

Thomas Fuchs

Glück und Zeit

Einleitung

Was ist Glück? – Offenbar können wir zwei grundlegende Bedeutungen dieses Begriffs unterscheiden: Zum einen geht es um ein unverhofftes und günstiges Zusammentreffen von Ereignissen, also um das Glück, das sich einstellt, wenn etwas gelingt, zum guten Schluss kommt, *sich fügt* oder eben „*glückt*“. Glück in diesem Sinn ist die spontan oder zufällig sich ergebende Vollendungsgestalt einer Folge von Ereignissen, und zwar aus der Sicht dessen, der von diesem Glück betroffen oder beschenkt ist. Glück haben heißt dann vom Zufall begünstigt zu sein. Davon zu unterscheiden ist das Glück in seiner zweiten Bedeutung – nicht als ein Ereignis, sondern als Zustand, also nicht *Glück haben*, sondern *glücklich sein*. Glück in diesem Sinn meint eine Stimmung der tiefen, erfüllten Zufriedenheit und ist als solches nicht notwendig abhängig von der glücklichen Fügung – im Gegenteil, seit dem Stoizismus der Antike zielen die abendländischen Weisheitslehren auf ein Glück, das gerade nicht an äußere Umstände gebunden ist, sondern sich auf innere Unabhängigkeit und Genügsamkeit stützt.

In der gegenwärtigen Konjunktur der Glücksforschung sind viele Faktoren benannt worden, die zu mehr oder minder anhaltendem Glücksempfinden beitragen sollen, seien es stabile Beziehungen und Bindungen, eine gute Ausbildung, als sinnvoll erlebte Tätigkeiten, Wohlstand, Gesundheit, körperliche Fitness, Altruismus, Humor und dergleichen mehr. Die Neurobiologie verweist auf die körpereigenen Endorphine, auf die Neurotransmitter Dopamin, Serotonin und andere Stoffe, die zum Glücksempfinden beitragen. Unzählige Ratgeber machen sich diese Erkenntnisse für praktische Empfehlungen zunutze. Doch ich will mich einem anderen Zusammenhang zuwenden, nämlich dem von Glücks- und Zeiterleben. „Dem Glücklichen schlägt keine Stunde“, heißt es bei Schiller; Glück ist offenbar ein Zustand der Zeitvergessenheit, des Verweilens in der Gegenwart. Wenn wir etwas vom Glück begreifen wollen,

sollten wir uns also dem Verständnis der Zeit zuwenden. Ich werde im Folgenden zunächst zwei Grundformen des Zeiterlebens unterscheiden, um dann den Zusammenhang von Glück und Zeit näher zu untersuchen. Im letzten Teil meines Aufsatzes werde ich dann einige Überlegungen zum Erleben von Zeit und Glück in der gegenwärtigen Gesellschaft anstellen.

I. Grundformen der Zeitlichkeit

a) Implizite oder gelebte Zeit

Was ist die Zeit? Bekanntlich meinte Augustinus, er wisse wohl, was sie sei, solange man ihn nicht nach ihr frage, er könne sie aber nicht erklären, wenn man ihn frage. Er kam zu dem Schluss, die Zeit müsse in der Seele sein. Wir sind gewissermaßen selbst die Zeit. Was heißt das?

Wenn wir etwa ein Kind beim selbstvergessenen, an seine Welt hingebenen Spielen beobachten, dann merken wir, dass es von der Zeit gar nichts weiß, sie nicht erlebt, sondern gewissermaßen nur „lebt“. Diese gelebte Zeit ist nichts anderes als die Bewegung des Lebens selbst, sie wohnt unserem Lebensvollzug inne, und solange wir einfach in unseren Tätigkeiten engagiert sind, heben sich weder Zukunft noch Vergangenheit von der stets weiter laufenden Gegenwart ab. Dieser unbewusste Modus der Zeitlichkeit ist in der frühen Kindheit noch ganz vorherrschend. Doch auch später bleibt er immer der Grundstrom unseres Erlebens, und wir tauchen jedes Mal wieder in ihn ein, wenn wir von einer Empfindung, einem Wahrnehmen oder einem Tun ganz absorbiert sind. Das gilt schon für das behagliche Dösen in der warmen Sonne, aber auch für die von der Psychologie hervorgehobenen „flow“-Erlebnisse (vgl. Csikszentmihalyi 2005), also den Schaffens- oder Tätigkeitsrausch: Man geht vollständig auf in einer gut beherrschten Aktivität, und das Zeiterleben verliert sich im ungehinderten, flüssigen Vollzug, wie das etwa beim Spielen, Tanzen, Klettern, Skifahren oder Segeln der Fall sein kann. Es sind zugleich Situationen intensiven Glückserlebens – ich komme darauf noch zurück.

b) Explizite oder erlebte Zeit

Dieser unbewusste oder, wie man auch sagen kann, *implizite* Modus der Zeitlichkeit steht am Anfang der kindlichen Entwicklung: Der Säugling weiß noch nichts von der Zeit. Dieser Modus wird jedoch zunehmend