

Persönliche PDF-Datei für N. Schlenker

Mit den besten Grüßen vom Georg Thieme Verlag

www.thieme.de

Was ist Zeit? – Eine philosophische Betrachtung

JuKIP - Ihr Fachmagazin für Gesundheits- und
Kinderkrankenpflege 2016; 05 (02): 79 - 82
DOI 10.1055/s-0042-101619

Dieser elektronische Sonderdruck ist nur für die Nutzung zu nicht-kommerziellen, persönlichen Zwecken bestimmt (z. B. im Rahmen des fachlichen Austauschs mit einzelnen Kollegen und zur Verwendung auf der privaten Homepage des Autors). Diese PDF-Datei ist nicht für die Einstellung in Repositorien vorgesehen, dies gilt auch für soziale und wissenschaftliche Netzwerke und Plattformen.



Verlag und Copyright:

© 2016 by
Georg Thieme Verlag KG
Rüdigerstraße 14
70469 Stuttgart
ISSN 1439-2569

Nachdruck nur
mit Genehmigung
des Verlags



CNE Schwerpunkt Zeitwahrnehmung

CNE (Certified Nursing Education) ist das multimediale Fortbildungskonzept von Thieme. Es wurde in enger Zusammenarbeit mit dem Deutschen Pflegerat e. V. (DPR) entwickelt. Weitere Informationen finden Sie unter **cne.thieme.de**



Philosophische Betrachtung

Was ist Zeit?

Mal vergeht sie wie im Flug, mal scheint sie stillzustehen – kaum etwas wird so unterschiedlich wahrgenommen wie die Zeit. Für Kinder erscheint sie oft endlos, in der Warteschlange an der Kasse ebenfalls. Ältere Menschen hingegen haben oft den Eindruck, die Zeit fliege nur so dahin, dasselbe empfinden wir an einem Abend in angenehmer Gesellschaft und mit anregenden Gesprächen. Woran liegt es, dass das Zeitempfinden so subjektiv ist? Und wie sollten wir mit der Zeit umgehen?

Nila Komalasari Schlenker



lassedesignen/fotolia.com

Es ist 7.30 Uhr. Die Familie ist aus dem Haus, unterwegs zur Schule und zur Arbeit. Ich schaue auf die Uhr – ich liege gut in der Zeit. Nun kann ich in aller Ruhe mich selbst fertig machen, um zur Arbeit zu gehen. Um 8.15 Uhr verlasse ich das Haus und gehe zur S-Bahn-Station. Alles läuft wie gewohnt ab, alles läuft nach meinem Zeitplan. Doch die S-Bahn, die ich gewöhnlich nehme, kommt nicht. Signalstörung, heißt es. Wie lang es dauern wird – darüber gibt es keine Information. Zehn Minuten vergehen. Keine weitere Information, keine S-Bahn in Sicht. Jetzt sind 15 Minuten vergangen. Nichts verändert sich, nur der Uhrzeiger bewegt sich weiter. Ich mache mir langsam Sorgen, ob ich noch pünktlich zur Arbeit komme. Es ist erst mein dritter Arbeitstag in der neuen Stelle. Den Ärger einer Verspätung möchte ich mir gar nicht weiter vorstellen, dennoch malträtiert mich die Gedanken darüber, je weiter die Zeit voranschreitet und ich immer noch am Bahngleis stehe. Panik steigt auf. Soll ich doch lieber ein Taxi nehmen? Nein, jetzt ist es auch dafür schon zu spät. Und wer garantiert mir, dass die Straßen frei sind? Soll ich den Bus nehmen? Nein, dafür ist auch schon zu spät. Die S-Bahn kommt bestimmt noch. Aber sie kommt nicht. Was mache ich bloß? Hin- und hergerissen von der Frage, ob ich doch ein Taxi oder den Bus nehmen soll, anstatt weiter auf die S-Bahn zu warten, verharre ich auf der Stelle: Ich fühle mich wie gelähmt. Endlich kommt die S-Bahn. Doch erleichtert bin ich nicht. Ich bin voller Panik und Nervosität. Den Zeitdruck spüre ich körperlich: Ich schwitze und werde den Eindruck nicht los, die S-Bahn fahre meinewegen extra langsam ...

Solche Situationen kennen wir alle. Anfangs liegen wir noch ganz gut in der Zeit. Kleine äußere Einflüsse, ungeplant und auch unplanbar, fressen unser Zeitpolster auf. Zunächst wird es knapp, dann reicht es einfach nicht mehr. Stress kommt auf. Doch was ist das, was uns regelmäßig in Stress oder gar in Panik versetzt? Ist es der Zeitdruck, der uns permanent gängelt, irgendwo pünktlich anzukommen, pünktlich etwas abzugeben oder etwas termingerecht bezahlen zu müssen? Oder ist es die Zeit an sich, die ohne Unterlass weiter voranschreitet, während wir selbst zum Nichtstun verdammt sind? Oder ist es die Ereignislosigkeit, die uns quält und lähmt? Bei alldem stellen wir fest: Wir sind umgeben von Zeit.

Aber was ist eigentlich Zeit?

Die Zeit ist begrifflich schwer zu fassen, weil sie kein Material ist, das man anfassen könnte. Auch ist sie unsichtbar. Wir nehmen sie nicht immer wahr, doch wir stellen fest, dass Ereignisse und Abläufe dauern.

Augustinus, ein Kirchenvater und Philosoph aus dem 4. Jahrhundert, bemerkte: „Was also ist die Zeit? Wenn niemand mich danach fragt, weiß ich es; wenn ich es jemandem auf seine Frage hin erklären will, weiß ich es nicht.“¹

Damit zeigt Augustinus auf den Kern des Problems. Die Frage nach dem Wesen der Zeit ist eben nicht eindeutig zu beantworten. Zeit ist ambivalent; sie umfasst verschiedene, auch widersprüchliche Aspekte.

Wie nehmen wir Zeit wahr?

Wir nehmen die Zeit wahr, wenn wir unter Zeitdruck stehen. Die Erfahrung mit der verspäteten S-Bahn zeigt, welche Wirkungen

die Zeit in uns hinterlässt. Es ist nicht die Zeit selbst, die auf uns Druck ausübt, sondern unsere Gedanken und unser Kontrollverlust über die Zeit lösen in uns Stress aus.

Am eindrücklichsten nehmen wir die Zeit wahr, wenn wir uns langweilen. Da vergeht die Zeit nicht und es passiert nichts. Aber stimmt das auch? Die Zeit läuft doch weiter, während ich mich langweile. Genauer: Die Zeiger meiner Uhr laufen weiter, die Zeit bleibt also nicht stehen. Woran liegt das?

Wenn wir uns langweilen, haben wir den Eindruck, es passe nichts. Rüdiger Safranski, ein zeitgenössischer Philosoph, meint, eine ereignislose Zeit gebe es nicht, denn es geschehe immer etwas.² Er führt weiter aus: „Die Empfindung der Leere rührt daher, dass sich an die Ereignisse kein lebendiges Interesse knüpft.“ In unserem Beispiel kommt die Langeweile beim Warten auf die S-Bahn. Zunächst fülle ich die Zeit mit Buchlesen aus. Irgendwann verliere ich das Interesse daran und laufe am Gleis umher. Bald werde ich dessen überdrüssig und lese den Fahrplan genauer. Doch irgendwann verliere ich auch daran das Interesse. Indem beim Warten kaum etwas geschieht, fällt die Zeit auf, als käme sie hinter dem Geschehen hervor, so Safranski, und wir nehmen die verstreichende Zeit wahr. Da wird uns die Zeit bewusst. Gleichzeitig empfinden wir auch das Gefühl der leeren Zeit. Diese Leere kann uns lähmen. Vor allem, wenn die Ursache der Langeweile nicht von außen – wie die verspätete S-Bahn –, sondern von innen kommt. Man weiß nichts mehr mit sich anzufangen. Aber genau dort, wo die Lähmung am größten sei, so Safranski, lasse sich erfahren, dass man sich davon losreißen könne für einen neuen Anfang.

Mit großem Schmerz nehmen wir die Zeit wahr, wenn wir unwiederbringlich verpasste Chancen erfahren müssen. Bei Beerdigungen wird uns unsere eigene Lebenszeit bewusst; insbesondere erkennen wir deren unabwendbare Begrenzung. Im Wechsel der Jahreszeiten nehmen wir den Kreislauf der Zeit wahr.

Wie nehmen Kinder die Zeit wahr?

Wenn wir Kinder beim Spielen beobachten, entsteht der Eindruck, als gebe es die Zeit für sie nicht. Sie sind von ihrem Spiel so gefesselt, dass ihm ihre gesamte Aufmerksamkeit gilt. Aber was für ein Spiel kann so fesseln? Es ist ein Spiel, bei dem die eigene Einbildungskraft zum Einsatz kommt, die Regeln selbst und autonom festgelegt werden. Wenn man mit anderen spielt, legt man diese Regeln gemeinsam fest.

Kinder beschäftigen sich mit Dingen immer mit Hingabe. Sie sind mit Körper und Geist ganz dabei. Dadurch vergessen sie sich selbst. In dieser Selbstvergessenheit entschwindet die Zeit.

Kinder gewähren den Dingen Dauer. Sie beobachten die Dinge und Abläufe sehr genau und akzeptieren ihre Dauer. Sie arbeiten sehr gründlich in Sachen, die sie sich selbst vorgenommen haben. Vorausgesetzt, wir Erwachsenen lassen es zu und geben ihnen die nötige Zeit.

Ihre Fragen nach allem Möglichen stellen sie uns unermüdlich und fordern von uns vollständige Antworten, denn Kinder hören ganz genau zu, was Erwachsene sagen. Indem sie gut zuhören, sind sie auch konsequenter in ihrem Tun als Erwachsene, denn sie denken das Gedachte zu Ende. Vorausgesetzt, wir Erwachsene lassen das zu.

Doch Kinder nehmen die Zeit sehr wohl wahr. Aus Erfahrungen in den Kursen „Philosophieren mit Kindern“ kann ich berichten, dass Kinder zwischen neun und 12 Jahren durchaus in der Lage sind, über die Zeit zu reflektieren. Sie stellen fest, gerade wenn man Zeit sparen will, kommt man erst recht in Stress und Elend. Deswegen finden sie das Sprichwort „Alles im Leben hat seine Zeit“ richtig. Auf die Frage, ob es die Zeit an sich gibt, antwortet jemand mit ja, es gebe sie. Denn „wenn ich tot bin, geht die Zeit ja weiter“. Aber gleichzeitig behaupten diese Kinder, dass die Zeit auch von uns Menschen abhängt, denn „wir haben ja die Uhr. Damit messen wir die Zeit. Bevor wir Uhren hatten, haben wir uns an der Sonne orientiert und so die Zeit eingeteilt“.

Die Kinder bringen das Problem mit der Zeit genau auf den Punkt.

Hängt die Zeit von uns Menschen ab? Oder existiert die Zeit an sich?

Für Augustinus gibt es nur die subjektive, bewusste Zeit, die an den menschlichen Geist oder die menschliche Seele gebunden ist.

Er stellt zunächst fest, dass die Zeit schwer zu fassen ist, denn die Vergangenheit ist schon vorbei, die Zukunft noch nicht da und die Gegenwart ist gleich vorbei. Wo also ist die Zeit?

Die Zeit existiert nur in der Gegenwart, so Augustinus. Nur darin nehmen wir die Zeit bewusst und unmittelbar wahr. Die Vergangenheit und die Zukunft nehmen wir hingegen indirekt wahr. Wir können die Vergangenheit nur wahrnehmen, indem wir sie uns als Erinnerung vergegenwärtigen. Ebenso können wir uns die Zukunft als Erwartung vergegenwärtigen. Diese drei Formen der Gegenwart finden ihren Platz in der Seele bzw. im menschlichen Geist.³

Aus dieser Erkenntnis ergibt sich aber auch das Problem der Messung von Zeit. Denn wie soll man die Gegenwart messen, wenn sie sich doch in keinen Zeitraum ausdehnt?

Die Antwort liegt für Augustinus im menschlichen Geist selbst. Der menschliche Geist misst die Zeit, indem er sich ausdehnt. Er dehnt sich aus, um der Zeit, die eigentlich ohne Dauer ist, eine Dauer zu geben. So definiert Augustinus die Zeit als „Ausdehnung [...] des Geistes selbst“.⁴

Dadurch, dass Menschen auf diese Weise die Zeit bewusst wahrnehmen können, können sie auch planen und handeln.

Gibt es für Augustinus auch eine objektive Zeit? Ja, aber sie gilt nur für Gott, denn nur er ist immer gegenwärtig, überall und ewig.

Statt Gott gilt in der Moderne die Uhr als Repräsentation der messbaren, quantifizierbaren und somit objektiven Zeit. Man nennt sie auch die physikalische Zeit. Zwar ist die Uhr, wie schon von den Kindern festgestellt worden ist, etwas von Menschen Gemachtes, aber die Zeit an sich existiert unabhängig von der Uhr und vom Menschen.

Dann spricht man noch von der inneren Uhr. Darin wird die Zeit nach dem eigenen biologischen Rhythmus eingeteilt. Darum gibt es unter uns auch Langschläfer und Frühaufsteher.

Moderne Zeitkrise?

Warum haben wir keine Zeit, obwohl wir sie doch reichlich gewonnen haben? Wir erfinden Geräte und andere Hilfsmittel, um



uns zu entlasten und vor allem um Zeit zu sparen. Doch in Wirklichkeit sieht unser Leben so aus: Statt die ersparte Zeit zu genießen, erledigen wir mehr Dinge in dieser Zeit. Wir wollen nicht mehr warten, wir akzeptieren nicht mehr, dass Prozesse ihre Dauer haben. Wir werden immer schneller mit den Dingen fertig, die Beschleunigung nimmt uns mit, sodass uns am Ende nur der Eindruck bleibt: „Alles eilt.“⁵ So betitelt auch der zeitgenössische Philosoph Byung-Chul Han seine Gedanken zur Zeit.

Eine Folge von zeitsparenden Maßnahmen ist, dass die Zeit zur Arbeitszeit wird. Mit Computern und Handys ist es uns möglich, nicht nur überall und jederzeit erreichbar zu sein, sondern auch zu arbeiten. Die frühere klare Trennung zwischen Arbeitszeit und Privatzeit im Industriezeitalter hat sich heute aufgelöst. Die Dinge und die Menschen sind rund um die Uhr verfügbar geworden. Byung-Chul Han hat Recht mit seiner Diagnose: Wir nehmen die Arbeitszeit heute mit in den Urlaub und in den Schlaf. Deshalb haben wir Schlafprobleme. Weiter stellt er fest, dass der Leistungsdruck Beschleunigungsdruck erzeugt, und dieser wiederum psychischen Druck. Als Folge davon brennt die Seele aus. Burnout ist also eine Leistungskrankheit.

Mithilfe von Computersystemen sind wir heute in der Lage, in Echtzeit mit anderen auf der ganzen Welt zu kommunizieren. Die Verzögerungen der Nachrichten, wie in der Zeit, als Briefe noch per Post ins Ausland geschickt wurden, gibt es nicht mehr. Die Folge: Ich will alles wissen, ich kann alles wissen und zwar sofort. Die Nachrichten von außen per Mail oder per WhatsApp drängen sich in Echtzeit in unser Innerstes und wir haben kaum eine Chance sie abzuwehren, denn unsere Neugier ist größer. Auch so entsteht Stress. Aber auch unser Verhalten gegenüber anderen verändert sich. Wir reagieren schnell – also sofort. Wir lassen uns wenig Zeit, um etwas zu überdenken. Die Kommunikation mit anderen ist zwar in der Menge häufiger geworden, aber sie bleibt an der Oberfläche. Die Tiefe wie in einem guten Gespräch findet immer seltener statt, denn gute Gespräche dauern. Vielleicht rührt es daher, dass die Beziehungen zwischen den Menschen immer kürzer werden.

Warum ist die Gegenwart so wichtig?

Die Gegenwart ist wichtig, weil nur hier gewählt, geplant und gehandelt werden kann. Darauf hat uns Augustinus schon hingewiesen. In der Gegenwart kann die Wendung im Leben gemacht werden: einen neuen Anfang beginnen.

Die Gegenwart ist aber auch der große „Engpass der Zeit“, so Wilhelm Schmid,⁶ denn nicht alle Möglichkeiten können durch sie verwirklicht werden. Die Realisierung der Möglichkeiten hängt oft nur vom Zufall oder von Intrigen ab. Deshalb ist es wichtig, dass wir um den Gebrauch von Zeit wissen. Wir tun gut daran, so Schmid Rat, unter vielen Möglichkeiten nur wenige auszuwählen und diejenigen, die nicht zur unmittelbaren Gegenwart passen, auf die Zeitschiene zu stellen für die künftige Verwirklichung, wenn die Zeit dafür günstiger ist.

Kinder sind uns in Sachen Gegenwart ein Vorbild. Sie leben in der Gegenwart. Sie gehen in dem, was sie gerade tun, vollständig auf. Sie konzentrieren sich auf das, was ihnen gerade wichtig ist, mit Hingabe. Dadurch vergessen sie die Zeit und sich selbst. Sie leben zeitlos. Kinder sind selten nachtragend. Sie vergessen schnell den heftigen Streit, den sie gerade noch mit Freunden oder Geschwistern hatten.

Allerdings gibt es auch die andere Gegenwart: die virtuelle Gegenwart, deren Bedeutung wir heute nicht vernachlässigen können. Internet, Handys und andere Mediensysteme sind aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken. Sie geben uns Informationen, aber sie sind auch der ideale „Lückenfüller“.⁷ Man kann damit durch ein paar Klicks zwischen Hausaufgaben und anderen Verpflichtungen Spiele spielen, SMS schreiben oder Filme anschauen. Man muss sich also nicht mehr langweilen. Die genialen Einfälle, die sich aus der gelebten Langeweile ergeben können, werden verhindert. Und wir wissen auch, dass die virtuelle Welt zeitlos ist, weil der Zugriff zu ihr überall und jederzeit gegeben ist. So verliert die Gegenwart ihre Qualität.

Mit diesem Wechsel zwischen Zeiten der wirklichen und der virtuellen Welt müssen auch die Kinder heute leben und meistens können sie gut damit umgehen.

Was hat Gegenwart mit Ewigkeit zu tun?

Ewigkeit sei nicht eine endlos verlängerte Zeit, so Safranski, sie sei überhaupt etwas anderes als Zeit.⁸ Ewigkeit ist Überwindung von Zeit. Sie kennt keine Vergangenheit und keine Zukunft, sondern sie ist „permanente Gegenwart“.

Wir können die Gegenwart als eine „kleine Ewigkeit“ auffassen. Aber gleichzeitig wissen wir auch, dass Gegenwart ohne Dauer ist.

Fazit – oder welchen Zweck hat das Nachdenken über die Zeit?

Durch das Nachdenken über die Zeit erkennen wir, dass die Zeit doppelsinnig ist und zwar auf ambivalente Weise. Der Zweck dieses Nachdenkens ist es, diese Ambivalenz aushalten zu können. Es geht darum, den Gebrauch der Zeit bewusst und autonom zu durchleben, damit sie nicht nur an uns vorüberauscht.

Der Schlüssel zum klugen Gebrauch der Zeit liegt in der Gegenwart. Wir sollten weder die Vergangenheit bedauern, noch

uns um die Zukunft sorgen, sondern im Jetzt leben, wie die Kinder. Indem wir uns die Vergangenheit, die Gegenwart und die Zukunft vergegenwärtigen können, halten wir das Zepter unserer eigenen Zeit selbst in der Hand. Wir können trotz der Einbettung in die allgemeine Zeit, repräsentiert durch unseren Terminkalender und unsere Uhren, unsere private Zeit autonom bestimmen. Gerade weil unsere private Zeit begrenzt ist, die Gegenwart aber eine kleine Ewigkeit sein kann, sollten wir unsere Zeitauffassung ändern. Zeit zu haben ist Einstellungssache. Indem wir die Dinge bewusst wählen, widmen wir ihnen statt Gleichgültigkeit unsere volle Aufmerksamkeit. Wir sollten uns zwischen den Verpflichtungen wieder den Dingen zuwenden, die von Dauer sind. Wir sollten wieder gemeinsam spielen, gute Gespräche führen, einander zuhören, spazieren gehen, Feste feiern, Zeit bewusst verschwenden, Zeit anderen schenken, in den Tag hinein leben – wir sollten ab und zu wieder Dinge tun, die nicht unter die Herrschaft der Effizienz fallen. Das ist wertvolle Zeit, weil sie Sinn stiftet. ■

LITERATUR

- 1 Augustinus A. Bekenntnisse. 11. Buch, Kapitel 14
- 2 Safranski R. Zeit. Was sie mit uns macht und was wir aus ihr machen. München: Carl Hanser; 2015: 20–39
- 3 Augustinus A. Bekenntnisse. 11. Buch, Kapitel 20
- 4 Augustinus A. Bekenntnisse. 11. Buch, Kapitel 26
- 5 Han BC. Alles eilt. Wie wir die Zeit erleben. In: Zeit Philosophie, Juni 2013: 42
- 6 Schmid W. Philosophie der Lebenskunst. Frankfurt am Main: Suhrkamp 1998: 357
- 7 Zeiher H. Kindheit zwischen Zukunftserwartungen und Leben in der Gegenwart. In: King V, Gerisch B (Hrsg.). Zeitgewinn und Selbstverlust. Frankfurt am Main: Campus; 2009: 236
- 8 Safranski R. Zeit. Was sie mit uns macht und was wir aus ihr machen. München: Carl Hanser; 2015: 226

AUTORIN

Nila Komalasari Schlenker M.A.

Leiterin des Kurses „Philosophieren mit Kindern“ an Schulen und an der Hector-Kinderakademie in Stuttgart, Leiterin philosophischer Workshops für Erwachsene und freie Philosophin. Mehrere Jahre als Medizinisch-technische Radiologieassistentin tätig.
E-Mail: nila@schlenker.org



BIBLIOGRAFIE

DOI 10.1055/s-0042-101619
JuKiP 2016; 5: 79–82
© Georg Thieme Verlag KG
Stuttgart · New York · ISSN 1439-2569