

Michael Schneider

Gabe und Auftrag im Umgang mit der Zeit IV

(Radio Horeb, 5. Mai 2021)

In der Zeit der Corona-Pandemie erfahren wir unser Leben auf ganz neue und andere Weise. Schon das erste Lockdown wurde vermutlich anders durchlebt als die späteren Maßnahmen einer Zurücknahme aus dem Alltagsgeschäft. Aber haben wir es gelernt, nun besser und sorgfältiger mit unserer Zeit umzugehen? Zumindest waren und sind diese Tage und Wochen eine gute Gelegenheit, sich über das eigene Zeitverhalten Rechenschaft abzulegen.

In drei Sendungen haben wir schon früher ausführlich über den gläubigen Umgang mit der Zeit in unserem Leben nachgedacht, nämlich am 14. Oktober 2013, am 17. Mai 2018 und im letzten Jahr am 2. Juni. Unsere heutigen Ausführungen werden nicht viel Neues thematisieren gegenüber dem, was in unseren früheren Sendungen schon angeführt wurde, doch das damals Gesagte erhält derzeit eine neue Aktualität, eben durch die Extremsituation, in der sich die meisten von uns augenblicklich befinden. Kurz sei zusammengefaßt, was wir bisher erarbeitet hatten.

I. Der geistliche Auftrag der Zeit

Die Zeit ist eine Gabe, ja das Geschenk Gottes, das einem jeden von uns als »Talent« im Leben anvertraut ist, damit wir mit ihm wuchern. Wir müssen die Zeit ausnützen, sie also nicht absitzen, verträdeln oder gar verschlafen (Gal 6,10; Eph 5,16). Deshalb dürfen wir das Psalmwort: »Meine Zeit steht in Deinen Händen« (Ps 31,16a) umformen in den Leitsatz: »Gottes Zeit in meinen Händen.« Gott legt jedem Menschen Seine Zeit in die Hände, damit sie ihm zum »Sakrament des Augenblicks« wird, in dem Gott ihm begegnen will.

Die Frage nach der Zeit und dem gläubigen Umgang mit ihr nimmt in der Ausformung des geistlichen Lebens eine zentrale Stelle ein und gibt wichtige Auskünfte bei der Bewertung eines geistlichen Lebensstils. Denn wer in seinem Leben etwas zu erreichen sucht, wird an Grundentscheidungen nicht vorbeikommen und sich überlegen müssen, wie er auf rechte Weise mit seiner Zeit umgehen möchte, um seine Ziele zu erreichen: Was ist mir bei der Einteilung der Zeit im eigenen Alltag wichtig? Was steht für mich in meinem Leben an erster Stelle? Schon wenn einer seinen Wecker stellt, um am nächsten Morgen rechtzeitig aufzustehen und seine geistliche Übung zu machen, hat er eine Entscheidung darüber getroffen, was in seinem Leben den Vorrang hat. Nicht anders verhält es sich in der Einteilung der Zeit, die wir für unsere Mitmenschen oder auch sonstwie für uns selber frei halten. Nur wenige Vollzüge im Leben geben so viel Auskunft über die Grundentscheidungen unseres Lebens wie gerade unser Umgang mit der Zeit und die Prioritäten, die wir dabei setzen. Wer hingegen mit seiner Zeit nichts anzufangen weiß, wird sie, wie wir gemeinhin sagen, »vertreiben«, »totschlagen« oder eben »absitzen«. Fürwahr, der Umgang mit der Zeit kann zu einem Gradmesser unserer Lebenskunst werden, wenn wir in einem rechten Rhythmus mit der Zeit zu leben verstehen und sie so einsetzen, daß sie uns reich beschenkt, kurz gesagt:

wenn die Zeit uns »zum Segen« wird. Sich Zeit gönnen zeugt von der Weite des Herzens, von seiner Großzügigkeit und einer wohlwollenden Lebensfreude; ohne sie wird das Leben in seiner Kostbarkeit verkannt, denn wir haben nur diese eine Lebenszeit, mit der wir am Reichtum des Daseins teilnehmen; Jesus wollte aber, daß wir das Leben in aller Fülle haben, was meint: er will, daß wir Freude am Leben haben.

Die Zeit ist mehr als ein äußeres Maß, sie ist ein innerer Auftrag, dessen Erfüllung uns zu uns selber kommen läßt, denn die Zeit bestimmt unser Wesen. Die innere Bestimmung, die uns mit der Zeit gegeben ist, gleicht einem Abenteuer, das wir nie hinter uns gebracht und bestanden haben. Vor allem *sind* wir selbst Zeit. Wir sind das, was wir aus ihr machen: Wir können sie »totschlagen« oder auch mit Inhalt füllen. Wer aber die Zeit verliert und vergeudet, verliert eines Tages sich selber. Die Zeit ist Ausdruck unseres inneren Selbst: Wenn uns jemand Zeit stiehlt, erfahren wir dies wie einen Eingriff in unser Inneres, da wir von uns Wichtigem und von etwas für unser Leben Notwendigem - vielleicht sogar unwiderruflich - abgehalten werden. Wer sich jedoch keine Zeit nimmt, wird sich eines Tages von sich selbst entfremdet fühlen, er wird gejagt und gehetzt sein, läuft er doch hinter sich her, ohne sich zu erreichen, vielleicht weil er ohnehin auf der Flucht vor sich selber ist. Wer keine Zeit für sich oder die anderen hat, verweigert sich mit dem Kostbarsten, was er hat, ohne es recht zu nutzen und mitzuteilen.

Wir sind am Tag und manchmal sogar bis in die Nacht hinein von einer Flut an Informationen, Terminen und Nachrichten überschwemmt, so daß wir diese gar nicht alle in uns aufnehmen können; wir fangen dann an zu »sondieren«, so daß wir mit unseren Gedanken schließlich ganz woanders sind. Wir sagen beispielsweise, daß wir im Gebet »zerstreut« sind, aber eigentlich haben wir uns endlich einmal die Zeit genommen, um Anstehendes hochkommen zu lassen, zu bedenken, einzuordnen und zu verarbeiten. Wir waren also gar nicht »zerstreut«, sondern präsent, nämlich bei dem, was uns untergründig schon lange beschäftigt, ohne daß wir diesem bisher den nötigen Raum eingeräumt haben. Was für das Gebet gilt, gilt auch für unser Leben: Entscheidend ist, daß wir in allem »ganz da«, also »präsent« sind. Stille Präsenz werden nur diejenigen erfahren, die »bei sich wohnen« können (*habitare secum*), wie es *Gregor der Große* († 604) in seiner Beschreibung des heiligen Benedikt bezeichnet. Nur ein Mensch, der es bei sich selber aushält, wird sich im Gebet ganz Gott zuwenden können; nicht anders wird es in der Begegnung mit unseren Mitmenschen sein, in der wir es sehr genau spüren, ob der Andere uns ganz »zugewandt« ist. Hierbei geht es um keine äußere Konzentrationsübung, sondern um eine unmittelbar gläubige Haltung, die weiß, daß mit Christus die »Fülle der Zeit« angebrochen ist und wir deshalb die »Zeit« auszukosten haben, denn was wir dem »Geringsten« getan, haben wir Ihm getan, wie der Herr am Ende unseres Lebens sagen wird.

In Jesus hat Gott »Zeit für uns«. Gottes Zeit verläuft nicht neben unserem Alltag, sondern wird in Christus zum Inhalt unseres Lebens. Leben im Glauben an Christus heißt: Ewigkeit in der Zeit und als Zeit, absolute (göttliche) Ewigkeit in relativer (menschlicher) Zeit. Mit der neuen Zeit in Christus gilt: »Der Mensch ist nach seiner ursprünglichen Natur nicht ein von der Zeit bedrängtes, sondern

von ihr beschenktes Wesen.«¹ Die gläubige Botschaft von der Rettung der Zeit durch die Fülle der Zeit gibt dem Leben des Glaubenden eine neue Gelassenheit. Wie in so mancher Hetze eine Angst vor dem Tod und dem mit ihm erforderlichen Loslassen liegt, weiß der Glaubende, daß er seine Zeit nicht, wie es bei Peter Handke heißt, zu »retten« braucht, denn sie ist schon in die Ewigkeit hinein aufgehoben. Gewiß, gelegentlich hatte Jesus »nicht einmal mehr Zeit zum Essen« (Mk 6,31), dennoch nahm er sich immer wieder Zeit, um in der Stille der Nacht »auf einem Berg« zu beten (Mt 14,21 u.ö.); manchmal hat er seine Zeit einfach auch vertrödelt: er lebt mit den Menschen auf dem Marktplatz, läßt sich zum Essen einladen und, wenn ein Blinder seiner bedarf, stellt er einfach das Programm um, damit er ihm zu helfen vermag. Das Buch des Predigers bringt diese Lebensweisheit in die Worte: »Besser eine Handvoll in Ruhe als beide Hände voll in Mühe und Haschen nach Wind« (Pred 4,6).

Das Leben Jesu zeugt von einem erlösten Umgang mit der Zeit, der ihn sogar mitten im Sturm auf dem See schlafen läßt. Gläubiger Umgang mit der Zeit hat in der Tat etwas mit dem Schlafen zu tun. Wir sagen: »Gute Nacht!« und »Guten Morgen!« Doch immer weniger Menschen kommen ohne Schlafmittel (»die kleine Narkose«) aus, und am nächsten Morgen gehen sie unausgeschlafen in den Tag. Warum machen wir uns so wenig Gedanken über den Verlust des ungestörten Schlafs? Wie schnell hat man sich an die Schwere und Freudlosigkeit beim Erwachen gewöhnt.

Daraus folgt für unsere Fragestellung, daß es im rechten Umgang mit der Zeit nicht nur darum geht, daß wir am Tag unsere geistlichen Übungen und (Gebets-)Zeiten einhalten, sondern zunächst bedarf es einfach der Fähigkeit, die Zeit des Lebens als eine wahrhaft geistliche Zeit zu gestalten. Aus der Feststellung, daß sich das geistliche Leben nicht auf geistliche Übungen beschränkt, sondern der Integrationspunkt des ganzen Lebensvollzugs im Glauben ist, ergibt sich ein wichtiger Hinweis für einen geistlichen Umgang mit der eigenen Lebenszeit: Es bedarf einer Art geistlicher Lebenspädagogik, die den Einzelnen dazu anleitet, auf seinem Lebensweg seinem Glauben gemäß in der Welt zu leben.

Im Leben mit Gott gibt es einen Anruf zu mehr Innigkeit, gerade in den Zeiten des Gebets und der Liturgie (wenn wir ihm nicht gleich ausweichen durch sogenannte »Zerstreuungen«, die eher ein Zeichen des mangelnden Interesses oder der fehlenden Aufmerksamkeit für den Anruf des Augenblicks sind). Doch kann es sein, daß es für den Einzelnen im Lauf seines Lebens immer schwieriger wird, sich dem konkreten Anruf Gottes in seinem Leben zu stellen, besonders wenn das geistliche Leben trockener wird. Am Anfang seines Glaubensweges stand vielleicht die Erfahrung der Nähe und Gegenwart Gottes, doch danach schien sich die Erfahrung seiner Anwesenheit immer mehr zu verdunkeln.

Die Mönchsväter sprechen hier von der Krisenerfahrung der Akedia, die nach ihrer Meinung vermutlich jeder geistlich lebende Mensch auf seinem Weg des Glaubens durchmacht.² Das Laster der Akedia beinhaltet jedoch mehr als nur das Phänomen der »Trägheit«; es handelt sich um eine

¹ H. Wagenführ, *Vom Wesen der Zeit*. Tübingen 1968, 113.

² Vgl. M. Schneider, *Akedia. Lebenskrisen in der Deutung des Glaubens*, Köln 2000.

fundamentale Krise, insofern der Glaube, das Gebet und das Durchhalten der eigenen Lebensweise sehr erschwert werden. Bei der Krisenerfahrung der Akedia geht es um keine vorübergehende Schwierigkeit im geistlichen Leben, sondern um eine Erfahrung von Trostlosigkeit und Verzweiflung, die lange anhalten kann und vielleicht zu einer Lebensentscheidung drängt, die alles in Frage stellt. Die Tragweite der Erfahrung der Akedia ist daran zu erkennen, daß sie sogar eine grundsätzliche Abwendung von Gott nach sich ziehen kann. Der Mensch wird hart oder nachlässig in seiner Begegnung mit Gott, bzw. sein geistliches Leben erstarrt in oberflächlicher Routine und Gleichgültigkeit. Auch übertriebene Minderwertigkeitsgefühle können ein akediöses Phänomen sein, denn sie sind mit einer »Werdeangst« und »Werdescheu« verbunden, die den Menschen daran hindern, wirklich so groß und gut sein zu wollen, wie er ist; statt dessen gibt er - aus Angst vor dem Leben oder wegen einer Enttäuschung - die »Eintrittskarte« vorzeitig ab. Damit verbunden ist meist die Lebenshaltung der Langeweile, die ebenfalls der Akedia entspringt, wie auch Adam und Eva im Paradies aus Langeweile gesündigt haben sollen: Gott bzw. das Paradies sind ihnen langweilig geworden, meint Thomas von Aquin sagen zu müssen.

Es gilt, immer wieder zu den ursprünglichen Erfahrungen, Idealen und Sehnsüchten des eigenen Lebens zurückzukehren, um im geistlichen Leben »jung« zu bleiben. Wie diese Rückkehr zu den eigenen Quellen geschehen kann, läßt erneut erkennen, welche Bedeutung einem gläubigen Umgang mit der eigenen Zeitgestaltung zukommt:

a) Um im Gebet die Nähe Gottes zu erfahren, muß der Mensch vor allem seinen *Lebensalltag vor Gott ordnen*.³ Für das Alltagsleben im Glauben ist es nicht gleichgültig, wie einer mit seinen Mitmenschen zusammenlebt, ob er sich dem Neid, dem Zorn, der Habsucht überläßt, ob er alles, was ihm auf die Zunge kommt, sagt. Es ist nicht gleichgültig, wie er schläft, wie er ißt, wie er sich erholt. Vor allem gibt es ein Haupthindernis für die geistliche Ordnung des Lebensalltags aus dem Glauben, nämlich die Sünde: sie trennt von Gott und macht den Menschen blind für Gottes Anruf. Gebet und Arbeit sind gemeinsam das eine geistliche Tun: »das Gebetsleben wird gepflegt in der Arbeit«⁴, wie ein früher Gefährte des Ignatius sagt. Aber nicht nur das Gebet befruchtet die Arbeit, auch die Arbeit läßt das Gebet zu immer größerer Tiefe und Fruchtbarkeit wachsen: »So muß also unser Gebetsleben sein: daß es all unser Wirken leite, ehre, ihm innere Gottesfreude und Kraft gebe im Herrn. Unser Arbeiten aber soll das Beten wachsen lassen, ihm Kraft und heilige Frömmigkeit verleihen.«⁵ Über das innere Verhältnis von Arbeit und Gebet schreibt Ignatius von Loyola: »Es wäre gut, er machte sich einmal klar, daß Gott sich des Menschen nicht nur dann bedient, wenn er betet; sonst wären allerdings alle Gebete zu kurz, wenn sie weniger als 24 Stunden am Tag dauerten...«⁶

b) Der Augenblick ist das Tor zur Begegnung mit Gott, deshalb spricht J.P. de Caussade vom »Sa-

³ Deswegen unterwerfen die Mönche ihr Leben einer »Regel«.

⁴ Nadal IV,675.

⁵ Nadal IV,674.

⁶ MI I,II,494f.632-654.

krament des Augenblicks«. Im christlichen Glauben kann nämlich vom »Sakrament der Zeit« gesprochen werden. In der quasi sakramentalen Bedeutung der Zeit liegt auch ihre Bedeutung für das Leben im Glauben begründet. Dies zeigt sich konkret in der Feier der Eucharistie und des Herrenjahres: In ihnen kommt das zum Himmel aufgefahrne Wort zu den Menschen, das Ewige tritt in die Zeit ein und die Zeit schreitet dem Ewigen entgegen. Aus all dem ergibt sich ein spezifisch christlicher Umgang mit der Zeit: Sie ist für den Glaubenden mehr als nur eine Abfolge von Daten und Terminen; sie ist der wesentliche Ort der Begegnung mit Gott, den es in allen Dingen des Lebens zu suchen und zu finden gilt. In diesem Sinn kann vom »Sakrament« des Augenblicks bzw. der Zeit gesprochen werden.

c) Damit uns ein gläubiger Lebensstil im Umgang mit der Zeit gelingt, braucht es Augenblicke des *Innehaltens* und der *Innewerdung*. Es bedarf dabei keines großen Aufwandes, keiner großen Gefühle und Gedanken⁷, auch ist es töricht, in einer solchen Zeit über Gott nachzudenken und dabei zu vergessen, daß man längst schon in seiner Gegenwart ist: »Wir sollten nicht zu Gott kommen in der Absicht, einen Reigen von Gefühlen zu durchlaufen oder eine mystische Erfahrung zu machen. Wir sollten zu Gott kommen, um in seiner Gegenwart zu sein.«⁸ Wer betet, will ungeteilt sein, wobei er auf das achtet, was er mit Gott gemeinsam hat, um ihm begegnen zu können. Ein Grund dafür, daß vielen eine solche ungeteilte Zeit der Innewerdung nur selten gelingt, besteht darin, daß das Wissen um die augenblickliche Gegenwart Gottes vermutlich zu wenig Gewicht in ihrem Lebensalltag hat.

d) Eine *einheitliche Grundlinie* erhält das Leben eines Menschen, sobald er die Fähigkeit entwickelt, sich immer weniger von den äußeren Bedingungen leiten zu lassen bzw. wenn er lernt, sie in sein eigenes Wesen zu integrieren. Es bedarf einer eigenen Aktivität gegenüber allem, was dem Menschen zustößt und was von außen auf ihn einströmt, um aus all dem das zu gestalten, was für ihn das Rechte ist; durch die Weise, wie er auf das, was von außen auf ihn eindringt, reagiert und wie er es schließlich aufgreift oder verwirft, wird sich zunehmend jenes ausbilden, was sein Eigenstes ist. Die gleiche Aufmerksamkeit muß der Einzelne sich selber entgegenbringen. Für die tägliche Einübung in die *Achtsamkeit* gilt die Weisung:

Geh an den Ort in deinem Herzen, an dem du ganz du selbst bist. Versuche, eine Zeit lang nichts zu tun, außer auf die Stimme zu hören, die tief im eigenen Herzen wohnt.

Es ist ein einfaches Verfahren: eine begrenzte Zeit, dann innere Aufmerksamkeit mit kurzen, aber eindringlichen Worten, die häufig wiederholt werden - alles geleitet von dem Wissen, in der Gegenwart Gottes zu sein.

⁷ Manchmal erfahren wir an dem einen Tag viel Wärme im Gebet und meinen, es müßte so auch am nächsten sein; doch dann fixieren wir den Kontakt mit Gott auf den bisherigen. Für solche Augenblicke gilt: »Machen wir aus dem Gebet eine Sache der Quantität, wenn wir es nicht zu einer Sache der Qualität machen können. Natürlich ist es besser, nur die Worte 'Vater unser' hervorzubringen mit der ganzen Innigkeit des Verstehens, als das Vaterunser zwölfmal herzusagen. Aber gerade zu diesem Innesein sind wir manchmal nicht fähig« (A. Bloom, Lebendiges Beten. Weisungen, Freiburg-Basel-Wien 1976, 104).

⁸ Ebd., 119.

II. Hilfen zu einem gläubigen Umgang mit der Zeit

Die angeführten Grundhaltungen im Umgang mit der Zeit, die wir in den vorherigen Radiosendungen angeführt haben, ermöglichen es, daß wir in unserer Lebenszeit geistlich wachsen und reifen. Im Folgenden sollen weitere praktische Vollzüge angeführt werden, die das Gesagte vertiefen können.

1. Agere sequitur esse.

»Unser Handeln folgt unserem Sein!« Denn unsere Natur bzw. Anlage wird sich in dem auswirken, wie wir innerlich gebaut sind und zu unserem Lebensalltag stehen. Unsere vermeintliche »viele Arbeit« ist größtenteils nichts anderes als die naturgemäße Betriebsamkeit unserer betriebsamen Natur. Nur selten handeln wir wirklich objektiv »unter Druck«, und auch dann können wir immer noch Herr unserer selbst sein und bleiben. Unter Druck können wir gegebenenfalls Gutes, aber nicht das Gute tun, das wir tun sollen, so daß alles in den Augen Gottes letztlich nur Kehrrecht bleibt. Was objektiv gut ist, braucht damit noch nicht der konkrete Wille Gottes an mich zu sein, nämlich in dieser »Stunde«. Was aber nicht Gott »baut«, wird ein Kartenhaus bleiben. Wenn wir unnütze Arbeit leisten, wirken wir kein Heil. Vieles wird heute in der Pastoral geplant und in die Praxis umgesetzt, dennoch hinterläßt es bei manchem den Eindruck, daß einer solchen Betriebsamkeit die geistliche Mitte fehlt.

Noch eine andere Fernsteuerung vermag unser Handeln zu prägen, nämlich unsere Hauptleidenschaft, die uns immer wieder »fernsteuert«. Die geistliche Psychologie sagt, es gäbe vor allem zwei Hauptleidenschaften, die uns beherrschen, wobei immer eine von beiden in uns die Vorherrschaft hat: entweder die *Ehrsucht*, der Geltungsdrang, die Herrschsucht - oder die *Genußsucht*, die Behäbigkeit, Sinnlichkeit. Jeder hat in seinem Leben einen ihm eigenen »Lieblingsgott«. Ihm streut er unaufhörlich »Weihrauch«. Der allergrößte Teil unserer Arbeitsüberlastung ist vermutlich von einem solchen Götzendienst diktiert. Götzen sind immer grausam: sie quälen und machen krank.

Gott aber ist nicht grausam; er überfordert keinen. Gott will immer nur eines von uns. Das Vielerlei des Guten, das zu tun sich uns aufdrängen will, ist nur ein Störmanöver des Bösen. Meist sind es die Diktate unserer Natur und unseres Lebensidols, die uns den konkreten Willen Gottes nicht sehen lassen wollen. In solchem Wirrwarr muß der konkrete Wille Gottes gefunden werden, der immer nur einer ist, nämlich das, was not tut. Das Vielerlei hingegen ist nicht göttlichen Ursprungs. Im Bereich des Glaubens gilt der Primat des Logos vor dem Ethos, der Gabe vor der Aufgabe, des Heiligen Geistes vor allem menschlichen Gutdünken. Was unser Wesen vor Gott ausmacht, das allein hat unser Denken und Mühen zu bestimmen, dann wird dieses auch gottgemäß und geistlich sein und bleiben.

2. »Nimm dir Zeit und nicht das Leben!«

Viele haben heute keine Zeit mehr, obwohl wir heutzutage im Durchschnitt so alt werden wie

früher nur sehr wenige.⁹ Bis zur Mitte des 19. Jahrhunderts betrug bei vielen die wöchentliche Arbeitszeit teils bis zu 80 Stunden, weshalb wir heute mit einem geringeren Zeitmaß eigentlich gar nicht gehetzt sein müßten. Stattdessen setzen wir uns unter immer größeren Zeitdruck, schon Sekunden müssen exakt eingehalten werden. Nicht nur das Eiltempo eines Tages, auch das Tempo des Sprechens muß heute derart eingehalten werden, daß, wenn beispielsweise einer zu langsam und bedächtig spricht, manche aggressiv reagieren, wie wenn man ihnen Lebenszeit zu nehmen scheint. Momentan brauchen wir auch nicht mehr lange auf einen Brief zu warten, über Mail und Facebook erreicht uns die Post sekundenschnell überall auf der Welt, aber wehe, wenn wir nicht in gleicher Geschwindigkeit antworten... Und vieles andere könnte angeführt werden für eine derart zunehmende Geschwindigkeit in unserem Leben.

Für Augustinus ist die Zeit identisch mit unserem inneren Leben: er definiert sie mit den Worten: »tempus est extensio animae. - Die Zeit ist die Ausdehnung der Seele.« Wie Dinge, Gegenstände und anderes eine räumliche Ausdehnung haben, so hat die Seele ihre innere Ausdehnung, der ein seelisches Geschehen entspricht. Wir sagen zuweilen, daß wir bestimmte Erlebnisse unseres Alltags erst einmal innerlich »verarbeiten« und »verdauen« müssen. Manches will in uns erst langsam reifen, weshalb wir es »auszubrüten« haben, bis es ans Tageslicht kommen kann. Wer aber sein Leben überfordert und mit seinem Körper Raubbau treibt, der zerstört nicht nur seine Gesundheit, sondern wird schließlich innerlich bedrückt, er fällt in sich zusammen oder wird depressiv. Erfahren und leben wir die Zeit aber in einem rechten Maß, tut sich für die Seele ein innerer Lebensraum auf; wir können innerlich durch- und aufatmen. Hierfür ist es immer wieder erforderlich, Zeit einfach zu verschenken. Darin zeigt sich eine gewisse *Souveränität*, da wir uns von der Zeit nicht beherrschen lassen. Wer Zeit verschenkt, verschenkt ein Stück seines eigenen Lebens, ja, seiner selbst, aber nur so bringen wir »reiche Frucht« im Sinne des Evangeliums (vgl. Joh 12,24). Vor allem werden wir uneigennützig, wir wollen nichts mehr nur für uns, sondern können uns dem hingeben, was der Augenblick, die »Stunde« von uns verlangt.

Eine solche Haltung im Verschenken von Zeit ist ein Zeugnis des Glaubens. Die Heilige Schrift spricht hier vom »kairos«, und zwar im Gegenüber zum Satan, dem »Archon und Gott dieses Weltalters« (Joh 14,30; 2 Kor 4,4), der als Anti-Christus sich unser als Werkzeug zu bedienen sucht. Hierzu heißt es nach den Versuchungen des Herrn, daß der Satan von ihm abließ »bis zum Kairos« (Lk 4,13); vor der Passion wiederum hören wir, daß der Herr den Kairos erfüllt sieht in dem »rechten Augenblick«, da er in die Passion schreitet: »Mein Kairos ist nahe ... Ich bereite das Pascha mit meinen Jüngern« (Mt 26,18). Es ist ein Kairos der ganz eigenen Art, den Simone Weil beschreibt als die »Anwesenheit Gottes« in der »Abwesenheit Gottes«, die »Fülle Gottes« in der »Gottverlassenheit Gottes durch Gott«. Wer im »Kairos« zu leben sucht, wird in allem offen bleiben für den Willen Gottes. Otto Betz bringt es in die Worte »Heute ist dein Leben«:

⁹ Vgl. zum Folgenden den Artikel von W. Lambert in: Werkheft für Gemeinschaft Christlichen Lebens 3/1989,56-59.

*Weißt du, daß Heute dein Leben ist?
Wenn du das Heute verachtest,
dann verachtest du auch dein Leben.
Lege jeden Augenblick auf die Waagschale,
um herauszufinden, wie kostbar er ist.*

*Jetzt, in diesem Moment, wirst du geboren,
bekommst du Dasein geschenkt,
wird dir Lebensatem eingeblasen,
jetzt gehen deine Augen auf,
damit sich die ganze Welt dir öffnet,
jetzt wirst du angerufen,
damit du deinen Namen erfährst.*

*Das Gestern mag wichtig gewesen sein,
klammere dich nicht daran.*

*Das Vergangene läßt sich nicht mehr
vergegenwärtigen.*

*Das Morgen mag Großes bringen,
verlaß dich nicht blindlings darauf.*

*Jetzt ist die Zeit, auf die es ankommt,
horch gut auf das, was sich jetzt begibt,
es ist dein Leben!¹⁰*

So haben wir alles zu tun, um dem jeweiligen Augenblick unseres Lebens nicht untreu zu werden. Nichts von unserer Zeit können wir zurückholen, die abgelebte Zeit bleibt vergangen. Dies macht unsere Lebenszeit zu einem kostbaren Gebilde, sie hat ihre eigene Würde gerade aufgrund ihrer Einmaligkeit. Vieles von unserer Zeit können wir nicht mehr gut machen, sie ist geschehen wie ein unterschriebener Wechsel; zudem bleibt die vergangene Zeit für unser weiteres Leben bestimmend, sogar prägend. Es bedarf einer besonderen Wachsamkeit, um die Zeit, eben den gegenwärtigen Augenblick auszukosten und das zu erkennen, was die gegenwärtige Stunde uns gewährt.

Die Heilige Schrift unterscheidet einen dreifachen Zeitbegriff: Zunächst ist es der »*chronos*« als die Dauer und der Ablauf von Zeit. »*Aion*« hingegen besagt den Inhalt eines »Zeitalters« bzw. eines »Welt-Alters«, gemäß dem Sprachgebrauch, mit dem wir das Wort für »Antike«, »Mittelalter« und »Neuzeit« verwenden; schließlich wird mit diesem Terminus auch das letzte und endgültige »Weltalter« beschrieben, nämlich die Ewigkeit, so daß wir hier »von Ewigkeit zu Ewigkeit« sprechen und »per omnia saecula saeculorum«. Der dritte Begriff ist der »*kairos*«, von dem wir ja eben schon

¹⁰ O. Betz, Vom Umgang mit der Zeit. Ein Gradmesser unserer Lebenskunst, Würzburg 1999, 57f.

sprachen; er meint »die rechte Zeit« (opportunitas), den gelegenen Augenblick. Einem solchen Augenblick kann ein Plan vorausliegen, der von oben her bestimmt ist, weshalb Jesus hier von seinem Vater spricht, der die »Stunde« heraufführt im »kairos«; aber ebenso kann der rechte Augenblick auch all das bezeichnen, was einfach gut gelegen ist und deshalb zum Gelingen führen wird. »Kairos« ist vor allem eine Zeit im rechten Maß. In diesem Sinn unterscheidet Christus, als ihn die Jünger nach der »Zeit« des kommenden Reiches fragen, die »chronoi wie kairoi«, die der Vater gesetzt hat in seiner ihm eigenen Vollmacht (Apg 1,7). Für Jesus geht vom Vater als »Ursprung ohne Ursprung« sowohl der einfache Zeitablauf (chronoi) aus, wie in ihm auch die rechten Augenblicke gründen, die »kairoi«, die sich erfüllt haben im Kommen des Menschensohnes.

Hiermit wird deutlich, daß der Christ ein eigenes Zeitmaß im Glauben hat, nach dem er zu leben trachtet. Denn er sucht, im »kairos« zu leben. Dies besagt, daß wir so zu leben versuchen, daß wir alles vor dem Angesicht Gottes tun wollen. Dazu werden wir am Tag aufmerksam die Dinge des Alltags betrachten, um die Schriftzüge Gottes in unserem Leben entziffern zu lernen, der zuweilen »auf krummen Zeilen gerade zu schreiben« versteht. Wie haben wir da vorzugehen und welche Leitlinien wären zu bedenken, wenn wir in allem die Zeit ausschöpfen wollen? Dazu im Folgenden ein kleiner Hinweis mit einer praktischen Hilfe für die Zeitgestaltung im Alltag.

3. Zuweilen einen Umweg machen

In Asien gibt es das Sprichwort: »Wenn man schnell ans Ziel kommen will, muß man auch mal einen Umweg machen können.« Entscheidend ist wohl, daß man den rechten Weg geht, aber dies muß nicht immer der schnellste Weg sein. Vieles im Leben haben wir möglichst schnell zu erledigen, weil »es einfach eilt«. Das Wort »Tempo« besagt »Zeit«, nicht aber »Tempo« als Geschwindigkeit. Selbst in der Musik heutzutage zählt nicht selten die Geschwindigkeit, so daß ein Werk von Johann Sebastian Bach wie »Jesus bleibet meine Freude« in aller kürzester Zeit sein Ende findet, nicht anders so manche seiner »Passionen«. Es scheint, daß inzwischen selbst die Musik uns nicht »die Zeit stehlen« darf. So manche Meditation, der man früher »ihre Zeit ließ«, muß heute kürzer und rascher verlaufen, zudem muß es in ihr auch genügend Abwechslung geben. Wer vermag es noch, sich einfach mal für eine Stunde in eine Kirche zu setzen oder zu knien, einfach weil er weiß: »Ich habe Zeit!«.

Eine Zeit wird wertvoll, wenn ich auch einmal aus der Zeit aussteige. Entscheidend ist, innezuhalten, zurückzublicken und zu »verschmaufen«, also einfach da zu sein. Durch ein solches Innehalten bekommt der Einzelne Distanz zu seiner Arbeit, kann vieles besser beurteilen oder gar korrigieren und verbessern.

Eine Lieblingsspeise oder ein Glas guten Wein kann keiner schnell zu sich nehmen, vielmehr werden wir alles auskosten und ihm nachschmecken wollen. Selbst das Lesen eines Buches wird erst zum Gewinn werden, wenn es immer wieder eine Pause gibt zum »Verdauen«, so daß sich das Gelesene »setzen« kann und der Leser sich alles in Ruhe aneignen kann. Selbst wenn ein Gespräch geführt werden soll, darf dies nicht in Hektik geschehen, denn ansonsten könnte es sein, daß sich der Andere nicht »auszusprechen« wagt. Doch diese Ruhe muß der einen Rat Suchende auch beim

Anderen spüren; sobald diese Ruhe ihm entgegengebracht wird, weiß er sich angenommen und willkommen geheißen. Wer in einem Gespräch eine solche Ruhe vermittelt und einfach da ist, bringt die nötige Klugheit auf, er vermag die besondere Qualität des Augenblicks und den rechten Zeitpunkt für eine Antwort zu erkennen. Er weiß auch, wann und wieviel Wahrheit er dem Anderen zumuten darf oder muß. Nur so ermöglicht er den rechten Zeitpunkt für eine »Aussprache«.

Ferdinand Ebner schrieb einmal: »Das rechte Wort ist immer eines, das die Liebe spricht, und es wohnt ihm die Kraft inne, chinesische Mauern zu durchbrechen. Alles menschliche Unglück in der Welt rührt daher, daß die Menschen so selten das rechte Wort zu sprechen wissen.«¹¹ Doch dieses rechte Wort, das wir in Liebe sprechen, muß vor allem zur rechten Zeit gesprochen werden.

Wer um den rechten Augenblick weiß, wird sich rechtzeitig zurücknehmen, ohne sich aber jedes Problem zu Herzen zu nehmen. Man kann Dinge und Verpflichtungen an Andere abtreten, um sie in die eigene Arbeit einzubeziehen, ohne alles alleine machen zu wollen. Dies ist nur möglich, wenn man sich nicht für wichtig und unersetzbar hält, sondern durchaus zu delegieren vermag. Kurzum, unser Umgang mit der Zeit kann fürwahr ein Gradmesser unserer Lebenskunst sein, aber auch unserer geistlichen Reife.

Sogar zur *Liturgie* gehört es, daß wir zuweilen einen »Umweg« machen, um im liturgischen Geschehen anzukommen und uns nicht von einer Handlung zur nächsten und von einem Wort zum folgenden zu hetzen. Auf diese Weise schenkt uns die Liturgie eine authentische Zeiterfahrung. Zuweilen hört man, daß eine Sonntagsmesse nicht länger als 50 Minuten dauern darf, auch die Predigt hat sich an das Zeitmaß von 10 Minuten zu halten. Doch solche Vorgaben werden dem Wesen der Liturgie nicht gerecht, zumindest lassen sie es nicht gleich durchscheinen. Denn in der Liturgie erfahren wir die Zeit auf eine doppelte Weise, und zwar als natürliche bzw. menschliche Zeit wie auch als eine Erfahrung von Ewigkeit, die eine durch und durch vom Glauben bestimmte »Zeit« ist. Wie damals zur Zeit Israels oder zur Zeitenwende greift Gott auch heute in unsere Geschichte ein, nämlich durch sein Heilswirken, wie wir es in der Liturgie erfahren, und erneuert unsere Zeit und läßt sie zu einer Zeit des Heiles werden. Die liturgische Zeit ist also eine heilige Zeit, insofern sie unserem Leben die wahre Ausrichtung ermöglicht, deshalb sollten wir sie auch heilig und kostbar halten.

Selbst die Art unseres *Gehens* bezeugt unsere innere Lebenshaltung, wie uns ebenfalls die Liturgie lehrt. Der frühere Abtprimas Notker Wolf schreibt über das Schreiten der Mönche auf dem Weg zum Chorgebet: »Würdevolles Schreiten ist ein Ausdruck des Wissens, daß uns eine königliche Würde eignet. Wir Christen können aufrecht gehen, weil wir innerlich frei sind, wir haben unseren Wert nicht durch andere, die uns bestimmen und treiben, sondern in uns selber eine innere Würde. Das ist uns angemessen, das heißt, unsere Natur und Bestimmung. Wir bewegen uns harmonisch. 'Gemessenes Tempo' gibt es nicht umsonst auch in der Musik. Sich außerhalb des schnellen Takts der Zeitvorgaben zu stellen, die Zeit mit ihren außengelenkten Anforderungen einfach einmal beiseite zu lassen, sich lösen vom Getriebensein - das drückt überhaupt die Musik aus für mich in ihrem

¹¹ F. Ebner, *Das Wort und die geistigen Realitäten*. Frankfurt 1980, 126.

inneren Fluß. Die gregorianischen Gesänge verweilen beim Geheimnis, verzichten auf Eile. Es ist, wie wenn ein Maler seine Farben aufträgt [...] Wer in der Gegenwart lebt und die Zeit aushält, der muß nicht mehr hetzen. Der ist einfach schon *da*.«¹² Nur jener wird in der Gegenwart ankommen, der auch mal innehält, eben in der Gegenwart.

Wie Notker Wolf betont, braucht die Musik ihre Pause, um in ein neues Zeitmaß zu gelangen: In der Musik sind Pausen ein integrativer Bestandteil eines Werkes, sie ermöglichen es, in einen neuen Takt oder in den nächsten Satz von Tönen überzugehen. Gleiches gilt für unser Leben: Nur wer ruhen kann, wird schöpferisch in seinem Leben wirken und schaffen können. Schöpferisch bleiben wir nur, wenn wir uns der Muße hingeben.

Wer innehalten und geduldig sein kann, wird die Zeit seines Lebens aushalten und ertragen können, und zwar in dem Wissen, daß vieles seine Zeit braucht und daß manches die Zeit selber bringt. Man wird zwar inzwischen nicht die Hände in den Schoß legen, kann jedoch die Dinge wachsen und sich entwickeln lassen. Das Gleichnis von dem Bauern, der aussät und das Unkraut, das ihm jemand zwischen das Getreide gesät hat, nicht gleich ausrottet (Mt 13,24-30), will uns sagen, daß Gott Geduld mit uns hat, weshalb auch wir nicht voreilig sein sollen. So werden wir uns und den Anderen Zeit und Raum lassen, damit sie sich entfalten und selber etwas in die Hand nehmen können. Doch dies meint nicht, daß wir einfach die Hände in den Schoß legen. Papst Johannes XXIII. notiert: »Ich werde mich heute vor zwei Übeln hüten, vor der Hetze und der Unentschlossenheit.« Nur wenn wir beides einhalten, werden wir kreativ sein können: »Unentschlossen-Sein und Trödeln ist also genauso problematisch wie die Hetze. Beide Male bin ich nicht der Souverän meiner Zeit. Ich treibe nichts, das ist Trägheit. Ich werde getrieben, das ist die Hetze. Wir sollten Souverän unserer Zeit sein, sie durch Tun aktiv gestalten und sie nicht 'vertun',« schreibt Notker Wolf in seinen Ausführungen zum Thema »Gönn dir Zeit. Sie ist dein Leben.«¹³ Souverän in unserer Zeitgestaltung sind wir, sobald wir in der Gegenwart leben und uns ihr überlassen.

4. Lebe in der Gegenwart!

Otto Betz macht in einem Buch über den rechten Umgang mit der Zeit auf die Bilder von Marc Chagall aufmerksam, auf denen wir häufig Uhren gemalt sehen: »Es sind manchmal lebendige Gebilde: das Zifferblatt ist wie ein Gesicht geformt, die Uhrzeit ist das 'Wort', das gesprochen wird, das Pendel ist gleichsam ein Leib. In einem Selbstbildnis von 1947 fliegt die Uhr schräg durch den Raum und macht eine hinweisende Geste auf ein Staffeleibild, das einen Gekreuzigten zeigt. Auf einem anderen Bild ist die Uhr selbst der Gekreuzigte geworden, dessen Arme weit über den Uhrenkasten hinausgestreckt sind. - Die Uhr ist zum Zeitzeichen geworden, es wird eine 'hohe Zeit' angekündigt, eine Stunde schlägt, die unvergleichbar wichtiger ist als andere Stunden, weil sie etwas eröffnet, eine neue Ära beginnen läßt. Mir scheint es ein glücklicher Einfall Chagalls, daß er die Uhr, die doch ein totes mechanisches Gebilde ist, belebt darstellt, als sprechendes und weisen-

¹² N. Wolf, Gönn dir Zeit. Es ist dein Leben, Freiburg-Basel-Wien 2009, 88f.

¹³ Ebd., 125.

des Wesen, auf das man horchen muß. Keine Uhr kann mir sagen, welches Gewicht die konkrete Stunde hat, ob es eine heilsame oder eine unglückliche Stunde ist. Aber Chagalls Uhren haben Deutekraft, sie messen nicht unerbittlich die immer gleich verlaufenden Zeitquantitäten, sondern spüren ihren geheimen Zauber auf, rufen die besondere Zeit aus, die Hoch-Zeit, die Stunde der Begegnung. Es verwundert nicht, daß sich auf Chagalls Uhrenbildern meist auch das Paar findet, die Liebenden, die sich 'zur rechten Zeit' gefunden haben. 'Ich beschwöre euch, ihr Töchter Jerusalems, wecket die Liebe nicht auf, bis es ihr gefällt.' Im Hohenlied (8,4) steht diese Beschwörung. Wer kann den rechten Zeitpunkt erkennen? Wer warten kann, aber zur richtigen Zeit hellwach.«¹⁴

Um unsere Überlegungen zum Abschluß zu bringen, können wir eine kleine Weisung und Hilfe geben, die lautet: »Versuche, in jedem Augenblick wirklich gegenwärtig zu sein!« Wer dies gelernt hat, wird die wahre Lebenskunst besitzen. Negativ heißt dies: »Warte nie, bis du Zeit hast«, sondern versuche, in der Gegenwart »alle Zeit« zu haben. Georg Chr. Lichtenberg bemerkt hierzu: »Es ist eine ganz bekannte Sache, daß die Viertelstündchen größer sind als die Viertelstunden.« Wer also die objektive Zeit, die »Viertelstunde«, zu seiner Zeit zu machen versteht, nämlich zu einem »Viertelstündchen«, der hat die wahre Zeit. Nicht anders Friedrich Nietzsche: »Die Länge des Tages. - Wenn man viel hineinzustecken hat, so hat ein Tag hundert Taschen.« Die Zeit begegnet uns entweder als Termin oder als Augenblick, doch wer den Termin zu einem »Augenblick« bzw. einem »Viertelstündchen« zu machen versteht, steht mitten im Leben. So rät uns eine indische Lebensweisheit:¹⁵

Die Gegenwart.

*Achte sie und behandle sie gut.
Laß dich auf sie ein,
denn sie lebt,
noch mehr: Sie ist voller Leben,
sie ist das Leben.*

Die Gegenwart.

*In ihrer kurzen Zeitspanne
ist alles enthalten, was es gibt;
was existiert und was wahr ist:*

Die Freude am Wachsen,

das Gelingen der Arbeit,

das Gefühl von Schöpferkraft.

Von der Vergangenheit bleibt ja nichts weiter

¹⁴ O. Betz, Vom Umgang mit der Zeit. Ein Gradmesser unserer Lebenskunst, Würzburg 1999, 70f.

¹⁵ A. Keller, Über die Zeit. Dortmund 1992, 128f.

*als die Erinnerung,
und die Zukunft ist nur eine Vision.*

*Die Gegenwart aber -
richtig gelebt und erlebt -
verwandelt die Vergangenheit
in eine frohe Erinnerung
und macht die Zukunft zu einem Augenblick voller Hoffnung.
Deswegen:
Paß gut auf sie auf,
die Gegenwart.*

Der Wunsch, für den Anruf im gegenwärtigen Augenblick offen zu sein, kann uns auch zu einem Gebet werden, das die Kleine Therese von Lisieux in folgende Worte bringt:

*Ich habe auf Erden, Herr, um Dich zu minnen,
Nur dieses Heute.
Ich liebe Dich, Du hast mich angezogen;
Für diesen Tag nur bleib mein süß Geleite,
Besitz mein Herz, sei lächelnd mir gewogen,
Einzig für heute!¹⁶*

¹⁶ Therese von Lisieux, Mein von Heute, in: E. Hederer (Hg.), Geistliche Lyrik des Abendlandes. Salzburg 1962, 459.