

2. Zeit und Biografie

Wir müssen lernen, dass Veränderungen nicht Bedrohungen, sondern Chancen sind, die wir nutzen sollten.

Stellen Sie sich vor, Sie nehmen sich die Zeit und werfen einen genauen Blick auf Ihr bisheriges Leben, ähnlich einem Seismografen, der Erlebnisse und Erfahrungen aufspürt. Sie stöbern in längst vergessenen Erinnerungen und überprüfen die Beweggründe Ihres früheren Handelns. Und vielleicht wägen Sie ab, welche Bedeutung Ihre damaligen Entscheidungen für Ihre gegenwärtige Lebenssituation noch gelten.

Nehmen Sie Fotos, Briefe oder andere Aufzeichnungen zur Hand. Betrachten Sie Ihre Vergangenheit und fragen Sie sich, welchen Einfluss sie auf Ihr heutiges Denken und Handeln hat? Denn die Reise in Ihre Vergangenheit ist zugleich der Schlüssel Ihrer „individuellen Wahrheit und Wirklichkeit“.

Adolph Franz Friedrich Ludwig Freiherr Knigge (1752 - 1796) beschrieb es in seinem berühmten Buch: „Umgang mit Menschen“ folgendermaßen:

„Lerne Dich selbst nicht zu sehr auswendig, sondern sammle aus Büchern und Menschen neue Ideen. Man glaubt es gar nicht, welch ein eintöniges Wesen man wird, wenn man sich immer in dem Zirkel seiner eigenen Lieblingsbegriffe herumdreht, und wie man dann alles wegwirft, was nicht unser Siegel an der Stirne trägt.“

Mit dem ersten Moment, indem der Mensch das Licht der Welt erblickt, beginnt die Zeit das Leben zu beeinflussen. Zuerst sind es Empfindungen, die das Kind wahrnimmt. Schon früh macht das Kind Erfahrungen z. B. das Warten auf Nahrung, wenn das Hungergefühl zu mächtig wird. Es kostet einige Jahre individueller Entwicklung, bis die Zeit eine Bedeutung bekommt. Beeinflusst durch Eltern und andere Bezugspersonen müssen Verhaltensweisen eingeübt werden z. B. die Zeit fürs Spielen, genaue Essenszeiten oder wenn die Zeit gekommen ist, schlafen zu gehen.

Inzwischen haben sich eine Reihe vielfältiger Verhaltensweisen entwickelt. Einerseits resultieren sie aus den elterlichen Lebensgewohnheiten, andererseits aus den Reaktionen des Kindes auf diese veränderten Lebensbedingungen. Zwei gegenläufige Reaktionen lassen sich erkennen.

1. Anpassung an die elterlichen Gewohnheiten mit der Zeit umzugehen.
2. Konflikte, denn das Kind wehrt sich gegen zeitliche Einschränkungen.

Bereits im Vorschulalter lassen sich bei Kindern Verhaltensweisen beobachten, die in späteren Phasen des Lebens erneut zum Ausdruck kommen. Neben der zeitlichen Wahrnehmung kommt die Sprache als wichtiges Kommunikationsmittel zur Geltung. Die Zeit bekommt nun eine spezielle Bedeutung oder einen Wert in den zwischenmenschlichen Beziehungen. So drücken wir die Zeit aus, indem wir von Sekunden, Minuten und Stunden sprechen. Wir sprechen Zeit in Sätzen aus: „Heute habe ich keine Zeit“, „Können wir uns morgen treffen“, „Nächste Woche fahren wir in Urlaub“ u. v. m.

Unser Zeitempfinden verfeinert sich, indem wir Erlebnisse ausdrücken, anderen mitteilen oder sie in unserer Erinnerung aufbewahren. Denken Sie an eine sinnliche Wahrnehmung in ihrem Leben. Vielleicht an einen bestimmten, angenehmen Geruch, den Sie als Kind wahrgenommen haben. Als Erwachsener werden Sie durch irgendein Ereignis wieder daran erinnert und empfinden das Gleiche aufs Neue. Kurz: Die Vergangenheit wird in Ihnen plötzlich wieder lebendig.

Die zeitliche Erinnerung hält auch Erlebnisse fest, die eine unangenehme Situation in Ihnen wachruft. Dann sprechen wir von Erfahrungen, die einen anderen Teil Ihres bisherigen Lebens ausmachen. Erfahrungen z. B. die heiße Herdplatte, sind Momente die das Leben auf eine andere Weise prägen. Daraus entwickeln sich zum Beispiel Gewohnheiten, Ängste, Hoffnungen, Mut und Risikobereitschaft, die sich als Erfahrungen tief ins Unterbewusstsein verankern.

Wie gehen Sie mit Ihrer Zeit um? Ein geflügeltes Wort, das Sie häufig in Gesprächen vernehmen können. Die Formulierung weist auf den Umstand hin, dass Menschen ganz unterschiedliche Strategien zur Zeiteinteilung benutzen. Hier knüpfen wir an unsere vorhergehenden Überlegungen an, dass unser Zeitverhalten schon in Kindheitstagen gelernt, geformt und eingesetzt wird. Zum Beispiel wird der Zuspätkommende seine Ausrede vortragen, indem er sich „bemüht hat“ pünktlich zu sein. Oder ein

Vorgesetzter lässt andere gerne auf sich warten. Auf diese Art wird das Zuspätkommen zu einer Machtdemonstration.

Die schnellen und eiligen Zeitgenossen, treten mit dem Anspruch an, dass Sie entweder die Ersten sein wollen, oder Sie haben bereits schon früh das Gefühl gelernt, dass der letzte im Bunde zu sein nur Nachteile bringt. Der korrekte Zeittyp will das eigene und das Verhalten anderer kontrollieren. Hinter dieser Fassade steckt meistens die Unsicherheit, etwas übersehen oder versäumt zu haben.

Die Frage an Sie. Was sind Sie für ein Zeittyp?

Zeit besitzt eine weitere Komponente, die unsere Persönlichkeit kennzeichnet. Wir sprechen von Tugenden (wir werden in einem Extrakapitel noch näher darauf eingehen). Heute sprechen wir nach dem Philosophen Josef Pieper (geht auf Thomas von Aquin zurück) folgende Unterteilung. *Klugheit, Gerechtigkeit, Tapferkeit und Mäßigung*. Auf die zeitlichen Betrachtungen übertragen, werden die Tugenden heute überdehnt, indem Sie das Lasterhafte herausstellen. Dabei kommt es viel mehr auf Klugheit (Cleverness) Gerechtigkeit (Rechthaberei), Tapferkeit (Anonymität im Internet) und Mäßigung (Übertreibung durch Selbstoptimierung) an.

Die Beispiele zeigen, dass sich der moderne Mensch neu erfinden möchte. Seine Neigungen, sich an traditionelle Regeln zu halten, überspringt er, indem er neue Rollen findet, die seinen Empfindungen, seinen Intentionen und Rollenerwartungen mehr entsprechen. In der Arbeitswelt macht sich das besonders bemerkbar, denn die technischen Entwicklungen, die Herausforderungen an den Arbeitsplätzen sowie die Leistungserwartungen setzen neue Identitätsmerkmale voraus. (Siehe weiter unten - der gebildete Mensch) .

An dieser Schnittstelle zwischen der Rolle und den Erwartungen anderer entstehen die Schwachstellen, die den Zeitdruck erhöhen und das Selbstwertgefühl sinken lassen. Die Folgen sind psychische Störungen z. B. Depressionen, Angststörungen u. v. m.

***„Wo einer denkt, entsteht ein kleiner Funke,
wo tausend denken, wird daraus ein Licht.
Ein Tröpfchen Wasser reicht noch nicht zum Trunke
und ein Erkenntniskorn genügt noch nicht.
Erst wenn dieselben Millionen fühlen,
erst wenn uns allesamt ein Ding bewegt,
kann unser Handeln jenen Wert erzielen,***

der die Gewähr für unsere Zukunft trägt“. (Unbekannt)

Unser persönliches Wertesystem ist ins Wanken geraten. Das macht sich im Spiel zwischen gesellschaftlichen Veränderungen und dem Prozess der Persönlichkeitsentwicklung nicht auf einen Schlag bemerkbar und stört kaum unser alltägliches Zeitverhalten. Der äußere Druck, um einige Beispiele zu nennen sind: Trends in allen Lebenslagen, die Promis, darunter Stilikonnen, Schauspieler, Sänger oder Sportgrößen. Hinzu kommen politische und kulturelle Einflüsse, die die Wertvorstellungen des Einzelnen beeinflussen. Für eine breite Bevölkerungsschicht scheint der gelebte Augenblick so attraktiv zu sein, dass alles bis ins Letzte möglichst schnell, effizient und mit viel Spaß ausgekostet werden soll. Kurz: Die moderne Welt ist ein großer Amüsierbetrieb.

Unter diesen Vorstellungen von einem scheinbar zufriedenen Leben spielt die Zeit eine bedeutende Rolle. Denn um sich selbst gerecht zu werden sind viele Schritte zur Bewältigung des Alltäglichen erforderlich. An erster Stelle stehen Eile und Hast. Das lässt sich auf den Straßen, in Einkaufszentren, an Kindergärten und Schulen, wo Eltern ihre Kinder täglich hin chauffieren u. v. m. beobachten. Alles läuft darauf hinaus, dass es in erster Linie um genaue Zeitabstimmungen und Zeitkoordinationen geht. Wer sich nicht an seine oder die Regeln von anderen hält, bekommt schnell zu spüren, von was das Leben abhängt. Kurz: Die Menschen sind schon lange Zeit nicht mehr Herr ihrer Zeit, sondern singen gemeinsam im Chor das Lied von der fehlenden Zeit, um glücklich sein zu wollen.

An dieser Stelle 3 weitere Texte, die für den persönlichen biografischen Blick aufschlussreich sind. Zuerst ein Text von dem römischen Stoiker und Philosophen Lucius Annaeus Seneca. Er war seinerseits ein bedeutender Schriftsteller und Politiker. Und unter anderem war er der Lehrer von Kaiser Nero. Er lebte etwa vom Jahre 1 n. Chr. bis 65 n. Chr. in der Nähe von Rom. Hier nun zwei Texte aus seiner Feder:

Aus seiner Schrift: Briefe an Lucilius, Erster Brief

Wert der Zeit

Folge meinem Rat, mein Lucilius, widme dich dir selbst, halte deine Zeit zusammen und hüte sie; du hast sie dir bisher entweder geradezu wegnehmen oder heimlich entwenden oder auch nur entschlüpfen

lassen. Glaube mir, es ist so, wie ich schreibe: ein Teil unserer Zeit wird uns offen geraubt, ein Teil uns heimlich entzogen, und ein dritter verflüchtigt sich.

Am schimpflichsten aber ist derjenige Verlust, der auf Rechnung der Nachlässigkeit kommt. Gib nur genau acht: der größte Teil des Lebens fließt uns dahin in verwerflicher Tätigkeit, ein großer im Nichtstun, und das ganze Leben in Beschäftigung mit Dingen, die mit dem wahren Leben nichts zu schaffen haben. Zeige mir den, der wirklichen Wert auf die Zeit legt, der den Tag zu schätzen weiß, der ein Einsehen dafür hat, dass er täglich stirbt! Das eben ist die große Selbsttäuschung, der wir uns hingeben, dass wir den Tod in die Zukunft verlegen: zum großen Teil liegt er schon hinter uns, alles vergangene Leben liegt im Bann des Todes.

Bleibe also dem in deinem Briefe kundgegebenen Vorsatz treu: Lass keine Stunde ungenützt vorübergehen. Nimm den heutigen Tag voll in Beschlag; dann wirst du weniger von dem folgenden abhängen. Mit dem Aufschieben lassen wir das Leben nur enteilen. Nichts, mein Lucilius, ist unser wahres Eigentum außer der Zeit. Dieses flüchtige und schwer fassbare Gut ist das einzige, dessen Besitz uns die Natur vergönnt hat; und doch verdrängt uns der erste Beste daraus.

Ja, so groß ist die Torheit der Menschen, dass, während sonst auch das Kleinste und Unbedeutendste, wenn es nur überhaupt ersetzbar ist, von dem Empfänger als Schuldposten anerkannt wird, niemand sich als Schuldner fühlt dem gegenüber, der ihm seine Zeit gewidmet hat, während doch gerade dies das Einzige ist, was auch der Dankbare nicht wiedererstaten kann. Du fragst vielleicht, wie ich es denn selbst mit mir halte, der ich dir diese Lehre gebe? Ich will ganz rückhaltlos zu dir reden: Ich halte es damit wie ein im vollen Wohlstand lebender, dabei aber gewissenhaft haushälterischer Mann, ich führe streng Buch. Ich kann nicht sagen, dass ich nicht mancherlei Verluste hätte, doch vermag ich genau Auskunft zu geben über den Betrag und über die Gründe des Verlustes: ich kann Rechenschaft ablegen über die Gründe des Verlustes: ich kann Rechenschaft ablegen über die Ursachen meiner Armut. Doch teile ich das Schicksal so vieler, die ohne ihr Verschulden in Not geraten sind: jedermann verzeiht ihnen, aber niemand hilft ihnen. Wie steht es also? Ich halte den nicht für arm, dem auch der geringe Rest des Seinigen noch genügt. Du aber musst, wenn es nach mir geht, dass Deinige zusammenhalten und damit bei guter Zeit anfangen. Denn, wie unsere Altvorderen meinten: Wer erst spart, wenn es schon zur

Neige geht, der hat die Zeit verpasst. Denn was sich unten im Grunde noch findet, ist nicht nur das Wenigste, sondern auch das Schlechteste.

Seneca: Von Wert und Verfügbarkeit der Zeit

Die Zeit, die dir bisher geraubt oder heimlich gestohlen würde oder auch irgendwie verging, Zeit halt zusammen und gehe mit ihr sparsam um. Am meisten verdienen wir Tadel für den Zeitverlust, den wir unserer Nachlässigkeit zuzuschreiben haben. Wenn du einmal darauf achten wolltest, so wirst du feststellen: Der größte Teil des Lebens geht vorüber, weil man falsch handelt; ein nicht geringer dadurch, dass man nichts tut; ja, das ganze Leben, wenn man etwas anderes tut, als man eigentlich tun sollte.

Koste du nur alle Stunden aus. So wirst du dich weniger auf das morgen verlassen, wenn du dir das Heute vornimmst. Wer das Leben nur vor sich herschiebt, dem zerrinnt es. Nichts, lieber Lucilius, gehört uns. Nur die Zeit ist unser. Sie, die so flüchtig und vergänglich ist, hat uns die Natur als einziges Eigentum überlassen. Aus ihm kann uns jeder vertreiben, wenn er es darauf anlegt. Und so groß die Torheit der Menschen, dass Sie sich für alles, was Sie einmal bekommen haben, und sei dies noch so gering und billig, verpflichtet fühlen, so dass Sie sich als Schuldner vorkommen. Niemand aber ist der Meinung, er schulde etwas, wenn er die Zeit erhalten hat, wo doch diese das einzige ist, was er nicht einmal mit Dank zurückerstatten kann.

In drei Abschnitte teilt sich das Leben: in die Vergangenheit, die einmal war, in die Gegenwart, die jetzt ist, und in die Zukunft, die noch sein wird. Von diesen ist die Gegenwart, die wir im Augenblickleben, kurz, die Zukunft, die wir noch vor uns haben, steckt voller Ungewissheit. Nur was der Vergangenheit angehört, birgt Gewissheit. Über sie hat das Schicksal keine Macht mehr, hier hat jede Willkür ein Ende. Dieser Zeitabschnitt ist unser. Er ist uns unantastbar und sozusagen geweiht. Er ist erhaben über alle Wechselfälle des menschlichen Daseins – ewiger Besitz, um den man nicht mehr zu bangen braucht.

Und zuletzt Auszüge aus einem Text von dem Philosophen **Robert Spaemann** (1927 - 2018).

Was ist der gebildete Mensch?

Der Gebildete hat begonnen, die **Wirklichkeit** als Sie selbst wahrzunehmen. Bilden heißt objektive Interessen wecken, sich bilden heißt, „sich objektiv machen“. So schreibt Goethe: „Sich mitteilen ist Natur. Mitgeteiltes auffassen wie es gegeben ist, ist Bildung.“ ...es gibt außer uns noch andere Mittelpunkte der Welt und andere Perspektiven auf sie. Andere sind nicht nur Teil meiner Welt, ich bin auch Teil der ihren. Gebildet ist, wen es interessiert, wie die Welt aus anderen Augen aussieht, und wer gelernt hat, das eigene Blickfeld auf diese Weise zu erweitern.

Sein Selbstwertgefühl leidet nicht darunter, sondern wächst damit zugleich. Der Ungebildete nimmt sich selber sehr ernst und sehr wichtig, aber sein Selbstwertgefühl, seine Selbstachtung ist gleichzeitig häufig gering. Der Gebildete weiß, dass er nur „auch einer“ ist. Er nimmt sich nicht sehr ernst und nicht sehr wichtig. Aber da er sein Selbstwertgefühl nicht aus dem Vergleich mit anderen bezieht, hat er ein ausgeprägtes Gefühl für seinen eigenen Wert. Selbstrelativierung und Selbstachtung sind für ihn kein Widerspruch.

Das Wissen des gebildeten Menschen ist strukturiert. Was er weiß, hängt miteinander zusammen. Und wo es nicht zusammenhängt, da versucht er einen Zusammenhang herzustellen, oder wenigstens zu verstehen, warum das schwer gelingt.

Der gebildete Mensch spricht eine differenzierte, nuancenreiche **Umgangssprache**. Vor allem meidet er den psychologischen Jargon. Psychologie – wie jede Wissenschaft - handelt von Bedingungsbeziehungen.

Der gebildete Mensch zeichnet sich aus durch Genussfähigkeit und **Konsumdistanz**. Schon Epikur wusste, dass beides eng zusammenhängt. Wer sich wirklich freuen kann an dem, was die Wirklichkeit ihm darbietet, braucht nicht viel davon. und wer mit wenigem auskommt, hat die größere Sicherheit, dass es ihm selten an etwas fehlen wird.

Der gebildete Mensch kann sich mit etwas **identifizieren**, ohne naiv und blind zu sein. Er kann sich identifizieren mit Freunden, ohne deren Fehler zu leugnen ... Der Fremde ist ihm eine Bereicherung, ohne die er nicht leben möchte ... Identifikation bedeutet für ihn nicht Abgrenzung, sondern (sich etwas zu eigen machen) - Anwendung.

Der gebildete Mensch kann bewundern, sich begeistern, **ohne Angst**, sich etwas zu vergeben. Insofern ist er das genaue Gegenteil des Ressentiment Typs, von dem Nietzsche spricht, des Typs, der alles klein machen muss, um sich selbst nicht zu klein vorzukommen. Er kann neidlos Vorzüge bewundern und sich an ihnen freuen, die er selbst nicht besitzt. Denn er zieht sein Selbstwertgefühl nicht aus dem Vergleich mit anderen. So fürchtet er auch nicht, durch Dankbarkeit in Abhängigkeit zu geraten.

Der gebildete Mensch scheut sich nicht zu werten, und er hält **Werturteile** für mehr als für den Ausdruck subjektiver Befindlichkeit. Er beansprucht für seine eigenen Werturteile objektive Geltung. Gerade deshalb ist er auch bereit, Sie zu korrigieren ... Der Gebildete hält sich für wahrheitsfähig, aber nicht für unfehlbar ... Gebildete Menschen haben im Umgang mit der Welt genügend Unterscheidungsvermögen entwickelt, um sich Qualitätsurteile zuzutrauen.

Der gebildete Mensch weiß, dass **Bildung** nicht das Wichtigste ist, denn Bildung schafft eine menschenwürdige Normalität.

Der gebildete Mensch liebt die **Freundschaft**, vor allem die Freundschaft mit anderen gebildeten Menschen.

Anmerkungen

1. Im nächsten Teil beschäftigen wir uns mit der Zeit und Motivation.
2. Im Oktober 2021 veranstalten wir in einem Kloster ein 3-Tages Seminar:
Zeit-Horizonte. Falls Sie Interesse haben, senden wir Ihnen gerne das Prospekt und nähere Informationen zu.

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 27a

61184 Karben