

Zunächst erhalten Sie eine kurze Zusammenfassung dieses Romans:

Ein Ich-Erzähler berichtet von seinem Leben und vom Vorgang des Sich-Erinnerns.

Der Roman spielt im Frankreich des Fin de siècle (künstlerische Bewegung zwischen 1890 und 1914) in der gehobenen Gesellschaft. Der Ich-Erzähler stammt aus einer Familie des Pariser Bürgertums, die den Sommer üblicherweise bei Verwandten auf dem Land verbringt. Hier erlebt er eine glückliche Kindheit und lernt Personen kennen, die in seinem weiteren Leben eine Rolle spielen werden, etwa den Kunstliebhaber Swann, dessen Tochter Gilberte, oder die lokale Adelsfamilie, die Guermantes.

Als er alt genug ist, einen Beruf zu wählen, weckt ein Theaterbesuch in ihm das Interesse für Kunst und er will Schriftsteller werden. Allerdings hindern ihn seine schwache Gesundheit und seine Trägheit daran, ein literarisches Werk zu schaffen. Er erlebt bei der genauen Beobachtung der Natur aber immer wieder Augenblicke höchster Konzentration, die er gerne verarbeiten würde, nur kommt er niemals dazu.

Der Erzähler verbringt die Sommerfrische in dem fiktiven Badeort Balbec, ein Großteil der Handlung spielt im dortigen Grandhotel. Vorbild für Balbec ist der Badeort Cabourg an der Küste der Normandie, in dessen Grandhotel Proust den Roman schrieb. Hier verliebt sich der Ich-Erzähler erstmals in die junge Albertine. Er freundet sich auch mit dem Marquis de Saint-Loup an, der mit der Familie Guermantes verwandt ist.

In der Folge steigt der Ich-Erzähler in der Welt des Adels auf und besucht die Salons. Hier macht er sich über das leere Geplauder der Menschen lustig, aber er ist auch fasziniert und kann sich nicht von ihnen trennen, um sein Werk zu schaffen. Die politischen Affären seiner Zeit interessieren ihn kaum. Er bekommt nur mit, dass die Dreyfus-Affäre es manchen Personen erlaubt, gesellschaftlich aufzusteigen, während sie andere zum Abstieg zwingt.

Nach einer ersten Liebe zu Gilberte wird er schließlich der Geliebte Albertines, wobei er aber kein Glück findet, sondern wegen seiner Eifersucht sehr leidet und auch ihr das Leben zur Hölle macht. Die Entwicklung seiner Gefühle schildert er minutiös. Albertine verlässt ihn am Ende und stirbt bei einem Reitunfall, weswegen er sich Vorwürfe macht.

Während des Ersten Weltkrieges bleibt er wegen Wehruntauglichkeit in Paris. Sein Freund Saint-Loup fällt im Krieg. Lange nach dem Krieg besucht er ein letztes Mal eine Gesellschaft. Er ist jetzt alt und krank und merkt, dass er die Personen, die er einst kannte, kaum wiedererkennt, so sehr haben sie sich verändert. Außerdem scheinen sie völlig vergessen zu haben, wer früher angesehen war und wer nicht. Die Guermantes wurden vergessen, und früher verachtete Neureiche werden gefeiert.

Der Ich-Erzähler bemerkt, dass die Vergangenheit einzig in seiner Erinnerung existiert. Er erkennt am Ende seines Lebens, dass er über seinen Liebesaffären und Kontakten zu

belanglosen Menschen nie die Zeit und die Mühe aufbrachte, das Kunstwerk zu schaffen, das er sich vorgenommen hatte. Die letzte Möglichkeit ist, den Roman seiner Erinnerungen zu schreiben, die mit seinem Tod sonst unwiederbringlich verloren gingen. Und so endet der Roman, indem der Autor beginnt, ihn zu schreiben. „Verlorene Zeit“ kann damit mehrdeutig verstanden werden:

- *als Zeit, die als vergeudet scheint;*
- *als Zeit, die unwiederbringlich verloren scheint, wenn sie nicht in der Erinnerung oder in einem Kunstwerk konserviert wird;*
- *Als Erinnerung oder Imaginationen, die Namen oder Gegenstände hervorrufen.*

„Die verlorene Zeit ist die Zeit, die uns unwiederbringlich verloren erscheint. Das ist ja der Sinn des Romans. Wir haben dort jemanden, der auf der Suche nach etwas ist, nach einer Wahrheit im Leben, nach einem Sinn im Leben, der gerne Schriftsteller werden will, aber gar kein Thema hat und nicht so recht weiß, wo es langläuft. Und diese unwillkürlichen Erinnerungserlebnisse zeigen ihm, was Materie eines Buches sein könnte, seines Buches dann wird. Insofern ist es dann eine wiedergefundene Zeit, denn der letzte Band heißt ja „Le temps retrouvé“, die wiedergefundene Zeit. (Wikipedia)

Versuchen Sie es! Es lohnt sich!

Über Gewohnheiten und Grundsätze

Die großen Führer in unserem Leben sind Grundsätze und Gewohnheiten. Sie gestalten unsere Erfahrungen und setzen sie nutzbringend ein. Sie steuern unser Handeln im Sinne der Zweckmäßigkeit, in dem wir beobachten, verknüpfen und danach handeln. Schiller bemerkte in seinem Wallenstein: „Denn aus Gemeinem ist der Mensch gemacht und die Gewohnheit nennt er seine Amme.“

Und Hegel definiert sie, indem er bemerkt: „Die Gewohnheit ist die mächtigste Herrin über alle Dinge.“

Martin Mosebach schreibt: „Ich glaube, es gibt nichts Köstlicheres als ein von festen Gewohnheiten geprägtes Leben. Gewohnheiten geben dem Leben eine Form, die es sogar zum Kunstwerk machen kann. Ich bewundere Menschen, die

nach festen Gewohnheiten leben, essen, sich anziehen oder sprechen. Solche Gewohnheiten sind das Fundament der Kultur“

Erfahrungen durch schwere Schicksalsschläge festigen den Willen durch neue Gewohnheiten. Die Aufgaben alte Gewohnheiten abzulegen, die das Leben einschränken, erweitern das Gefühl freier leben zu können.

Als Platon ein Kind zu Recht wies, weil es mit Nüssen spielte, antwortete ihm das Kind: „Du schiltst mich wegen einer Kleinigkeit“. „Angewohnheiten“, erwiderte Platon, „sind keine Kleinigkeit.“ Dieser erste Hinweis zeigt, dass es sich bei unseren Gewohnheiten eben nicht um Bedeutungslosigkeiten handelt, sondern, dass sie unser Leben bestimmen. Gewohnheiten also, die wir unbewusst vollziehen und die bis zu Zwangshandlungen reichen können, und uns selten Wahlmöglichkeiten mehr lassen. Wir behandeln deshalb dieses Thema, weil es einen großen Teil unserer Lebenszeit in Anspruch nimmt. Außerdem wir wollen besprechen, wie Sie lernen, sich von lieb gewordenen Gewohnheiten trennen.

Jeder Mensch besitzt eine Reihe von Gewohnheiten, die oft bis in die frühe Kindheit zurückreichen. Andere dagegen entwickeln sich im Laufe des Lebens. Im Berufsleben werden z. B. die Arbeitsabläufe durch Ordnungskriterien bestimmt. Oder solche Gewohnheiten, die zeigen, wie sie das Alltagsleben in jeder Hinsicht beeinflussen.

Dazu beobachten Sie einmal die täglich immer wiederkehrenden Rituale:

- bevor Sie schlafen gehen,
- morgens im Badezimmer,
- Ihr Frühstück und was tun, Sie bevor Sie das Haus verlassen,
- der Weg zur Arbeit,

- Sobald Sie an Ihren Arbeitsplatz angelangt sind, was machen Sie jetzt, genau bis zu dem Zeitpunkt, bis Sie endgültig Ihre Arbeit aufnehmen?
- Was machen Sie nach Ihrer Ankunft am Arbeitsplatz, bis Sie endgültig Ihre Arbeit aufnehmen?

Dann beginnt die reguläre Arbeitszeit. Machen Sie sich die Mühe und legen Sie fest, was Sie alles mit großer Routine tun? Was sind das für Tätigkeiten? Wie viel Zeit kostet Sie der einzelne Arbeitsschritt? Und: Was kostet Sie das an Zeit?

Sicher ist Ihnen bereits aufgefallen, dass Sie den Ablauf des Alltags durch Gewohnheiten so regeln, dass Sie jederzeit wissen, was die nächsten Schritte sind. Das hat für Sie besondere Vorteile, denn Sie sparen und gewinnen zugleich auf eine gewisse Weise Zeit. Sparen insofern, weil die gewohnten Tätigkeiten keine Mühe kosten und durch die ständige Wiederholung „schnell“ erledigt werden. Und Sie gewinnen dadurch Zeit, indem Sie sich auf wichtigere Aufgaben konzentrieren können.

Wie immer verbirgt sich hinter dieser durchrationalisierten und auf Kontrolle ausgerichteten Selbstdisziplin ein Hinkefuß, nämlich die unausgesetzte Bereitschaft zu „funktionieren“. **Das sieht dann so aus:** das Handy am Ohr, die Hände auf der Computertastatur und in Gedanken schon bei der nächsten Besprechung. **Kurz:** Der moderne Mensch reguliert, diszipliniert oder koordiniert, ohne sich der Folgen seines Handelns für Leib und Seele bewusst zu werden.

Ende Teil 3

Erich Grikscheit Praxis für Marketing und Motivation

Website: www.pfmm.de

E-Mail: info@pfmm.de

Telefon: 06039 45458

Skype: [e.grikscheit@pfmm.de](https://www.skype.com/people/e.grikscheit@pfmm.de)

Gerne stehe ich auch zu einem persönlichen Gespräch zur Verfügung.

Max-Planck-Straße 27

61184 Karben

Unser Seminar „Wie Sie aus der Kunst der Wertschätzung neue Kraft gewinnen“

2-Tages-Seminar

Wertschätzung ist zu einem Schlagwort geworden. Einerseits wird darunter allgemein verstanden, dass ein Mensch wertgeschätzt werden will. Andererseits wird der Begriff abgewandelt, zum Beispiel als „Wertschöpfung“. Leider ist diese Assoziation gefährlich, weil sie den Eindruck erweckt, als ob sich Wertschätzung durch Leistung und Erfolgsstreben erreichen lässt. Wenn Sie als Führungskraft oder als Berater für ein Unternehmen tätig sind, spielt Wertschätzung eine zunehmend größere Rolle, um zwischenmenschliche Beziehungen zu stabilisieren oder neue zu entdecken.

Besuchen Sie unsere Website (siehe oben)