

## Beschleunigung des Lebenstempos – Arbeit und Burnout. Zur Pathologie der Spätmoderne

### Einleitung

Der Terminus *gnósis* – γνῶσις – bedeutet Erkenntnis und die Silbe *diá* – δία – heißt durch. Wenn eine Diagnose (Diagnosis) – διάγνωσις – gestellt wird, dann blickt man auf ein Zeichen, ein Symptom oder ein Phänomen, das eine Störung anzeigt, und im besten Fall eröffnet sich dem Diagnostiker durch den analytischen Hinblick dann der Durchblick auf den Grund oder die Ursache der Störung. Wenn das Auto unübliche Geräusche von sich gibt und der Mechaniker nachsieht, was die Ursache der akustischen Irritation ist, dann stellt er eine KFZ-Diagnose. Durch ein Krankheitszeichen hindurch erblickt man, wenn es sich um eine psychotherapeutisch-psychiatrische Diagnostik handelt, einen psychopathologischen Zusammenhang. Ein dritter Bereich, in dem das Diagnostizieren Tradition hat, ist die Philosophie. Die großen Philosophen haben sich immer als Diagnostiker ihrer Zeit verstanden und, wenn sie feststellten, dass in ihrer Zeit etwas aus dem Lot geraten ist, auch als Therapeuten der jeweiligen Pathologie des Zeitgeistes (vgl. Poltrum 2010, 63 f.). Im folgenden Beitrag soll es vor allem um eine philosophische Diagnostik gehen, um den Versuch, im Blick auf das Burnout-Phänomen etwas vom Geist- oder Ungeist der Zeit zu erfahren, herauszufinden, was denn für die Spätmoderne, in der wir leben, charakteristisch ist. Eine meiner Thesen ist, dass sich in manchen psychopathologischen Störungen die Symptome der „Pathologie des Zeitgeistes“ (vgl. Frankl 1996, 193-198) ganz besonders deutlich zeigen. Insbesondere das Burnout-Syndrom scheint sich in besonderem Maße dazu zu eignen, den objektiv schwer zu fassenden Symptomen der Gegenwartskultur nachzugehen.

Die Burnout-Problematik geht in anerkannter Weise von zwei Grundbedingungen aus, von subjektiven und objektiven Faktoren. „Sie entsteht aus einer Wechselwirkung zwischen äußeren Anforderungen und Merkmalen der betroffenen Person.“ (Marx 2004, 361) Dass in die Burnout-Problematik immer ein subjektiver und psychologisch zu deutender Faktor einfließt, der Burnout-Erkrankte also mehr oder weniger selbstverschuldet zum „Verursacher“ der Störung wird, weil er bei der Arbeitsvertei-

lung, aus welchem Grund auch immer, ständig „Hier!“ schreit, und andererseits objektive Momente einer unerträglichen Arbeitssituation mit in die Störungsverursachung einfließen, wird allgemein anerkannt (vgl. Lehofer et al. 2011). Die hohe Attraktivität, welche die Burnout-Diagnose für Patienten hat, besteht genau in der Tatsache, dass allgemein und implizit anerkannt wird, dass der Betroffene der Störung nicht alleine für sein Burnout verantwortlich ist, sondern dass ihm maximal eine Teilschuld an seinem Erschöpfungszusammenbruch zukommt. Der berechnete oder unberechnete Glaube, der Hauptanteil der Störungsverursachung gehe auf das Konto der objektiv unerträglichen Arbeitssituation, gibt Patienten das Gefühl, eigentlich nicht ursächlich an ihrer Störung beteiligt zu sein. Der Eigenanteil an der Störung liegt, kommt er in den Blick, nicht so sehr in einem Defizit bzw. einem Versagen, wie das Patienten in Bezug auf andere psychische Störungen mitunter erleben, sondern in der Realisierung eines sehr hohen, positiv besetzten gesellschaftlichen Wertes, dem vollen Arbeitseinsatz bis zur totalen Erschöpfung. Polemisch könnte man sagen: In Kuba werden jährlich Helden der Arbeit prämiert und wir haben Burnout-Patienten. Die Burnout-Diagnose verleiht in leistungsorientierten Gesellschaften Heldenstatus, und der Burnout-Patient ist ein Held der Arbeit, der bereit war, bis zum Zusammenbruch alles zu geben. Dass es im Einzelfall müßig ist, nach der Ursachengewichtung zu fragen, zu fragen, ob der subjektive Arbeitswille und der selbst auferlegte Leistungszwang Grund für den Erschöpfungszusammenbruch ist oder die objektive Überforderung durch den Arbeitgeber, der einem zu viel Arbeitslast auflädt, versteht sich von selbst. Marx erläutert diesen von Burisch (1989) erstmals explizierten Zusammenhang mit der Metapher des Kamels: „Wenn ein Kamel unter einer Last zusammenbricht, ist es müßig zu fragen, ob das Kamel zu schwach oder die Last zu schwer war. Die einzig korrekte Aussage dazu ist: Diese Last war für dieses Kamel zu schwer.“ (Marx 2004, 362) Bezogen auf die Psychopathologie des Zeitgeistes und das, was in der Burnout-Kategorie sichtbar wird, könnte man im Anschluss an dieses Gleichnis fragen: Zeigt sich im Boomen des Burnout-Phänomens, dass die Menschen der Gegenwart immer leistungsschwächer werden, oder aber, dass die Anforderungen an die Subjekte der Gegenwart mittlerweile so groß sind, dass die eigentlich leistungsstarken postmodernen Subjekte unter dem steigenden Leistungsdruck dekompensieren? Werden die Menschen immer verweichtlicher und verstärkt die massive Diskursivierung des Burnout-Phänomens die Verweichlungsbereitschaft oder wird die Arbeitslast immer größer? Die psychologische Burnout-Diagnostik hilft sich dabei mit einer Unterscheidung: „Wenn die belastenden Faktoren

mehr auf der Seite der betroffenen Persönlichkeit (innere Faktoren) liegen, wird das Phänomen Burnout im eigentlichen Sinne, und die Betroffenen als ‚Selbstverbrenner‘ bezeichnet, wohingegen bei deutlicher Dominanz der äußeren Belastungsfaktoren auch von ‚wear out‘ (Verschleiß) gesprochen wird. Die Betroffenen sind in diesem Fall ‚Opfer der Umstände‘.“ (Marx 2004, 363) Für eine psychologische Burnout-Diagnostik und anschließende Behandlung ist die subjektive Perspektive vorrangig. Denn auch dann, wenn sich z.B. in der Burnout-Problematik eine objektive Pathologie der Gegenwartssituation zeigte, ließe sich diese nur sehr schwer behandeln oder ändern. Für die Behandlung eines Burnout-Patienten sind die Fragen vorrangig, welche Anteile an der Störung die Persönlichkeitsstruktur des Patienten hat. Dabei kann es um mangelnde oder maladaptive Copingstrategien in Stresssituationen gehen, um die Erhöhung der Stressresistenz, um Fragen, ob der hyperaktiv Tätige möglicherweise Gefühle der Leere und Sinnlosigkeit durch die Arbeit wegdrängt, ob menschliche Grundkonflikte im Hintergrund der Arbeitsmanie stehen, z.B. ein hypertrophes Anerkennungsbedürfnis, gar eine narzisstische Persönlichkeitsstruktur, die Kompensation von Minderwertigkeitsgefühlen, das Zudecken von Partnerschaftsproblemen, die Abwehr eines Traumas und vieles mehr. Für eine philosophische Diagnostik, deren Hauptaugenmerk es ist, einen Zusammenhang zwischen den jeweiligen Modediagnosen und der jeweiligen Pathologie des Zeitgeistes zu sehen, verdeckt der Versuch, Störungen nur auf dem Konto der Individuen zu verbuchen, der Versuch, Krankheiten zu privatisieren, die Möglichkeit, Tiefeneinblicke in Wesenszusammenhänge der Gegenwart zu gewinnen.

Um der Gefahr einer nur psychologistischen Deutung des Burnout-Phänomens vorzubeugen, d.h. um nicht den Fehler zu machen, die mit dem Burnout-Syndrom zusammenhängenden zeitgeschichtlichen Pathologien der Arbeitswelt zu übersehen oder etwa den Strukturwandel der postmodernen Psyche unberücksichtigt zu lassen und die Beschleunigung des Lebenstempos in der Spätmoderne nicht mit zu reflektieren – Faktoren, die alle in das Burnout-Phänomen hineinspielen – und die Burnout Erkrankung nicht nur als Störung des Individuums abzutun, liegt daher das Hauptaugenmerk meines Beitrags auf der Diagnostik des gegenwärtigen Zeitgeschehens. Das Burnout-Phänomen dient dabei als Vehikel der Erkenntnis. Der Burnout-Patient ist einerseits Opfer seiner selbst, er hat sich für seine Arbeit geopfert, und in dem Faktum, dass heute so viele Opfer ihrer selbst werden, es eine Burnout-Epidemie gibt, zeigt sich, dass Burnout-Patienten auch wirkliche „Opfer“ der Pathologien der Spätmoderne sind. Obwohl die subjektiven, in der Person des Patienten liegen-

den Charaktermerkmale ihn in die Aufopferung für die Arbeit treiben und darin halten, gibt es objektive Faktoren, die im Lastcharakter der Gegenwart liegen. Die Luft wird dünn, die Zeit ist dürftig, die Quellen trocknen aus und die Subjekte dieses Klimawandels sind erschöpft, ausgebrannt und vertrocknet. Die objektiven, oft subliminal agierenden Stressoren der spätmodernen Lebenswelt ins Licht zu setzen ist Ziel des Textes und sieht sich als Ergänzung zu den anderen Perspektiven des Buches. Folgende Gesichtspunkte werden behandelt: 1. Arbeit im Wandel der Zeit, 2. Soziale Beschleunigung, 3. Strukturwandel der Subjektivität, 4. Moderne und postmoderne Modediagnosen, 5. Entschleunigung, Verlangsamung und das Schöne als Therapeutikum.

## 1. Arbeit im Wandel der Zeit

Wenn man sich die Begriffs- und Herkunftsgeschichte des Wortes Arbeit vergegenwärtigt, dann zeigt sich ein erschreckendes, aber aufschlussreiches Bild. Der Terminus Arbeit verweist in vielen Sprachen auf düstere und wenig erfreuliche Lebenszusammenhänge. So bringen etwa etymologische Wörterbücher das „germanische Wort *arbejidiz* ‚Mühsal‘ in Verbindung mit dem englischen *orphan* (Waise), dem deutschen *Erbe*, aber auch *arm*, die zurückführen auf ein erschlossenes germanisches Verb *arbejen* mit der Bedeutung *ein verwaistes (und daher aus Not zu harter Arbeit gezwungenes) Kind sein.*“ (Bierwisch 2003, 9) Wer ohne Erbe ist oder gar verwaist, der ist zu harter Arbeit gezwungen, so die lebensweltliche Erfahrung, die sich wahrscheinlich in diesen Begriff eingeschrieben hat. Ähnlich unerfreuliche Bezüge des Arbeitsbegriffs lassen sich in anderen Sprachen ausweisen. Im russischen Wort für Arbeit, *rabota*, findet sich das slawische *rab*, das Sklave und Knecht bedeutet, somit also das historische Faktum, dass Arbeit früher ein erzwungenes Tätigsein meinte, etwas, das ein freier Bürger nicht nötig hatte und darum von Knechten und Sklaven verrichtet wurde. Noch gravierendere Erfahrungen scheinen sich im lateinischen *labor* und damit auch im englischen *labour* zu finden. „Die Herkunft von *labor* hängt nämlich zusammen mit der von Wörtern wie *labil*, *Lappen*, *schlaff* und sogar *schlafen*. Das Gemeinsame aller dieser Ausprägungen ist eine indogermanische Wurzel *lab-*, die zum Beispiel in *Lapsus* und *(kol)labieren*, aber auch im russischen *slabyj* (schwach) wiederkehrt und *hingeleiten*, *schlapp sein*, *schwanken* bedeutet. Von dort wird die Verbindung zu *labor* über ein Verb *labi* mit der Bedeutung *(unter einer Last) hin- und herwanken* hergestellt.“ (ebd.) Wenn man die lateinischen Wörter *arvum* und *arva* analysiert, die gleichzeitig Arbeit und „gepflügter Acker“

bedeuten, und sich den Anblick von alten Ackerpflügen vergegenwärtigt, dann wird klar, dass man unter den Anstrengungen der Feldbestellung leicht ins Schwanken, Stolpern und im schlimmsten Fall ins Kollabieren geraten kann. Arbeit war historisch gesehen eine beschwerliche Sache, die einen schwächen, auslaugen und ermüden kann. Geradezu angsteinflößende Verweise finden sich im französischen *travail*. „Das Wort kommt vom mittellateinischen *tripalis*, das auf ein griechisches Wort *tripassalon* für einen als Folterwerkzeug dienenden ‚Dreipfahl‘ zurückgeht. Im 12. Jahrhundert meint *travailler* noch *martern*, *quälen* und führt über die Bedeutung *belästigen*, *molestieren*, *sich abmühen* zum rezenten Sinn *arbeiten*. Auch wenn der Bezug zur Folter keineswegs unerhört ist – Wörter wie *schinden*, was eigentlich *die Haut abziehen* bedeutet, zeigen ähnlich drastische Zusammenhänge –, so ist doch die massiv negative Bewertung der Arbeit, die durch *travail* und sein spanisches Gegenstück *trabajo* signalisiert wird, nicht zu verkennen.“ (Bierwisch 2003, 10) Die Etymologie der indoeuropäischen Sprachen verweist somit sehr eindeutig darauf, dass Arbeit historisch gesehen mit Mühsal, Beschwerlichkeit und Qual assoziiert wurde. Die Folgen dieser Qual, Last und Mühe, die einen, folgt man den sprachlichen Verweisen des Arbeitsbegriffs, nahezu zum Kollabieren bringt, einen ermüdet, schwächt und erschöpft, hätten wahrscheinlich direkt ins Burnout geführt. Da es allerdings diese Diagnose früher noch nicht gab und diese Arbeit so oder so von „Menschen zweiter Klasse“, eben den Sklaven und Knechten ausgeübt wurde, die keine Lobby zur Beseitigung dieser Missstände hatten, war der Verschleiß und das Verheizen der Arbeitskräfte sanktionierte gesellschaftliche Norm. Der zweite Grund, warum der Burnout-Begriff zur Beschreibung des Ausbeutungscharakters der Arbeit vergangener Zeiten wahrscheinlich nicht zureichend ist, ist der, dass in der Burnout-Diagnose ja die Idee steckt, dass der durch die Arbeit Erschöpfte, Ausgebrannte und am Rande des Zusammenbruchs Stehende nicht deshalb nicht mehr arbeiten kann und will, weil ein Herr ihn zur Arbeit gezwungen und ausgebeutet hat, sondern weil er mehr oder weniger freiwillig mit sich und seinen Kräften Raubbau betreibt, sich also selbst zum Knecht der Arbeit macht. Der Burnout-Patient arbeitet sich nicht zu Tode, weil er, gezwungen durch einen Herrn, arbeiten muss, sondern weil er süchtig nach der Arbeit die Kontrolle über die Dosis und das rechte Maß der Arbeit verloren hat. Im Übrigen gibt es zwischen dem Burnout-Phänomen und der Arbeitssucht differenzialdiagnostisch kaum Unterschiede (vgl. Ferenczi 1919, Oats 1971, Machlowitz 1976, Gross 1990, Fassel 1994, Poppelreuter 1996, Robinson 2000, Holger 2001, Meißner 2005). Allerdings, und das verkompliziert die Sache, ist es in Zeiten, in denen

das Leistungsprinzip und der Druck, erfolgreicher als andere zu sein, Hochkonjunktur haben, schwierig zu sagen, wo die subjektiven Faktoren der Selbstausbeutung und der Arbeitssucht von den objektiven Gegebenheiten, Sachzwängen und „Notwendigkeiten“ zur Ausbeutung zu scheiden sind. Doch davon später.

Folgt man der antiken und christlichen Mythologie, dann bestätigt sich die Bewertung der Arbeit als Last und das negative Bild, welches die vergleichende Etymologie des Arbeitsbegriffs zu Tage förderte, denn paradiesische Zustände wurden immer so imaginiert, dass sie frei von der Mühsal der Arbeit sind. In der christlichen Schöpfungsgeschichte beispielsweise fungiert Arbeit nach dem Fall aus dem Paradies als Strafe, was sie vor dem Sündenfall offenbar nicht war. Nachdem verbotenerweise vom Baum der Erkenntnis gegessen wurde, musste die Arbeit „im Schweiß des Angesichts“ (Genesis 3,19) verrichtet werden. Im antiken Mythos des „goldenen Zeitalters“, das ebenfalls einen paradiesischen Zustand darstellt, brachte die Natur von sich aus alle benötigte Nahrung hervor, so dass Arbeit nicht nötig war (vgl. Hesiod 700 v. Chr., 11 f.).

Dass Arbeit als etwas gewertet wurde, das wenn möglich zu vermeiden oder gering zu halten ist, gesetzt man wurde nicht als Sklave oder Knecht geboren, bestätigen auch die antike und die mittelalterliche Sicht auf die Beziehung von Muße und Arbeit, d.h. die jeweilige Bewertung von *vita contemplativa* und *vita activa*. Für Aristoteles war klar, dass die Tätigkeit der *scholē* – *σχολή* –, d.h. die Muße, die Ruhe und das kontemplative Verweilen als höherwertiger anzusehen ist als die Tätigkeit der *ascholia* – *ἀσχολία* –, d.h. die der Beschäftigung und Un-Ruhe geschuldete Aktivität. Die Ruhe, die *scholē*, das *otium* der Vergangenheit war dabei kein träges Nichtstun, keine Pause, kein Entspannen und Abschalten und auch keine Freizeit, wie wir das vielleicht heute deuten würden, da wir alles von der Arbeit her denken. Die Muße und kontemplative Ruhe ist eher das Gegenteil, hohe und höchste Tätigkeit, und sie ist darum mehr wert als die Arbeit, weil der Mensch nur durch das kontemplative Verweilen so bei den Dingen zur Ruhe kommt, dass er auch das Ruhende der Dinge, das Bleibende und Ewige, die schöne Ordnung, den Kosmos, in der Schau (*theoria*) zu erschließen vermag (vgl. Han 2009, 87 f.). Die Höherbewertung der *vita contemplativa* vor der *vita activa* war auch noch für das Mittelalter symptomatisch. So lesen wir bei Thomas von Aquin: „*Vita contemplativa simpliciter melior est quam activa.*“ (zit. n. Han 2009, 89) Auch wenn es, wie oft zu hören ist, das mittelalterliche Diktum *ora et labora* gab, das aus heutiger Sicht suggeriert, dass Arbeit und Gebet, Aktivität und Kontemplation gleichwertig seien, trägt dieser Schein. Byung-Chul Han weist in

seinem Beitrag zur Ehrenrettung der *vita contemplativa* *Duft der Zeit. Ein philosophischer Essay zur Kunst des Verweilens* zu Recht darauf hin, dass Arbeit im Mittelalter ihren Sinn von der Kontemplation her erhält. „Mit Gebeten beginnt der Tag. Und sie schließen ihn ab. Sie rhythmisieren die Zeit. Den Fest- und Feiertagen kommt eine ganz andere Bedeutung zu. Sie sind keine arbeitsfreien Tage. Als Zeit des Gebetes und der Muße haben sie eine eigene Bedeutsamkeit. Der mittelalterliche Kalender dient nicht bloß zur *Zählung* von Tagen. Ihm liegt vielmehr eine *Erzählung* zugrunde, in der Fest- und Feiertage narrative Stationen bilden. Sie sind feste Punkte im Fluß der Zeit, die diese narrativ binden, damit sie nicht verfließt.“ (ebd., 89 f.) Die kontemplative Erschließung des mittelalterlichen Ordo, des Gedankens, dass die Welt eine Ordnung und einen Regenten hat, war das Primäre und die Zeit zwischen dieser kontemplativen Besinnung auf das Wesentliche wurde mit Arbeit zugebracht.

Eine große Zäsur in Bezug auf die Bewertung von *vita activa* und *vita contemplativa* stellt die Reformationszeit dar, in der die Muße zum negativ konnotierten Müßiggang wird und als Zeitvergeudung sündhaft besetzt ist. So lesen wir bei Zizendorf (1700–1760), einem lutherisch-pietistischen Theologen: „Man arbeitet nicht allein, daß man lebt, sondern man lebt um der Arbeit willen, und wenn man nichts mehr zu arbeiten hat, so leidet man oder entschläft.“ (zit. n. Han, 91) Ähnliches findet sich bei Calvin, der ja bekanntlich meinte, dass Müßiggang aller Laster Anfang sei. Max Weber, der erste deutschsprachige Gesellschaftstheoretiker, der ökonomische und religionssoziologische Perspektiven systematisch zusammendachte, zeigt in seiner breit rezipierten Studie „Die protestantische Ethik und der Geist des Kapitalismus“ (1934), dass das Wort Beruf vor der Reformation nur für christliche Tätigkeiten im engeren Sinne Verwendung fand – man folgte eben dem Ruf Gottes, wenn man Pfarrer, Messner, Mönch oder Nonne wurde – und spätestens seit der Gegenreformation zum Terminus für jede Form der Arbeit wurde. Egal, was man arbeitet, man folgt in jeder beruflichen Tätigkeit dem Ruf Gottes. Da im Calvinismus die Heilserwartung, der Eintritt in das Paradies und die postmortale Erlösung letztlich von der Gnade Gottes abhängt und der Gläubige kaum einen Anhaltspunkt in seinem Leben findet, ob er nach dem Tod in die Hölle oder in den Himmel kommt und ihm im letzteren Fall die Gnadenwahl zuteilwird, sei das einzige Indiz dafür, dass man ein gottgerechtes Leben führe und auf dem Weg zur Erlösung sei, dass man beruflich Erfolg habe, dass man in der Arbeit dem Ruf Gottes folge und seinen Beruf nach bestem Wissen und Gewissen ausübe. Die protestantische Arbeitsethik suggeriert, wer beruflich erfolgreich ist, der ist auf dem richtigen

Weg, und es scheint, dass ihm der Gnadenstand zugesichert ist. Damit aber gibt es eine Art Wahlverwandtschaft zwischen der religiösen Gesinnung mancher protestantischer Kreise, insbesondere der Calvinisten, und dem kapitalistischen Prinzip der Akkumulation von Kapital. Das Arbeitsethos und die Ethik des Protestantismus mit ihrer innerweltlichen Askese, das nicht dazu führt, dass das angehäuften Kapital und der erworbene Besitz genossen wird, sondern reinvestiert und akkumuliert wird, präfiguriert damit den Geist der kapitalistischen Wirtschaftsweise. „Die innerweltliche protestantische Askese (...) wirkte also mit voller Wucht gegen den unbefangenen *Genuß* des Besitzes, sie schnürte die *Konsumtion*, speziell die Luxuskonsumtion, ein. Dagegen *entlastete* sie im psychologischen Effekt den *Gütererwerb* von den Hemmungen der traditionalistischen Ethik, sie sprengt die Fesseln des Gewinnstrebens, indem sie es nicht nur legalisierte, sondern (...) direkt als gottgewollt ansah.“ (Weber 1920, 190) Zeitverschwendung und Müßiggang werden damit zur schweren Sünde, weil Zeit ja schließlich Geld kostet. Hartmut Rosa hat unlängst in einer brillanten Studie gezeigt, dass das gegenwärtige Wesen des Kapitalismus gar nicht so sehr von der traditionellen Herr-Knecht-Dialektik her zu fassen ist. Mit Blick auf Max Weber argumentiert er, dass eine erneute sozialwissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Kapitalismus vor allem das Prinzip der kapitalistischen Zeitökonomie vor Augen haben muss, denn was sich „wie ein roter Faden durch die verschiedenen Produktionsformen des Kapitalismus hindurchzieht, ist die Geltung zeitökonomischer Imperative: Reformen und Veränderungen standen und stehen stets unter dem Diktat der Zeiteffizienz, und es ist insbesondere die *Logik der Beschleunigung*, welche sich durch die und hinter der vielbestaunten Flexibilität und Variationsfähigkeit des Kapitalismus unvermindert Bahn bricht (...).“ (Rosa 2005, 272) Zeit, die nicht effizient im Sinne einer Ertragssteigerung oder der Vermehrung des Reichtums durch Arbeit genutzt wird, gilt dem Protestantismus prinzipiell als verdächtig. Damit kehrt sich in dieser Gesinnung das traditionelle Verhältnis von *vita activa* und *vita contemplativa* um. War es für die Antike und das Mittelalter klar, dass die Kunst des Verweilens und der Kontemplation elementar wichtig und höher zu achten sei als die Tätigkeit der Arbeit, gehen diese Einsicht und dieser Glaube in der Neuzeit radikal verloren. Kontemplation und Müßiggang werden zur Zeitverschwendung und Sünde.

Eine weitere große Zäsur der unmittelbaren Arbeitslebenswelt und im Verständniswandel der Arbeit stellt die Industrielle Revolution dar. Das beginnende Maschinenzeitalter im 18. und 19. Jahrhundert und eine Rei-

he von Erfindungen und Innovationen, von der Dampfmaschine bis zur Lokomotive und zum Entstehen der Fabriken, führte zu einer extremen Produktionssteigerung und zu einem radikalen Umbau der Arbeit, das vor allem das Sein und das Selbstverständnis der arbeitenden Klasse dieser Zeit traf. Marx und Engels, denen die Beschreibung dieser historischen Zäsur, die Diagnose dieser Missstände und die Therapie der Pathologie der damals entstandenen Arbeitswelt am Herzen lag, schreiben dazu: „Die Arbeit wurde immer mehr unter die einzelnen Arbeiter geteilt, so dass der Arbeiter, der früher ein ganzes Stück Arbeit gemacht hatte, jetzt nur einen Teil dieses Stückes machte. Diese Teilung der Arbeit (...) reduzierte die Tätigkeit eines jeden Arbeiters auf einen sehr einfachen, jeden Augenblick wiederholten mechanischen Handgriff, der nicht nur ebenso gut, sondern noch viel besser durch eine Maschine gemacht werden konnte.“ (Marx u. Engels 1848, 58) Massenarbeitslosigkeit, das Entstehen einer „Industriellen Reservearmee“, das Drücken der Löhne, die Verelendung der arbeitenden Klasse und die Tatsache, dass der „Arbeiter“ zum „Zubehör der Maschine“ (ebd., 27) wird, sind ein paar Symptome des Entfremdungszusammenhangs, den Marx und Engels durch die Abschaffung des Privateigentums, das ja letztlich die Herrschaftsbeziehungen legitimiert, beseitigen wollten.

Schaut man mit Marx und Engels in die Geschichte, dann findet man einige Konstanten: die Spannungen zwischen Herr und Knecht, den Kampf zweier antagonistischer Klassen und die daraus entstehenden Unruhen und Kriege. Im Manifest der Kommunistischen Partei heißt es: „Die Geschichte aller bisherigen Gesellschaft ist die Geschichte von Klassenkämpfen. Freier und Sklave, Patrizier und Plebejer, Baron und Leibeigener, Zunftbürger und Gesell, kurz, Unterdrücker und Unterdrückte standen in stetem Gegensatz zueinander, führten einen ununterbrochenen, bald versteckten, bald offenen Kampf, einen Kampf, der jedes Mal mit einer revolutionären Umgestaltung der ganzen Gesellschaft endete oder mit dem gemeinsamen Untergang der kämpfenden Klassen.“ (Marx u. Engels 1848, 19 f.) Bourgeoisie, Unternehmer und die unteren Schichten der Gesellschaft, von denen die Unternehmer nehmen, die Proletarier, sind die zwei antagonistischen Klassen, die Marx und Engels in ihrer eigenen Zeit, der Industriellen Revolution, vorfinden. „Die Arbeit produziert Wunderwerke für die Reichen, aber sie produziert Entblößung für den Arbeiter. Sie produziert Paläste, aber Höhlen für den Arbeiter. Sie produziert Schönheit, aber Verkrüppelung für den Arbeiter. Sie ersetzt die Arbeit durch Maschinen, aber sie wirft einen Teil der Arbeiter zu einer barbarischen Arbeit zurück und macht den andren Teil zur Maschine. Sie produziert Geist, aber

sie produziert Blödsinn, Kretinismus für den Arbeiter.“ (Marx 1844, 513) Die Arbeit, die im besten Fall Spiel, Vergnügen und Leichtigkeit ist, die Teil eines Selbstverwirklichungsprozesses sein kann, in dem ein Ich durch seine Tätigkeit zu sich selbst findet, in dem ein Ich zur Freiheit seiner selbst geführt wird, ist für die Knechte dieser Welt eine zerstörerische und krank machende Entfremdung. Die Entfremdung des Menschen durch die Arbeit zeigt sich nach Marx in dreifacher Weise. Erstens hat der Arbeiter, da er den Gegenstand seiner Tätigkeit nicht frei wählt, und durch die Teilung der Arbeit unter Umständen nur einen kleinen Handgriff verrichtet bzw. nicht die Möglichkeit hat, sein Sein in das von ihm hergestellte Produkt einzubringen, keinen Bezug zu dem von ihm hergestellten Gegenstand. Der Arbeiter entfremdet sich also vom Gegenstand seiner Arbeit, er erzeugt ein Produkt, das ihm nicht nur nicht gehört, sondern dem er fremd gegenübersteht. Zweitens dadurch, dass der Arbeiter sein Sein, seine Arbeitskraft und einen erheblichen Teil seiner Lebenszeit in den Gegenstand legt, entfremdet sich der Arbeiter auch von sich und seinem Leben. Dies nennt Marx die Selbstentfremdung durch Arbeit im Gegensatz zur Selbstverwirklichung durch Arbeit. Erst wenn alle Menschen sich in der Arbeit verwirklichen, hört die Entfremdung durch Arbeit auf. Worin besteht diese Selbstentfremdung durch Arbeit? Darin, dass sich der Arbeiter „in seiner Arbeit nicht bejaht, sondern verneint, nicht wohl, sondern unglücklich fühlt, keine freie physische und geistige Energie entwickelt, sondern seine Physis abkasteit und seinen Geist ruiniert. Der Arbeiter fühlt sich daher erst außer der Arbeit bei sich und in der Arbeit außer sich. Zu Hause ist er, wenn er nicht arbeitet, und wenn er arbeitet, ist er nicht zu Haus. Seine Arbeit ist daher nicht freiwillig, sondern gezwungen, *Zwangsarbeit*. Sie ist daher nicht die Befriedigung eines Bedürfnisses, sondern sie ist nur ein *Mittel*, um Bedürfnisse außer ihr zu befriedigen. Ihre Fremdheit tritt darin rein hervor, daß, sobald kein physischer oder sonstiger Zwang existiert, die Arbeit als eine Pest geflohen wird. Die äußerliche Arbeit, die Arbeit, in welcher der Mensch sich entäußert, ist eine Arbeit der Selbstaufopferung, der Kasteiung. Endlich erscheint die Äußerlichkeit der Arbeit für den Arbeiter darin, daß sie nicht sein eigen, sondern eines andern ist, daß sie ihm nicht gehört, daß er in ihr nicht sich selbst, sondern einem andern angehört.“ (Marx 1844, 514)

Der Prozess der Selbstentfremdung durch die Arbeit gipfelt dann, und das ist die dritte Form der Entfremdung, in der Entfremdung vom Mitmenschen, in der Entfremdung zwischen Ich und Du. Wer mit dem Produkt seiner Arbeit nichts zu tun hat, wem seine Tätigkeit fremd ist und wer diese Fremdheit acht Stunden am Tag, fünf Tage in der Woche, 11

Monate im Jahr und dreißig oder vierzig Jahre seines Lebens erlebt, der wird sich nicht nur selbst fremd, sondern dem werden auch seine Mitmenschen fremd und gleichgültig. „Eine unmittelbare Konsequenz davon, dass der Mensch dem Produkt seiner Arbeit, seiner Lebenstätigkeit, seinem Gattungswesen entfremdet ist, ist die *Entfremdung des Menschen* von dem *Menschen*.“ (Marx 1844, 517) Die Forderung, die aus dieser Analyse folgt, ist bekannt. Die Aufhebung der entfremdeten Arbeit und die Abschaffung des Staates, der diese Entfremdungszusammenhänge durch das Gesetz legitimiert. Im Übrigen gibt es bei Engels eine interessante Deutung des Alkoholismusproblems, das damals unter den Proletariern verbreitet war. Alkoholika gehören sicher zu den Mitteln, die aufgrund ihrer stimulierenden und entspannenden Wirkung leicht Abnehmer finden. Allerdings führte in der Zeit der Industrialisierung die industrielle Produktionssteigerung und eine Reihe von Erfindungen dazu, dass massenhaft alkoholische Getränke erzeugt wurden. Wo das Angebot ausufert, da muss Kundschaft im großen Stil gefunden werden. Daher wurde an manchen Orten die mühsam verrichtete Arbeit in Form von Alkoholika als Naturallohn vergütet. In vielen Fabriken war es sogar üblich, dass den Arbeitern während des 12- bis 16-stündigen Arbeitstages kostenlos Schnaps angeboten wurde, damit sie die Arbeitsbelastungen überhaupt aushalten konnten (vgl. Vogt 1982, 208). Der andere Grund, warum die Arbeiter für den Alkohol empfänglich wurden, ist in der Entfremdung der Arbeit selbst zu finden, so deutete es zumindest Friedrich Engels und er nahm damit eine sozialpsychiatrische Interpretation des Alkoholproblems vorweg. Der Alkoholismus der Arbeiter ist etwas, das die Gesellschaft selbst produziert und in Kauf nimmt. Alkohol fungiert als Selbstmedikation der entfremdeten Lebensverhältnisse und wird als Tröster und Sorgenbrecher eingesetzt.

„Alle Lockungen, alle möglichen Versuchungen vereinigen sich, um die Arbeiter zur Trunksucht zu bringen. Der Branntwein ist ihnen fast die einzige Freudenquelle, und alles vereinigt sich, um sie ihnen recht nahezulegen. Der Arbeiter kommt müde und erschläft von seiner Arbeit heim; er findet eine Wohnung ohne alle Wohnlichkeit, feucht, unfreundlich und schmutzig; er bedarf dringend einer Aufheiterung, er muß *etwas* haben, das ihm die Arbeit der Mühe wert, die Aussicht auf den nächsten sauren Tag erträglich macht; (...) sein geschwächter Körper, geschwächt durch schlechte Luft und schlechte Nahrung, verlangt mit Gewalt nach einem Stimulus von außen her; sein geselliges Bedürfnis kann nur in einem Wirtshause befriedigt werden, er hat durchaus keinen andern Ort, wo er seine Freunde treffen könnte – und bei alledem sollte der Arbeiter nicht die stärkste Ver-

suchung zur Trunksucht haben, sollte imstande sein, den Lockungen des Trunks zu widerstehen? Im Gegenteil, es ist die moralische und physische Notwendigkeit vorhanden, daß unter diesen Umständen eine sehr große Menge der Arbeiter dem Trunk verfallen *muß*. Und abgesehen von den mehr physischen Einflüssen, die den Arbeiter zum Trunk antreiben, wirkt das Beispiel der großen Menge, die vernachlässigte Erziehung, die Unmöglichkeit, die jüngeren Leute vor der Versuchung zu schützen, in vielen Fällen der direkte Einfluß trunksüchtiger Eltern, die ihren Kindern selbst Branntwein geben, die Gewißheit, im Rausch wenigstens für ein paar Stunden die Not und den Druck des Lebens zu vergessen, und hundert andere Umstände so stark, daß man den Arbeitern ihre Vorliebe für den Branntwein wahrlich nicht verdenken kann. Die Trunksucht hat hier aufgehört, ein Laster zu sein, für das man den Lasterhaften verantwortlich machen kann, sie wird ein Phänomen, die notwendige, unvermeidliche Folge gewisser Bedingungen auf ein, wenigstens diesen Bedingungen gegenüber, willenloses Objekt. Diejenigen, die den Arbeiter zum bloßen Objekt gemacht haben, mögen die Verantwortlichkeit tragen.“ (Engels 1845, 331 f.) Wie die Arbeit in einer befreiten, antikapitalistischen Gesellschaft, in der es kein Privateigentum, keine Herren und Knechte mehr gibt, aussieht, das kann man erahnen. Die Arbeit wäre in so einer Gesellschaft ein Medium der Selbstverwirklichung für alle, die Arbeit hätte sehr viel mit dem Spiel zu tun oder vielleicht könnte man sogar sagen, dass die Aufhebung der entfremdeten Arbeit dann auch die Differenz zwischen Arbeit und Spiel oder Arbeit und künstlerischer Selbstverwirklichung aufheben würde. Das war der Traum und die Vision von Marx und Engels. Im Übrigen ist es fatal, die Lehre von Marx und Engels, diesen schönen Traum vom besseren Leben, mit den politischen Totalitarismen zu verwechseln, die oft unter dem Namen des Marxismus verübt wurden. In zwei Briefen von Engels ist hinterlegt, dass Marx selbst, vielleicht in Vorahnung, was da kommen könnte, gesagt habe: „Eines ist sicher, was mich betrifft, ich bin kein Marxist.“ (Marx bei Engels 1882/1890). Wie man die Lehre Jesus wohl kaum für die Inquisition, die Hexenverbrennungen, die Glaubenskriege der Christen und die Welle der sexuellen Missbräuche durch pädophile Theologen, die derzeit täglich neu ans Licht kommen, verantwortlich machen kann, so kann man den Traum vom besseren Leben, den Marx und Engels träumten, wohl kaum für die Gulags und all die Schrecken kommunistischer Diktaturen verantwortlich machen. Warum die Träume vom besseren Leben, sei es der christliche oder der sozialistische, so leicht zu Alpträumen werden, steht auf einem anderen Blatt und soll hier nicht zur Sprache kommen (vgl. Poltrum 2011).

In den zwanziger Jahren des letzten Jahrhunderts hat Georg Lukács versucht, mit dem Begriff der „Verdinglichung“ (Lukács 1923), der Ähnliches wie der von Marx explizierte Entfremdungsbegriff meint, die Pathologien des Kapitalismus neu zu deuten. Die Subjekte seien im kapitalistischen Warentausch wechselseitig dazu angehalten, so lesen wir in der Zusammenfassung bei Axel Honneth,

„(a) die vorfindlichen Gegenstände nur noch als potentiell verwertbare ‚Dinge‘ wahrzunehmen, (b) ihr Gegenüber nur noch als ‚Objekt‘ einer ertragreichen Transaktion anzusehen und schließlich (c) ihr eigenes Vermögen nur noch als zusätzliche ‚Ressource‘ bei der Kalkulation von Verwertungschancen zu betrachten.“ (Honneth 2005, 20) Der weitaus subtilere und subkutan wirkende Entfremdungs- und Verdinglichungszusammenhang der kontemporären kapitalistischen Ökonomie muss heute, da scheinen sich viele Theoretiker einig, jenseits des traditionellen Ausbeutungsverhältnisses gedacht werden. Da die gegenwärtige Gesellschaft ja nicht mehr in der Kategorie der Klassengesellschaft zu fassen ist, die traditionelle marxistische Dialektik von Herr und Knecht zu kurz greift und zu grobschlächtig anmutet, um die gegenwärtige Struktur der Entfremdung zu beschreiben, und die Pathologien des neoliberalen Privatisierungswahns und der Globalisierung quer durch alle Schichten der Gesellschaft zu beobachten sind, muss das Wesen der Entfremdung anders gedacht werden. Axel Honneth, einer der aktuellen Hüter des neomarxistischen Grals der „Frankfurter Schule“, beschreibt das Wesen der Verdinglichung und Entfremdung mit Blick auf Lukács als „Anerkennungsvergessenheit“ und weist darauf hin, dass es sich bei der Entfremdung und Verdinglichung letztlich um eine „Art von Denkgewohnheit, von habituell erstarrter Perspektive“ handelt, welche die Subjekte in ihren Einstellungen zur Welt, zu sich und zum anderen einnehmen (vgl. Honneth 2005, 62 f.). Dieser Interpretation der Entfremdung zufolge gibt es keine Herren mehr, welche die Knechte zur Arbeit und damit zur Verdinglichung zwingen, sondern durch die Übernahme der „habituell erstarrten Perspektive“, alles unter der Kategorie der Gewinn-, Macht- und Anerkennungsvermehrung zu sehen, beuten sich Herren und Knechte „freiwillig“ selbst aus, womit der Herr-Knecht-Antagonismus obsolet wird.

Damit ist die Selbstaubeutung, die mehr oder weniger freiwillige „Selbstvernechtung“, in der die eigenen Vermögen und Fähigkeiten nur mehr als „Ressource“ bei der Kalkulation von Verwertungschancen gesehen werden, geeignet, als die Kategorie zu fungieren, unter der die objektive Pathologie der Gegenwart und die Entfremdungsdimension des Kapitalismus beschrieben werden können. Jetzt aber nicht mehr so, wie es Marx

und Engels noch beschreiben konnten, dass nämlich die objektiv harte Arbeit den Arbeiter verheizt und hinter der Arbeit ein Herr steht, der den Knecht mehr oder weniger zur Arbeit zwingt, sondern so, das im gegenwärtigen Stand des Kapitalismus die arbeitenden Subjekte freiwillig dazu übergehen, sich selber zum Knecht ihrer Arbeit zu machen – bis hin zur totalen Erschöpfung und zum Burnout. Waren es einstmals die Hochöfen, an denen sich der Arbeiter verbrannte, brennt er heute „freiwillig“ selber aus. Oder mit Byung-Chul Han gesprochen: „Die Arbeits- und Leistungsgesellschaft ist keine freie Gesellschaft. Sie erzeugt neue Zwänge. Die Dialektik von Herr und Knecht führt am Ende nicht zu jener Gesellschaft, in der jeder ein Freier ist, der auch zur Muße fähig wäre. Sie führt vielmehr zu einer Arbeitergesellschaft, in der der Herr selbst ein Arbeitsknecht geworden ist. In dieser Zwangsgesellschaft führt jeder sein Arbeitslager mit sich. Die Besonderheit dieses Arbeitslagers ist, dass man Gefangener und Aufseher, Opfer und Täter zugleich ist. So beutet man sich selbst aus. Dadurch ist die Ausbeutung auch ohne Herrschaft möglich.“ (Han 2011, 35 f.)

Wenn man sich den Wandel des Arbeitsbegriffs ansieht, dann fallen im Kontext der Burnout-Diskussion mehrere Dinge auf: Erstens: Arbeit war historisch gesehen immer mit Leid, Mühsal, Entfremdung und Qual assoziiert, die Etymologie des Arbeitsbegriffs zeigt diese Bezüge klar. Zweitens ist es daher so, dass paradiesische und goldene Zeitalter ohne Arbeit vorgestellt wurden und die Muße und Kontemplation über weite Strecken im europäischen Abendland höherwertiger als die Arbeit war. Drittens: Da die Arbeit trotzdem von irgendjemand erledigt werden musste, es eben die Knechte der jeweiligen Epoche waren, welche die Last der Arbeit zu tragen und zu erdulden hatten, und da die Knechte wesensmäßig keine Lobby hatten, war es normal, dass zur Arbeit eben die Entfremdung, das Verheizen und Ausbrennen des Arbeiters gehörte.

Sozialismus, Gewerkschaftsbewegungen, die Etablierung von Arbeitsrechten etc. etc. haben letztlich dazu geführt, dass sich die Arbeitswelt und die Arbeitsbedingungen in weiten Teilen der westlichen Gesellschaften verbessert haben. Arbeit hat im Vergleich mit dem Ausbeutungscharakter, den sie in vergangenen Zeiten hatte und in den Ländern der Dritten Welt noch hat – wo die klassische Dialektik von Herr und Knecht noch zu treffend erscheint –, bei uns an vielen Orten den *offensichtlichen* Charakter der Entfremdung verloren und hält sogar für viele Menschen die Möglichkeit zur Selbstverwirklichung bereit. Dennoch tauchen seit geraumer Zeit Burnout-Phänomene und die damit beschriebene Symptomatik auf. Da wir jedoch nicht glauben, dass die Ursache für die mit dem Burnout-Begriff beschriebene Problematik lediglich auf der Seite der arbeitenden Sub-

jekte zu verbuchen ist, schlage ich vor, die objektiven Grundgegebenheiten des Burnout, die in die subjektive Störung einfließen, nicht „nur“ im subliminal agierenden hypertrophen Leistungsprinzip der Gegenwart zu suchen, sondern auch in den objektiven Veränderungen der Zeitstrukturen in der Spätmoderne zu verorten. Das Burnout-Phänomen ist nicht als alleiniges Problem des arbeitssüchtigen Individuums abzuhandeln, sondern muss auch auf dem Hintergrund objektiv veränderter Anforderungen an die arbeitenden Subjekte der Gegenwart gedeutet werden. Da sich aber im historischen Vergleich die Bedingungen der Arbeit humanisiert haben, somit zunächst nicht klar zu erkennen ist, wo denn der Lastcharakter der gegenwärtigen Arbeitsbedingungen liegt, muss der klassische Burnout-Diskurs erweitert werden. Was mit in unsere Überlegungen aufgenommen werden muss, ist die Beschleunigung des Lebenstempos, die Steigerung der Handlungsepisoden pro Zeiteinheit, die sich in der Arbeitswelt als Beschleunigung der Tätigkeiten zeigt, und die Beschleunigung des sozialen Wandels, die sich in einer zunehmenden Erwartungsunsicherheit in Bezug auf das Beschäftigungs- und Arbeitsverhältnis manifestiert. Damit sind Faktoren genannt, welche die Leistungs- und Selbstausschöpfungsbereitschaft der postmodernen Subjekte erklärt. Da die Arbeit einen wesentlichen Bestandteil der Lebenszeit ausmacht, zeigt sich die Pathologie der spätmodernen Zeiterfahrung, die Hyperaktivität des Tätigseins und die Beschleunigung des Lebenstempos vielleicht am stärksten in der Arbeitswelt. Von daher wundert es auch nicht, dass Patienten ihr Burnout hauptsächlich auf die Arbeit attribuieren. Letztlich spiegelt sich aber im Burnout-Begriff – und daher plädiere ich für den Vorschlag, diese Kategorie weiter zu fassen – eine allgemeine Hyperaktivität des Erscheinens. Die Erscheinungen in der Spätmoderne beginnen aufdringlich zu werden. Ähnlich wie es in der Werbung um eine permanente Aufdringlichkeit und gewollte Wahrnehmungsbesetzung durch das Beworbene geht, scheinen die Phänomene in der Spätmoderne insgesamt von einer hyperaktiven Aufmerksamkeitsgeilheit getrieben zu sein und die Subjekte permanent mit Aufmerksamkeitsforderungen zu bombardieren. Die Zeichen sind beschleunigt und wollen beachtet werden, das führt zur Hyperaktivität der Gegenwartskultur und damit zum Burnout, das vor allem in die Arbeitswelt projiziert wird, sich aber in sämtlichen Lebensbereichen manifestiert.

## 2. Soziale Beschleunigung

Hartmut Rosa hat in seinem Theoriebestseller „Beschleunigung. Die Veränderung der Zeitstrukturen in der Moderne“, darauf aufmerksam gemacht,

dass viele Symptome der Gegenwartskultur auf die Veränderungen der Zeiterfahrung in der Spätmoderne, in der wir uns noch aufhalten, zurückzuführen sind. Die drei von ihm beschriebenen Dimensionen der sozialen Beschleunigung sind: die technische Beschleunigung, die Beschleunigung des sozialen Wandels und die Beschleunigung des Lebenstempos.

Am einfachsten zu beschreiben und im Beschleunigungsdiskurs am ausführlichsten kommentiert ist dabei jener Aspekt der Beschleunigung, der mit den technischen Innovationen einhergeht. Die Steigerung der Transport- und Reisegeschwindigkeit durch Eisenbahn, Auto und Flugzeug, die zu dem führte, was verschiedene Kommentatoren als Erfahrung der „Raumschrumpfung“ bezeichneten, und die Beschleunigung der Fernkommunikation durch Technologien wie Telefon, Fernsehen, Handy und Internet gehören in diesen Bereich und sind die klassischen Phänomene, die von Beschleunigungstheorien beschrieben werden (Rosa 2005, 124 ff.).

„Dauerte es im 18. Jahrhundert noch mehrere Wochen, um von Europa nach Amerika zu gelangen, so benötigt man heute nur noch gut sechs Flugstunden dafür. Infolgedessen scheint die Welt seit der industriellen Revolution auf ca. *ein Sechzigstel* ihrer ursprünglichen Größe geschrumpft zu sein. Beschleunigungsinnovationen im Transportwesen sind daher hauptverantwortlich für das, was mit Harvey und anderen als ‚die Vernichtung des Raumes durch die Zeit‘ bezeichnet werden kann.“ (Rosa 2005, 126)

Da es aber trotz Zeitersparnis, welche die Beschleunigung von Vorgängen durch die Technik ja mit sich bringt, insgesamt zu einer Verknappung der Zeitressourcen kommt, reicht die Kategorie der technischen Beschleunigung nicht aus, um die Veränderungen der Zeiterfahrung der Gegenwart zu fassen, was am Beispiel des Internets gut demonstriert werden kann. Rosa verweist in diesem Zusammenhang darauf, dass durch das Internet die Kommunikation erleichtert und beschleunigt wurde, im Vergleich zu einem traditionellen Briefwechsel, aber gleichzeitig die gewonnene Zeitfreiheit nicht dazu führt, dass sie in Muße übergeführt wird, sondern im Gegenteil, viel mehr Zeit mit der „Fernkommunikation“ verbracht wird als früher mit dem Schreiben von Briefen (Rosa 2005, 119, Anm. 11). Ähnliches gilt für die Verkürzung der Transport- und Reisezeit. Die mögliche Zeitersparnis durch die Beschleunigung des Güter- und Personenverkehrs, die sich aus der Tatsache ergeben könnte, dass der Weg von A nach B schneller zurückzulegen ist, führt gegenteilig eher dazu, dass das Verkehrsaufkommen insgesamt steigt und mehr Zeit mit dem Transport

und auf Wegen zugebracht wird, als dass die gewonnene Zeit genossen und frei genutzt würde. „Je mehr Zeit wir sparen, desto weniger haben wir“, zitiert Rosa aus Michael Endes Roman *Momo* (Rosa 2005, 43). Weil die schnellere Bewegung von Menschen, Gütern und Informationen, die raschere Herstellung von Gütern, die zügigere Umwandlung von Stoffen und Energien etc. (ebd., 127) durch eine Reihe von technischen Erfindungen nicht zur Erfahrung der Freiheit von der Zeit, sondern zum paradoxen Effekt des Verschwindens der Zeit führte, reicht die Kategorie der technischen Beschleunigung nicht aus, um die Zeiterfahrung in der Spätmoderne vollständig zu fassen.

Die zweite Kategorie, unter der Rosa die Veränderung der Zeitstruktur beschreibt, ist die „Beschleunigung des sozialen Wandels“, die sich vor allem auch darin zeigt, dass diese Form der Beschleunigung zum Schwinden der „Erwartungssicherheit“ sozialer Interaktionen und zu dem führt, was Rosa in Anlehnung an Hermann Lübbe als „Gegenwartsschrumpfung“ bezeichnet (ebd., 131).

„Die These einer allgemeinen Beschleunigung des sozialen Wandels besagt, dass die ‚Gegenwart‘ in der Politik ebenso wie in der Wirtschaft, der Wissenschaft und der Kunst, in Beschäftigungsverhältnissen ebenso wie in Familienarrangements und in moralischen ebenso wie in alltagspraktischen Orientierungen und damit in kultureller wie in struktureller Perspektive schrumpft.“ (Rosa 2008, 133)

Rosa interpretiert das, was die Zeitsphäre der *Gegenwart* leistet, und den „Raum“, den sie aufspannt, als den Zeitraum, der Dauer und Stabilität bietet, der einen Erfahrungsraum und Erwartungshorizont offenhält, der Erwartungssicherheit garantiert. Die Beschleunigung des sozialen Wandels wird dann in Bezug auf die Gegenwart definiert als „Steigerung der Verfallraten von handlungsorientierenden Erfahrungen und Erwartungen und als Verkürzung der für die jeweiligen Funktions-, Wert- und Handlungssphären als Gegenwart zu bestimmenden Zeiträume.“ (ebd.) Als Beispiele für die „Steigerung der Verfallraten“ im Sozialgefüge und die Beschleunigung des sozialen Wandels, als Indikatoren für das Instabilwerden der Sozialsphäre werden u. a. die beschleunigten Veränderungen von Moden, Lebensstilen, Familienstrukturen, Arbeitsverhältnissen, politischen und religiösen Bindungen (ebd., 462) beschrieben. Während man in vergangener Zeit einen Beruf erlernte und vielleicht ein Leben lang in einem Unternehmen tätig war, ist es heute üblich, im Laufe seiner Arbeitszeit mehrere Berufe erlernt und ausgeübt zu haben, und sehr unwahrscheinlich, dass man von seinem Dienstgeber zum 25-jährigen

Arbeitsjubiläum eine goldene Uhr bekommt, wie das für die Generation der Väter- und Großväter noch durchaus üblich war. Deutlich zeige sich die „Steigerung der *sozialen Veränderungsraten*“ (ebd.) auch im Bereich der Liebesbeziehungen und der Tatsache, dass Lebenspartner zu Lebensabschnittspartnern werden. Ähnlich wie die Beschleunigung des sozialen Wandels nicht unmittelbar auf die technische Beschleunigung zurückzuführen ist, ist die dritte von Rosa gefasste Kategorie, in der sich die Beschleunigung in der Spätmoderne zeigt, die „Beschleunigung des *Lebenstempos*“, nicht auf die beiden anderen Dimensionen der Beschleunigung zurückzuführen. Die Erhöhung der „*Handlungsgeschwindigkeit*“, die sich in der Verkürzung der Essens- oder Schlafensdauer oder in der Verkürzung der durchschnittlichen Kommunikationszeit in der Familie zeigt oder im Versuch, „*Handlungsepisoden*“ zu verdichten, indem Pausen und Leerzeiten verringert werden, sowie sich im Bestreben meldet, die Zeiträume zwischen der Beendigung einer vorangehenden und dem Beginn der nachfolgenden Aktivität zu verringern (ebd., 135), ist das, was mit dem Anstieg des *Lebenstempos* in der Spätmoderne gemeint ist. Fast Food, Speed Dating, die Handlungsverdichtung durch Multitasking (ebd., 469) sind ein paar Beispiele, welche illustrieren, was mit der „Beschleunigung des *Lebenstempos*“ zur Sprache gebracht werden soll. Die Beschleunigung des *Lebenstempos* stelle dabei „eine Reaktion auf die Verknappung von (ungebundenen) *Zeitressourcen*“ dar, zeige sich in der „*Erfahrung von Zeitnot und Stress*“ und könne somit „als Steigerung der Zahl der Handlungs- und/oder *Erlebnisepisoden pro Zeiteinheit* bestimmt werden (...)“ (ebd., 463) Vereinfacht gesagt: Der Augenblick wird mit so vielen Aktivitäten wie möglich vollgepumpt, dass es zum Phänomen der Hyperaktivität kommt.

Wenn wir nun die drei Dimensionen der sozialen Beschleunigung, die „technische Beschleunigung“ mit ihrer Erfahrung des schneller, rascher und mehr, die „Beschleunigung des sozialen Wandels“ mit ihrer „Steigerung der *sozialen Veränderungsraten*“ und der Zunahme der „*Erwartungsunsicherheit*“ und die generelle „Beschleunigung des *Lebenstempos*“ mit der Erfahrung von „*Zeitnot*“, „*Stress*“ und der „*Steigerung der Handlungs- und Erlebnisepisoden pro Zeiteinheit*“ im Kontext der Frage nach den objektiven Faktoren des Burnout betrachten, dann sind wir mit diesen Veränderungen der Zeitstruktur in der Spätmoderne in die Lage versetzt, einige Pathologien des gegenwärtigen Zeitgeistes zu beschreiben, und vor die Möglichkeit gebracht, solche Phänomene wie Erschöpfung und Burnout als unmittelbare Folge eben der Zunahme der Belastungen zu beschreiben, die mit den Veränderungen der Zeitstruktur einherge-

hen. Die nicht privaten Faktoren des Burnout, d.h. die objektiv gegebenen gesellschaftlichen Belastungsfaktoren wären damit beschrieben und die Diagnose Burnout ein Stück weit entprivatisiert. Wenn kollektiv die „Erwartungsunsicherheit“ in Bezug auf Beschäftigungs- und Familienverhältnisse zunimmt und es zu einer „Steigerung von Handlungs- und Erlebnisepisoden pro Zeiteinheit“ kommt, dann sind das die objektiven Gründe für das Gefühl des Erschöpft- und Ausgebranntseins seitens der Massen. Weil die mit den Veränderungen der Zeitstruktur in der Spätmoderne gegebenen Erfahrungen jedoch schwer zu beschreiben und daher leicht zu übersehen sind, es sich zudem um kollektive Erfahrungen handelt und ja nicht jeder Zeitgenosse mit einer Burnout-Erkrankung oder einer Erschöpfungsdepression auf die Überforderungen der Zeit reagiert, werden die objektiven Stressoren meist nicht mit bedacht und die Störung wird in den Verantwortungsbereich der Subjekte abgeschoben. Klinisch gesprochen ließen sich die drei Dimensionen der sozialen Beschleunigung als die objektive Grundlage dessen benennen, was in der Hyperaktivität subjektiv ausgetragen wird oder was in der Erschöpfungsdepression und im Burnout als Endresultat der hyperaktiven Verausgabung sichtbar wird. „Erfahrungsschwund“, das Episodischwerden der Erlebnisse ohne das Bleiben von nachhaltigen „Erinnerungsspuren“ (ebd., 470), und die Tatsache, dass diese Beschleunigung die Subjekte immer mehr dazu bringt, „zu wollen, was sie nicht wollen“ (ebd., 483), bis hin zu Erschöpfung und Depression (ebd., 386, 388-390), sind ein paar der „Beschleunigungspathologien“ (ebd., 482) der Gegenwart, die Rosa zur Sprache bringt. Insbesondere die Depression mit den Symptomen der Denkhemmung, Denkverarmung und der Fixierung auf die Gegenwart, denn in der Depression bleibt einem ja die Zukunftsdimension versperrt (vgl. Kupke 2003 u. 2009), stelle damit die symbolische Weigerung dar, mit dem Rasen der Zeit Schritt zu halten. Die Depression stellt, wie der Soziologe Alain Ehrenberg sagt, das genaue Gegenstück dessen dar, was der Geist der Zeit schätzt, was als notwendig erachtet wird und zur Norm unserer Sozialisation gehört. „Die Begriffe Projekt, Motivation und Kommunikation sind die beherrschenden Werte unserer Kultur. Sie sind die Losungen der Epoche. Nun ist die Depression eine Pathologie der Zeit (der Depressive hat keine Zukunft) und der Motivation (der Depressive hat keine Energie, seine Bewegungen sind verlangsamt, seine Sprache ist schleppend). Der Depressive hat Mühe, Projekte zu formulieren, ihm fehlen die Energie und die Motivation dazu. Mit seiner Gehemmtheit, Impulsivität oder Zwanghaftigkeit kommuniziert er schlecht mit sich selbst und mit anderen. Mit den mangelnden Projekten, der mangelnden Motivation, der mangelnden

Kommunikation ist der Depressive das genaue Negativ zu den Normen unserer Sozialisation.“ (Ehrenberg 2008, 306) Die Depression ist insofern eine „Pathologie der Beschleunigung“, weil der Depressive mit der Eile der Zeit, die zur Norm unserer Sozialisation gehört, nicht Schritt halten kann und damit indirekt zum Bremser der Gesellschaft wird und zur Verlangsamung und Entschleunigung der Gegenwart beiträgt (Rosa 2005, 81-84). Dass Rosa die Burnout-Thematik und die Hyperaktivität, die meiner Meinung nach sehr gut mittels des Paradigmas der Beschleunigung- bzw. mit dem Begriff der „Beschleunigungspathologie“ beschrieben werden könnten, nicht zur Sprache bringt, liegt einzig und allein daran, dass die psychopathologische Perspektive ja nicht die ist, welche den Soziologen Rosa vorrangig interessiert. Wenn man versucht, Gründe für die Tatsache zu finden, dass gegenwärtig sehr viele Menschen an Burnout und Erschöpfungsdepression leiden, und man nicht gewillt ist, diese psychischen Epidemien „nur“ zu privatisieren, dann entdeckt man als philosophischer Diagnostiker mehrere Dinge: erstens, dass es eine Hochkonjunktur des Leistungsprinzips in der Arbeitswelt gibt und die moderne Arbeitswelt mit ihrer „Erwartungsunsicherheit“ in Bezug auf die Stabilität des jeweiligen Beschäftigungsverhältnisses wahrscheinlich die Bereitschaft zur Selbstausbeutung erhöht, wie im vorigen Kapitel angedeutet wurde; zweitens, dass die Beschleunigung des Lebenstempos, die technische Beschleunigung und die Beschleunigung des sozialen Wandels in der Arbeitswelt wahrscheinlich besonders deutlich zu spüren sind, da in unseren Breitengraden sehr viel Lebenszeit mit dem Arbeiten zugebracht wird, und drittens, dass sich dieser Strukturwandel der spätmodernen Lebenswelt auch in einem Strukturwandel der postmodernen Subjektivität manifestiert. Die weiter oben bereits erwähnten Autoren Alain Ehrenberg und Byung-Chul Han diagnostizieren in ihren jüngsten Arbeiten einen Strukturwandel der Psyche in der Postmoderne, den wir ebenfalls in unsere Ausführungen mit aufnehmen müssen, denn die kulturhistorischen Hintergründe der Erschöpfung der Subjekte der Spätmoderne, die sich in den Störungen des Burnout und der Depression bekunden, werden nirgends so evident durchleuchtet wie bei den genannten Autoren.

### 3. Strukturwandel der Subjektivität

Die Gegenwart ist nach Ehrenberg und Han durch einen radikalen Strukturwandel gekennzeichnet und das herrschende Gesellschaftsideal bzw. die gestellten Anforderungen an die postmodernen Subjekte sind nicht mehr die, welche zu Freuds und Foucaults Zeiten noch vorherrschten. Ging

es noch bis in die 80er-Jahre des 20. Jahrhunderts hinein um den Grundkonflikt zwischen Verbot und Begehren, so geht es heute um das Gebot, etwas ganz Besonderes aus seinem Leben zu machen, unendlich viel zu leisten, eine Ich-AG zu werden und im Konkurrenzkampf mit den wenig zur Verfügung stehenden Ressourcen sich selbst und sein Leistungspotenzial zu steigern, sich zu optimieren und die Bereitschaft zur Selbstaussbeutung aufzubringen. Der klassische neurotische Konflikt, der durch die Dialektik von Begehren und Verbot aufrechterhalten wurde, verschwand nicht nur zusehends aus den modernen psychiatrischen Diagnosesystemen, sondern in der psychotherapeutischen Ordination tauchen immer mehr erschöpfte und ausgebrannte Individuen auf, die an ihrer Selbstaussbeutung und am auferlegten Leistungsdruck leiden, daran leiden, besonders sein zu müssen und initiativ zu werden. Für Ehrenberg ist es vor allem die Depression, die zur beherrschenden Krankheitskategorie der Spätmoderne wurde und in der sich die Erfahrung der gegenwärtigen Subjektivität bzw. die Überforderung dieser Subjektivität durch den Geist der Zeit zeigt. Die Depression ist die Krankheit einer Gesellschaft, deren Verhaltensnorm nicht mehr die Disziplinierung und das verbotene Begehren darstellt, sondern die Forderung nach Verantwortung und Initiative. Der Imperativ, besonders und einzigartig zu werden, führt zur Kapitulation und Erschöpfung vor diesem permanenten Anspruch. „Die Depression zeigt uns die aktuelle Erfahrung der Person, denn sie ist die Krankheit einer Gesellschaft, deren Verhaltensnorm nicht mehr auf Schuld und Disziplin gründet, sondern auf Verantwortung und Initiative. Gestern verlangten die sozialen Regeln Konformismen im Denken, wenn nicht Automatismen im Verhalten; heute fordern sie Initiative und mentale Fähigkeiten.“ (Ehrenberg 2008, 20)

Ähnlich argumentiert Byung-Chul Han, der jedoch nicht so sehr den Imperativ, initiativ zu werden, für die Müdigkeit und Erschöpfung der modernen Subjekte verantwortlich macht, sondern das Leistungsprinzip. „Foucaults Disziplinargesellschaft aus Spitälern, Irrenhäusern, Gefängnissen, Kasernen und Fabriken ist nicht mehr die Gesellschaft von heute. An ihre Stelle ist längst eine ganz andere Gesellschaft getreten, nämlich eine Gesellschaft aus Fitnessstudios, Bürotürmen, Banken, Flughäfen, Shopping Malls und Genlabs. Die Gesellschaft des 21. Jahrhunderts ist nicht mehr die Disziplinargesellschaft, sondern eine Leistungsgesellschaft. Auch ihre Bewohner heißen nicht mehr ‚Gehorsamsubjekt‘, sondern Leistungssubjekt. Sie sind Unternehmer ihrer selbst.“ (Byung-Chul Han 2011, 17)

Nach Byung-Chul Han bringe die Negativität der Disziplinargesellschaft „Verrückte und Verbrecher“ hervor, agiere primär über Ausschluss und Verbot und funktioniere nach einem Schema, das der Autor mit dem

Begriff des „immunologischen Paradigmas“ (ebd., 9) umreißt. Das immunologische Paradigma, das über Verbot und Negativität läuft, stellt eine ständige immunologische Abwehr gegen das Fremde und Andere dar. Das Verbot schafft eine Ordnung, indem es starre Grenzen und Regeln einzieht, das Verbot strukturiert somit die Psyche, es schränkt Möglichkeiten ein und gibt eine Struktur vor. Gleichzeitig kolonialisiert das Verbot, bestraft und schließt aus. Ganz anders strukturiert ist das implizit herrschende Paradigma der Gegenwart, das „Paradigma der Leistungsgesellschaft“. Hier geht es nicht um Verbot und Ausgrenzung, sondern um ein allgemeines Gebot und eine Forderung, nicht um Negativität, sondern um Positivität, nicht um Grenze und Einengung der Möglichkeiten, sondern um Entgrenzung und den Anspruch, alles Mögliche leisten und tun zu müssen. Das Paradigma der Leistungsgesellschaft und sein „Kollektivplural der Affirmation“, der im „Yes, we can“ (Byung-Chul Han 2011, 18) liegt, führe zur kollektiven Erschöpfung vor diesem ständigen Anspruch. „Die Disziplinargesellschaft ist noch vom Nein beherrscht. Ihre Negativität erzeugt Verrückte und Verbrecher. Die Leistungsgesellschaft bringt dagegen Depressive und Versager hervor.“ (ebd.) Wenn man sich die Geistesgeschichte seit den fünfziger Jahren ansieht, dann findet man darin in der Tat eine Reihe von Ideen, welche die Subjekte auffordert, etwas ganz Besonderes aus sich zu machen, einzigartig und initiativ zu werden. Von Sartres Forderung nach Authentizität (Sartre 1952) über Heideggers Idee der Eigentlichkeit (Heidegger 1927, 42 f.) bis zu Hannah Arendts Pathos des Anfangens und Initiativwerdens (Arendt 1981, 215) reichen die Aufrufe, etwas Besonderes zu leisten, etwas Besonderes aus sich und seinem Leben zu machen. War einstmal die gut gemeinte Idee, ‚Dichter seines Leben zu werden‘ (Nietzsche 1886, 199) und eine ‚ästhetische Existenz‘ (Foucault 1989, 60) zu führen, ein Gegenprogramm gegen alle Formen der Normierung und allzu enge Fesseln, Zwänge und Verbote durch die Gesellschaft, laufen diese Überlegungen heute Gefahr, in ihr Gegenteil umzuschlagen und vom allgemeinen Tenor des Leistungszwangs instrumentalisiert zu werden. Das Über-Ich im Zeitalter des Spätkapitalismus sagt somit nicht mehr: „Du darfst dieses oder jenes nicht!“, sondern: „Du sollst und musst unbedingt initiativ und ganz besonders werden!“ Das führt zu einem neuen Zwang und zur Erschöpfung.

Auch wenn sich die moderne Arbeitswelt im Vergleich mit den Arbeitsbedingungen der Vergangenheit scheinbar humanisiert hat, wie im Abschnitt „Arbeit im Wandel der Zeit“ ausgeführt, hat der Lastcharakter der Arbeit und der modernen Lebenswelt durch die allgemeine Beschleunigung des Lebens, die Veränderung der Zeitstrukturen und die

Macht des Leistungsparadigmas wahrscheinlich zugenommen. Zumindest spricht alles dafür, dass die Burnout-Epidemie, um die es uns geht, objektiv eine Pathologie des Zeitgeistes anzeigt und nicht nur „schwache“ und „verweichlichte“ Subjekte trifft, selbstverschuldete Protagonisten einer Arbeitssuchtbereitschaft anzieht oder gar Simulanten und Tachinierer produziert, die in die Frühpension oder vorübergehende Berufsunfähigkeitspension flüchten wollen. Wobei natürlich immer die Gefahr besteht, wenn es einen breiten Modediskurs um eine Störung gibt, dass eine Störung auch missbraucht werden kann. So hat z. B. schon Karl Jaspers in seiner „Allgemeinen Psychopathologie“ darauf hingewiesen, dass die damals neue Unfallgesetzgebung in den 1880er Jahren in Deutschland wahrscheinlich zu einer, wie es damals bezeichnet wurde, „Rentensucht“ und „Rentenhysterie“ geführt habe, die Patienten verleitet habe, sich in die Krankheit und Rente zu flüchten. Wahrscheinlich hätte es auch ohne die damals neue Unfallgesetzgebung „Unfallneurosen“ und Krankheitsflüchtlinge gegeben, es wären aber anzahlmäßig weniger gewesen und es hätte Fälle gegeben, die gar nicht krank geworden wären bzw. Fälle, die sich schneller wieder erholt hätten (vgl. Jaspers 1948, 602). Ähnliches gilt natürlich auch für die Burnout-Erkrankung. Ein Diskurs um eine Störung lässt Subjekte immer hyperaufmerksam auf sich selbst und ihre gerechtfertigten und/oder nicht gerechtfertigten Beschwerden werden und kann unter Umständen dazu verleiten, sich eine Störung einzureden. Im schlimmsten Fall zieht eine breit rezipierte und anerkannte Krankheitskategorie, der wie im Falle des Burnout sogar noch eine Art Heldenstatus innewohnt, sogar Simulanten an. Eine Simulation dürfte allerdings gerade im Falle des Burnout, wenn man diese Störung von der Arbeitsverausgabung her denkt, nicht so leicht sein, denn rückwirkend ein vergangenes Arbeitsengagement zu simulieren ist eher schwer, da sich eine mögliche berufliche Leistungsverausgabung ja in einer Arbeitsbiographie abbilden müsste und es wahrscheinlich nicht möglich ist, nicht stattgefundenene Arbeitsleistungen nachträglich zu simulieren.

#### 4. Moderne und postmoderne Modediagnosen

Eine der ersten psychischen Störungen, die den Status einer Modekrankheit inne hatte, war die Neurasthenie, die von George M. Beard 1869 zum ersten Mal beschrieben wurde. Die Symptome der Neurasthenie, die auch als „amerikanische Neurose“ bezeichnet wurde, reichten damals von Kopfschmerzen, Neuralgien, einer Empfindlichkeit gegenüber dem Wetter, gegenüber Lärm und Licht, gegenüber der Anwesenheit anderer Men-

schen, bis zu einer allgemeinen sensorischen und seelischen Überreiztheit. Die neurasthenischen Patienten klagten über Schlaflosigkeit und Appetitmangel und zu den Grundsymptomen der Störung gehörte die körperliche und seelische Erschöpfung, die sich u. a. in der Unmöglichkeit zeigte, körperliche und geistige Arbeit zu verrichten (vgl. Ellenberger 1970, 344). Die Neurasthenie wurde darum von Beard als „amerikanische Neurose“ bezeichnet, weil sie mit der besonderen Lebensweise in Nordamerika zu tun hatte, mit einer jungen und rasch wachsenden Nation ohne Bindung an Tradition und Religion („Freiheit als Ursache von Nervosität“), die eine intensive wirtschaftliche Entwicklung durchmachte und eine Lebensweise begünstigte, die sich durch ein gesteigertes Arbeitspensum und eine erhöhte Arbeitslast, eine Zunahme der Lebensgeschwindigkeit und die Verdrängung von Gefühlen auszeichnete (vgl. Ellenberger 1970, 345). Beard sah voraus, dass die Neurasthenie spätestens dann Europa erreichen werde, wenn der alte Kontinent amerikanisiert werde. Mit folgendem Vergleich aus der Finanzwelt beschrieb Beard die Grundproblematik dieser Nervösen, die uns mit der Grunddynamik der Burnout-Problematik verwandt zu sein scheint. „Der Mann mit einem kleinen Einkommen ist in Wirklichkeit reich, solange er sein Konto nicht überzieht; so kann auch der nervöse Mensch wirklich gesund und in gutem, leistungsfähigem Zustand sein, so lange er seine begrenzte Reserve an Nervenkraft nicht übermäßig beansprucht.“ Andererseits: „ein Millionär kann seine Reserven sehr stark in Anspruch nehmen und doch noch einen großen Überschuss behalten“ (Beard zit. n. Ellenberger 1970, 345). Ein Neurastheniker ist, das legt diese Metaphorik nahe, ein Mensch, der sein Konto überzieht, einer, dem, wie es weiter heißt, der „nervöse Bankrott“ (ebd.) bevorsteht. Die Neurasthenie war somit die Krankheit des modernen Lebens bzw. die Krankheit, die das moderne Leben forderte, wenn man mit dem Tempo der Zeit Schritt halten wollte. In den letzten zwanzig Jahren des 19. Jahrhunderts wurde die Neurasthenie dann zur ersten Modekrankheit (Ehrenberg 2008, 50), davor interessierte sich eine breite Öffentlichkeit kaum für psychische Störungen. Doch plötzlich war das anders, es beschäftigte sich nun nicht nur mehr die Wissenschaft mit diesen Nervösen, sondern die allgemeine Presse, Künstler und Schriftsteller bekundeten ihr Interesse an dieser nervösen Erschöpfung von den Strapazen der modernen Lebensweise (Ehrenberg 2008, 52 u. 54). Eine umfangreiche Literatur für Ärzte und Patienten erscheint, die Nerven werden zum Thema der Kultur und der Medizin. Der Erfolg des Neurastheniediskurses erklärt sich weniger daraus, dass es gute Behandlungen gegen sie gab, sondern dass den Phänomenen der Erschöpfung und Überarbeitung eine erhöhte Aufmerksamkeit entgegenge-

bracht wurde (vgl. Ehrenberg 2008, 53) und man in diesem Diskurs oftmals nicht genau zwischen der Kritik an der Moderne und der Diagnose einer Krankheit unterschied (ebd., 54). Die Neurasthenie „scheint sich wie eine Epidemie ausgebreitet zu haben, (...) Der Name Neurasthenie ist nun in aller Munde, es ist eine Modekrankheit“, vermerkt ein Psychiater 1904 (Ehrenberg 2008, 54). Pierre Janet, der große Gegenspieler Freuds fasste die Entwicklung des Hyperdiskurses der Neurasthenie 1932 mit folgenden Worten zusammen: „jedermann war neurasthenisch (...) und man war entzückt, wenn man die Ehre hatte, es zu sein.“ (54) Entzückt waren in einem gewissen Sinne aber auch die Psychiater, weil die Neurasthenie, diese Nervenschwäche, „eine Schwäche der Funktion der Nerven war“ (Janet zit. n. Ehrenberg 2008, 54), was damals sehr interessant gewesen ist, denn, die „Nerven sind nicht zerstört, sie sind geschwächt. Insofern war das wissenschaftlicher als man meint, das war der Beginn der Deutung von Funktionsstörungen.“ (ebd.) Was also für die Neurasthenie, diese Nervenschwäche kennzeichnend war, ist der Umstand, dass auf der einen Seite organische Ursachen für diese Störung fehlten und andererseits gesellschaftliche Ursachen, die stressigen Umstände des modernen Lebens, so einen großen Einfluss auf die Seele und den Geist haben konnten, dass die Psyche gestört und krank wurde. (54 f.) Auch wenn später andere Ursachen zur Erklärung der Neurasthenie herangezogen wurden, u. a. die Masturbation (Ellenberger 1970, 409 u. 418), und Janet dann den Begriff der Neurasthenie, der ja suggerierte, es könnte ein neurophysiologisches Problem ursächlich im Hintergrund der Störung stecken, durch den Begriff der Psychasthenie ersetzte, war die Neurasthenie wahrscheinlich eine der ersten „Beschleunigungspathologien“ der Moderne und damit ein „geschwindigkeitsinduziertes Krankheitsbild“ (Rosa 2005, 83 u. 388). Der Philosoph und Soziologe Georg Simmel, der sich in einer Reihe von Aufsätzen mit der damals neuen Lebenswirklichkeit der Moderne auseinandersetzte, kennzeichnete den Einbruch des Flüchtigen, Unbeständigen und Transitorischen in die damalige Lebenswelt als *die* Erfahrung der Moderne (Rosa 2005, 99). So spricht er etwa in seinem Aufsatz „Die Großstädte und das Geistesleben“ davon, dass „die psychologische Grundlage, auf der der Typus großstädtischer Individualitäten sich erhebt“, die „*Steigerung des Nervenlebens*“ sei, die „aus dem raschen und ununterbrochenen Wechsel äußerer und innerer Eindrücke hervorgeht. Der Mensch ist ein Unterschiedswesen, d. h. sein Bewußtsein wird durch den Unterschied des augenblicklichen Eindrucks gegen den vorhergehenden angeregt; beharrende Eindrücke, Geringfügigkeit ihrer Differenzen, gewohnte Regelmäßigkeit ihres Ablaufs und ihrer Gegensätze verbrauchen sozusagen

weniger Bewußtsein, als die rasche Zusammendrängung wechselnder Bilder, der schroffe Abstand innerhalb dessen, was man mit einem Blick umfaßt, die Unerwartetheit sich aufdrängender Impressionen. Indem die Großstadt gerade diese psychologischen Bedingungen schafft – mit jedem Gang über die Straße, mit dem Tempo und den Mannigfaltigkeiten des wirtschaftlichen, beruflichen, gesellschaftlichen Lebens – stiftet sie schon in den sinnlichen Fundamenten des Seelenlebens, in dem Bewußtseinsquantum, das sie uns wegen unserer Organisation als Unterschiedswesen abfordert, einen tiefen Gegensatz gegen die Kleinstadt und das Landleben, mit dem langsameren, gewohnteren, gleichmäßig fließenden Rhythmus ihres sinnlich-geistigen Lebensbildes.“ (Simmel 1903, 116 f.) An die „Steigerung des Nervenlebens“, welche der Eintritt in die Moderne mit sich brachte und sich im Neurastheniediskurs spiegelte, dürfte sich der Mensch vielleicht im Laufe der Zeit gewohnt haben, vielleicht auch nicht. Wer vermag dies schon zu beantworten. Zu fragen wäre, und das sollte der Blick auf die Neurasthenie deutlich machen, ob im Zusammenhang mit der Modediagnose Burnout nicht erneut ein Störungsphänomen entstanden ist, das auf einen neuerlichen großen „Beschleunigungsschub am Übergang vom 20. zum 21. Jahrhundert“ reagiert, der ja von einigen Autoren konstatiert wird (vgl. Rosa 2005, 83 f., Literatur in Anm. 42). Mit dem Unterschied allerdings, dass erstens die neue Beschleunigung subtiler wurde und die „Steigerung der Zahl der Handlungs- und/oder Erlebnisepisoden pro Zeiteinheit“ (Rosa 2005, 463), was ja, wie wir gesehen haben, ein für die Gegenwart kennzeichnendes Phänomen ist, kaum jemals mit der Burnout-Störung zusammengedacht wurde, und zweitens, die allgemeine Tendenz der Gegenwart, alles und jedes zu privatisieren, auch nicht vor einer Erscheinung halt macht, die mehr den Geist der Zeit, eben eine „beschleunigungsinduzierte Störung“ zu sein, widerspiegelt, denn ein persönliches Versagen. Sich selber zu verheizen oder verheizen zu lassen, sich auszubrennen, oder ausbrennen zu lassen, scheint in der Spätmoderne zu einer notwendigen Allgemeinerfahrung zu werden, wenn man beruflich nicht auf der Strecke bleiben möchte und mit der Konkurrenz bzw. den Mitbewerbern, wie man verschleiender Weise gerne sagt, Schritt halten möchte. Hätte diese Störung nicht *auch* gesellschaftliche Ursachen und einen Bezug zur Pathologie des Zeitgeistes, die in einer speziellen Arbeitssituation besonders zum Tragen kommen kann, dann wäre es nur konsequent, wenn man Burnout-Patienten entweder als sensible Schwächlinge bezeichnete, die den Anforderungen der postmodernen Berufs- und Arbeitswelt nicht gewachsen sind, oder, was auch nicht gerade charmant wäre, wenn man Burnout-Patienten als Simulanten bezeichnete. Da beide

Optionen unhaltbar sind und dem Phänomen nicht gerecht werden, ist die Anerkennung objektiver Stressoren geradezu eine Notwendigkeit der Burnout-Kategorie. Im Übrigen ist es wahrscheinlich so, dass es in der Gegenwart neben dem Burnout-Phänomen noch mehrere andere „geschwindigkeitsinduzierte Krankheiten“ gibt bzw. die Zunahme der Beschleunigung einen großen Erklärungswert auch für verschiedene andere Störungen hat (vgl. Byung-Chul Han 2011). „Von der ‚Eilekrankheit‘ über die ‚Yuppie-Grippe‘ bis zum neuerdings ubiquitären *Attention Deficit Syndrome* bei Kindern und Jugendlichen und zur klinischen *Depression* als Reaktion auf die Beschleunigungszumutungen der globalisierten Gesellschaft proliferieren die Diagnosen geschwindigkeitsinduzierter Krankheiten in der Gegenwart.“ (Rosa 2005, 83 f.)

## 5. Entschleunigung, Verlangsamung und das Schöne als Therapeutikum

Wenn man als philosophischer Diagnostiker versucht Störungen zu entprivatisieren und den anonymen Geist der Zeit für eine Pathologie verantwortlich macht, dann ist die notwendige Konsequenz auch hier, dass nicht bei der Diagnose stehen geblieben wird, sondern ein Therapie- und Präventionsplan ausgearbeitet wird bzw. ein Therapeutikum und Prophylaktikum zur Korrektur der Pathologie, in diesem Falle der Pathologie des Zeitgeistes, gefunden wird. Liegt die Ursache einer Störung in der Beschleunigung des Lebenstempos, im ständigen Angetriebensein und der Steigerung der Aktionen innerhalb der verfügbaren Zeit, kurz, liegt der Grund für die kollektive Erschöpfung der Massen im Rasen der Gegenwart und im hyperaktiven Zucken der Zeichen, dann ist das Therapeutikum schnell gefunden: Langsamkeit und Entschleunigung statt Geschwindigkeit und Eile (vgl. Rosa 2005, 81), Muße und Museen statt dem Muss, Achtsamkeit anstelle von Betriebsamkeit und das Wiedererlernen der Kunst des Verweilens zur Korrektur der Hyperaktivität und des Aufmerksamkeitsdefizits (vgl. auch Byung-Chul Han 2009 u. 2011). Eine originelle Strategie der Entschleunigung und Verlangsamung des Lebenstempos, vielleicht eine Art erster Protest gegen Eile, Hetze und Hast, eine Übung zur Entdeckung der Langsamkeit wurde von Walter Benjamin in seinem Aufsatz über den Flaneur festgehalten. Der Flaneur ist ja der Prototyp des Zeitverschwenders, dem es gerade nicht um die schnellste Art des Fortkommens von A nach B geht, sondern um ein mäanderndes Gehen, das beim Gesehenen und dem während des Gehens Entdeckten verweilt.

Eine Zeit lang, so berichtet Benjamin im Passagen-Werk, war es angeblich in Paris Mode, in den Passagen Schildkröten spazieren zu führen. „1839 war es elegant, beim Prominieren eine Schildkröte mit sich zu führen. Das gibt einen Begriff vom Tempo des Flanierens in den Passagen.“ (Benjamin 1982, 532) Wer keine Schildkröte bei der Hand hat oder sich nicht der Zeitlupengeschwindigkeit einer Schildkröte überantworten möchte, den kann man auf ein anderes Therapeutikum zur Entschleunigung und zur Prophylaxe des Burnout aufmerksam machen. Der Gedanke an die Ewigkeit. Denn angesichts der Ewigkeit relativiert sich alles Zeitliche, alle Hast, jede Hetze und Eile und nichts wird so wichtig, als dass es unbedingt zur Erledigung drängt und das Subjekt, dass die Ewigkeit erfährt, zur Hyperaktivität motivieren würde. Da es gute Gründe gibt, das Aufkommen der Beschleunigung in der Moderne und ihre Steigerung in der Post- oder Spätmoderne als Zeichen eines Ewigkeitsverlustes zu deuten, ist es nur konsequent, den Ewigkeitsgedanken zu reanimieren und an die Möglichkeiten der Ewigkeitserfahrung zu erinnern. Die Zunahme der Aktivität bis hin zur Hyperaktivität erklärt sich im Lichte dieser Deutung als Versuch, die verloren gegangene Ewigkeit zu ersetzen, den Ewigkeitsverlust durch Steigerung der Aktivitäten in der Zeit zu kompensieren (vgl. Rosa 2005, 474). Der „transzendental obdachlos gewordene Mensch der Moderne“ (Lukács 1971, 32) versucht zwei, drei Leben in einem Leben unterzubringen, denn nach dem Tod wartet nichts mehr, zumindest keine Ewigkeit und kein ewiges Leben. Damit wird das zeitgebundene Leben zur letzten Gelegenheit. (vgl. Gronemeyer 1993) Da es viele verschiedene Formen der Ewigkeit gibt, stellt sich die Frage, welcher Modus der Ewigkeit denn am geeignetsten wäre, das Hetzen und Hasten und den vielleicht unbewusst dahinterliegenden Hass auf das Leben zu korrigieren. Michael Theunissen, der sich mit dem „Erfahrungsgehalt des Ewigkeitsgedankens“ und der „Freiheit von der Zeit durch das ästhetische Anschauen und Verweilen“ beschäftigt hat (Theunissen 1991, 285-298) unterscheidet die Ewigkeit der Vergangenheit von der Ewigkeit der Zukunft und der Ewigkeit der Gegenwart (ebd., 294). Die in der Vergangenheit aufbewahrte Ewigkeit beschreibt die Tatsache, dass ein Ereignis, das einmal gewesen ist, in Ewigkeit so sein wird, wie es war. Eine Form der Ewigkeit, wie sie z. B. in einem der Schlusssätze des Filmes Casablanca aufscheint. Rick (Humphrey Bogart) und Ilsa Lund (Ingrid Bergman) waren einmal Liebende. Nachdem es in Paris durch die widrigen Umstände des zweiten Weltkrieges zur Trennung der Liebenden kam und sie sich in Casablanca wiederfanden, um sich kurz darauf erneut zu trennen, sagt Rick, Ilsa ob der erneut bevorstehenden Trennung tröstend: „Uns bleibt immer Paris.“ Dass Rick

und Ilsa einmal Liebende waren, dass sie sich in Paris liebten, das wird in Ewigkeit so sein, das ist die Form der Ewigkeit, welche die Vergangenheit und die Erinnerung daran bereithält. Neben der in der Vergangenheit aufbewahrten Ewigkeit gibt es die Ewigkeit der Zukunft, wie Theunissen weiter ausführt. „Die christliche Botschaft verkündet ein ewiges Leben, das erst als zukünftiges sein kann, was es ist.“ (Theunissen 1991, 294)

Für die Frage nach einem geeigneten Therapeutikum zur Korrektur der Pathologie des Zeitgeistes, für die Suche nach einem geeigneten Medikament gegen die Eile der Zeit, ist vor allem die Form der Ewigkeit interessant, die sich einem über das Verweilen erschließt. Die Ewigkeit des Augenblicks. Es gibt Momente des Verweilens und Anschauens, in denen man so in der Gegenwart gehalten ist, dass man nicht mit dem Verstreichen der Zeit mitgeht, sondern verweilend im dargebotenen Ereignis aufgeht (vgl. Theunissen 1991, 288). Die großen Mystiker sprachen alle davon, dass es Erlebnisse gibt, in denen man erfährt, dass die verstreichende Zeit nichts anderes ist als das Ticken der Ewigkeit (vgl. Huxley 1949, 233-253). Diese Erfahrung hat eine Verwandtschaft und viel mit der Erfahrung zu tun, die wir durch das ästhetische Erlebnis, z. B. durch die Erfahrung der Kunst oder durch die Erfahrung der Schönheit machen können. Denn bei einer Sache verweilen und „in der Zeit aufgehen“ wollen und können wir primär dann, wenn uns das sich Zeigende und sich ereignende Sein in den Bann nimmt und unsere Sinne einlädt, nicht vorschnell einem anderen Eindruck als dem Gegebenen zu folgen. Je schöner ein Augenblick ist, desto geeigneter scheint er, dass der Einladung zum Verweilen Folge geleistet wird, und durch diesen Augenblick dann die Ewigkeit der Gegenwart hindurchblickt und das Rad der Zeit für kurze Momente zum Stehen kommt. „Die Kunst“, sagt Schopenhauer, „reißt das Objekt der Kontemplation heraus aus dem Strome des Weltlaufs und hat es isoliert vor sich: (...) sie bleibt daher bei diesem Einzelnen stehn: das Rad der Zeit hält sie an.“ (Schopenhauer 1818, 252; vgl. auch Theunissen 1991, 289) Was für die Kunst gilt, dass sie zum Verweilen und „Aufgehen in der Zeit“ einlädt, das lässt sich umso mehr von der Schönheit sagen. Betrachtet man die Metaphysiktradition, welche die Schönheit noch nicht primär von der menschlichen Subjektivität her dachte, sondern von dem, was das Schöne erschließt und zu erfahren gibt, dann wird sichtbar, dass die Transzendenz, das Übersinnliche und das Ewige über die Schau der Schönheit erschlossen wird. Auch wenn es kaum mehr möglich ist, diese vergangene Tradition wiederzubeleben, bürgt diese Tradition doch für eine Erfahrung, die sich auch phänomenologisch am Schönen ausweisen lässt, dass nämlich durch das Schöne eine ganz besondere Weise der Gegenwart er-

fahrbar wird und diese Erfahrung ein versöhnendes Verweilen bei den Dingen möglich macht.

Da der Diskurs über das Schöne gegenwärtig mit mehreren Vorurteilen belastet ist, tut man gut daran, die Vormeinungen bezüglich der Erfahrung des Schönen in Form einer phänomenologischen Epoché einzuklammern. Erstens wird heute häufig argumentiert: Da Schönheit im Auge des Betrachters liegt und subjektiv ist, lässt sich durch die ästhetische Erfahrung keine allgemeingültige Erkenntnis gewinnen. Zweitens wird darauf verwiesen, dass sich Schönheitsideale im Laufe der Geschichte verändern und z. B. die Modelle der Barockzeit (siehe: Rubens) sich erheblich von den heutigen Laufstegmodellen unterscheiden. Was schön ist, so wird geschlossen, ist subjektiv und historisch relativ. Drittens wird behauptet, Schönheitsideale hätten etwas Terroristisches, denn all jene, die nicht in das Idealbild fallen, werden indirekt durch den vergleichenden Blick auf das Ideal diskriminiert und abgewertet. Viertens, wird schließlich geschlossen, werde man durch die Beschäftigung mit dem Schönen geblendet, diese lenke nur vom Übel und den Missständen der Gegenwart ab, es sei sogar in einem gewissen Sinn unethisch, sich angesichts des Schrecklichen und des Elends in der Welt mit dem Schönen zu beschäftigen. Die vier Argumente stimmen unter der Prämisse der neuzeitlichen Subjektphilosophie, die das Schöne vom Menschen her denkt. Im Ausgang der hermeneutischen Phänomenologie Heideggers muss man der Gegenwart die Diagnose „Subjektivierung des Schönen“ (Gadamer 1960), „Schönheitsvergessenheit“ (Poltrum 2005) und „Marginalisierung des Schönen“ (Pöltner 2008) vorhalten. Ein Blick in die Geschichte zeigt, dass in der Antike und im Mittelalter das Schöne und die Kunst nicht ästhetisch, sondern metaphysisch verortet wurden. Natürlich braucht es die menschliche Subjektivität, den Menschen, um das Schöne zu erleben, aber daraus zu schließen, dass es auch der Mensch ist, der die Dinge durch seinen Blick schön macht, das ist der Fehlschluss, der heute allzu oft zu hören ist. „Psychologische wie transzendentalphilosophische Auskünfte in subjektanalytischer Richtung versagen. Denn Schönes ist nicht schön, weil ich es erlebe. Aus Bedeutung verleihenden Akten und Erlebnisformen originiert nichts Schönes. Es wäre ein Trugschluss zu meinen, weil Schönheit erlebt werden kann, müsse es selbst nur etwas Erlebnishaftes sein. Es muß schon etwas schön sein, erst dann kann es *als* schön erlebt werden. Innerseelische Gesetzmäßigkeiten und Faktoren, die beim Schönheitserleben ins Spiel kommen, können gewiß aktanalytisch herausgearbeitet werden. Nur sind damit noch nicht die Grundbedingungen des erlebbar Schönen gefunden. Schönes geht in der Gesetzmäßigkeit seines Erlebtwerdens nicht

auf. Die Art seines Erlebtwerdens ist nicht der Grund für Schönseiendes.“ (Perpeet 1997, 16) Wenn man sich dann aber die Frage stellt, was denn durch die Erfahrung des Schönen erfahrbar wird und warum diese Erfahrung geeignet sein könnte, eine Korrektur am herrschenden Geist der Spätmoderne vorzunehmen, den wir in der Hyperaktivität und im Rasen der Zeit ausfindig machten, dann stößt man auf verschiedene Antworten. In der Erfahrung des Schönen kommen mehrere Dinge zur Ruhe und zum Stillstand. Was beruhigt wird, ist einmal der Wille zur Macht, der Wille zur Veränderung und Umgestaltung des Lebens, ein Wille, der immer mehr will und nach der Erreichung seines Zieles wieder etwas anderes will. Dies wäre das, was Schopenhauer aus der Erfahrung des Schönen heraus gesehen hat, dass nämlich die zeitliche Beruhigung des Willens durch das Erlebnis des Schönen möglich wird. In dem Moment, wo einem etwas Schönes begegnet, muss nichts verändert werden, die Dinge sind dann gut so, wie sie sind. Da diese Erlösung vom Willen aufgrund der Prämissen der Willensmetaphysik nur vorübergehend anhält, ist die ästhetische Kontemplation bei Schopenhauer nur eine temporale Erlösung vom Leiden am Willen, der sich längerfristiger und nachhaltiger gar nicht beruhigen kann und damit nur eine vorübergehende Befreiung vom Leiden am Dasein (vgl. Pöltner 2008, 166-174). Die Art und Weise, wie die Zeit in der Erfahrung der Schönheit zum Stillstand kommt, die eigenartige Präsenz des Schönheitserlebnisses, jenseits der Metaphysik des Willens gedacht, zeigt jedoch, dass das Schöne wirklich geeignet ist, nachhaltig Ruhe und Gelassenheit, ein Sich-Einlassen auf das Eigensein der Dinge zu bewirken. „Indem das Schöne sich in seinem Eigensein und Eigensinn darbietet und weder zu theoretischer, praktischer oder technischer Bewältigung auffordert, kommt die Zeit nicht im Hinblick auf ihre Planbarkeit, Meßbarkeit und Verfügbarkeit in den Blick. Die Zeit wird nicht mehr vom Innerzeitigen her vorgestellt, nicht im Hinblick darauf, *wofür* wir Zeit haben, sondern *das Zeithaben* selbst wird zum staunenerregenden Faktum: dies, daß wir Zeit haben, daß uns Zeit – Zeit zu sein – *gegeben* ist. Die Zeit gibt sich als Zeitgabe zu verstehen. Deshalb stimmt uns die Erfahrung mit Schö-nem dankbar – dankbar für die Erfahrung selbst, dafür daß wir solches überhaupt können, wir solches haben erfahren dürfen, eine Dankbarkeit, die sich letztendlich auf das Dasein selbst erstreckt. Wir sind dankbar für die Zeit, die uns gegeben wird.“ (Pöltner 2008, 250) Wenn Schönes erfahren wird, dann ist das diejenige Erfahrung, die vom selbst- oder fremd-aufgelegten Leistungszwang befreit und nicht zu einer „Steigerung von Handlungs- und Erlebnisepisoden pro Zeiteinheit“ führt, sondern im Gegenteil zur Entschleunigung, Langsamkeit und Gelassenheit den Dingen

gegenüber motiviert. Denn ohne Ruhe und lange Weile, ohne Kontemplation und Verweilen, wäre das Schöne gar nicht zugänglich. Im Ereignis des Schönen gibt es dann aber keinen Grund mehr dafür, die Dinge und seine Mitmenschen nicht so sein zu lassen, wie sie sind. Wird das Schöne erlebt, dann kommt alles zur Ruhe und alles ist gut. Die Leuchtkraft, der Glanz, die Glut und das Feuer des Schönen, die kollektive Kultivierung dieser Erfahrung des Schönen, wäre somit geeignet, vor den Verbrennungen und den Gefahren des Ausbrennens durch das moderne, hastige Leben zu schützen.

Wenn der Beruf zur Hölle wird, was im Endstadium des Burnout der Fall ist, dann hat die Arbeit jeden Sinn verloren und das Leben des ausgebrannten, modernen Helden der Arbeit ähnelt dem Dasein vergangener Helden, die in der Unterwelt eine sinnlose Arbeit verrichten mussten. Sisyphos und die Danaiden, die beide von den Göttern bestraft wurden, waren gezwungen eine sehr belastende Tätigkeit zu verrichten. Sisyphos war dazu verdammt, einen Stein den Felsen hinaufzurollen, der kurz vor dem Ziel wieder den Berg hinunterrollte und den tragischen Helden zur sinnlosen Wiederholung seiner Arbeit zwang. Die Danaiden, die ebenfalls durch sinnlose Arbeit gedemütigt wurden, mussten Wasser in ein durchlöchertes Fass schöpfen und diese Tätigkeit in Ewigkeit verrichten. Es gibt einen einzigen Moment, so berichtet der Mythos, an dem die erschöpften Arbeiter der Unterwelt zur Ruhe und wieder zur Kraft kamen, vielleicht sogar für einen kurzen Augenblick selig waren. Als Orpheus seine Frau Euridike verloren hatte und durch seinen Trauergesang die Götter erweichte und Zutritt zum Hades erhielt, tritt er, lieblich und schön singend in die Unterwelt ein. Eine Art Siegeshymne, ein Wiedervereinigungsjubiläum ob der bevorstehenden Begegnung mit Eurydike anstimmend, sang Orpheus überwältigend schön. Dies Lied vernahmen Sisyphos und die Danaiden. Das sei der einzige Moment gewesen, in dem Sisyphos seine Arbeit vergaß, sich auf seinen Stein setzte und der Schönheit des orphischen Gesangs lauschte. Die Danaiden, so wird erzählt, hörten auf, Wasser in Fässer ohne Boden zu schöpfen, und erholten sich im Moment der kontemplativen Hingabe an die Schönheit der Musik von ihrer erschöpfenden Tätigkeit. Halten wir hier inne, verlangsamten und vergrößern wir den Moment, in dem der Akt der Arbeit, der perfektionistische Zwang, das vergebens vorgegebene Soll mit aller Gewalt zu erreichen, auch wenn es die totale Erschöpfung und den Zusammenbruch mit sich bringen könnte, in die Gelassenheit und ganz andere Gestimmtheit umschlägt, dass es etwas Spannenderes und Wichtigeres als die Arbeit gibt. Was geschieht in diesem Moment der guten und erlösenden Selbstvergessenheit, im Mo-

ment der Hingabe an die Schönheit während des gelingenden Verweilens und Nicht-Mitgehens mit der Zeit, was gelingt in diesem Nicht-Mitgehen mit dem, was die Zeit fordert, was passiert in diesem musischen „Aufgehen in der Zeit“? Was geschieht in dieser temporalen oder andauernden Erlösung vom Lastcharakter des Daseins? Wir wissen es nicht genau, aber offenbar ist in diesem Moment etwas wichtiger, viel wichtiger als die belastende Arbeit. Es ist die der Erfahrung der Schönheit innewohnende Eigentümlichkeit, dass im Moment der ästhetischen Kontemplation offensichtlich eine Distanz zur Last der Alltäglichkeit möglich wird und sich damit eine Gelassenheit einstellt, welche die Dinge so, wie sie sind, sein lässt und ein Loslassen des Belastenden und damit eine Entlastung bewirkt. Im Augenblick der Schönheit, so haben wir vorher argumentiert, ereigne sich die vorübergehende Freiheit von der Zeit und es zeige sich der Anblick der Ewigkeit. Während der Erfahrung des Schönen lässt sich sagen und bejahen, dass das, was jetzt ist, das sich zeigende Jetzt bleiben und nicht vergehen soll, es soll in Ewigkeit alles so sein, wie es jetzt ist. Das ist die Form der Ewigkeit, die sich in der Endlichkeit zeigt und angesichts dieser Ewigkeit relativieren sich alle Leistungsansprüche und Dinge, die verrichtet und bewerkstelligt gehörten, denn die Schönheit zeigt genau dies, dass es eine unvordenkliche Erfahrung gibt, die nicht durch Arbeit und Leistung zur Erscheinung gezwungen werden kann, dass es ein freudvolles und gutes Sich-Selbst-Feiern der Dinge gibt, das nur dann zu haben ist, wenn Ruhe, Muse, Kontemplation, das langsame und treue Verweilen beim Sein der Dinge geschieht. Vielleicht ein Verweilen, das nur für einen kurzen Augenblick währt, aber auf jeden Fall handelt es sich um einen nachhaltigen Augenblick, der die Vollkommenheit und Ordnung der Dinge zeigt.

## Literatur

- H. Arendt (1981) *Vita activa oder vom tätigen Leben*. Piper Verlag: München 1998. 10. Auflage.
- W. Benjamin (1982) *Der Flaneur*. In: ders.: *Das Passagen-Werk*. 2. Bände. Erster Band. *Aufzeichnungen und Materialien*. Edition Suhrkamp: Frankfurt am Main, 524-569.
- M. Bierwisch (2003) *Arbeit in verschiedenen Epochen und Kulturen*. In: M. Bierwisch (Hg.) *Die Rolle der Arbeit in verschiedenen Epochen und Kulturen*. Akademie Verlag: Bonn.
- M. Burisch (1989) *Das Burnout-Syndrom. Theorie der inneren Erschöpfung*. Springer: Berlin/Heidelberg.
- Byung-Chul Han (2009) *Duft der Zeit. Ein philosophischer Essay zur Kunst des Verweilens*. Transcript: Bielefeld.
- Byung-Chul Han (2011) *Müdigkeitsgesellschaft*. Matthes & Seitz: Berlin.
- A. Ehrenberg (2008) *Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart*. Suhrkamp Verlag: Frankfurt am Main.
- H. F. Ellenberger (1970) *Die Entdeckung des Unbewußten. Geschichte und Entwicklung der dynamischen Psychiatrie von den Anfängen bis zu Janet, Freud, Adler und Jung*. Diogenes Verlag: Zürich 1996.
- F. Engels (1845) *Die Lage der arbeitenden Klasse in England*. In: Marx Engels Werke. Band 2. Dietz: Berlin 1972.
- D. Fassel (1994) *Wir arbeiten uns noch zu Tode. Die vielen Gesichter der Arbeitssucht*. Droemersch Verlagsanstalt: München.
- S. Ferenczi (1919) *Sonntagsneurosen*. In: Sandor Ferenczi – *Schriften zur Psychoanalyse*. Band 1. Hrsg. v. M. Balint. Fischer Verlag: Frankfurt am Main 1970, 260-265.
- M. Foucault (1989) *Die Sorge um sich. Sexualität und Wahrheit 3*. Suhrkamp Verlag: Frankfurt am Main.
- V. E. Frankl (1996) *Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie*. Verlag Hans Huber: Bern.
- H.-G. Gadamer (1960) *Wahrheit und Methode. Grundzüge einer philosophischen Hermeneutik*. J.C.B. Mohr: Tübingen 1965. zweite Auflage.
- M. Gronemeyer (1993) *Das Leben als letzte Gelegenheit. Sicherheitsbedürfnis und Zeitknappheit*. Wissenschaftliche Buchgesellschaft: Darmstadt.
- W. Gross (1990) *Sucht ohne Drogen. Arbeiten, Spielen, Essen, Lieben (...)*. Fischer Verlag: Frankfurt am Main.
- M. Heidegger (1927) *Sein und Zeit*. Max Niemeyer Verlag: Tübingen 1993. 17. Auflage.

- Hesiod (ca. 700 v. Chr.) Werke und Tage. Griechisch/Deutsch. In: ders.: übers. u. hrsg. v. O. Schönberger. Reclam Verlag: Stuttgart 2001.
- H. Holger (2001) Massenphänomen Arbeitsucht. Historische Hintergründe und aktuelle Entwicklungen einer neuen Volkskrankheit. Atlantik-Verlag: Bremen.
- A. Honneth (2005) Verdinglichung. Suhrkamp Verlag: Frankfurt am Main.
- A. Huxley (1949) Die ewige Philosophie. Philosophia perennis. Eine Anthologie und Interpretation großer mystischer Texte aus drei Jahrtausenden. Übers. v. H. R. Conrad. Hans-Nietsch-Verlag: Freiburg 2008.
- K. Jaspers (1948) Allgemeine Psychopathologie. Springer Verlag: Berlin/Heidelberg, 5. unveränderte Auflage.
- C. Kupke (2003) Die andere Zeit des melancholischen Leidens. Ein philosophischer Beitrag zur Psychopathologie. In: M. Heinze et al. (Hg.) Das Maß des Leidens. Klinische und theoretische Aspekte seelischen Krankseins. Königshausen und Neumann: Würzburg 2003, 79-112.
- C. Kupke (2009) Der Begriff Zeit in der Psychopathologie. Parodos: Berlin.
- M. Lehofer et al. (2011) Burnout und Depression. Ein Leitfaden zur Prävention. Früherkennung und Behandlung. Experten-Statement. In: Internationale Zeitschrift für ärztliche Fortbildung. Hrsg. v. Update Europe – Gesellschaft zur Förderung der ärztlichen Fortbildung und medizinischen Forschung. Wien: Nr. 9./Juni 2011. ISSN 1726-0027.
- G. Lukács (1923) Die Verdinglichung und das Bewusstsein des Proletariats. In: ders.: Geschichte und Klassenbewusstsein. Studien über marxistische Dialektik. Luchterhand Verlag: Neuwied/Berlin 1970.
- G. Lukács (1971) Die Theorie des Romans. Luchterhand: Neuwied/Berlin.
- M. Machlowitz (1976) Workoholism. Yale.
- K. Marx (1844) Ökonomisch-philosophische Manuskripte. In: Karl Marx, Friedrich Engels Werke. Ergänzungsband. Schriften. Manuskripte. Briefe bis 1844. Erster Teil. Dietz Verlag: Berlin 1969.
- K. Marx u. F. Engels (1848) Manifest der Kommunistischen Partei. Reclam Verlag: Stuttgart 1993.
- K. Marx bei F. Engels (1882/1890) Der einzige erhaltene Hinweis auf diese Aussage von Marx findet sich in einem Brief von Engels an Eduard Bernstein vom 2.-3. November 1882, vgl. Marx Engels Werke 35, 388, und in abgeänderter Form in einem weiteren Brief an Conrad Schmidt vom 5. August 1890, vgl. Marx Engels Werke 37, 436. Version an Bernstein: „Ce qu’il y a de certain c’est que moi, je ne suis pas Marxiste.“ „Eines ist sicher (was mich betrifft), ich bin kein Marxist.“ Version an Schmidt: „Tout ce que je sais, c’est que je ne suis pas Marxiste.“ „Alles,

- was ich weiß, ist, dass ich kein Marxist bin.“ Quelle: Wikipedia. Marxismus. Anm. 2. (überprüft am 18.4.2011).
- R. Marx (2004) Burnout. In: R. Brosch u. R. Mader (Hg.) Sucht und Suchtbehandlung. Problematik und Therapie in Österreich. LexisNexis ARD Orac Verlag: Wien 2004.
- U. E. Meißner (2005) Die „Droge“ Arbeit. Unternehmen als „Dealer“ und als Risikoträger. Personalwirtschaftliche Risiken der Arbeitssucht. Peter Lang Verlag: Frankfurt am Main.
- F. Nietzsche (1886) Die fröhliche Wissenschaft. Alfred Kröner Verlag: Stuttgart 1986.
- W. Oats (1971) Confessions of a workaholic. New York: Abingdon.
- W. Perpeet (1997) Vom Schönen und von der Kunst. Bonn.
- M. Poltrum (2005) Schönheit und Sein bei Heidegger. Passagen Verlag: Wien.
- M. Poltrum (2010) Klinische Philosophie. Logos Ästhetikus und Philosophische Therapeutik. Parodos Verlag: Berlin.
- M. Poltrum (2011) Eutopie. Dystopie. Kolonie. Utopisches Denken in der Psychotherapie. In: M. Musalek u. M. Poltrum (Hg.) Ars Medica. Zu einer neuen Ästhetik in der Medizin. Parodos Verlag: Berlin.
- S. Poppelreuter (1996) Arbeitssucht. Integrative Analyse bisheriger Forschungsansätze und Ergebnisse einer empirischen Untersuchung zur Symptomatik. Wehle: Witterschlick/Bonn.
- G. Pöltner (2008) Philosophische Ästhetik. Kohlhammer Verlag: Stuttgart.
- B. E. Robinson (2000) Wenn der Job zur Droge wird. Ein Leitfaden für Workoholics, ihre Partner, Kinder und Therapeuten. Walter Verlag: Düsseldorf/Zürich.
- H. Rosa (2005) Beschleunigung. Die Veränderung der Zeitstruktur in der Moderne. Suhrkamp Verlag: Frankfurt am Main.
- J.-P. Sartre (1952) Das Sein und das Nichts. Versuch einer phänomenologischen Ontologie. Hrsg. v. T. König. Übers. v. H. Schöneberg u. T. König. Rowohlt Verlag: Reinbek bei Hamburg 1993.
- G. Simmel (1903) Die Großstädte und das Geistesleben. In: ders.: Aufsätze und Abhandlungen 1901–1908. Band I. Gesamtausgabe Band 7. Hrsg. v. R. Kramme et al. Suhrkamp Verlag: Frankfurt am Main 1995.
- A. Schopenhauer (1818) Die Welt als Wille und Vorstellung. DTV-Verlag: München 2002.
- M. Theunissen (1991) Freiheit von der Zeit. Ästhetisches Anschauen als Verweilen. In: ders.: Negative Theologie der Zeit. Suhrkamp Verlag: Frankfurt am Main.

- I. Vogt (1982) Alkoholismus, Industrialisierung und Klassenkonflikte. In: G. Völger u. K. Welck (Hg.) Rausch und Realität. Drogen im Kulturvergleich. Band 1. Rowohlt Verlag: Reinbek bei Hamburg.
- M. Weber (1920) Gesammelte Aufsätze zur Religionssoziologie I. Tübingen: J.C.B. Mohr, 1-206.
- M. Weber (1934) Die protestantische Ethik und der Geist des Kapitalismus. Tübingen: J.C.B. Mohr.