

# Liebe Leserin, lieber Leser,

Freitagmittag, die Schulglocke läutet, eine unendlich lange Zeit breitet sich vor mir aus – Wochenende. Zweieinhalb Tage, die prall angefüllt sind mit Spielen und Freundinnen treffen, ein bisschen Langeweile, schwimmen gehen, Überraschungen. Tage, die bis zum Horizont reichen, mit einer unüberschaubaren Fülle an Möglichkeiten. Irgendwann und irgendwo hinter diesem Horizont wartet der Montag.



40 Jahre später. Unüberschaubar ist mein Wochenende nur noch selten. Die Samstage und Sonntage galoppieren an mir vorüber. Probiere ich etwas Neues aus – wie neulich beim Schlittschuhlaufen – scheint sich die Zeit zwar etwas weiter auszudehnen als bei den immer gleichen Aktivitäten. Trotzdem frage ich mich regelmäßig, wer mal wieder an der Uhr gedreht hat. Früher war mehr Wochenende.

Dass die Zeit in unserem Empfinden schneller vergeht, wenn wir älter werden, ist eine Binsenweisheit. Hirnforscher, Philosophen und Psychologen haben plausible Erklärungen für dieses Phänomen gefunden. Unser Gedächtnis spielt dabei eine entscheidende Rolle. Als Kind erlebt man permanent Neues und Aufregendes, die Gefühle fahren Achterbahn. Intensiv Erlebtes gräbt sich tief ins Gedächtnis ein – der Zeitraum, der damit verbunden ist, erscheint länger. Wenn hingegen die Routine im Leben die Oberhand gewinnt, bleiben auch weniger Erinnerungen. Tage, die sich in ihrem Verlauf sehr ähneln, speichert das Gehirn als eher ereignis- und damit bedeutungslos ab. Im Rückblick kommt einem diese Zeitspanne kürzer vor.

Wissenschaftliche Erklärungen sind das eine. Wie jede von uns mit ihrer Wahrnehmung von Zeit persönlich umgeht, das andere. Mit dem Oasentag „Alles hat seine Stunde“ (Seite 22) möchten wir Sie und Ihre Gruppe dazu anregen, sich des eigenen Zeitgefühls bewusst zu werden. Die österliche Bußzeit, in der wir uns gerade befinden, bietet sich an zum Innehalten und Nachdenken: über das, was uns wirklich wichtig ist im Leben, und wie sich die Stunden und Tage, Monate und Jahre sinnvoll gestalten lassen. Letztlich gilt es herauszufinden, welches Tempo zu uns passt. Und an was wir uns später einmal erinnern möchten.

Eine gute, erfüllte Zeit wünscht Ihnen

Ihre

*Stephanie Meyer-Steidl*