

seiner eigenen Geschichte zusammen – und mit seiner Fähigkeit stehenzubleiben, zu schauen, das Beobachtete einzuordnen. Als Opfer der ersten Nachkriegspandemie (Kinderlähmung) war er immer gezwungen, besonders genau hinzusehen, und er hat gelernt, das auch zu reflektieren. Diese Aufmerksamkeit darauf, was das Leben bringt, hat ihn zeitlebens gelehrt, wie man Fachmann für sich selber bleibt. Mit sich selber etwas anfangen können, so seine Überzeugung, ist die Voraussetzung dafür, überhaupt etwas anfangen zu können.

Aber es ist nicht nur Selbstbezüglichkeit. Er sieht auch die gesellschaftlichen Deformationen, die unser Zeitverhalten verursacht. Er kritisiert die Hektik, wo sie schädlich wird. Er lehrt uns hinzuschauen: Wir hetzen, rennen, hasten. Wir „vertun“ und „vertreiben“ Zeit, „verlieren“ sie oder „schlagen sie tot“ – und wenns „pressiert“, erfahren wir

sie als drückend, strangulierend. Und unser Zeitempfinden? Zeit flieht, verrinnt, vergeht, verflüchtigt sich, drückt (bei Zeitdruck). Alles nicht sehr schön. Wir sind oft genug vertrieben aus der eigenen Zeitnatur.

Geißler dagegen sieht Zeit als Freundin. Er liebt die Zeit, bewundert ihren Farbenreichtum: die Muße, das konzentrierte Anfangen, den Genuss des Moments, das bewusste Aufhören, das Langsame ebenso wie das Schnelle, die Hummeln und die Schildkröten. Er liebt das Spiel der Zeit und besonders, wenn in der Liebe die Zeit zum spielenden Kind wird. „Time is honey“, heißt es gar. Freude am Überraschenden, am „Zwischen“, Aufmerksamkeit für die Vielfalt im Gegenwärtigen, den Zusammenfall von Augenblicksfülle und Zeitstillstand. All das zeigt: „Zeitvielfalt in einer rhythmisierten Ordnung leben ist der Schlüssel für einen wohltuenden Umgang mit Zeit.“ Sich verbinden

mit der Natur, sich lustvoll einschwingen in den Rhythmus des Lebens, das gibt Stabilität, Ruhe und Kraft.

Auch für die amerikanische Künstlerin Jenny Odell ist es der Blick in den Himmel, der sie glücklich macht und sie wieder erdet. Ihre Muse ist eine Krähe und ein Krähensohn, die sie jeden Morgen besuchen und denen sie ihre Aufmerksamkeit zuwendet, ihre Zeit schenkt. Sie sind Boten der Lebendigkeit. Durch das Absehen von sich selber wird sie mit einer neuen Verbundenheit beschenkt.

Das vorliegende Buch bestärkt eine solche Sicht: Wir kommen der eigenen Zeitnatur wieder näher, wenn wir uns auf die Natur einlassen. Das ist gutes Leben: „Naturschutz am eigenen Selbst“. Dahinter ist die Einsicht: Wo man sich als Gemeinschaftswesen mit der Natur empfindet, wo Innen und Außen übereinstimmen, wo ich also Resonanz erfahre mit meiner eigenen Körperlichkeit, dort fühle

ich mich auch am wohlsten: So bin ich, und so darf ich auch sein: wenn ich meinen eigenen Rhythmus spüre und lebe.

Man kann Glück tatsächlich im Nichtstun finden. Kann sich auf den Rücken legen und den Wolken nachschauen. Im Schauen erfahren wir den Augenblick – und vergessen wir die Zeit. Die Wolken ziehen. Bewegung ist auch am Himmel. Ruhe auch auf Erden. Ruhe als Lebendigkeit, die mit der Sehnsucht in Berührung ist. Wenn es himmlisch ruhig ist – in uns und um uns herum: ein Vorschein der Seligkeit.

„Lest nicht die ‚Times‘, sondern die Ewigkeiten“, dieser Satz von Hansjürgen von der Wense besagt: Es gibt mehr als die Tagesaktualität. Unsere Zeit ist begrenzt. Daher verlockt das vorliegende Buch, auch diese anderen Dimensionen wahrzunehmen: Endlich ohne Hast leben. Urlaub machen von der Hektik. Ruhige Aufmerksamkeit und Neugierde

konzentrieren auf das, was lebendig hält, was dem Leben Farbe gibt. Seis am Himmel über uns. Oder in der U-Bahn, neben uns. Ankommen und da sein. *Einfach leben.*