Lebensbedingungen am sensibelsten reagiert. Nervenschwäche und Neurasthenie sind am Ende dieses Jahrhunderts in aller Munde; so veröffentlicht George Miller Beard, ein amerikanischer Arzt und Spezialist für Elektrotherapie, 1881 ein Buch mit dem Titel *Nervous exhaustion, neurasthenia*, dem ein Jahr später *American nervousness with its causes and consequences* folgt. Joachim Radkau (1998) nennt die Zeit zwischen 1890 bis hin zum ersten Weltkrieg dementsprechend: „Zeitalter der Nervosität“. Rapide Beschleunigungen und extreme Verlangsamungen führen zu einer Deformation des Zeiterlebens; die Menschen scheinen die ekstatischen Dimensionen der Zeit, Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, nicht mehr miteinander verknüpfen zu können, die Folgen sind Nervosität und Melancholie oder modern: Stress und Depression (Baier 2000, 147 ff.).

Wie stark das individuelle und soziale Zeitgefühl durch das kulturelle Umfeld (mit-)bestimmt wird, zeigt der Psychologe Robert Levine (1998). Er hat den Lebenstakt in 31 verschiedenen Ländern untersucht, indem er die durchschnittliche Gehgeschwindigkeit zufällig ausgewählter Menschen über eine Entfernung von zwanzig Metern gemessen hat, indem er die Zeit festgehalten hat, die man an einem Postschalter braucht, um eine Briefmarke zu kaufen, und indem er drittens die Genauigkeit von 15 Uhren an zufällig ausgewählten Banken überprüfte. Dabei kam er zu dem Ergebnis, dass folgende Faktoren – in Relationen ausgedrückt – die Zeit vor allem beeinflussen: je gesünder die Wirtschaft eines Ortes, je höher entwickelt und industrialisiert, je dichter besiedelt, je kühler und je individualistischer, desto höher das Tempo. Als den wichtigsten Faktor bezeichnet Levine die Wirtschaft (ebd., 38). Wie zu erwarten war, liegen die Industriestaaten, namentlich die Schweiz, Japan und Deutschland, was die Geschwindigkeit betrifft, an der Spitze der Skala, während die weniger ökonomisch entwickelten Länder wie Brasilien, Indonesien und Mexiko sich am Ende der Tabelle wiederfinden (ebd., 180). In einigen, in die Liste nicht mit aufgenommenen Ländern scheint die Zeit gar stillzustehen bzw. nicht wahrgenommen zu werden, wie aus einer Geschichte erhellt, die Levine von einem Anthropologen zugetragen wurde. Dieser berichtete von einem Afghanan in Kabul, der seinen Bruder, mit dem er sich dort verabredet hatte, nicht finden konnte. Bei der Untersuchung dieses Falls stieß man auf folgendes Problem: Die beiden Brüder hatten sich zwar in Kabul verabredet, dabei aber versäumt, das Jahr festzulegen (ebd., 44).

Das kann den Menschen in der industrialisierten Postmoderne wohl kaum passieren. Die mit der Beschleunigung moderner Gesellschaften verbundenen Belastungen für den Menschen, die Gesellschaft und die Natur können an einigen Zahlen verdeutlicht werden, die zwar keinen unmittelbaren, d. h.

notwendigen und hinreichenden Zusammenhang mit den pathologischen Zeitrhythmen moderner Gesellschaften nahe legen, aber immerhin einige Plausibilität dafür beanspruchen können, dass sie – wie auch immer vermittelt – mit diesen in einer engen Verbindung stehen (vgl. Reheis 1999). So stirbt mittlerweile jeder zweite Deutsche an Herz-Kreislaufkrankungen, die Neuerkrankungen bei Angst- und Depressionserscheinungen verdoppeln sich alle zehn Jahre, die Beschleunigung aus dem Alltag in den Urlaub geht einher mit einer immer kürzeren Aufenthaltsdauer am Urlaubsort, die Zunahme der Suchtkranken ist ein Indiz für die Orientierung am Augenblick, und schließlich haben sich zwischen 1950 und 1990 der motorisierte Personenverkehr in Deutschland verachtfacht und der Güterverkehr vervierfacht, ebenso wie der Luftverkehr in den letzten zwanzig Jahren um das vierfache angewachsen ist (Stichwort: „Verkehrsbeschleunigungsgesetz“). Darüber hinaus wird heute in einem Jahr die Menge Erdöl verbraucht, welche die Natur in etwa 6 Millionen Jahren produziert hat, tauchen täglich etwa 1000 neue chemische Substanzen auf. Und nicht zuletzt bedeutet die ökonomische Umorientierung der letzten zweihundert Jahre, die die Produktion von der Reproduktion von Ressourcen auf die Beschleunigung der Produktion umstellte und zu einer Produktion von Geldüberschüssen führte, einen enormen Beschleunigungsfaktor: so wird für die USA davon ausgegangen, dass sich die Produktivität pro Arbeitsstunde in den letzten hundert Jahren um 750 Prozent erhöht hat, für Deutschland geht man sogar von einer Steigerung um 1500 Prozent aus. Damit scheint die System- bzw. Eigenzeit des Menschen in erheblichem Maße Belastungen ausgesetzt. Unter Systemzeit verstehe ich hier eine anthropologische Rahmenzeit, die durch Nebenwirkungen immer leicht modifiziert wird und differenziert davon die Eigenzeit, die eine individuelle Konkretisierung der Systemzeit darstellt; zu den grundlegenden systemischen anthropologischen Rhythmen gehören mehr als 150, zu denen der Wechsel zwischen Tag und Nacht, Blutdruck, Essen, Harnausscheidung, Leistungskurven, Körpertemperatur u. ä. zählen (vgl. ebd., 49 f., 88). Diese Belastungen lassen sich z. B. an Katastrophen erkennen: die Unfälle in Harrisburg, Tschernobyl, Bhopal, die des Öltankers Exxon Valdez geschahen mitten in der Nacht und lassen sich (auch) auf die Übermüdung der Verantwortlichen zurückführen. Man kann die Entwicklung der Beschleunigung, und die damit entstandenen temporalen De-regulierungseffekte und Desynchronisationseffekte natürlich auch an den technischen Empfindungen festmachen, die die bis vor 200 Jahren gültige Verkehrszeit des Pferdes ablösen: Eisenbahn, Verbrennungs- und Elektromotor, Auto, Telefon, 1903 starteten die Brüder Wright den ersten motorisierten Flug, Computer und Internet kennen wir seit Mitte des Jahrhunderts.

Langeweile

Dabei ist die Beschleunigung – wie die Langeweile – letztlich ein Symptom der Sinnlosigkeit. Die Beschleunigung wird in der Moderne zum Modell und zum Ziel zugleich: Dinge, Menschen, Informationen, die Materie und das Leben – schließlich das Denken – werden beschleunigt um der Beschleunigung willen. So lässt sich die Zeit abschaffen. Das Ideal der Beschleunigung ist ihre eigene Überflüssigkeit, alles ist jederzeit an jedem Ort verfügbar. Wenn man immer schon angekommen ist, braucht man sich nicht mehr auf den Weg zu machen, ist jede Rede von Entwicklung und Veränderung sinnlos. Zu Ende gedachte Beschleunigung führt zur Implosion des Sinns. Weil alles mit allem allezeit und allen Ortes verbunden ist, geschieht alles in Echtzeit, die Gegenwart dehnt die Zeit über die Vergangenheit und Zukunft aus, um sie damit zu vernichten.

Analog dazu ist das Problem der Langeweile ebenso ein Problem der Sinnlosigkeit des Daseins (vgl. Svendsen 2002). Insofern sind Phänomene der Langeweile nicht rein psychologische, sondern in hohem Maße auch soziale und kulturelle Phänomene, insofern Menschen in sozialen und kulturellen Verhältnissen leben, die ihnen Sinnangebote machen bzw. selbst von Langeweile geprägt sind. Langeweile ist ein Ausdruck von Sinnverlust, von Orientierungslosigkeit. Denn Phänomene der Langeweile treten verstärkt in der Moderne, genauer seit der Romantik auf. Bis zu diesem Zeitpunkt war die Langeweile das Statussymbol einer *upper leisure class*, doch mit dem 19. Jahrhundert beginnt sich die Langeweile zu demokratisieren, da die Romantik als Zeitalter des epochalen Verlusts eines ganzheitlichen Sinns verstanden werden kann. Seitdem regiert die Suche und die Sucht nach Erlebnissen, Interessantem und Neuem: allesamt Momente mit einer kurzen Verfallsdauer, die im nächsten Augenblick zur Gleichgültigkeit herabsinken können. Die Leere, die sich dann in der Zeit der Langeweile zeigt, ist eine Sinn- oder Überzeugungsleere. Es gibt *nichts* mehr, für das es sich wirklich zu engagieren lohnt, weil *alles* prinzipiell bedeutungslos geworden ist.

Ein anderer Ausdruck für diesen Befund lautet: Gott ist tot. Nunmehr ist alles gleich interessant und daher auch gleich-gültig, oder auch gleich-langweilig. Jede Transgression aus diesem Zustand scheitert, weil der Mensch letztlich nur noch sich selbst begegnet. Das Neue, das das Ich sucht, ist immer das Neue des alten und leeren Ich, die Gegenstände der Wahl sind nur noch neu und verlieren damit jegliche andere Qualität und die grenzenlose Wahl bedeutet nichts anderes als grenzenlose Langeweile. Alles ist Oberfläche. Selbst Sexualität und Gewalt – die Transgressionsversuche der Moderne schlechthin – führen durch die Obszönität der Transparenz und durch ihre quantifizierende Technisierung nicht zu einem Jenseits, sondern direkt in die Langeweile. Die

tabulose Triebbefriedigung und die Exzesse der Lust und der Gewalt töten das Begehren und führen zur stumpfsinnigen Langeweile. Nichts ist eintöniger als die stumpfsinnige Mechanik der Technik und die „Turnerpyramiden“ (Horkheimer und Adorno) von de Sade. Nichts ist langweiliger, als das Überschreiten können jeglicher Grenze, denn erst dann wird alles beliebig. Die Langeweile erscheint so als Symptom des Verlusts des Absoluten, der Grenze, des Ziels und alle ihre wissenschaftlich nachweisbaren Verbindungen zu Drogenmissbrauch, Rauchen, Essstörungen, Gewalt, Promiskuität und Risikobereitschaft sind Ausdruck eines kulturellen Begehrens, das nach einer unhintergehbaren Grenze unterwegs ist.

Psychopathologien der Zeit 1: Die assertorische Zeit

Während die kulturellen Zeitpathologien mit den technischen, medialen und sozialen Beschleunigungsmechanismen moderner Gesellschaften verbunden sind, zeigt sich aus der Sicht der systemischen Familientherapie eine andere Form der Pathologie der Zeit (Boscolo u. Bertrando 1994). Die systemische Familientherapie macht deutlich, inwieweit eine zu starke Betonung der Vergangenheit eine von der Familie favorisierte lineare, kausale Erklärung der Symptome bedingt, die die Gegenwart und die Zukunft in das enge Korsett eines Determinismus zwingt: diese werden zu Stereotypen der Vergangenheit. Durch die Therapie soll eine gemeinsame, neue Zeit durch Interaktion mit dem Therapeuten und durch die Familienmitglieder untereinander geschaffen werden, es geht mithin darum, die Koordinationsmöglichkeiten und die Flexibilität der Zeiten zu fördern. Das Interaktionssystem Familie soll mit Hilfe von zirkulierenden, flexiblen Zeitstrukturen von ihren fluktuierenden, wiederholenden und blockierenden Zeitmodellen befreit werden. Die, so könnte man sagen, *Verflüssigung* der Zeit zielt darauf, die starre Vorstellung, dass die Vergangenheit die Gegenwart und damit die Zukunft determiniert, aufzuheben. Es geht darum, aus der Logik der pathologischen, *assertorischen* Zeit auszusteigen, um eine gesunde, *modale* Logik der Zeit zu entwickeln. Dazu wird ausgehend von der Gegenwart die Diskussion auf die Vergangenheit und schließlich auf die Zukunft gelenkt, um so neue zeitliche Übergänge zu inaugurieren. Die Betonung auf der Gegenwart, die Vergegenwärtigung, impliziert die Ideen, dass nicht nur die Probleme im Grunde immer gegenwärtig sind, sondern auch, dass von hier aus neue Lösungen möglich sind.

Vergangenheit und Zukunft werden so in die Gegenwart versetzt, dass eine neue Vergangenheit und eine neue Zukunft geschaffen werden können; die von den Klienten mitgebrachte starre zeitliche Ordnung wird durch die vom Thera-

peuten vorgeschlagenen möglichen Welten ins Wanken gebracht (vgl. ebd., 187). „Wir könnten sagen, das therapeutische Team repräsentiere die Zukunft des Therapiesystems, der Klient dessen Vergangenheit und das Therapeuten-Klienten-System die Gegenwart“ (ebd., 166). Indem die gemeinsame Vergangenheit der Familie zu einer konstruierten, *konjunktivischen* wird, wird es der Familie möglich, eine *optionale* Zukunft zu entwerfen, die sich von dem linearen, deterministischen Modell der Zeit frei macht; so zieht eine veränderte Erinnerung an die Vergangenheit wiederum eine neue, positive Geschichte nach sich und die Klienten sind durch die Eröffnung von möglichen Zukunftshorizonten durch den Therapeuten frei, sich von ihrer gemeinsamen Zeitpathologie zu befreien. Boscolo und Bertrando (ebd., 233 f.) sprechen hier von „Zukunftspathologien“, die durch die Verengung des zeitlichen Horizonts oder durch eine deterministische Zukunft entstanden sind.

Beispiel: „Aldo: *Die Zeit ist stehengeblieben*“

Bei Aldo, inzwischen 26 Jahre alt, war fünf Jahre vorher eine Schizophrenie diagnostiziert worden. Die Symptome traten zum ersten Mal während einer Reise nach Tibet auf: ein organisierter Wahn, in dem der Dalai-Lama sein Leben und das der Menschen, mit denen er Kontakt hatte, beherrscht. Er verbrachte einige Zeit in einem psychiatrischen Krankenhaus, hatte aber nach der Entlassung einen Rückfall und musste wieder eingewiesen werden. Er hatte einige Monate bei seiner Familie gewohnt, verursachte aber ein solches Chaos, dass sein Vater und sein Bruder gesagt hatten, er müsse entweder ausziehen oder ins Krankenhaus zurückgehen.

[...]

Therapeut: Aldo, warum haben diese Geister des Dalai-Lama [...] sie dazu gebracht, wie ein Verrückter zu leben, so dass sie in ein psychiatrisches Krankenhaus eingeliefert werden mussten? [...] Wieso hat diese Idee dazu geführt, dass sie lebten wie ein

...

Aldo: Wie ein Verrückter!

Therapeut: Ja, genau.

Aldo: Jetzt stelle ich Ihnen mal eine Frage: Leben wir in der Gegenwart, in der Zukunft oder in der Vergangenheit?

Therapeut: Was meinen Sie?

Aldo: Ich glaube nicht, dass es so etwas wie die Zeit gibt. Das ist ja das Problem.

Therapeut: Nun, Sie müssen gute Gründe dafür haben ...

Aldo: Und ich kann nie verstehen, ob ich in der Vergangenheit, der Gegenwart oder der Zukunft bin. Also werde ich verrückt. Weil ich nicht in aller Ewigkeit hier leben will. Das ist noch ein weiteres Problem.

[...]

Therapeut: [...] Stellen Sie sich vor, diese Idee, die von Ihnen Besitz ergriffen hat und Sie zwingt, so zu leben ... Stellen sie sich vor, diese Idee würde verschwinden und Sie wären frei. Was würden Sie tun? Wie würde Ihr Leben aussehen?

Aldo: Es wäre ein Leben ... Es wäre auf jeden Fall viel glücklicher.

Therapeut: Aber jetzt arbeiten Sie nicht mehr?

Aldo: Ich habe vor zwei Monaten aufgehört.

Therapeut: Warum haben Sie aufgehört?

Aldo: Weil ich es ernst meine.

Therapeut: Was meinen Sie damit?

Aldo: Ich kann es nicht erklären, ich kann es Ihnen nicht sagen ...

Therapeut: Hat Ihr Ideensystem Ihnen befohlen, aufzuhören?

Aldo: Ich habe beschlossen, aufzuhören. Ich mag es nicht, dass die Zeit nicht vergeht.

[...]

Therapeut: Dass die Zeit nicht vergeht. Sie haben das Gefühl, dass die Zeit nicht fließt?

Aldo: Nein, sie fließt nicht.

Therapeut: Ich verstehe. Ich finde das absolut logisch. Sie fließt nicht, weil das System stillsteht. In Ihrem Leben stehen die Systeme still, sind unbeweglich. Nehmen wir das Beispiel eines Kindes. Während es wächst, fließt die Zeit. Wenn es ein Heranwachsender wird, kommt es in das Stadium, in dem es normal ist, das Familiensystem zu verlassen und in ein externes System einzutreten, welches eine neue Familie, ein Beruf, die Armee sein könnte. [...] So fließt die Zeit. Aber für Sie, ich verstehe Sie, steht die Zeit still, weil Sie sich immer noch in diesem System befinden (deutet auf die Eltern). Absolut. Ich glaube, das Ideensystem, das Sie aus Tibet mitgebracht haben, zwingt Sie, hier in diesem System zu bleiben, bei dieser Familie ...

[...]

Aldo: Die Zeit blieb stehen, als ich aus Indien zurückkam.

Therapeut: Genau. Sie blieb stehen, als Sie diesen Ideen, die Sie entwickelt haben, blind zu gehorchen begannen, diesem Ideensystem, das Sie in Ihrem Kopf haben. In diesem Sinne gehorchen Sie Ihren Ideen, aber nicht Ihren Eltern ...

Aldo: Aber die ganzen Konflikte mit den Gegensätzen ...

Therapeut: Ja, ich verstehe. Tief im Innern sind Sie eigentlich, sagen wir mal, ein Mensch, der gerne mit Vater und Mutter auskommt, der gerne Zuneigung erhält und der leidet, weil er das nicht bekommt. Ich nehme an, Sie denken manchmal an den Tod und Ihre Ideen sagen Ihnen: 'Warum machst du nicht Schluss, warum bringst du dich nicht um?' Ich glaube, das könnte sogar ...

Aldo: ... eine Lösung sein.

[...]

Therapeut: Die Zeit steht also seit Jahren still. Sie sind der Chance, eine Arbeit zu finden, Freunde zu haben, sogar eine Frau zu finden und Kinder zu haben, aus dem Wege gegangen ... Die Zeit ist stehen geblieben. Ich verstehe: Die Zeit ist stehen geblieben, weil Sie weiterhin hier in diesem System (deutet auf die Eltern) leben. Oder (zum Psychiater) in diesem System, wo Sie versorgt, gefüttert werden usw. [...] Ihre Familie ist, was sie ist, Ihre Eltern sind, was sie sind, werden sein, was sie sein werden. Wenn Sie nach außen schauen, Ihre Aufmerksamkeit auf Dinge außerhalb der Familie richten [...], wird die Zeit wieder anfangen zu fließen, und Sie werden diese ganze Stagnation hinter sich lassen. Sie sind jetzt in einem Zustand der totalen Stagnation, Sie sind absolut unbeweglich. Ist es klar, was ich sagen will?

Aldo: Ja.

(ebd., 339, 341 f., 351 ff.)

Das Ziel der Therapie besteht darin, die Zeitgesetze, die sich außerhalb der Zeit befinden, und somit unangreifbar werden, durch Zeitereignisse, die einen

konstruktiven und kontingenten Charakter haben, innerhalb der Zeit zu ersetzen. Anders ausgedrückt: Die Therapie zielt auf die Umwandlung des Mythos in eine Geschichte. Während der (Familien-)Mythos außerhalb der Zeit lokalisiert ist und es somit ermöglicht, zeitliche Entwicklungen zu beschreiben, die mit einer unerbittlichen Strenge immer wieder wiederholt werden müssen, ist die (Familien-)Geschichte oder die (Familien-)Narration in der Zeit beheimatet und somit flexibel und steuerbar in der Darstellung und der Re- und Dekonstruktion von zeitlichen Verläufen. Die Regression durch die Zeit wird durch die Produktion der Zeit selbst aufgehoben.

Psychopathologien der Zeit 2: Reine Zeit

Wenn die Zeit nicht mehr als diejenige erscheint, die die Dinge voneinander trennt, sondern die sie zusammenfallen lässt, wird man sich besonders der Bedeutung und vor allem der Herrschaft der Zeit bewusst. In der Langeweile, aber in wesentlich stärkerem Maße in Depressionen, der Melancholie oder in der Schizophrenie, kann diese Herrschaft erfahren werden (Theunissen 1991). Dabei ist Herrschaft der Zeit keine befreiende, sondern eine entfremdende, eine Leiden erzeugende. In den genannten psychopathologischen Situationen, in denen die Zeit von den Patienten gleichsam „nackt“ erfahren wird, erkennt man einen ihrer entscheidenden Züge am besten. Diese Menschen nehmen Zeit in einer bestimmten Weise wahr, in der sie sich der Zeit ausgeliefert fühlen und zwar einer Zeit, die nicht vergehen will und die somit die psychisch Kranken einer Situation der Wiederkehr des ewig Gleichen aussetzt. Die Zeit verliert für sie die Rolle eines Mediums, das die Selbstbeziehung zu sich, zu anderen und zur Welt gestalten kann, und das wir im alltäglichen Leben nicht wahrnehmen, und wird zu ihrem einzigem Inhalt von Erfahrung: man erlebt und empfindet nur noch Zeit. Dieses Erleben reiner Zeit – im Unterschied zu einer gelebten Zeit – führt in sehr pathologischen Fällen sogar zu einem Zusammenbruch jeglicher zeitlicher Vorstellungen, zum Auseinanderbrechen der dreidimensionalen Zeit und damit zur Möglichkeit, Zeit überhaupt noch *zeitigen* zu können.

Die genannten psychopathologischen Phänomene sind auf den ersten Blick gekennzeichnet durch eine eigenartige Antriebslosigkeit, eine Haltung, in der die Lebenskraft zu fehlen scheint, ein Nicht-Handeln-Können, eine Ohnmacht und einen damit verbundenen Stillstand in doppelter Hinsicht: Menschen, die unter der Zeit leiden, sind nicht mehr oder nur eingeschränkt fähig, ihr Leben von *vorne* her zu leben, d. h. sich einen Entwurf zu machen, nachdem sie ihr Leben in der Gegenwart ausrichten, noch erscheinen sie fähig, ihr Leben nach *vorne* zu leben, sich also zu entwickeln und zu verändern, mit den Möglich-

keiten, die ihnen aus der Vergangenheit erwachsen sind. Diese Menschen sind einer Herrschaft der Zeit ausgeliefert, ohne dass sie in der Lage wären, gegen die Herrschaft der Zeit eine Gegenmacht zu entfalten. Sie erleben – in unterschiedlicher Stärke – vielmehr ein Nicht-Vergehen von Zeit, das ihnen ihren eigenen Stillstand widerspiegelt, sie werden krank durch diese Form der Zeiterfahrung. „Ich muss unaufhörlich denken, dass die Zeit vergeht. [...] Das Leben [...] ist an einem *vorbeigezogen*, man stand still und holt es nicht mehr ein“ (v. Gebtsattel, zit. n. ebd., 49). Das Leben wird erfüllt von der Zeit als nicht enden wollende Bewegung; die Zeit geht gleichsam durch den Patienten als ihr Medium hindurch, füllt es vollkommen aus und vermittelt diesem durch ihre Endlosigkeit den eigenen Stillstand. Das unendliche zeitliche Vergehen „zeitigt“ (im wahrsten Sinne des Wortes) durch die detaillierte Zergliederung in Sekunden, Minuten, Stunden und Tagen lediglich eine völlig inhaltsleere, gleichsam reine Zeit, die die Menschen ihrem abstrakten Vergehen ausliefert. Der Fülle der Zeit auf der einen Seite korrespondiert einen (vollständigen) Erfahrungs- und Weltverlust auf der anderen Seite; in der „schlechten“ Unendlichkeit einer niemals enden wollenden Zeit verschwinden alle erlebnismäßigen Differenzierungen im grauen Einerlei des ewigen Vergehens. „There is no such thing as time – there is only eternity [...] there is only timeless, hateful, spaceless worsening of things. You can never go forward; you must always regress into horrific mass“ (Lehmann, zit. n. ebd., 74). Die Zeit gerinnt zu einem bloßen Vergehen, zu einem gefrorenen Fließen, in dem keine Anhalts- und Haltepunkte mehr ausgemacht werden können. Sie gleicht damit einem „Fluss ohne Ufer“ (Jahnn), einem grenzenlosen, sinnlosen Geschehen, das den Patienten den Zustand ihres eigenen Todes vermittelt.

So lässt sich zunächst für die genannten Psychopathologien der Zeit festhalten: Im Unterschied zur Langeweile, in der uns etwas langweilt und wir das Ende dieser Zeit herbeisehnen, und auch im Unterschied zur Situation, in der wir uns selbst langweilen – in dieser Erfahrung bedrängt die Zeit uns schon näher –, ist die existentielle, tödliche Langeweile ein Zustand, in der wir die Erstarrung und Entleerung unserer Zeit besonders erleben können. In der existentiellen Langeweile konvergieren Zeit und Ewigkeit so, dass die Zeit zu einer gleichförmigen Ewigkeit gerinnt. Langeweile ist Zeit ohne Vergangenheit und Zukunft, gleichsam reine Gegenwart. Die Fülle des Augenblicks konvergiert hier mit dem Nichts – negativer *kairos*, *horror vacui* der Zeit. Die Zeit implodiert, verliert den Charakter der Differenzierung und Transgression und verkommt zur schlechten, inhaltlichen Ewigkeit des Jetzt. In der Langeweile wird uns die Trägheit der Zeit bewusst, die Tatsache, dass der Mensch Zeit ist, die er nicht unter Kontrolle bringen kann. „Die Langeweile entspringt aus der Zeitlichkeit des Daseins“ (Heidegger 1992, 191). Die existentielle Langeweile lässt den Menschen leer zurück, leer an Welt, leer an Selbst und leer an Beziehungen. Insofern langweilt sich in der existentiellen Langeweile niemand

mehr, weil es keinen jemand gibt, der sich langweilen könnte. Es langweilt sich, wie Heidegger (1992) sagt, nur noch die Langeweile selbst.

In der Melancholie wird als Fixierung an die Vergangenheit, die Wiederkehr des ewig Gleichen der Zeit als Form der Bewegung wie als Inhalt der Zeit sehr deutlich; die schizophrene Erfahrung der Zeit geht über die melancholische insofern hinaus, als man von ihr als Erleben einer Wiederkehr des Selben in Bezug auf Form und Inhalt sprechen kann (Theunissen 1991, 76, 304f.). Die Zeit – so lässt sich mit Michael Theunissen sagen – herrscht nicht nur *über* oder *in* den Patienten, sondern *durch* sie und drängt sie so dazu, ihre Bewegung stetig nachzuahmen. Damit kommt es zu einer folgeschweren Deformierung des dreidimensionalen Zeitmodells. Betrachtet man die stärkste Verzerrung der Zeit, nämlich die Schizophrenie, so scheint dort nicht nur die Zeit still zu stehen, sondern zudem eine Vorherrschaft der Vergangenheit über die Gegenwart und die Zukunft zu bestehen. Die Vergangenheit legt den Schizophrenen fest und enteignet und entfremdet ihn damit von sich selbst.

In den Psychopathologien der Zeit kommt eine *fraktierte* Zeit zum Ausdruck, die als Symptom auf den fehlenden Widerstand gegen die Zeit verweist. Dabei wird deutlich, dass die ausschließliche Konzentration auf den Zeitmodus der Vergangenheit die Zeit zu einer gleichförmigen Masse werden lässt, in der das Selbst, die andern und die Welt zu einer ununterscheidbaren Substanz zusammengeschmolzen sind. Die Erfahrung der reinen fraktalen Zeit des Präsens oder Präteritums belegt die Differenzlosigkeit von Welt, alles bewegt sich im Modus des Vorbei oder des Jetzt.

Der Vollzug von Zeit

Aus dem Blickwinkel der Lebenskunst erscheint die menschliche Zeit dann als geglückte, wenn sie als Integral von Veränderung und Unveränderlichkeit praktiziert wird (Kaempfer 1996). Das menschliche Leben erscheint als gelungenes, wenn es in einem souveränen Sinn mit der Zeit umgehen kann; bzw. erscheint der Vollzug von Zeit durch die Menschen zugleich als deren Lebens- und Selbstvollzug. Menschen zeitigen Zeit und indem sie dies mehr oder weniger bewusst tun, strukturieren sie ihr Leben. So sind Selbstverständigungsprozesse des Menschen gebunden an zeitliche Verläufe; ohne die Formen von Zeit wären Subjektivität, Identität und Autonomie ebenso wenig denkbar wie Modelle der Entwicklung, des Verlaufs, von Anfang und Ende. Jegliches menschliches Denken und Handeln schließt an etwas an und geht auf etwas zu: dient die Erinnerung dazu, die einzelnen Lebensstadien zusammenzufassen, so zielt die Erwartung darauf, das gegenwärtige Leben mit dem zukünftigen zu verbinden, während die Vergegenwärtigung

darauf aus ist, die Erinnerung mit der Erwartung im Integral Leben zu vereinen.

Insofern ist, in welcher kulturell und historisch geprägten Form auch immer, der Zusammenhang des dreidimensionalen Zeitmodells von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft für den Menschen zentral: Wer war ich, wer bin ich, wer will ich sein? Unter dem Titel (menschliches) „Leben“ wird hier der Selbstentwurf eines Individuums verstanden, der von der Gegenwart auf die Zukunft ausgreift, indem er auf Vergangenheit zurückgreift. Darüber hinaus wird mit dem Gedanken des Lebens unterstellt, dass es, wie Heidegger formuliert, den Menschen so um ihr Leben geht, dass sie in der Sorge um sich, dieses Leben sich durchsichtiger und einsichtiger machen möchten. In den Vollzug des Daseins geht ein, dass man dieses konkretisieren und explizieren möchte. „Leben“ ist somit nicht primär Geschehenes, sondern Produkt eines Sich-zu-sich-Verhaltens, dem es in diesem Verhalten vor allem um einen, immer prekären, Selbstentwurf geht. Dabei unterliegt dieser Selbstentwurf den mit den Bildungsprozessen notwendig verbundenen Veränderungszumutungen. Die Idee eines gelungenen „Lebens“ ist ein durch Komplexitätsreduktion entstandenes Selbstbild, dessen Reduktion notwendig ist, weil der Mensch in seiner Zukunftsorientierung und in seinen Bildungsprozessen wesentlich Veränderungen und Entwicklungen ausgesetzt ist. So kann man Leben als „Fiktion“ verstehen – das heißt als nicht empirisch ausweisbarer Zusammenhang, da vor allem der zukünftige Charakter des Selbst immer schon über das gegenwärtige Ich hinaus zielt. Der in die Zukunft zielende Selbstentwurf eröffnet die Möglichkeitsräume des Selbst. Der Entwurf meines Lebens ist ein performatives Programm, das die temporale Ordnung konstituiert, die es konstatiert. Im Ausgestalten einer zeitlichen Ordnung meines Lebens führe ich mein Leben selbst durch; die zeitliche Ordnung kommt nicht im Leben zum Ausdruck, sondern sie wird hergestellt, inszeniert und durchgeführt als temporaler Selbstvollzug des Lebens.

Das, was menschliches Leben ausmacht, die Wahrnehmung von und das Wissen um Veränderung, wird durch zeitliche Vorstellungen ausgedrückt und damit zugleich erklärt und verstellt: erklärt, weil menschliches Leben sich in diesen Dimensionen vollzieht und verstellt, weil der Grund für diese Bewegung im Dunkel des gelebten Augenblicks (Bloch) verbleibt und weil man sich sein Leben nicht als Ganzes vergegenwärtigen kann. Ich werde mir meines gelebten Lebens immer erst nachträglich bewusst, d. h. gelebtes und erlebtes Leben fallen in einem strengen Sinne auseinander, und ich bin selbst nicht in der Todessituation, in der mir markante Lebensmomente wie im Zeitraffer vor Augen stehen können, in der Lage, mir mein Leben als Ganzes vor Augen zu stellen. Was bleibt, ist die Möglichkeit einer Vorstellung meines Lebens, die mit der Fiktion von substantieller Unveränderlichkeit oder mit der Fiktion einer in Übergängen sich durchhaltenden formalen Einheit operiert. Denn ich bin immer – zeitlich, numerisch, objektiv – mehr oder weniger als ich selbst, was

den Reden von: „Das bin ich nicht mehr“, „Das bin ich noch nicht“ oder „Das bin nicht ich“ einen Sinn verleiht. Und nur Gott ist wirklich immer der, der er ist (Exodus 3,14).

Hieran lässt sich die These verdeutlichen, dass der Mensch als ein Wesen verstanden werden kann, das, weil es kein feststehendes, ewiges Wesen besitzt, gezwungen bleibt, sein Leben als *Integral* zeitlicher temporaler Fragmente zu interpretieren. Menschliches Leben ist befristetes Leben, das aus den Fragmenten Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zusammengesetzt ist; aus einer fragmentarischen *Vergangenheit*, insofern diese die individuelle Entwicklung in Gegenwart und Zukunft nur partiell zu bestimmen in der Lage und zudem in Verluste, Brüche, Heterogenitäten und Vergessen involviert ist; aus einer fragmentarischen *Zukunft*, da der Mensch im „Dunkel des gelebten Augenblicks“ (Bloch) immer noch auf eine ausstehende Vervollkommenung hofft, in der die bisher erlebten Brüche und Verluste sich zumindest partiell aufheben lassen. Und der Mensch ist ein Fragment der *Gegenwart*, weil der Einzelne als „Zeitmangelwesen“ immer auf eine prekäre und ambivalente Kommunikation mit gegenwärtigen (wie vergangenen und zukünftigen) Anderen angewiesen bleibt, die seine Unabgeschlossenheit zugleich bestätigen sowie zu kompensieren in der Lage sind; diese Anderen können ihre Lebenszeiten mit denen des Individuums so verschränken, dass diesem die Erfahrung von „Multitemporalität“ möglich wird, „[...] denn geteilte Zeit ist vielfache Zeit“ (Marquard 1994, 57). Die Idee der Zeit dient dazu, die fragmentarische Existenz des Menschen zusammenzufassen, und zugleich führt sie dazu, diese durch die Veränderung selbst wiederum auseinander zu reißen. Die Möglichkeit eines erfüllten Lebens scheint dort auf, wo menschliches Leben gegen die Herrschaft der Zeit als unaufhebbare Bewegung des Humanen Möglichkeiten findet, sich gegen die vernichtende Kraft der Veränderung zu stemmen: durch Zeitsouveränität, durch mimetisches Angleichen an die Prozesse der Zeit oder durch das Verweilen im Augenblick (vgl. Zirfas 1993).

Dabei ist Bewusstsein, als Selbstbewusstsein und Verständigungsbewegung, Voraussetzung dafür, dass eine zeitliche Lebensführung möglich ist (Henrich 1999). Sich als sich selbst verstehen bedeutet, sich als zeitliches Wesen zu verstehen, welches Veränderungen unterliegt, in die man eingreifen kann. Es bedeutet aber auch, sich seines eigenen Endes als Möglichkeit bewusst zu sein. Denn die Lebenszeit ist vor allem begrenzte Zeit. Die Zeit menschlichen Lebens mit ihrer Betonung auf der Zukunft, bestimmt sich von der Frist, dem Ende her. Gerade mit der Moderne verschärft sich der pädagogische Widerspruch zwischen der Lebenszeit, und dem, was in ihr getan oder gelernt werden sollte. Der maßgebliche anthropologische Zeithorizont bleibt somit die eigene Lebenszeit als begrenzte objektive Zeit, die sich zwischen Geburt und Tod aufspannt. Das Individuum kann weder den Anfang dieser Zeit, die Geburt, noch das Ende, den Tod, noch die gesamte dazwischen liegende Zeit, die Zeit des Lebens, vollständig und bewusst erfassen. Die Zeit

des Menschen ist die Zeit zwischen Anfang und Ende und die ihm zur Verfügung stehende Möglichkeit besteht darin, die Zeit zwischen diesen beiden Ereignissen mit einem integrativen Sinn zu versehen, der die eigene Lebenszeit mit der sozialen und natürlichen Zeit verklammert. Die für diesen Integrationsversuch zur Verfügung stehenden Zeiten sind diejenigen sozialen und kulturellen Zeitmuster – die in einer spezifischen Gesellschaft gängigen Zeitmodelle –, die meine Lebenszeit mitregulieren und konstituieren. So besteht zwar für den Einzelnen gelegentlich die Möglichkeit, aus den sozial vorgeprägten Zeitschemata auszubrechen – ein Ausbruch, der für Mitglieder sogenannter archaischer Gesellschaften völlig unmöglich erscheint, fallen sie doch dadurch aus dem Zeit-, Gemeinschafts-, und Naturgefüge und damit aus der Welt völlig heraus –, doch erscheinen solche Enklaven der Zeit nur punktuell möglich und die Freizeit des Einzelnen ist sowohl durch die Lebenszeit als auch durch die soziale Zeit begrenzt.

Aus Sicht der Lebenskunst wird ein Befund sichtbar: Wenn menschliches Leben gelingen kann, dann nicht wegen der Zeit, sondern trotz ihrer – im Zeithaben, nicht im Zeitsein.

Literatur

- Baier, Lothar (2000): *Keine Zeit! 18 Versuche über Beschleunigung*. München: Antje Kunstmann.
- Benjamin, Walter (1985): *Autobiographische Schriften. Gesammelte Schriften IV*. Frankfurt/Main: Suhrkamp.
- Bloch, Ernst (1959): *Das Prinzip Hoffnung*. Frankfurt/Main: Suhrkamp.
- Boscolo, Luigi u. Paolo Bertrando (1994): *Die Zeiten der Zeit. Eine neue Perspektive in systemischer Therapie und Konsultation*. Heidelberg: Carl Auer.
- Brenner, Andreas u. Jörg Zifas (2002): *Lexikon der Lebenskunst*. Leipzig: Reclam.
- Heidegger, Martin (1992): *Die Grundbegriffe der Metaphysik: Welt – Endlichkeit – Einsamkeit*. Gesamtausgabe Bd. 29/30. Frankfurt/Main: Vittorio Klostermann.
- Horkheimer, Max u. Theodor W. Adorno (1947): *Dialektik der Aufklärung. Philosophische Fragmente*. Amsterdam: Querido.
- Henrich, Dieter (1999): *Bewußtes Leben*. Stuttgart: Reclam.
- Kaempfer, Wolfgang (1996): *Zeit des Menschen. Das Doppelspiel der Zeit im Spektrum der menschlichen Erfahrung*. Frankfurt/Main; Leipzig: Insel.
- Levine, Robert (1998): *Eine Landkarte der Zeit. Wie Kulturen mit Zeit umgehen*. München: Piper.
- Marquard, Odo (1994): *Zeit und Endlichkeit*. In ders., *Skepsis und Zustimmung* (45–58). Stuttgart: Reclam.
- Radkau, Joachim (1998): *Das Zeitalter der Nervosität. Deutschland zwischen Bismarck und Hitler*. München: Hanser.
- Reheis, Fritz (1998): *Die Kreativität der Langsamkeit. Neuer Wohlstand durch Entschleunigung*. Darmstadt: Primus (2., überarbeitete Auflage).

- Svendsen, Lars (2002): *Kleine Philosophie der Langeweile*. Frankfurt/Main; Leipzig: Insel.
- Wendorff, Rudolf (1988): *Der Mensch und die Zeit. Ein Essay*. Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Theunissen, Michael (1991): *Negative Theologie der Zeit*. Frankfurt/Main: Suhrkamp.
- Zirfas, Jörg (1993): *Präsenz und Ewigkeit. Eine Anthropologie des Glücks*. Berlin: Reimer.

Dr. phil. Jörg Zirfas, Jahnstrasse 8, D-12623 Berlin.
E-Mail: juzirfas@aol.com

Privatdozent am Institut für Pädagogik an der Friedrich-Alexander-Universität in Erlangen. Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Erziehungswissenschaft und der Gesellschaft für Historische Anthropologie.

Arbeitsschwerpunkte: Historische und Pädagogische Anthropologie, Ethik, Erziehungs- und Bildungsphilosophie, Qualitative Sozialforschung.

Manuskriptendfassung eingegangen am 12. April 2003.