

WISSENSRAUM NR. 11

WENN DAS LEBEN NUR NOCH VERWALTET WIRD

Der moderne Mensch zwischen Verantwortung, Erschöpfung und ungeteiltem Leben

„Das Leben beginnt nicht dort, wo nichts mehr zu verwalten ist. Es ist längst da.“

AKADEMIE DER WEISHEIT — WISSENSRÄUME

◆ 1. Das Paradox unserer Zeit

Der Mensch des 21. Jahrhunderts verfügt über Möglichkeiten, von denen frühere Generationen kaum hätten träumen können — und spürt zugleich, wie eng sein Leben trotzdem werden kann.

Wissen ist innerhalb weniger Augenblicke erreichbar, Entfernungen verlieren durch digitale Kommunikation ihre frühere Bedeutung, Arbeit kann an Orten stattfinden, die einst dem privaten Leben vorbehalten waren. Medizinische und technische Entwicklungen erweitern Handlungsspielräume, und nahezu jeder Bereich des Alltags lässt sich organisieren, messen, planen, optimieren. Die Werkzeuge werden genauer, schneller, leistungsfähiger. Und dennoch scheint mit ihrer Vermehrung etwas zu schwinden, das sich weder messen noch durch ein weiteres Werkzeug ersetzen lässt: jener ungeteilte Raum, in dem der Mensch sein eigenes Leben noch als zusammenhängende Bewegung erfährt.

Darin liegt das eigentümliche Paradox dieser Zeit. Die Möglichkeiten wachsen, während das Empfinden von Freiheit keineswegs im gleichen Maße wächst. Ein Tag kann bis an seine Ränder mit sinnvollen, notwendigen, sogar selbstgewählten Tätigkeiten gefüllt sein und am Abend dennoch das Gefühl hinterlassen, im eigenen Leben kaum wirklich anwesend gewesen zu sein. Vieles wurde erledigt, beantwortet, organisiert, entschieden. Und doch bleibt eine kaum greifbare Frage zurück: Wo war in all dem das Leben selbst?

Diese Frage richtet sich weder gegen Verantwortung noch gegen Organisation. Rechnungen müssen bezahlt, Termine eingehalten, Kinder begleitet, Angehörige versorgt, berufliche Aufgaben erfüllt werden; Organisation schafft Verlässlichkeit, und Ordnung kann Räume öffnen, in denen Freiheit überhaupt erst entsteht. Die eigentliche Verschiebung beginnt an anderer Stelle: dort, wo das Ordnen des Lebens allmählich so viel Raum beansprucht, dass für das Erleben dieses Lebens immer weniger übrig bleibt.

„Die Werkzeuge werden besser, doch der Raum für das Wesentliche schwindet.“

◆ 2. Vom Gestalten zum Verwalten

Leben war immer mit Arbeit, Sorge und Verantwortung verbunden. Neu ist nicht die Existenz von Anforderungen, sondern ihre fortwährende Gleichzeitigkeit.

Jede Epoche kannte Unsicherheit, Krankheit, wirtschaftliche Not, familiäre Verpflichtungen, gesellschaftliche Umbrüche. Was sich verändert hat, ist die Möglichkeit, auf all das nahezu jederzeit reagieren zu können. Der moderne Mensch trägt seine offenen Lebensbereiche bei sich:

im Smartphone, im Kalender, im E-Mail-Postfach, in digitalen Konten, in Fristen und Nachrichten — und ebenso in Gedanken, die auch dann weiterarbeiten, wenn äußerlich längst Ruhe eingekehrt ist. So verändert sich unmerklich die innere Gestalt des Alltags. Aus einzelnen Aufgaben wird ein System fortlaufender Zuständigkeit. Kaum ist etwas beendet, tritt das Nächste hervor; eine Antwort erzeugt eine neue Frage, eine erledigte Angelegenheit öffnet den Blick auf die nächste.

Dabei verwaltet der Mensch längst mehr als seine Arbeit. Gesundheit verlangt Aufmerksamkeit, Beziehungen wollen gepflegt, Finanzen geordnet, Freizeit geplant, Erholung ermöglicht, Zukunft vorbereitet werden. Selbst Bereiche, die einmal einen Gegenpol zur Funktion bildeten, geraten in diese Bewegung. Bewegung dient dann der Gesundheit, Schlaf der Leistungsfähigkeit, Urlaub der Regeneration, Stille der Wiederherstellung jener Kräfte, die anschließend wieder verfügbar sein sollen. Was einmal zweckfrei sein durfte, erhält Ziel, Methode und messbare Wirkung.

Die entscheidende Veränderung geschieht leise. Der Mensch verliert nicht seine Fähigkeit zu leben. Er beschäftigt sich lediglich immer häufiger mit den Voraussetzungen seines Lebens — und immer seltener mit jenem unmittelbaren Geschehen, für das all diese Voraussetzungen einmal geschaffen wurden.

„Wir beschäftigen uns immer häufiger mit den Voraussetzungen des Lebens — und immer seltener mit dem Leben selbst.“

♦ 3. Die Grenze der Lebensverwaltung

Verwaltung ist nicht der Gegner des Lebens. Zum Problem wird sie dort, wo sie aufhört, dem Leben zu dienen, und beginnt, ihm das Maß zu geben.

Es wäre ein Missverständnis, in der Verwaltung selbst die Ursache der Erschöpfung zu suchen. Wer einen Angehörigen pflegt, trägt eine Verantwortung, die ohne Organisation kaum zu tragen wäre: Medikamente, Termine, Anträge, Absprachen — all das ist keine Nebensache, sondern Fürsorge in ihrer verlässlichsten Form. Ordnung schafft Sicherheit, Verlässlichkeit schafft Vertrauen, und ein Leben, das nichts vorausplanen könnte, wäre nicht freier, sondern ausgesetzter. Verwaltung gehört zu den stillen Leistungen einer Kultur, die Menschen unabhängiger macht von der Willkür des Augenblicks.

Die Frage lautet deshalb nicht, ob verwaltet werden darf, sondern wie weit die Verwaltung reicht. Solange sie dem Leben dient, bleibt sie Mittel: Sie schafft die Voraussetzungen, unter denen

Begegnung, Arbeit, Erholung und Nachdenken stattfinden können, und tritt zurück, sobald das Geschaffene beginnt. Das Verhältnis kippt dort, wo der Gesichtspunkt der Organisation, der Optimierung und der Funktion nach und nach in Bereiche vordringt, die sich ihm bislang entzogen. Dann wird nicht mehr geplant, um zu leben, sondern gelebt, um planen zu können. Der Spaziergang erhält ein Schrittziel, das Gespräch einen Termin, die Freundschaft einen Platz im Kalender. Nichts davon ist für sich genommen verwerflich — und doch verschiebt sich in der Summe, was als wirklich gilt: Wirklich scheint, was erfasst, geplant und abgehakt werden kann.

Eine solche Grenze lässt sich nicht als Regel festlegen, wohl aber als Frage erfahren. Schafft diese Ordnung Raum, oder füllt sie ihn? Dient diese Planung dem, was mir wichtig ist, oder ist das, was mir wichtig ist, inzwischen selbst ein Teil der Planung geworden? Gibt es in meinem Leben noch Bereiche, die ungeordnet, unmessbar und ohne Ziel sein dürfen — und erlebe ich sie als Gewinn oder als Nachlässigkeit? Wo solche Fragen wieder gestellt werden können, hat die Verwaltung ihren Platz zurückgewonnen: als dienende, nicht als herrschende Ordnung.

„Die Grenze verläuft nicht zwischen viel und wenig Ordnung, sondern zwischen Mittel und Maßstab.“

◆ 4. Das Gewicht des Unabgeschlossenen

Zu den kaum sichtbaren Belastungen moderner Lebensführung gehört die große Zahl jener Dinge, die weder gegenwärtig getan noch wirklich beendet sind.

Eine Nachricht wartet auf Antwort. Eine Entscheidung wurde vertagt. Ein Antrag ist gestellt, aber noch nicht beschieden. Ein Gespräch steht aus. Eine gesundheitliche Frage bleibt ungeklärt. Keines dieser Dinge beansprucht den Menschen in jedem Augenblick vollständig — und doch verschwinden sie nicht. Sie bilden eine zweite Gegenwart: Der Mensch sitzt am Tisch und schreibt, während ein Teil seiner Aufmerksamkeit bereits beim Termin des kommenden Tages verweilt. Er führt ein Gespräch und erinnert sich zugleich an eine Nachricht, die noch beantwortet werden muss. Er geht spazieren, während eine offene Entscheidung im Hintergrund weiterarbeitet.

Das Unabgeschlossene besitzt eine eigentümliche Schwere. Es verlangt häufig keine unmittelbare Handlung und bindet dennoch Aufmerksamkeit. Je mehr offene Vorgänge sich ansammeln, desto weniger besteht der Alltag aus dem gegenwärtigen Augenblick allein. Vergangenes reicht hinein, Zukünftiges kündigt sich an, und zwischen beidem versucht der Mensch, das unmittelbar Vorliegende zu bewältigen. So entsteht eine Gleichzeitigkeit, die sich kaum in Stunden messen lässt: Ein Mensch kann objektiv freie Zeit besitzen und sich dennoch innerlich unfrei erleben,

weil diese Zeit bereits von dem besetzt ist, was noch geklärt, entschieden oder vorbereitet werden muss.

„Das Unabgeschlossene verlangt keine Handlung — und bindet doch Gegenwart.“

♦ 5. Die neue Erschöpfung

Neben der Erschöpfung durch ein Zuviel an Arbeit lässt sich eine zweite beschreiben: die Erschöpfung durch ein Zuwenig an Gegenwart.

Erschöpfung wird gewöhnlich als Folge eines Zuviel verstanden: zu viel Arbeit, zu wenig Schlaf, körperliche Überforderung, lang andauernde Belastung. Bei diesen Formen ist die Quelle der Belastung vergleichsweise deutlich zu erkennen, und mit ihr die Richtung der Antwort — Ruhe, Schlaf, Entlastung. Daneben lässt sich eine Erfahrung beschreiben, deren Belastung weniger in einer einzelnen Tätigkeit liegt als in fortwährender Zerteilung: im ständigen Wechsel zwischen Anforderungen, Rollen und Nachrichten, in einer Bereitschaft, die nie ganz abgelegt wird. Wer sie erlebt, ist überall ein wenig und nirgends ganz anwesend. Schlaf allein löst diese Müdigkeit häufig nicht auf; sie verlangt nach Ungeteiltheit. Dabei handelt es sich nicht um eine neue Diagnose, sondern um den Versuch, eine Erfahrung zu beschreiben, die viele Menschen kennen, ohne sie benennen zu können.

Die Aufmerksamkeitsforschung findet hierfür eine bemerkenswerte Entsprechung. Ihre Untersuchungen zeigen, dass beim Wechsel von einer Aufgabe zur nächsten Teile der Aufmerksamkeit bei der vorherigen verweilen können, besonders dann, wenn diese unerledigt blieb — und dass dies die Leistung bei der folgenden Aufgabe beeinträchtigen kann. Studien zu Unterbrechungen im Arbeitsalltag beschreiben, dass Menschen den Verlust häufig durch höheres Tempo auszugleichen suchen und dafür mit mehr Anspannung, Zeitdruck und Mühe bezahlen. Was die Alltagssprache als „nicht ganz bei der Sache sein“ kennt, hat hier einen Namen: Der Mensch trägt nach jedem Wechsel einen Rest des Vorherigen mit sich.

Wo Aufmerksamkeit verweilen darf, kann ein Rhythmus entstehen. Ein Gedanke beginnt, entwickelt sich, vertieft sich, findet irgendwann eine Gestalt. Wo dieser Prozess immer wieder unterbrochen wird, muss die Aufmerksamkeit fortwährend neu ansetzen. Am Ende eines solchen Tages fehlt möglicherweise weniger die Kraft als das Gefühl einer vollendeten Bewegung. Vieles wurde begonnen, manches erledigt, einiges verschoben — doch kaum etwas konnte jene Tiefe erreichen, in der Tun und Gegenwart wieder zusammenfallen.

„Nicht allein die Menge der Arbeit erschöpft uns — auch die Abwesenheit von Gegenwart.“

◆ 6. Der Verlust der Tiefe

Tiefe besitzt ihre eigene Zeit. Sie lässt sich anstoßen, doch ihre Reifung entzieht sich weitgehend dem Befehl.

Ein Gespräch kann terminiert werden, Begegnung selbst bleibt unverfügbar. Wissen kann innerhalb weniger Sekunden gefunden werden, Verständnis entsteht dennoch erst dort, wo einzelne Informationen Beziehungen zueinander eingehen. Auch Trauer, Erkenntnis, Kreativität und innere Wandlung folgen keinem Kalender. Tiefe ist dabei keine messbare Größe, sondern eine Weise des Erlebens: das Gefühl, einer Sache wirklich begegnet zu sein.

Der Verlust von Tiefe bedeutet deshalb nicht, dass Menschen weniger interessiert oder weniger schöpferisch geworden wären. Er beschreibt eine Lebensform, in der den eigenen Fähigkeiten immer seltener jene ungeteilte Zeit zur Verfügung steht, die sie zur Entfaltung benötigen. Ein Gedanke, der immer wieder unterbrochen wird, bleibt ein anderer als jener, der eine Stunde lang wachsen durfte. Eine Landschaft, die im Vorübergehen wahrgenommen wird, begegnet dem Menschen anders als eine Landschaft, vor der er lange schweigend verweilt. Und eine Erfahrung beginnt häufig erst dann etwas zu lehren, wenn sie nicht sofort durch die nächste überlagert wird.

Häufige Aufgabenwechsel beanspruchen die Aufmerksamkeit immer wieder neu. Was als Flexibilität erscheint, kann dadurch jene längeren Phasen ungeteilter Konzentration verkürzen, in denen komplexe Gedanken weitergeführt und Erfahrungen vertieft werden können. Eine der stillsten Verlusterfahrungen der Gegenwart liegt genau hier: Der Mensch verliert weniger den Zugang zu Informationen als die Zeit, in der aus Information Erkenntnis werden kann.

◆ 7. Das Leben als Dauerbewältigung

Es gibt eine Härte, die nicht laut ist. Sie schreitet nicht, sie schlägt nicht. Sie ist die Abwesenheit jeder Unterbrechung.

Ein gewöhnlicher Tag beginnt selten mit einer großen existenziellen Entscheidung. Meist beginnt er mit dem Nächstliegenden — der Steuererklärung, der Miete, der Versicherung, einer Nachricht vom Arzt, der Sorge um ein Elternteil, das älter wird, der Unsicherheit am Arbeitsplatz, den Nachrichten aus einer Welt, die von Krisen berichtet und der sich niemand vollständig entziehen kann, ohne etwas von seiner Wachheit zu verlieren. Der Mensch antwortet

auf all dies, Tag für Tag. Je mehr er antwortet, desto weniger fragt er selbst. Der Tag besteht aus Reaktion, kaum noch aus Gestaltung.

Nicht eine einzelne Verantwortung wird dabei unerträglich. Vielmehr reiht sich Verantwortung an Verantwortung, bis Zuständigkeit zu einem Grundzustand geworden ist: für die Arbeit, den Körper, die Zukunft, die Finanzen, die Beziehungen, oft für andere Menschen. Keine dieser Lasten ist für sich genommen zu schwer. Was fehlt, ist die Pause dazwischen — ein Moment, in dem der Mensch einfach nur ist, ohne zugleich zuständig zu sein.

Ein Leben, das nur noch reagiert, verliert mit der Zeit die Erfahrung, sein eigener Urheber zu sein. Es fühlt sich nicht mehr an, als würde man sein Leben führen. Es fühlt sich an, als würde man es verwalten — gewissenhaft, korrekt, aber ohne inneren Anteil, wie ein fremdes Vermögen, für das man haftet, ohne es zu besitzen.

„Es gibt eine Härte, die nicht laut ist. Sie ist die Abwesenheit jeder Unterbrechung.“

◆ 8. Das Warten auf das eigentliche Leben

Viele Menschen glauben, das eigentliche Leben beginne erst, wenn alles geordnet ist. Doch dieser Zustand tritt strukturell nie ein.

Aus der Dauerbewältigung erwächst beinahe zwangsläufig eine Hoffnung: irgendwann fertig zu sein. Wenn diese Angelegenheit geklärt, jene Verpflichtung erfüllt, die schwierige Phase überstanden ist, wird wieder mehr Raum entstehen. Das eigentliche Leben scheint hinter den Aufgaben zu warten. Doch Leben besitzt keinen endgültig erledigten Zustand. Jede geklärte Lebensphase öffnet eine neue. Sind finanzielle Fragen geordnet, treten gesundheitliche Themen in den Vordergrund; endet beruflicher Druck, entstehen familiäre Aufgaben. Menschen werden älter, Beziehungen verändern sich, Sicherheiten verschwinden, neue Möglichkeiten treten hervor. Ein Leben, in dem alles abgeschlossen wäre, wäre zugleich ein Leben, in dem nichts mehr werden könnte.

Zu den stillen Täuschungen unserer Zeit gehört deshalb die Annahme, Frieden sei ein Zustand am Ende aller Anstrengung. Frieden ist kein Zustand, der nach den Schwierigkeiten kommt. Er ist eine innere Haltung, die neben ihnen bestehen muss. Nicht die Abwesenheit der Aufgaben schenkt Ruhe, sondern ein innerer Ort, von dem aus sie betrachtet werden können, ohne das ganze Wesen des Menschen zu beanspruchen. Unvollendetheit ist dabei kein Mangel, sondern Teil der offenen Struktur menschlicher Existenz. Ein zusammenhängendes Leben ist kein abgeschlossenes Leben.

„Frieden ist kein Zustand nach den Schwierigkeiten. Er ist eine innere Haltung, die neben ihnen bestehen muss.“

♦ 9. Die Sehnsucht nach Ungeteiltheit

Der moderne Mensch sucht vermutlich nicht in erster Linie Glück, auch nicht Sinn — jene große, oft überstrapazierte Vokabel unserer Zeit. Er sucht etwas Bescheideneres und zugleich Tieferes: die Erfahrung, wieder nur eine einzige Sache sein zu dürfen.

Nicht gleichzeitig Arbeitnehmer, Elternteil, Schuldner, Patient, Organisator, Steuerzahler und Krisenmanager der eigenen Existenz. Sondern für einige Stunden, manchmal nur für Minuten: ein Mensch, der denkt, fühlt, hört, sieht, schweigt oder schafft — ungeteilt. Ungeteiltheit bedeutet dabei keinen störungsfreien Zustand. Sie beschreibt jene selten gewordene Erfahrung, in der Wahrnehmen, Denken und Handeln wieder derselben Bewegung angehören. Der Mensch steht für einen Moment nicht neben seinem eigenen Tun. Er befindet sich darin. Gerade deshalb können Tätigkeiten, die von außen anstrengend erscheinen, tief erfüllend sein: Ein Mensch kann stundenlang schreiben, forschen, musizieren, bauen oder pflegen und dabei weniger Erschöpfung erfahren als nach kurzer Zeit zerstreuter Betriebsamkeit.

Aus dieser Sehnsucht erwächst eine Freiheit, die in einer Welt unbegrenzter Möglichkeiten beinahe ungewohnt erscheint: die Freiheit, etwas unausgeschöpft zu lassen. Der moderne Mensch ist daran gewöhnt, jede Möglichkeit als Verpflichtung zu lesen. Was getan werden könnte, scheint danach zu verlangen, auch getan zu werden. Doch jedes gelebte Leben besteht ebenso aus dem, was ungelebt blieb. Jede Entscheidung gibt einem Weg Gestalt, indem sie andere Wege zurücklässt. Ein Gedanke darf gedacht werden, ohne veröffentlicht zu werden. Eine Fähigkeit darf vorhanden sein, ohne zur Einnahmequelle zu werden. Reife zeigt sich unter diesem Blick nicht allein darin, Möglichkeiten zu verwirklichen, sondern ebenso darin, sie ruhen lassen zu können — nicht aus Resignation, sondern weil ein Leben seinen Wert nicht dadurch gewinnt, dass jede Möglichkeit ausgeschöpft wird.

♦ 10. Die Würde des Zweckfreien

Darf im menschlichen Leben etwas bestehen, ohne einem späteren Zweck dienen zu müssen? Von der Antwort hängt ab, ob ein Mensch mehr sein darf als die Summe seiner Nützlichkeiten.

Wo alles verwaltet wird, gewinnt eine Frage an Gewicht, die selten so gestellt werden musste: ob etwas auch dann sinnvoll sein kann, wenn es zu nichts führt. Ein Gespräch, an dessen Ende kein

Beschluss steht. Ein Buch, das keine Qualifikation einbringt. Ein Gang durch den Wald ohne Schrittziel und ohne Aufzeichnung. Eine Stille, die nicht der Leistungsfähigkeit des nächsten Tages dienen soll. In einer Lebensform, die Wirkung und Ergebnis hoch bewertet, haben solche Augenblicke einen beinahe fremden Klang — und werden doch von vielen Menschen als besonders kostbar erinnert.

Verschiedene philosophische und religiöse Traditionen haben das Zweckfreie ausdrücklich gewürdigt. In der antiken Philosophie galt die Muße nicht als bloße Erholung von der Arbeit, sondern als der Raum, in dem Erkenntnis überhaupt erst möglich wird; das Wort „Schule“ geht auf das griechische *scholē* zurück, die Muße. Der Sabbat wird in der jüdischen Tradition vielfach nicht als Regeneration für die Arbeitswoche gedeutet, sondern als deren eigentlicher Sinn. Solche Überlieferungen verbindet keine gemeinsame Lehre, wohl aber der Gedanke, dass ein Teil der Zeit nicht verrechnet werden soll.

Dazu passt ein Begriff, der in der Philosophie seit Langem zwischen Preis und Würde unterscheidet. Was einen Preis hat, lässt sich durch anderes ersetzen. Was Würde besitzt, lässt sich gegen nichts eintauschen, weil es seinen Wert nicht aus dem bezieht, wozu es führt. In diesem Sinn besitzt das Zweckfreie eine eigene Würde. Es ist nicht nutzlos; dass ein Mensch sich dabei erholt, klarer denkt oder gelassener wird, darf sich als Wirkung einstellen, sollte aber nicht zur Bedingung werden. Wer Stille nur noch übt, um leistungsfähiger zu sein, hat sie bereits wieder in Verwaltung genommen.

So schützt das Zweckfreie den Menschen davor, sich vollständig zu verbrauchen. Es bewahrt eine Erfahrung, in der er nicht Mittel ist — nicht einmal Mittel seiner eigenen Zukunft. Es erlaubt dem Augenblick, für sich selbst zu bestehen, und erinnert daran, dass ein Mensch in seinen Funktionen nicht aufgeht.

„Das Zweckfreie ist nicht das Überflüssige. Es ist das, was sich nicht verrechnen lässt.“

◆ 11. Was Stille wirklich bedeutet

Stille bezeichnet weit mehr als die Abwesenheit von Geräuschen. Ein Mensch kann in einem geräuschlosen Raum sitzen und innerlich zerrissen sein.

Ebenso kann er sich inmitten von Wind, Musik oder einer belebten Straße plötzlich gesammelt erleben. Stille beginnt dort, wo Aufmerksamkeit aufhört, zwischen unzähligen Ansprüchen zu zerfallen. Sie ist innere Sammlung: der Zustand, in dem Wahrnehmen, Denken und Handeln wieder zu einer Einheit zusammenfallen — nicht als bloßes Schweigen, sondern als jener Raum,

in dem Erfahrungen sich setzen, Gedanken sich miteinander verbinden und Wahrnehmungen ihre Bedeutung entfalten können.

Stille verlangt dabei weder Weltflucht noch abgeschiedene Klöster oder unberührte Landschaften. Religiöse und philosophische Traditionen haben eigene Formen des Rückzugs, der Kontemplation, der Muße und der bewussten Unterbrechung entwickelt — Gebet, Meditation, Naturerfahrung, Kunst. Sie unterscheiden sich in Deutung und Praxis erheblich. Was sich daraus ableiten lässt, ist deshalb keine historische Gewissheit, sondern eine Deutung, die dieser Wissensraum vorschlägt: Verstehen entsteht nicht allein durch die Aufnahme neuer Informationen, sondern braucht ebenso Zeiten, in denen nichts Neues hinzukommt. Stille ist in diesem Sinn kein Gegenentwurf zum Leben, sondern einer jener Räume, in denen das Leben seinen Zusammenhang wiederfindet — und mit ihr auch das, was die beschleunigte Welt so schwer erträgt: die Müdigkeit, die Grenze, das Unvollendete und jenes Schweigen, das keinem Zweck dienen muss.

„Stille ist der Zustand, in dem die Aufmerksamkeit ihre Heimat wiederfindet.“

♦ 12. Der schöpferische Raum — Wie Wirklichkeit verwandelt wird

Der Mensch nimmt Wirklichkeit nicht lediglich wahr. Er verwandelt sie.

Die frühesten bildlichen Zeugnisse — Handumrisse und Tierdarstellungen in Höhlen, von denen manche nach heutigem Stand der Datierung mehr als fünfunddreißigtausend Jahre alt sind — zeigen, dass Menschen schon sehr früh nicht nur wahrnahmen, sondern darstellten, was sie wahrnahmen. Wie sich aus solchen Anfängen Vorstellung, Sprache, Erzählung und Weltbild entwickelten, lässt sich nicht als Abfolge rekonstruieren. Sicher ist nur, dass der Mensch eine Welt empfängt und aus der Begegnung mit ihr etwas hervorbringt, das zuvor nicht existierte: Bilder, Musik, Werkzeuge, Wissenschaften, Philosophien.

Für den einzelnen Menschen lässt sich diese Bewegung als Reifung beschreiben. Zwischen Wahrnehmung und Gestaltung liegt ein Zwischenraum. Eine Erfahrung wird aufgenommen und trägt zunächst vielleicht keinen erkennbaren Sinn. Sie begegnet später einer Erinnerung, einer Beobachtung, einem Gedanken. Verbindungen entstehen, die vorher unsichtbar waren, und viele Menschen beschreiben, dass ein Gedanke gerade dann Gestalt gewinnt, wenn sie ihn nicht verfolgen. Irgendwann tritt etwas hervor: ein Satz, eine Idee, eine Erkenntnis, ein Werk.

Dieser Prozess lässt sich fördern, kaum jedoch erzwingen. Erkenntnis entzieht sich der Beschleunigung. Sie wächst im Verborgenen, im schöpferischen Raum der Stille — nicht als

Luxus für Künstler, sondern als Wesen menschlicher Existenz. Gerade darin unterscheidet sich Schöpfung von Verwaltung. Verwaltung arbeitet mit dem bereits Vorhandenen. Schöpfung öffnet einen Raum für etwas, das noch keine Gestalt besitzt.

„Dieser Raum ist kein Luxus für Künstler. Er ist das Wesen menschlicher Existenz.“

◆ 13. Schluss — Das Leben als Geflecht

Ein Leben besteht aus einzelnen Ereignissen, doch ihre Bedeutung entsteht selten isoliert.

Eine Begegnung erhält Jahre später einen anderen Sinn. Ein Scheitern öffnet einen Weg, der zuvor nicht sichtbar war. Ein Verlust verändert die Wahrnehmung dessen, was geblieben ist. So entsteht mit den Jahren ein Geflecht, kein Verzeichnis abgeschlossener Vorgänge. Freude und Verlust, Gewissheit und Zweifel, Nähe und Abschied stehen darin nicht einfach nebeneinander — sie verändern einander. Damit verliert auch das Unerledigte etwas von seinem bedrohlichen Charakter. Nicht alles muss abgeschlossen sein, um seinen Platz zu finden. Manche Fragen begleiten ein ganzes Leben und können dennoch Teil eines Ganzen werden.

Reife besteht deshalb weniger darin, immer mehr Bereiche des Lebens unter Kontrolle zu bringen. Sie zeigt sich ebenso darin, das Offene tragen zu können, ohne von ihm vollständig beansprucht zu werden. Der innere Zusammenhang eines Lebens entsteht nicht dadurch, dass alle Widersprüche verschwinden. Er wächst dort, wo Unterschiedliches nebeneinander bestehen darf und dennoch als Teil derselben Biografie erkannt wird.

Am Ende eines Lebens wird kaum entscheidend sein, ob jede Liste abgearbeitet, jede Möglichkeit genutzt und jeder Bereich vollkommen geordnet wurde. Vieles wird offenbleiben. Und dennoch kann ein Leben ganz gewesen sein — nicht dadurch, wie fehlerfrei es verwaltet wurde, sondern dadurch, wie ein Mensch der Welt begegnet ist, was er in ihr wahrgenommen, verstanden und verwandelt hat, welche Beziehungen er eingegangen ist und welchen Ausdruck er dem verliehen hat, was durch sein Leben sichtbar geworden ist. Der Mensch muss sein Leben nicht vollenden wie ein Projekt. Er lebt es, während es unvollendet bleibt.

Die Freiheit, nach der so viele Menschen innerhalb ihrer Verpflichtungen suchen, beginnt genau an dieser Stelle: in der Erkenntnis, dass Leben nicht erst dort beginnt, wo nichts mehr zu verwalten ist. Es ist längst da — zwischen den Aufgaben, unter den offenen Fragen, in der Begegnung, im schöpferischen Augenblick und in jener stillen Gegenwart, in der für einen Moment nichts erledigt werden muss, damit etwas ganz sein darf.

| „Wir sind mehr als die Summe unserer Aufgaben.“

∞ Vertiefung & Weiterführung

Wer sich mit den hier berührten Fragen weiter beschäftigen möchte, findet in der Reihe WISSENSRÄUME angrenzende Vertiefungen:

- Wissensraum Nr. 3 — Der Ruhe Stille: Raum für Bewusstsein, Bildung und Wandel
- Wissensraum Nr. 9 — Burnout im Vorzeichen des Perpetuum Mobile
- Wissensraum Nr. 10 — Depression als blockierter Übergang

◇ Quellen & Denkspuren

Dieser Wissensraum versteht sich nicht als wissenschaftliche Abhandlung. Die folgenden Quellen markieren die fachlichen und wissenschaftlichen Denkspuren, an die seine Aussagen anschließen — vor allem die der Kapitel 3, 5, 6, 10 und 12. Wo Studien genannt sind, stützen sie einzelne empirische Aussagen; die übrigen Gedanken sind anthropologisch-philosophische Deutung und als solche gemeint.

Wissenschaftlicher Bezug

- Sophie Leroy: Why is it so hard to do my work? The challenge of attention residue when switching between work tasks. *Organizational Behavior and Human Decision Processes* 109 (2009), 168–181. Aufmerksamkeitsrest beim Aufgabenwechsel (Kapitel 5 und 6).
- Gloria Mark, Daniela Gudith, Ulrich Klocke: The cost of interrupted work: more speed and stress. *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems (CHI '08)*, Florenz 2008, S. 107–110. Unterbrechungen, Tempo und Anspannung (Kapitel 5).
- World Health Organization: Burn-out an „occupational phenomenon“: *International Classification of Diseases*. Genf, 28. Mai 2019 (ICD-11, QD85). Zur Einordnung: Burn-out gilt als berufsbezogenes Phänomen, nicht als Krankheit; die „neue Erschöpfung“ dieses Wissensraums ist ausdrücklich kein klinischer Begriff (Kapitel 5).
- Graham Wallas: *The Art of Thought*. London 1926. Beschreibung einer Reifungsphase im schöpferischen Denken (Kapitel 12).
- Maxime Aubert u. a.: Pleistocene cave art from Sulawesi, Indonesia. *Nature* 514 (2014), 223–227. Frühe bildliche Zeugnisse menschlicher Gestaltungsfähigkeit (Kapitel 12).

Philosophischer und kulturgeschichtlicher Bezug

- Jürgen Habermas: *Theorie des kommunikativen Handelns*, Bd. 2. Frankfurt a. M. 1981. Zur Frage, wie Systemlogiken in die Lebenswelt eindringen (Kapitel 3).
- Hartmut Rosa: *Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehung*. Berlin 2016; Unverfügbarkeit. Wien/Salzburg 2018. Beschleunigung, Weltbeziehung und das Unverfügbare (Kapitel 3 und 6).
- Byung-Chul Han: *Müdigkeitsgesellschaft*. Berlin 2010. Zeitdiagnose der Erschöpfung (Kapitel 5).
- Hannah Arendt: *Vita activa oder Vom tätigen Leben*. Stuttgart 1960. Arbeiten, Herstellen und Handeln (Kapitel 2 und 12).
- Mihaly Csikszentmihalyi: *Flow. The Psychology of Optimal Experience*. New York 1990. Ungeteilte Hingabe an das eigene Tun (Kapitel 9).
- Immanuel Kant: *Grundlegung zur Metaphysik der Sitten*. Riga 1785. Unterscheidung von Preis und Würde (Kapitel 10).
- Josef Pieper: *Muße und Kult*. München 1948. Muße als Zweckfreiheit (Kapitel 10 und 11).
- Abraham Joshua Heschel: *The Sabbath*. New York 1951. Der Sabbat als Sinn, nicht als Mittel der Arbeitswoche (Kapitel 10).

○ WISSENSRÄUME — Wertschätzung

Die Reihe WISSENSRÄUME ist ein Herzensprojekt — kostenfrei, aber nicht selbstverständlich. Wenn dir die Impulse gefallen haben und du etwas zurückgeben möchtest, freue ich mich über eine freiwillige Spende: [PayPal.me/VossKati](https://paypal.me/VossKati)

Danke für deine Wertschätzung. Sie hilft, dass solche Inhalte weiter entstehen dürfen — still, liebevoll und im Dienst der Ganzheit.

△ WISSENSRÄUME — Hinweise

Die WISSENSRÄUME dienen der fachlichen Orientierung, Vertiefung und persönlichen Auseinandersetzung mit Themen aus Gesundheit, Pflege, Palliative Care, Spiritual Care, Psychologie und Philosophie. Sie ersetzen keine individuelle ärztliche, therapeutische, pflegerische oder rechtliche Beratung — bei akuten oder schwerwiegenden Fragestellungen bitte an entsprechend qualifizierte Fachpersonen wenden.