

ZEIT ALS LEBENSKUNST

OLAF GEORG KLEIN

© Verlag Klaus Wagenbach Berlin

VORWORT

Ist Zeit wirklich knapp? Es ist doch nichts gerechter verteilt als die Zeit: Jeder Tag hat für jeden Menschen vierundzwanzig Stunden, ohne Ausnahme. Dennoch vergeht die Zeit – heute – für die meisten Leute fast immer zu schnell. Und warum ist das so?

Andere Kulturen und Jahrhunderte sind mit der Zeit offensichtlich anders umgegangen als wir und haben sie auch vollkommen anders empfunden. Wenn wir unsere Zeitvorstellungen mit anderen vergleichen, ergeben sich eine ganze Reihe von Fragen: Ist die Zeit wirklich eindimensional und linear – oder eher zyklisch? Ist sie objektiv oder subjektiv? Hat die Zeit unterschiedliche Qualitäten, oder ist sie immer gleich? ›Vergeht‹ die Zeit, oder ›entsteht‹ sie immer wieder neu? Ist die Gegenwart immer gleich lang? Oder vielleicht nichts von alledem?

Antworten auf diese Fragen zu finden, heißt einen Blick darauf werfen, in welcher Tradition wir stehen, welche Zeitkonzepte uns beeinflusst haben und welche uns immer noch prägen. Es gilt, die verborgenen historischen, gesellschaftlichen und religiös verankerten ›inneren Antreiber‹ aufzudecken und dabei auch die philosophischen, kulturvergleichenden und psychologischen Ebenen zu betrachten. Zu nennen wären in diesem Zusammenhang die Verwechslung von Geschwindigkeit und Intensität, die Angst, etwas zu versäumen, die falsche Gleichsetzung von Zeit und Geld, das widersprüchliche Denken und Reden über die Zeit und vieles andere mehr. Hinter Zeitfragen stehen – wie wir sehen werden – immer auch Fragen nach Freiheit und Achtsamkeit, nach unbewussten Idealen, nach Endlichkeit und Zeitlosigkeit.

Viele der Ideen und Anregungen in diesem Buch sind in der konkreten Arbeit mit Menschen entstanden, die ›Probleme‹ mit der Zeit hatten – vielfach in Coachingsituationen. Dabei fiel auf, wie stark ›Zeitprobleme‹ in unserer Gesellschaft auf allen Ebenen zunehmen und wie weit wir noch immer von einer entspannteren Haltung gegenüber der Zeit entfernt sind. Außerdem wurde deutlich, dass die Zeitprobleme gerade nicht in einer individuellen ›Unfähigkeit‹ im Umgang mit der Zeit ihren Ursprung haben, sondern mit kulturell bedingten Grundüberzeugungen zusammenhängen.

In diesem Buch werden einige der häufigsten ›Zeitfallen‹ und Missverständnisse über die Zeit dargestellt, und es wird beschrieben, wie sich diese im Sprechen, Denken, Fühlen und Handeln auswirken. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, Zeitprobleme grundsätzlich anders anzugehen, indem wir die unbewussten und einengenden Vorstellungen von der Zeit selbst verändern – denn mit dem sogenannten ›Zeitmanagement‹ ist ihnen meistens nicht beizukommen. Zwar sind wir alle von der uns umgebenden ›Zeitkultur‹ geprägt, aber unabhängig davon können wir über die eigene Zeitkultur reflektieren, zu ihr auf Distanz gehen und eine eigene ›Zeitsouveränität‹ entwickeln.

Bei der Entstehung des Buches haben mich viele Menschen unterstützt, ermutigt, begleitet und nicht zuletzt auch herausgefordert – unmöglich, sie alle zu erwähnen. Dennoch seien einige von ihnen namentlich genannt: Christine Düwel, Benjamin Müller, Felix Buche, Michael Froese, Dietrich Henckel, Martin Glomm, Elisabeth Roosens, Christiane Dietrich, Katharina Sieckmann, Helmut Hallier, Ruth Becker, Barbara Wenner und Marco Th. Bosshard. Nicht - zuletzt danke ich aber auch den Coachingklienten, die mich durch ihre Fragen, ihre Probleme und durch ihr Vertrauen angespornt haben, im Zusammenhang mit der Zeit immer wieder neue Wege zu erkunden.

INHALT

Vorwort 9

DIE ZEIT VERSTEHEN

Keine Zeit haben 13
Zeit und Endlichkeit 21
Zeitknappheit und Versäumnisangst 30
Was genau ist die Gegenwart? 37

WIE ZEITVORSTELLUNGEN IN DIE IRRE FÜHREN

Schneller ist nicht besser 49
Zeit ist nicht Geld 60
Wettlauf mit der Informationsgeschwindigkeit 67
Work-Life-Balance ist eine Mogelpackung 76

INDIVIDUELLE ZEITWAHRNEHMUNGEN

Zielvorstellungen und Zeitempfinden 85
Zeitdehnung und Zeitschrumpfung 92
Körperlichkeit und Zeit 98
Erziehung zur Zeitknappheit 106

EIN ANDERER UMGANG MIT DER ZEIT

Zeitgrenzen und die Tiefendimension der Zeit 121
Ankommen, Muße und Müßiggang 129
Zeitlosigkeit, Ereigniszeit und Uhrzeit 136
Balance in der Bewegung 145

ZEITSOUVERÄNITÄT UND ZEITKULTUR

Zeitwissen, Zeitsinn und andere Zeitkulturen 157
Selbstzentriertheit und Zeitsouveränität 173
Zeitsouveränität und herrschende Zeitkultur 180
Auf dem Weg zu einer neuen Zeitkultur 186

Anmerkungen 195

DIE ZEIT VERSTEHEN

KEINE ZEIT HABEN

Wie wir über die Zeit sprechen

»Ich habe keine Zeit!« – ein Standardsatz. Aber wer das sagt, macht in dieser Zeit einfach etwas anderes. Das weiß unser Gegenüber, und wir wissen es auch. Es ist eine Floskel. Doch solche und ähnliche Sätze wirken wie eine Selbsthypnose: Im Ergebnis fühlen wir uns tatsächlich so, als hätten wir keine Zeit für das, was uns wichtig ist, was wir wollen oder wünschen.

Eine gute Möglichkeit, sich selbst auf die Spur zu kommen, ist, statt »Zeit« einmal »Leben« zu sagen und zu beobachten, was dann passiert. Unsere Wahrnehmung verändert sich augenblicklich: »Ich habe kein Leben?« »Ich leide unter Lebensknappheit?« »Ich habe Lebensprobleme?« Es wird deutlich, wie unser Denken und Sprechen über die Zeit uns dazu verführt, auf einer bestimmten Ebene zu bleiben und die dahinterliegenden Probleme nicht zu erfassen. Wenn wir sagen: »Ich habe keine Zeit«, scheint das etwas zu sein, was außerhalb unserer Verantwortung liegt. Wenn wir sagen: »Ich habe kein Leben«, sprechen wir von uns.

An dem Satz »*Ich habe keine Zeit.*« fällt noch etwas anderes auf. Er enthält eine bestimmte Vorstellung von der Zeit. Die Frage ist aber, ob wir Zeit wirklich *haben* oder *nicht haben* können und was wir emotional mit dieser Vorstellung verbinden. Wo oder wie *haben* wir denn unsere Zeit? Im Terminkalender oder im Computer?

Mit der Vorstellung des Zeithabens gehen außerdem eine Reihe von unbewussten Auffassungen einher: zum Beispiel Zeit zu *verlieren*, zu *gewinnen*, zu *finden* oder zu *sparen*. Auch hier verdeckt unser Denken und Sprechen die Realität. Haben wir wirklich Zeit ›verloren‹, wenn wir eine Stunde gewartet haben? Wir haben trotzdem gelebt. Die entscheidende Frage ist, *wie* wir diese Zeit gestaltet haben. Es gibt in diesem Sinne keine wirklich ›verlorene‹ Zeit. Ebenso wenig kann Zeit ›gewonnen‹ werden, indem wir irgendwelche Tricks oder Methoden anwenden. Wir haben, egal was wir tun, am Ende des Tages keine Minute mehr zur Verfügung als sonst. Und Zeit *finden* können wir auch nicht. Wir müssen stattdessen etwas anderes sein lassen.

Trotzdem wird in unserer abendländischen Kultur¹ seit über einhundert Jahren ständig versucht, Zeit zu sparen. Dass dieses Zeitverständnis nicht so selbstverständlich ist, wie es uns heute vorkommt, zeigt schon ein kurzer Blick auf die Romantiker. Zeit zu sparen oder zu gewinnen wäre ihnen nicht in den Sinn gekommen. Wozu sollte das dienen? Doch wohl nicht dem erfüllten Augenblick, dem Eintauchen in den Strom des Werdens und Vergehens, der Nähe zur Unendlichkeit, wie er in zahllosen Texten und Bildern dieser Zeit zum Ausdruck kommt.

Heute jedoch beteiligen sich die meisten ganz selbstverständlich an diesem Gesellschaftsspiel des Zeitsparens. Auffälligerweise sind ›Zeitsparer‹ jedoch sehr gehetzte Leute, und außerdem kann niemand über den Verbleib von ›Zeitersparnissen‹ wirklich Auskunft geben. »Hätten Sie beispielsweise [...] schon vor zwanzig Jahren angefangen, täglich nur eine einzige Stunde einzusparen, dann besäßen Sie jetzt ein Guthaben von sechsundzwanzigmillionenzweihundertundachtzigtausend Sekunden«², lässt Michael Ende in seinem Buch *Momo* den Agenten XYQ/384/b sagen, und jedes Kind lacht und weiß, dass das nicht stimmt.

Es bleibt die Frage, warum wir Tag für Tag über die Zeit sprechen, als sei sie ein bestimmter Gegenstand, den man irgendwie haben, verlieren, gewinnen, verträdeln, finden oder sparen könnte. Offensichtlich funktionieren diese Vorstellungen von der Zeit nicht, denn das zugrundeliegende Zeitmodell stimmt nicht mit der Realität überein. Die Zeit ist kein Objekt, kein Ding, keine Sache, mit der wir umgehen können wie mit beliebigen Gegenständen. Deswegen kann das, was eigentlich mit ›Sparen‹ gemeint ist, nie eintreten. In dem Moment, wo Zeit ›gespart‹ wurde, ist sie auch schon wieder weg. Darum sind alle Bemühungen, Zeit zu ›sparen‹, wie das Rückwärtslaufen in einem Zug, der in die falsche Richtung fährt. Also müssen wir uns nach Zeitkonzepten und Zeitmodellen umsehen, die besser funktionieren.

Dieser andere Umgang mit der eigenen Lebenszeit beginnt mit einem anderen Sprechen und Denken über die Zeit. Denn wir *haben* die Zeit nicht in irgendeiner Form, sondern wir leben – metaphorisch gesprochen – eher ›in‹ der Zeit und ›mit‹ der Zeit. Die Zeit ist ein unabtrennbarer Teil unserer Existenz.

Wir behandeln die Zeit aber in unserer Sprache nicht nur wie ein Objekt, mit dem wir tun und lassen können, was wir wollen. Aus einer anderen Perspektive sprechen wir über die Zeit so, als sei sie ein selbständig handelndes Subjekt: Dann ›macht‹ die Zeit plötzlich etwas mit uns, macht uns alt und krank oder was auch immer. Aber wie kann die Zeit einerseits selbstherrlich und andererseits so vollkommen zu beherrschen sein? Offensichtlich schließt beides einander aus. Und damit nicht genug, sprechen wir über die Zeit in anderen Zusammenhängen oft wie über einen außerhalb von uns ›ablaufenden Prozess‹. Die Vorstellung ist dann eher, dass die Zeit wie ein Strom dahinfließe. Wir sagen zum Beispiel, »die Zeit kommt und geht« oder »die Zeit vergeht« oder »die Zeit macht nicht halt«. Interessanterweise steht auch das im Gegensatz zu unserer Vorstellung über die Zeit als einem Ding. Dennoch wechseln wir im täglichen Leben zwischen allen drei einander ausschließenden Auffassungen – Zeit als *Objekt* unserer Handhabung, Zeit als *Subjekt*, das etwas mit uns macht, und Zeit als ein selbständig ablaufender *Prozess* – ziemlich beliebig hin und her. Auch das ist ein Indiz dafür, dass unser Sprechen und Denken und damit unsere internen Modelle, die wir uns von der Zeit gemacht haben, nicht mit der Wirklichkeit übereinstimmen, zumindest jedenfalls nicht schlüssig sind.

Auch mit unserem Sprechen über die Zeit als einem Prozess (der sich linear in die Zukunft bewegt) gehen bestimmte Konsequenzen einher. Zum Beispiel die Vorstellung, der einzelne Mensch oder die Gesellschaft als Ganzes könne diesen Prozess der ›ablaufenden‹ Zeit beeinflussen. So soll die Zeit zum Beispiel einmal *beschleunigt* oder ein anderes Mal *verlangsamt* werden. Doch auch das ist nicht möglich. Das Einzige, was beeinflusst oder verändert werden kann, ist das eigene Verhalten, Denken und Fühlen *in* der Zeit.

Die Zeit ist also weder ein handelndes Subjekt noch ein Ding und auch kein Prozess. Sie ist vor allem nichts, was *außerhalb* des Menschen geschieht. Auf der einen Seite der Mensch, auf der anderen die Zeit, mit der irgendetwas gemacht werden kann oder die irgendetwas mit uns Menschen macht. Dieser Irrtum über das Verhältnis von Mensch und Zeit ist vergleichbar dem Irrtum bei der Gegenüberstellung von Mensch und Natur.

Wir sind ja als Menschen offensichtlich selbst ein Teil der Natur. Wir unterliegen allen ihren Gesetzmäßigkeiten: Entstehen, Wachsen, Reifen und Vergehen. Wir bleiben bei aller Anstrengung eingebettet in die Natur und sind gerade nicht ihr Gegenüber und schon gar nicht ihr Schöpfer. Ebenso verhält es sich mit der Zeit. Sie ist ebenfalls kein unabhängiges ›Gegenüber‹ des Menschen. Sie ist nichts vom Menschen Abgetrenntes oder Abzutrennendes, sie ist nicht zu haben und nicht zu manipulieren. Der Mensch ist, metaphorisch gesprochen, selbst ein *Teil der Zeit*.

Was ist die Zeit aber dann?

Diese Frage haben sich nicht nur Philosophen, Dichter und Theologen des jüdisch-christlichen Kulturkreises in den letzten 2500 Jahren gestellt. Wir können uns dabei an den Prediger Salomo erinnern, mit seinem berühmten »Alles hat seine Zeit«³, oder an Heraklit denken, der sagte: »Wir steigen in denselben Fluß und doch nicht in denselben; wir sind es und wir sind es nicht.«⁴ Schließlich können wir uns auch den berühmten Ausspruch Augustins vergegenwärtigen: »Was also ist die Zeit? So lange mich niemand danach fragt, ist mir's, als wüßte ich's; doch fragt man mich und soll ich es erklären, so weiß ich's nicht.«⁵

Wenn hier dennoch eine Antwort gewagt wird, dann darf sie nicht hinter das zurückfallen, was Norbert Elias in seinem Werk *Über die Zeit* präzise formuliert hat. Er schreibt dort: »Der Ausdruck ›Zeit‹ verweist also auf dieses ›In-Beziehung-Setzen‹ von Positionen oder Abschnitten zweier oder mehrerer kontinuierlich bewegter Geschehensabläufe. Die Geschehensabläufe selbst sind wahrnehmbar. Die Beziehung stellt eine Verarbeitung von Wahrnehmungen durch wissende Menschen dar.«⁶

Das bedeutet zweierlei: Erstens ist die Zeit in dem Sinne, wie wir über sie zu denken und zu sprechen gelernt haben, gar nicht vorhanden. Genaugenommen existiert sie nicht als eine ei-

genständige Realität (und schon gar nicht als ein von Kant formuliertes a priori). Zweitens heißt das, dass ›Zeit‹ nur vorhanden ist, weil Menschen existieren und Menschen unterschiedliche Bewegungen (und damit Veränderungen, die völlig unabhängig voneinander ablaufen) miteinander vergleichen. Anders gesagt: Die Zeit ist eine *Erfindung* des Menschen.

Diese Erkenntnis, dass die Zeit eine Konstruktion, ein ›mentales Modell‹⁷ ist, lässt sich anhand der unvoreingenommenen Alltagserfahrung leicht überprüfen. Real oder wirklich existent sind ›Geschehensabläufe‹: Ob das die Schwingungen eines Cäsiumatoms sind oder der Verfall eines Hauses, das Altern eines Menschen oder das Sterben eines Waldes. Bewegung und Veränderung ist von uns wahrnehmbar, Zeit nicht. Erst wenn Menschen beginnen, diese ständig wahrnehmbaren Veränderungen miteinander zu vergleichen und in ein bestimmtes Verhältnis zueinander zu setzen, entsteht das, was wir unbefangen und verdinglicht ›Zeit‹ nennen.

J.T. Fraser kommt in seinem Buch *Die Zeit* mit anderen Worten zu ähnlichen Schlussfolgerungen wie Elias. Er schreibt, »daß jede Zeitmessung mindestens zwei Uhren (Bewegungen) und eine Theorie oder eine Überzeugung braucht, die das, was abgelesen wird, verknüpft.«⁸ All das hat eine Reihe von Konsequenzen: Wenn wir darauf zurückkommen, wie wir im täglichen Leben über die Zeit sprechen, dann wäre es sprachlich exakter zu sagen: »die Dinge ändern sich« statt »die Zeiten ändern sich«. Oder zu sagen: »das Leben vergeht« statt »die Zeit vergeht«.

An der Zeit liegt es also nicht, wenn wir gehetzt oder gestresst sind. Mit der Zeit ist es wie beim Zaubern: Der Zauberer lenkt ab, und während die Zuschauer woanders hinsehen, steckt er das weiße Kaninchen in den Hut, das er später wie aus dem Nichts erscheinen lässt. Wenn wir auf das ›Vergehen‹ der Zeit schauen und beobachten, wie schnell oder langsam etwas im Vergleich zu irgendetwas anderem ist, gerät uns genau das aus dem Blick, worauf es eigentlich ankommt: die *Lebensqualität* im gegenwärtigen Moment.

Insofern geht es in diesem Buch nicht um physikalische Annahmen über die Zeit oder um die historische Entwicklung der Zeitmessung (die immer eine Bewegungsmessung ist), sondern um unsere Selbstwahrnehmung. Es werden die individuellen und kulturellen *Modelle* über die Zeit betrachtet, um zu anderen Einsichten und, wenn nötig, auch zu einem anderem Verhalten im Umgang mit der Zeit zu kommen.

Die Verwechslung von Zeit und Zeitmodellen

Ob etwas wahr, richtig, sinnvoll oder wirklich ist, entscheidet sich vor allem daran, ob es funktioniert oder nicht. Die Zeit wie ein Ding zu behandeln oder wie einen eigenständigen Prozess zu definieren, funktioniert – wie wir gesehen haben – eben gerade nicht. Auch - andere Kulturen haben ihre eigenen Vorstellungen von der Zeit entwickelt – Vorstellungen, die unseren vollkommen oder in Teilen widersprechen. Interessanterweise kann keines dieser Zeitmodelle die Zeit wirklich beschreiben – allerdings kann man von anderen Zeitkulturen sehr viel über die eigenen Irrtümer oder Konstruktionsbesonderheiten in Bezug auf die Zeit lernen.

Der Hauptirrtum gegenüber allen vorhandenen Zeitmodellen besteht darin, dass wir normalerweise annehmen, wir würden wirklich über ›die‹ Zeit sprechen, wenn wir über die Zeit sprechen; dabei sprechen wir immer nur über ein ganz bestimmtes Modell von Zeit. Sehen wir uns ein paar Beispiele näher an, um deutlicher zu werden.

Die Physik arbeitet mit einem Zeitmodell, bei dem die Zeit *keine* Richtung hat.⁹ Das ist insofern sehr bemerkenswert, weil dieses Modell in einem eklatanten Widerspruch zu dem weitverbreiteten Zeitmodell der jüdisch-christlichen Kultur steht. Erst mit den jüdisch-christlichen Religionsvorstellungen und mit der Idee eines Ziels der Geschichte¹⁰ entwickelte sich überhaupt ein lineares Zeitmodell – die Vorstellung von der Zeit als einer geraden und in die Zukunft gerichteten Linie.

Jahrtausendlang hatten die Menschen die Vorstellung, dass die Zeit ganz selbstverständlich im Kreis geht. Da auf jeden Abend wieder der Morgen folgt, da die Jahreszeiten einander abwechseln, Sonnenjahr und Mondzyklen sich wiederholen, der Zyklus der Frau immer wiederkehrt, der ewige Kreislauf von Geburt und Tod zum Leben gehört und selbst Demokratie, Oligarchie und Diktatur sich abwechseln, lag nichts ferner, als sich die Zeit wie

einen Zeitstrahl vorzustellen, der auf irgendein imaginäres Ziel zuläuft.

In anderen Kulturen hingegen gibt es überhaupt keine ›objektive‹ Zeitmessung. Eine Jahreszahl wie zum Beispiel das Jahr 2007, die für alle, die sich nach diesem Kalender richten, gleich wäre und an der man sich verbindlich auszurichten hätte, hat dort keine Realität. Es gibt in gewissen indianischen Kulturen, etwa bei den Hopi, immer nur die subjektive Zeit des einzelnen Menschen, und die Zeit ist dort nichts anderes als eine Mischung oder eine Summe aus unendlich vielen kleinen Individualzeiten. Wenn also eine Siebzehnjährige und eine siebzugjährige Frau sich treffen, sind in dem Moment nur zwei Zeiten ›real‹: siebzehn Jahre und siebzug Jahre. Eine übergeordnete, ›objektive‹, vereinheitlichende Zeit existiert nicht, ist gar nicht denkbar oder vorstellbar. Die »Zeitvorstellungen sind immer an konkrete Situationen und an bestimmte Personen gebunden.«¹¹ Ist das nun wahr oder unwahr? Auf jeden Fall ist es anders.

Jedes Zeitmodell (das physikalische, das jüdisch-christliche, das indianische, das hinduistische et cetera) ist also immer ein mögliches, aber zugleich ziemlich willkürliches. Dennoch hält jede Kultur üblicherweise das eigene Zeitmodell mit all seinen Widersprüchen für richtig, die Zeitmodelle anderer Kulturen dagegen – je nachdem – für merkwürdig, unlogisch, falsch oder unangemessen. Aber Modelle sind eben nur Modelle – Konstruktionen – und nicht die Realität.

Allerdings können wir uns nicht *unbewusst* nach bestimmten Zeitmodellen richten und dann auf einer *bewussten* Ebene versuchen, gegen die sich daraus ergebenden Konsequenzen anzugehen, ohne diese Zeitmodelle selbst zu hinterfragen. Wenn die Zeit in unserem jüdisch-christlichen Modell eine gerade Linie ist, die sich von der Vergangenheit kommend zielgerichtet auf die Zukunft zubewegt, dann bewegen wir uns, bildlich gesprochen, mit der Zeit mit. Oder wir laufen sogar mit der Zeit ›um die Wette‹, unter dem Motto: »Wer ist schneller?« Innerhalb eines solchen Modells von Zeit ist es durchaus sinnvoll, sich zu beeilen. Wer sich beeilt, erreicht das Ziel wahrscheinlich eher. Es sollten auch möglichst wenig Pausen gemacht werden, und außerdem ist es ratsam, darauf zu achten, nicht von anderen überholt zu werden, weil die sonst schneller am ›Ziel‹ sind. Das sind nur ein paar der Konsequenzen, die mit dem linearen Zeitmodell offensichtlich einhergehen, und entsprechend schwer fällt es dem Einzelnen, zu verlangsamen oder innezuhalten – weil dem eine merkwürdige (kulturell und mental bedingte) innere ›Getriebenheit‹ entgegensteht.

Wenn Menschen hingegen eher zyklische oder kreisförmige Zeitvorstellungen haben, gehen damit auch andere Konsequenzen, Gedanken und Verhaltensweisen einher. Es gibt dann kein imaginäres Ziel mehr, das irgendwo in der fernen Zukunft liegt. Es gibt nur einen großen Kreislauf, der immer wieder an seinen Ausgangspunkt zurückkehrt. In diesem Modell gibt es kein ›Vorne‹ und kein ›Hinten‹. Daher ist es für den Einzelnen auch nicht sinnvoll, sich zu beeilen. Niemand muss besorgt sein, von irgendwem überholt zu werden. Angemessener ist es plötzlich, den jeweiligen Augenblick wahrzunehmen, zu genießen und wirklich im ›Jetzt‹ zu leben, statt sich für eine imaginäre Zukunft abzuhetzen. Der Weg ist auf einmal wirklich das Ziel.

Die Zeit ›geht‹ natürlich weder im Kreis, noch geht sie geradlinig auf ein Ziel zu. Wichtig ist, dass wir verstehen, wie wir in selbstgeschaffenen, gelernten oder antrainierten Modellen über die Zeit sprechen und denken und wie diese Modelle auf unsere Wahrnehmung und unser Fühlen, auf unser Verhalten und unsere Entscheidungen durchschlagen. Aber egal, welcher Vorstellung von Zeit wir nun anhängen: Wir sind diesen Zeitmodellen und ihren Konsequenzen nur so lange ausgeliefert, wie wir sie nicht als erkennbare und wandelbare Zeitmodelle verstehen, sondern als objektive Gegebenheiten betrachten, mit denen wir uns zwangsläufig zu arrangieren hätten.