



Liebe Leser/innen,

„tempus fugit – die Zeit flieht“, so lautet ein altes römisches Sprichwort. Auch mir kommt es so vor, als wenn die Zeit rennt, immer schneller. Kaum trittet man einen Moment lang durch den Alltag, schon ist wieder ein Jahr vergangen. Schlimmer noch, die Zeit scheint immer rasanter zu vergehen, je älter man wird. „Was, schon wieder Geburtstag?“ oder „Ist denn schon wieder Weihnachten?“ – sind wohl Gedanken, die die meisten kennen.

Marc Wittmann vom Institut für Grenzgebiete der Psychologie und Psychohygiene in Freiburg vergleicht das Leben mit einem Urlaub: am Anfang erkundet man die neue Umgebung, entdeckt unbekannt Düfte und Gerichte, taucht ein in neue Städte und Landschaften. Auch wenn die Zeit immer gleich ist, scheint sie sich weiter zu dehnen. Doch nach ein paar Tagen wird das Neue bereits zur Gewohnheit, man schaut nach dem Aufstehen immer auf die gleiche Landschafts- oder Stadtkulisse, kehrt jeden Mittag mehr oder weniger im selben Restaurant ein und planscht abends noch ein wenig im Pool oder in der See. Und plötzlich ist der Urlaub viel zu früh schon vorbei.

Zwanzig Jahre jeden Morgen in dasselbe Büro und jeden Abend vor den Fernseher im selben Wohnzimmer, dann vergeht die Zeit wie im Flug. Vielleicht sind wir Menschen so, wie es die Entwicklungspsychologie herausgefunden hat: je älter wir Menschen werden, desto weniger offen sind wir für Neues.

Von dem römischen Philosoph und Politiker Lucius Annaeus Seneca ist folgende Aussage überliefert: „Die Mehrzahl der Sterblichen klagt über die Ungunst der Natur, weil wir nur für eine kurze Lebensdauer geboren wurden, weil die Frist der uns verliehenen Zeit so schnell, so reißend verläuft, dass die meisten das Leben mitten unter den Zubereitungen für das Leben verlassen“ und damit weist er auf die „Kürze des Lebens“ und die „Substanzlosigkeit der hektischen Vielgeschäftigkeit“ hin.

Mein Freund Dr. phil. Mathias Jung (Philosoph und Gestalttherapeut am Gesundheitszentrum Dr. Max Otto Bruker-Haus in Lahnstein) greift diesen Gedanken auf und entwickelt ihn weiter. Er bezeichnet sich selbst als Jemand, der in den Herbst seines Lebens eingetreten ist und der, „wenn er still wird, die Sanduhr der Endlichkeit leise rieseln hört und nach dem Sinn des Ganzen fragt“.

Dr. Jung vergleicht das Leben mit einem guten Wein, der, kaum zur herbstlichen Fülle gelangt, schon wieder dem Ende entgegensteuert. Das Leben sei ohnehin nur eine Anekdote, ein Wimpernschlag im Kontinuum der Unendlichkeit und es sei uns nicht das gleiche vergönnt, wie – dem biblischen Mythos nach – dem steinalten Moses, der „die Welt restlos erfüllt und lebenssatt“ verlassen hat.

Die Zeit, so glaubt man, sie rennt, immer schneller und immer weiter. Aber auch hier hilft ein kluger Sinnspruch von Seneca: „Es ist nicht zu wenig Zeit, die wir haben, sondern es ist zu viel Zeit, die wir nicht nutzen.“

Also, nutzen wir unsere Zeit!