

Zeitvorstellungen in der Sikhi

Momo, Linearität, Kolonisierung
und die Kunst der Zirkularität

Khushwant Singh

Das Blatt erblüht.
Fällt vom Baum.
Mit Würde.
Wird zur Erde.
Bringt neues Leben hervor.

Zusammenfassung

Khushwant Singh untersucht das Spannungsfeld zwischen dem ›Chronos‹ als Ausdruck einer linearen und ökonomisierten Zeitvorstellung und dem ›Kairos‹ als erlebter Eigenzeit. Er zeigt, dass Zeitkonzepte nicht neutral sind, sondern Weltdeutungen und gesellschaftliche Machtverhältnisse widerspiegeln und zugleich eng mit Vorstellungen von Leben und Tod verbunden sind. Lineare Zeitvorstellungen wie der gregorianische Kalender setzten sich historisch unter anderem im Zuge von Kolonisierung und kultureller Hegemonie durch und verdrängten zyklische Perspektiven. Sie begünstigten nicht nur die Ausbeutung von Mensch und Natur, sondern stehen auch in Verbindung mit gegenwärtigen Entwicklungen wie ›Longevity‹ und Transhumanismus. Ausgehend von der Lebensweise der Sikhi, die sich seit dem 15. Jahrhundert n.Chr. in Asien entwickelte, eröffnet der Beitrag eine spirituelle und zyklische Sicht auf Zeit und göttliche Ordnung. Der Essay lädt dazu ein, Zeit in einer kapitalistischen und digitalisierten Welt jenseits linearer Fortschrittsvorstellungen zu denken und den Tod nicht als Ende, sondern als Übergang innerhalb einer kosmischen Evolution zu verstehen.

Summary

Khushwant Singh examines the tension between ›Chronos‹ as a linear, economized conception of time and ›Kairos‹ as lived, experiential time. He argues that conceptions of time are not neutral but reflect worldviews and social power structures while remaining closely intertwined with conceptions of life and death. Linear conceptions of time, exemplified by the Gregorian calendar, became historically dominant through processes such as colonialism and cultural hegemony, displacing cyclical perspectives. They not only fostered the exploitation of human beings and the natural world but are also linked to contemporary developments such as ›Longevity‹ and transhumanism. Drawing on the Sikh way of life, which emerged in Asia from the fifteenth century CE onward, the article offers a spiritual and cyclical understanding of time and divine order. It invites readers to rethink time beyond linear notions of progress in a capitalist and digitalized world and to understand death not as an end but as a transition within cosmic evolution.

Schlüsselbegriffe

Chronos, Eschatologie, Gurbani, Gurmat, Hukam, Kairos, Kalender, Kolonisierung, Kosmos, lineare Zeitvorstellungen, Sikhi, Sikhs, Tod, Transhumanismus, Zeit, zyklische Zeitvorstellungen.

Das Paradox der Zeit:

Gemessene versus wahrgenommene Eigenzeit

Zeit und Tod sind zwei Seiten einer Medaille. Wie wir Zeit deuten, beeinflusst auch, wie wir dem Tod begegnen. Und wie wir den Tod sehen, hängt davon ab, wie wir leben. Ausgehend von den Einsichten der Sikhi eröffnet dieser Essay einen Reflexionsraum für eine spirituelle Sicht auf Zeit und Tod und setzt sie in Beziehung zu kolonialen Entwicklungen sowie gegenwärtigen Herausforderungen der Menschheit. Beginnen wir mit dem Thema Zeit. Keine Uhr kann das Gefühl eines Augenblicks einfangen. Hinter der Fassade aus 86.400 Sekunden und 24 Stunden pro Tag verbergen sich viele Geheimnisse, die sich jeder Messbarkeit entziehen. So erfahren wir Zeit häufig in zweierlei Weise: als lineare und messbare Zeit – den ›Chronos‹ – sowie als erlebte Eigenzeit – den ›Kairos‹.

Die Physik definiert objektive Zeit in Einheiten anhand der Schwingung von Cäsium-Atomen. Wir hingegen erleben Zeit subjektiv. Sie dehnt sich aus oder zieht sich wie ein lebendiges Gewebe zusammen, je nachdem, wie wir ein Ereignis wahrnehmen. Momente der Angst erscheinen uns ewig, während Stunden voller Freude wie im Flug vergehen. In Augenblicken

hoher Intensität speichert unser Gehirn mehr Details, wodurch sich die Zeit in der Rückschau auszudehnen scheint. Wenn wir hingegen routinemäßig handeln, filtert das Gehirn die Redundanz heraus, und die Zeit scheint rückblickend zu schrumpfen. Für Kinder vergehen Jahre oft langsamer, da ihr Gehirn ständig neue Reize verarbeitet, während sie im Alter zu rasen scheinen, da die Anzahl prägender Erlebnisse abnimmt und Routinen überwiegen (Adam, 1990; Wittmann, 2016). Nicht nur die Wissenschaft befasst sich mit dem Phänomen Zeit. Auch in Romanen finden wir bemerkenswerte Schilderungen.

»Momo«, »Longevity« und der Transhumanismus

In Michael Endes Roman »Momo« (1973) leistet ein Mädchen Widerstand gegen die grauen Herren, die Agenten der Zeit-Spar-Kasse. Sie überreden die Menschen dazu, Zeit zu sparen, indem sie auf Träumen, Spielen, Kunst, Freundschaft oder Nichtstun verzichten. Die Menschen werden dadurch hektisch, kalt und freudlos, obwohl sie glauben, effizienter zu werden. Ihr Leben wirkt nun eher wie ein Tod. Die kleine Momo ist die Einzige, die dem standhalten kann. Da sie keine Pläne für die Zukunft und keine Sorgen um die Vergangenheit hat, lebt sie im Augenblick. Sie ist eine Meisterin des »Kairos« und hat eine besondere Gabe: Sie kann zuhören.

Die grauen Herren symbolisieren den »Chronos«: eine lineare, ökonomisierte Zeitvorstellung, in der jede Sekunde einen Nutzwert haben muss. Meister Secundus Minutus Hora und die Schildkröte Kassiopeia, die Momo beistehen, fungieren als Personifikationen unterschiedlicher Zeitvorstellungen. Meister Hora symbolisiert das Wesen zyklischer Kreisläufe. Seine Erscheinung verändert sich im Verlauf des Tages vom Greis bis zum Kind. Danach beginnt der Zyklus von Neuem. Kassiopeia steht für eine Form von Zeit, die sich der Messbarkeit entzieht. Sie bewegt sich langsam, ist aber dennoch immer zur rechten Zeit am richtigen Ort. Sie kann sogar ein wenig in die Zukunft sehen. Dies symbolisiert Intuition, die nicht rechnet, sondern einfach weiß. Ihr Name verweist auf ein Sternbild und unterstreicht damit ihre Verbindung zum Kosmischen. Momo schafft es mit Hilfe der beiden, das Hauptquartier der Zeitdiebe zu finden und die gestohlene Zeit in Form von Stundenblumen zu den Menschen zurückzubringen. Das Bild der Stundenblumen hilft, Zeit von einer mathematischen Größe in ein lebendiges Phänomen zu verwandeln. Eine Blume blüht und verwelkt. Weder sie noch ihr Duft und ihre Schönheit können aufgespart werden.

Was Michael Ende literarisch entwarf, ist heute in vielerlei Hinsicht Realität geworden: Zeit soll nicht mehr nur gespart, sondern optimiert und schließlich überwunden werden. Gerade in Industrienationen verfügen wir aufgrund zahlreicher technischer und medizinischer Fortschritte über mehr Geld, Annehmlichkeiten und Freizeit als Menschen früherer Epochen, etwa während der Industrialisierung. Der ›World Happiness Report‹ aus dem Jahr 2026 zeigt jedoch, dass steigender materieller Wohlstand nicht automatisch zu höherer Lebenszufriedenheit führt. Als zentrale Einflussfaktoren identifiziert der Bericht den Verlust realer sozialer Bindungen, sinkendes Vertrauen in Mitmenschen und Institutionen sowie zunehmende psychische Belastungen. Auffällig ist, dass Länder mit hoher sozialer Fragmentierung und wachsender Einsamkeit niedrigere Werte für Wohlbefinden aufweisen, selbst wenn Einkommen und Konsumniveau hoch bleiben. Höhere Nutzung sozialer Medien bei Jugendlichen korreliert mit geringerer Lebenszufriedenheit bzw. geringerem Wohlbefinden. Der Bericht verweist darauf, dass menschliche Zufriedenheit stärker von stabilen Beziehungen, Vertrauen und gesellschaftlicher Verbundenheit abhängt als von rein wirtschaftlichem Wohlstand (Helliwell et al., 2026). Dieser Befund überrascht, denn eigentlich nutzen wir immer mehr Zeit zur Selbstoptimierung. Einen Anteil an dieser Entwicklung hat unser Umgang mit digitalen Technologien, die zugleich Symptom und Verstärker sind.

Viele virtuelle Austauschplattformen und KI-gestützte Chatbots sind darauf ausgelegt, unser Bedürfnis nach Aufmerksamkeit und Selbstdarstellung gezielt anzusprechen. Durch algorithmisch gesteuerte Inhalte versuchen sie, uns möglichst lange zu binden. Sie erzeugen den Eindruck, hinter jedem weiteren Wischen oder Klick warte ein noch befriedigenderer Impuls. So investieren wir immer mehr Zeit in digitale Medien, vergleichen uns mit anderen anhand von Likes und Followern und stehen scheinbar permanent miteinander in Verbindung. In existenziellen Krisensituationen zeigt sich jedoch, wie flüchtig digitale Netzwerke sein können und dass virtuelle Nähe menschliche Verbundenheit nur begrenzt ersetzen kann (Rushkoff, 2013; Rosa, 2005; Wajcman, 2015; Haidt, 2024).

›Longevity‹ und der Transhumanismus sind eine neue Form der Selbstoptimierung und Beherrschung der Zeit. Das menschliche Altern soll durch Optimierung der Ernährung und durch Technologie nicht nur verlangsamt werden. Ziel ist, den Tod als biologische Notwendigkeit zu überwinden. In dieser biotechnokratischen Vision wird der Körper als reparaturbedürftige Hardware betrachtet. Er soll durch klinische Eingriffe, genetische Optimie-

rung oder sogar durch das Hochladen des Bewusstseins in digitale Speicher unsterblich werden. Insbesondere vermögende Personen investieren in Verfahren der Kryonik: Ihre Körper werden nach dem Herzstillstand in flüssigem Stickstoff bei etwa -196°C gelagert, in der Hoffnung auf eine technologisch hervorgerufene Reanimation in der Zukunft. Zeit wird hier als lineare Variable betrachtet, die durch Eingriffe kontrolliert werden soll (Ettinger, 1962; More, 2013; Attia & Gifford, 2023).

Der Versuch, Zeit beherrschbar zu machen, begann lange vor der modernen Biotechnologie und offenbart sich besonders bei der Setzung jener zeitlichen Fixpunkte, die unseren Alltag ordnen.

Definitionsmacht des Jahresanfangs und die Beherrschbarmachung von Zeit

Warum beginnt das Neujahr eigentlich am 1. Januar? Bei genauerer Betrachtung entpuppt sich unser heutiger Kalender nicht als Naturkonstante, sondern als menschengemachtes Machtinstrument.

Im antiken Rom begann das Jahr ursprünglich im März. Neujahr war eng verbunden mit dem Frühling, dem Erwachen der Natur. Die Felder konnten wieder bestellt werden. Der März war aber auch verbunden mit militärischem Aufbruch. Denn Mars war nicht nur ein Gott des Ackerbaus, sondern auch des Krieges. Im Winter ruhten oftmals die Waffen aufgrund der Witterung. Mit dem März begann die neue Feldzugssaison. Der September (lateinisch *septem* = sieben) war der siebte und nicht wie heute der neunte und Dezember (*decem* = zehn) der zehnte Monat. Eine Anpassung erfolgte 153 v.Chr., als der römische Senat den Amtsantritt der Konsuln auf den 1. Januar legte. Der Jahresbeginn wurde damit zunehmend von ökologischen Rhythmen getrennt und in den Dienst staatlicher Effizienz gestellt. Julius Caesar festigte diese Ordnung im julianischen Kalender. In einem Reich, das sich von Gallien bis Ägypten erstreckte, mussten Befehle über lange Wege und Zeiträume koordiniert werden. Ein einheitlicher, linearer Kalender war hierbei hilfreich. Mit einem definierten Jahr von 365 Tagen war es einfacher, bürokratische und militärische Prozesse sowie Budgets zu planen. Papst Gregor XIII. ersetzte 1582 den julianischen durch den gregorianischen Kalender. Er führte eine verfeinerte Schaltregel ein. Die gregorianische Reform perfektionierte die Messung linearer Zeit, die vom Punkt Null der christlichen Zeitrechnung bis zum Ende der Zeit, also bis zum Jüngsten Gericht, in die Zukunft weist (Richards, 1998; Borst, 1990; Steel, 2000).

Interessant ist, dass alternative lineare Kalender den Punkt Null nicht bei einer religiösen Figur ansetzen. Die Zählweise des Holozän-Kalenders beginnt mit der Entstehung der menschlichen Zivilisation. Demnach befinden wir uns heute im Jahr 12.026 Human Era. Das Konzept der ›Big History‹ bettet den Menschen in eine epische Evolution ein. Demnach beginnt die Zeitrechnung vor etwa 13,8 Milliarden Jahren mit dem Urknall und der Entstehung unseres beobachtbaren Universums (Emiliani, 1993; Knoll, 2003; Christian, 2018). Solche alternativen Zeiteinteilungsmodelle erinnern uns daran, dass wir Menschen nicht die Krone der Schöpfung sind, sondern Lebewesen in einem uralten Ökosystem. Die Feier eines neuen Jahres kann in einer solchen Zeitperspektive als Verneigung vor der Magie und Resilienz des Lebens verstanden werden – vor einem Leben, das Meteoriteneinschläge, Eiszeiten, Massenaussterben und Kontinentaldrift überdauerte.

Lineare Hegemonie:

Die Kolonisierung indigener Zeitvorstellungen

Ein Blick in die Kolonialgeschichte und ihre vielfältigen, bis heute andauernden Auswirkungen auf (End-)Zeitvorstellungen verschiedenster Traditionen hilft uns, die machtpolitischen Dimensionen des Themas Zeit besser zu verstehen.

Der Begriff ›Eschatologie‹ geht maßgeblich auf den lutherischen Theologen Abraham Calov zurück, der im 17. Jahrhundert n.Chr. lebte. Er bezeichnet – ausgehend von abrahamitischen Sichtweisen – Vorstellungen eines Weltendes und eines finalen Gottesgerichts, bei dem die Geschöpfe zur Rechenschaft gezogen werden (Pannenberg, 1993). Dieses lineare Endzeitdenken blieb keine innerkirchliche Angelegenheit, sondern spielte auch im Kolonialismus eine Rolle.

Getragen vom Überlegenheitsgefühl europäischer Mächte wurden lokale Zeitvorstellungen und astronomische Zeitrechnungen, die auf der Beobachtung von Naturvorgängen beruhten, im Zuge der Kolonisierung abgewertet und zurückgedrängt. Missionare nahmen dabei häufig eine Schlüsselfunktion ein, indem sie ihre Glaubensvorstellungen, darunter auch ihre Eschatologie, der lokalen Bevölkerung näherbrachten. Die Kirchenglocke symbolisiert dies eindrücklich. Die Einführung eines strukturierten Tagesablaufs in Missionsstationen mit festen Zeiten für Gebet, Arbeit und Unterricht half, lokale, zumeist zyklenbasierte Weltansichten durch eine mechanische Taktung zu ersetzen. In der Landwirtschaft wurden einheimische Bauern dazu angehalten, nicht mehr nach dem Bedarf des Bodens oder der

Gemeinschaft zu säen, sondern nach den Terminbörsen der Kolonialmächte.

Da Bildung und der Zugang zu administrativen Ressourcen an die Beherrschung der Sprache, der Schrift, des Habitus und der Verwaltungsprozesse der Kolonisatoren geknüpft waren, passten sich die Einheimischen gemäß den ihnen jeweils zur Verfügung stehenden Handlungsoptionen an. So wurden indigene Sprachen und Einsichten allmählich an den Rand gedrängt. Der Begriff Hegemonie fasst diese facettenreiche Form der Vorherrschaft zusammen: Sie beruht nicht allein auf psychischer und physischer Gewalt sowie einer Überlegenheit an Ressourcen, sondern auch auf kultureller Assimilation und Zustimmung. Wenn Vorstellungen, Sprache, Verwaltungstechniken und Wirtschaftsformen von Kolonisatoren so sehr verinnerlicht werden, dass sie im Verlauf der Generationen als alternativlos, erstrebenswert oder gar als eigene Kultur begriffen werden, ist die effektivste Form der Kolonisierung erreicht.

Die Einführung der mechanischen Uhrzeit und des gregorianischen Kalenders in den Kolonien diente also nicht nur der Vereinheitlichung, sondern auch dazu, die Arbeitskraft der lokalen Bevölkerung zu disziplinieren und sie für das globale Handelsnetzwerk anschlussfähig zu machen. Kontrollinstrumente wie die Stechuhr halfen, Einheimische dem Takt der industriellen Produktion zu unterwerfen und die traditionellen Lebensrhythmen durch eine messbare und profitmaximierende Arbeitszeit zu ersetzen (Fanon, 1967; Said, 1978; Ngugi wa Thiong'o, 1986; Mudimbe, 1988; Comaroff & Comaroff, 1991; Nanni, 2012; Shiva, 1993).

Lunisolare Kalender und kosmische Rhythmen

Die globale Dominanz linearer Zeitvorstellungen überdeckt zumeist alternative Entwürfe, die über Jahrtausende hinweg entwickelt wurden. Bereits ein kurzer Blick in solche Traditionen, die Zeit eher zirkulär begreifen, offenbart, dass sie aus aufmerksamer Beobachtung kosmischer Vorgänge und Veränderungen in der Natur hervorgegangen sind.

Die alleinige Orientierung am Sonnenlauf reichte zahlreichen Kulturen bei der Entwicklung naturorientierter Zeiteinteilungen nicht aus. Diese Zivilisationen waren sich bewusst, dass der Mond über die Gezeitenkräfte nicht nur die globalen Meeresströmungen und damit die Lebenszyklen mariner Ökosysteme beeinflusst, sondern auch die Fortpflanzungs- und Wandlungsmuster zahlreicher Lebewesen. Für sie bildete die Beobachtung der Mondphasen eine natürliche Uhr, anhand derer sich kritische ökologische

Zeitfenster für Fischerei und Landwirtschaft vorhersagen ließen. Entsprechend berücksichtigten lunisolare Kalendersysteme Mond und Sonne gleichermaßen, um Feiertage mit den biologischen Zyklen von Saat und Ernte zu harmonisieren. Erste Formen solcher lunisolaren Konzepte wurden bereits vor über 4000 Jahren in Mesopotamien im heutigen Irak entwickelt und finden sich bis heute in Asien, unter anderem in China und Indien. Ein Beispiel ist der lunisolare Kalender ›Bikrami‹. Dieser wird seit über 2000 Jahren in Nordindien, auch im Panjab, der Ursprungsregion der Sikhi, verwendet (Mbiti, 1969; Needham, 1959; Hall, 1983).

Dieser kurze Blick in die Geschichte lunisolaren Kalender lässt bereits erahnen, wie Menschen seit Jahrtausenden versucht haben, das Irdische mit dem Kosmischen in Einklang zu bringen. Die Lebensweise der Sikhi liefert in diesem Zusammenhang bisher noch wenig bekannte, gleichwohl tiefgründige Einsichten in das Wesen der Zeit und des Todes.

Grundeinsichten der Sikhi:

Die Verwobenheit allen Seins

Sikhi ist die ursprüngliche Bezeichnung für die Lebensweise der Sikhs und entwickelte sich ab dem 15. Jahrhundert n.Chr. im historischen Panjab, der heute zwischen Indien und Pakistan geteilt ist. Sie hat etwa 25 Millionen Anhänger, die sich Sikhs nennen. Sikhi fußt auf einzigartigen Traditionen, darunter einer eigenen Schrift, ›Gurmukhi‹, einer eigenen Namensgebung, einer ausgeprägten Rezitationskunst und einem würdigen Erscheinungsbild, das unter anderem durch einen kunstvoll gewickelten Turban sichtbar wird. Sie geht auf spirituelle Weisheiten, ›Gurmat‹, zurück, die den mehr als 30 Weisen, den ›Gur‹ und ›Bhagat‹, offenbart wurden. Diese wurden im Verlauf der Zeit schriftlich überliefert und als ›Gurbani‹ im Gesamtwerk ›Guru Granth Sahib‹ (GGS) zusammengetragen.

Sikhi sieht alle Lebewesen als gleichwürdigen Teil einer Familie an. Ihre Weisheiten helfen, Kindheitsprägungen und die Identifikation mit vergänglichen Phänomenen sowie die Entfremdung von der Natur zu reflektieren, natürliche Bedürfnisse von Begierden zu unterscheiden und eine zyklische Weltsicht anzunehmen. Ausgehend davon inspirieren die Weisheiten zu einer spirituellen, gesunden, würdevollen sowie ethischen Lebensführung im Einklang mit der Umwelt und dem Göttlichen.

In diesem Zusammenhang hilft es, das Wort ›Guru‹ einzuordnen. Es wird als Name für das namenlose Göttliche verwendet. Es steht für das lehrende Erleuchtungsprinzip im Kosmos, das im Sein selbst wirkt. ›Gur‹

hingegen bezeichnet die Weisheit des ›Guru‹ oder erleuchtete Botschafter. Damit sind demütige Diener gemeint, die die Weisheiten des Göttlichen in sich verkörpern und die ihnen offenbarten Weisheiten durch ihr Sein ins Leben tragen. Gleichwohl sehen sich solche Diener selbst niemals als Meister oder Propheten, sondern als demütige Schüler (Sikhs) des einen göttlichen Lehrmeisters der Erleuchtung, des ›Guru‹, der es allein vermag, den dunklen Schleier der Unkenntnis zu lüften.

ਭੁਲਣ ਅੰਦਰਿ ਸਭੁ ਕੋ ਅਭੁਲੁ ਗੁਰੁ ਕਰਤਾਰੁ ॥ GGS, 61, M.1
ਹਰਿਹਮਰਾ ਹਮ ਹਰਿਕੇ ਦਾਸੈ ਨਾਨਕ ਸਬਦੁ ਗੁਰੂ ਸਚੁ ਦੀਨਾ ਜੀਉ ॥੪॥੧੪॥੨੧॥ GGS,
100, M.5

In der Lebensweise der Sikhi nimmt Vertrauen in den ›Hukam‹ eine zentrale Stellung ein. Damit ist eine kosmische Ordnung gemeint, die aus Zyklen des Werdens und der Veränderung besteht. Geburt, Leben und Tod werden nicht als Endpunkte angesehen, sondern als Übergänge innerhalb eines größeren Kreislaufs, der materielle, biologische und spirituelle Evolution ermöglicht.

ਜੰਮਣੁ ਮਰਣਾ ਹੁਕਮੁ ਹੈ ਭਾਣੈ ਆਵੈ ਜਾਇ ॥ GGS, 472, M.1

Diese Grundeinsicht kommt pointiert im Eröffnungsvers der ›Gurbani‹ poetisch zum Ausdruck. Der Eröffnungsvers nähert sich dem Göttlichen wie folgt:

ੴ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਰਿਭਉ ਨਰਿਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ
॥ GGS, 1, M.1

Die ersten Worte ›Ik Oankar‹ symbolisieren ewige Einheit. Sie weisen auf eine unendliche und wahrhafte kreative Quelle allen Lebens hin. Sie ist jenseits von Angst und Feindschaft; sie altert nicht und ist weder Geburt noch Tod unterworfen. Diese schöpferische Kraft ist in allem gegenwärtig und trägt Weibliches und Männliches in sich. Sie wird im weiteren Verlauf unter anderem als kosmischer Ozean beschrieben, der von jeher wahr war, wahr ist und immer wahr sein wird. Dieser göttliche Ozean trägt alles Seiende in sich und besteht aus unendlichen erleuchteten Seelentropfen.

ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥ ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ॥੧॥ GGS, 1, M.1
ਆਪਹਿ ਏਕੁ ਆਪਹਿ ਅਨੇਕੁ ॥ GGS, 279, M.5
ਸਾਗਰ ਮਹਿ ਬੂੰਦ ਬੂੰਦ ਮਹਿ ਸਾਗਰੁ ਕਵਣੁ ਬੁਝੈ ਬਧਿ ਜਾਣੈ ॥ GGS, 878, M.1

Während in der Sikhi also von einer unergründlichen und ewigen Verwobenheit gesprochen wird, deren Mysterium niemand – auch keine religiösen Gelehrten oder Schriften – angemessen zu beschreiben vermag, sprechen Quantenphysiker von relationalen Modellen, vernetzter Raum-

zeit und Quantenverschränkung, bei der Teilchen und Felder über Raumgrenzen hinweg miteinander korrelieren. Das Universum besteht demnach nicht einfach aus Objekten, sondern aus Relationen (Goswami et al., 1993; Rovelli, 2021).

ਕਵਣੀ ਸਿਰੁਤੀ ਮਾਹੁ ਕਵਣੁ ਜਤਿੁ ਹੋਆ ਆਕਾਰੁ ॥ ... ਜਾ ਕਰਤਾ ਸਰਿਠੀ ਕਉ ਸਾਜੇ ਆਪੇ
ਜਾਣੈ ਸੋਈ ॥ GGS, 4, M.1

Auf einer makrokosmischen Ebene beschreiben die Weisheiten, dass alles Existierende sich fortwährend verändert und expandiert und irgendwann – ähnlich einem Schwarzen Loch – wieder in sich zusammenfällt. Für unbestimmte Zeit herrscht dann eine unmanifestierte Ordnung, gekennzeichnet durch ›Sun Samadhi‹, die Versunkenheit der ewigen Einheit in sich selbst. Sobald das Mysterium der Einheit die Ruhephase beendet, erwacht das Universum und das kosmische Spiel beginnt von Neuem, ohne ein lineares Endziel.

ਅਰਬਦ ਨਰਬਦ ਧੰਧੁਕਾਰਾ ॥ ਧਰਣੀ ਨ ਗਗਨਾ ਹੁਕਮੁ ਅਪਾਰਾ ॥ ਨਾ ਦਨਿੁ ਰੈਨਨਿ ਚੰਦੁ ਨ
ਸੂਰਜੁ ਸੁੰਨ ਸਮਾਧੀ ਲਗਾਇਦਾ ॥੧॥ GGS, 1035, M.1
ਕੋਈ ਬਾਰ ਪਸਰਦਿ ਪਾਸਾਰ ॥ ਸਦਾ ਸਦਾ ਇਕੁ ਏਕੰਕਾਰ ॥ GGS, 276, M.5

Das Leben als seelische Heilstätte

Ausgehend vom zyklischen Grundverständnis zeichnet sich eine spirituelle Lebensführung in der Sikhi dadurch aus, dass der körperliche Tod weder als etwas Furchtbares noch als ein Zeitpunkt der Bestrafung angesehen wird. Der Tod wird als Übergang wahrgenommen. Aus Sicht des bisherigen Lebens schließt sich hinter einem eine Tür. Aus der Perspektive des neuen Lebens öffnet sich eine neue Pforte, durch die die Seele eintritt. In diesem neuen Raum kann nun die Therapie der inneren Vervollkommenung mit den Umständen fortgeführt werden, die zur Heilung dienlich sind. Alles Vergängliche wie der Körper und die soziale Identität wurden hinter sich gelassen. Gleichwohl ist der seelische Grad der Erkenntnis, mit anderen Worten die Reinheit des Lichtes der Seele, als Essenz erhalten geblieben.

ਸਭ ਬੁਧੀ ਜਾਲੀਅਰਿ ਇਕੁ ਰਹੈ ਤਤੁ ਗਿਆਨੁ ॥੪॥ GGS, 1413, M.3

Diesen Einsichten zufolge wird das Leben als therapeutische Heilstätte für alle inkarnierten Seelen angesehen, die aufgrund ihrer Überheblichkeit eine Trennung von ihrer eigentlichen spirituellen Heimat und Familie erleben. Nach unzähligen Reinkarnationen durch alle Lebensformen im Zuge spiritueller Evolution kann ein erwachter Mensch wieder vollständige Einheit erfahren und aus der Diaspora zur ursprünglichen göttlichen Familie in der Heimat zurückkehren.

ਯਾ ਜੁਗ ਮਹਿ ਏਕਹਿ ਕਉ ਆਇਆ ॥ ਜਨਮਤ ਮੋਹਓ ਮੋਹਨੀ ਮਾਇਆ ॥ GGS, 251, M.5
ਲਖ ਚਉਰਾਸੀਹ ਜੋਨਿ ਸਬਾਈ ॥ ਮਾਣਸ ਕਉ ਪ੍ਰਭਾ ਦੀਈ ਵਡਾਇਈ ॥ GGS, 1075, M.5
ਪਸ ਪੰਖੀ ਬਰਿਖ ਅਸਥਾਵਰ ਬਹੁ ਬਧਿ ਜੋਨਿ ਭ੍ਰਮਾਓ ਅਤਿ ਭਾਰੀ ॥ GGS, 1388, M.5
ਹਉ ਆਇਆ ਦੂਰਹੁ ਚਲਿ ਕੈ ਮੈ ਤਕੀ ਤਉ ਸਰਣਾਇ ਜੀਉ ॥ GGS, 763, M.5



Abb. 1: Schematische Darstellung spiritueller Evolution: Je verhafteter ein Mensch mit vergänglichen Phänomenen ist, desto größer ist sein Ego und seine Anziehung zum Weltlichen. Je gleichmütiger und spiritueller ein Mensch wird, desto kleiner wird sein Ego und geringer die weltliche Anziehung. Die Auflösung des Egos ist erreicht, wenn vollständige seelische Heilung und damit ein Zustand der Vervollkommenheit erlangt sind. Der Kreislauf von Leben und Tod ist dann überwunden. Die Seele erhöht sich aus den weltlichen Niederungen und kehrt zurück ins Heimatland aller erleuchteten Seelen. Credits: KI, Gemini, 12.5.2026.

Die Wahrnehmung von Zeit als lineares Phänomen wird als menschliche Illusion angesehen, die durch eine unbewusste Lebensführung erzeugt wird. Diese ist geprägt von einer Identifikation mit dem, was materiell nachweisbar oder mit den Sinnesorganen erlebbar ist. Doch gerade in einer weltbejahenden und zugleich gleichmütigen Transzendierung vergänglicher Phänomene erschließt sich die eigentliche Tiefe der Existenz.

Die Kunst, lebend zu sterben

Der Tod wird in den Weisheiten der Sikhi immer wieder als Metapher für einen fortwährenden Zustand des Gleichmuts verwendet. Beherrscht ein Mensch diese Kunst, hat er egogetriebene Anhaftungen sowie das Streben nach Ruhm, Reichtum und Macht überwunden. Solch ein Mensch führt ein freudvolles und ethisches Leben, reflektiert die Auswirkungen des eigenen Denkens und Handelns mit Weitsicht und bringt sich dort gesellschaftlich ein, wo erforderlich.

ਹਸੰਦਾ ਖੇਲੰਦਾ ਪੈਨੰਦਾ ਖਾਵੰਦਾ ਵਚਿ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤੀ ॥੨॥ GGS, 522, M.5
ਮੰਦਾ ਮੂਲਾਨਿ ਕੀਚਈ ਦੇ ਲੰਮੀ ਨਦਰਾਨਿ ਹਾਲੀਐ ॥ ਜਉ ਸਾਹਬਿ ਨਾਲਾਨਿ ਹਾਰੀਐ ਤੇਵੇਹਾ

ਪਾਸਾ ਢਾਲੀਐ ॥ GGS, 474, M.2

Ein Mensch von dieser inneren Reife wird als ›Jiwan Mukat‹ bezeichnet – als jemand, der lebend gestorben und gerade deshalb unsterblich ist. Für ihn hat das Ende der Welt bereits stattgefunden, da die Illusionen der Vergänglichkeit durchschaut wurden.

ਜੀਵਨ ਮੁਕਤੀ ਸੋ ਆਖੀਐ ਮਰੀ ਜੀਵੈ ਮਰਿਆ ॥ GGS, 1098, M.5

ਕਬੀਰ ਜਸਿ ਮਰਨੇ ਤੇ ਜਗੁ ਡਰੈ ਮੇਰੇ ਮਨੀਆਨੰਦੁ ॥ ਮਰਨੇ ਹੀ ਤੇ ਪਾਈਐ ਪੂਰਨੁ ਪਰਮਾਨੰਦੁ
॥੨੨॥ GGS, 1365, Bhagat Kabir

Weder ein zukünftiges endgültiges Gericht noch der Tod entscheiden demzufolge über den Menschen, sondern vielmehr seine gegenwärtige innere Ausrichtung. Die Weisheiten der Sikhi betonen in diesem Kontext, dass es kosmische Prinzipien gibt, die in jedem Moment für alles Existierende wirksam sind. Dazu zählt einerseits das Prinzip von Ursache und Wirkung. Die individuellen und kollektiven Konsequenzen des Denkens und Handelns bestimmen entsprechend das Schicksal. Andererseits gehört dazu, dass Energie in einem abgeschlossenen System weder erschaffen noch vernichtet, sondern lediglich umgewandelt werden kann. Demgemäß geht im Universum weder materiell noch spirituell irgendetwas wirklich verloren, sondern unterliegt lediglich einem stetigen Fluss der Wandlung.

ਧਰਮ ਰਾਇ ਨੇ ਹੁਕਮੁ ਹੈ ਬਹਿ ਸਚਾ ਧਰਮੁ ਬੀਚਾਰੀ ॥ ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਦੁਸਟੁ ਆਤਮਾ ਓਹੁ ਤੇਰੀ

ਸਰਕਾਰ ॥ GGS, 38, M.3

ਜੇਹਾ ਬੀਜੈ ਸੋ ਲੁਣੈ ਮਥੈ ਜੋ ਲਖਿਆਸੁ ॥ ਰੈਣੀ ਵਹਿਣੀ ਪਛੁਤਾਣੀ ਉਠੀ ਚਲੀ ਗਈ ਨਰਿਸ
॥ GGS, 133, M.5

ਨਾ ਕਛੁ ਆਇਬੋ ਨਾ ਕਛੁ ਜਾਇਬੋ ਰਾਮ ਕੀ ਦੁਹਾਈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਜੇ ਬ੍ਰਹਮੰਡੇ ਸੋਈ ਪਾਏ
ਜੇ ਖੋਜੈ ਸੋ ਪਾਵੈ ॥ GGS, 695, Bhagat Pipa

Vor diesem Hintergrund dienen Himmel und Hölle als Metaphern für seelische Bewusstseinszustände. Hass und Gier etwa führen dazu, dass Menschen in destruktiven Mustern verhaftet bleiben. Wiedergeburt steht daher nicht nur für einen existenziellen Übergang, sondern auch für die Wiederkehr egoistischer Muster. Lebt ein Mensch im Einklang mit seinem seelischen Selbst und dem Fluss des Lebens, wachsen Vertrauen und Lebensfreude. Dieser Zustand wird unter anderem als paradiesisch beschrieben. Leidet ein Mensch, weil unersättliche Begierden unerfüllt bleiben, wird dies als Höllenqual angesehen.

ਮਮਾ ਜਾਹੁ ਮਰਮੁ ਪਛਾਨਾ ॥ ਭੇਟਤ ਸਾਧਸੰਗ ਪਤੀਆਨਾ ॥ ਦੁਖ ਸੁਖ ਉਆ ਕੈ ਸਮਤ ਬੀਚਾਰਾ

॥ ਨਰਕ ਸੁਰਗ ਰਹਤ ਅਉਤਾਰਾ ॥ ਤਾਹੁ ਸੰਗ ਤਾਹੁ ਨਰਿਲੇਪਾ ॥ GGS, 259, M.5

Jahreszeiten zur Selbstreflexion und Bewusstwerdung seelischer Reifung

Eine inspirierende Übung zur Selbstreflexion und Bewusstwerdung eigener Prägungen, Muster und innerer Bewusstseinszustände finden wir in den Versen des ›Barah Maha‹.

ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ ਮਾਂਝ ਮਹਲਾ ੫
ਤੁਖਾਰੀ ਛੰਤ ਮਹਲਾ ੧ ਬਾਰਹ ਮਾਹਾ

Die Verse wurden den Weisen Gur Nanak (GGS, 1107–1110, M.1) und Gur Arjan (GGS, 133–136, M.5) offenbart. Sie nutzen den vertrauten Charakter der Jahreszeiten als Metapher für die spirituelle Evolution eines Suchenden und beschreiben seinen Erfahrungsraum sowie seine inneren Zustände innerhalb des Lebenskreislaufs. Die sengende Hitze, der erlösende Regen oder der klirrende Frost bilden einen Spiegel für den Zustand der eigenen Seele auf ihrem Weg der Vervollkommnung.

Die Kompositionen transzendieren Vorstellungen von Jahreszeiten oder heiligen Orten. So steht ein kaltherziger Egoismus für spirituelle Öde inmitten des Frühlings. Der kälteste Winter erscheint angenehm, wenn bedingungslose Liebe und Weisheit die Herzen erwärmen. Der jeweilige Zyklus endet entsprechend nicht mit einem Datum, einer Jahreszeit oder an einem bestimmten Ort, sondern mit der erreichten Bewusstseinsstufe. Ausgehend davon werden wahrhafter Frühling und wahrer Feiertag als jene Zeit verstanden, in der intuitiv im Einklang mit dem Fluss des Lebens gelebt und die spirituellen Früchte eines tugendhaften Lebens geerntet werden.

ਨਾਨਕ ਵੈਸਾਖੀ ਪ੍ਰਭੂ ਪਾਵੈ ਸੁਰਤੀ ਸਬਦੀ ਮਨੁ ਮਾਨਾ ॥੬॥ GGS, 1108, M.1
ਸਾਈ ਘੜੀ ਸੁਲਖਣੀ ਸਮਿਰਤ ਹਰੀ ਨਾਮ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ GGS, 815, M.5

Epistemische Kolonisierung von Zeit- und Todesvorstellungen der Sikhi

Trotz dieser nicht-dualistischen und zyklischen Einsichten zu den Themen Zeit und Tod ist es in der Sikhi zu einer epistemischen Kolonisierung, also einer Besetzung des Denkens, gekommen, die eine Entfremdung von der spirituellen Lebensweise hervorgebracht hat. Ein Grund hierfür ist, dass Sikhs aufgrund ihrer einzigartigen und souveränen Lebensweise zunehmend Unterdrückung und Verfolgung ausgesetzt waren. Sikhs hinterfragten bestehende gesellschaftliche Dogmen und Ordnungen wie das Kastensystem, bestimmte Glaubensvorstellungen, ritualisierte und profitorientierte Praktiken sowie Gewalt im Namen der Religion. Dies führte dazu, dass die Tradierung der Weisheiten im andauernden Überlebenskampf gegen

hinduistische und muslimische Machthaber und im weiteren Verlauf gegen die britischen Kolonisatoren stockte.

Die vielfältigen Formen der Kolonisierung über die Jahrhunderte hinweg förderten Dogmatismus, Abgrenzung und Institutionalisierung sowie eine zunehmende Ritualisierung und Kapitalisierung. Hinduistisch, muslimisch und durch andere abrahamitische Traditionen gefärbte Übersetzungen und Interpretationen beeinflussten die Lebensweise immer stärker. So wurde Sikhi im Verlauf der Geschichte zum monotheistischen ›Sikhismus‹ oder zu einem synkretistischen Kriegertum bzw. einer Gesangs- und Meditationstradition reduziert (Oberoi, 1994; Mandair, 2009; Mandair, 2013; Bhogal, 2014).

Es ist wichtig, sich zu vergegenwärtigen, dass bewusste oder unbewusste Formen der Kolonisierung keine Einbahnstraße sind. Solche Entfremdungsprozesse vollziehen sich auf unterschiedliche Weise auch aus dem Inneren heraus. Sie zeigen sich in der Sikhi unter anderem darin, dass mangelhafte Interpretationen und Übersetzungen, die online oder über Apps frei zugänglich sind, global dominieren. Eine weitere Facette der Entfremdung wird sichtbar, wenn Akteure Sikhi als seelenlosen Humanismus darstellen. Dabei wird selbst der zentrale Kern der Sikhi geleugnet: die spirituelle und göttliche Kraft, die das Leben hervorbringt.

So wird der Mensch als molekulares Zufallsprodukt präsentiert, dessen Tod mit dem Kaputtgehen einer biologischen Maschine gleichgesetzt wird. Soziale Medien verstärken die daraus entstehende Kakophonie und Desorientierung unter den Anhängern. Chatbots auf Basis Künstlicher Intelligenz wie ChatGPT, Claude, Copilot oder Gemini können zusätzlich dazu beitragen, dominierende Diskurse, Missinterpretationen und wörtliche Übersetzungen der metaphorischen Weisheiten zu reproduzieren und zu verfestigen. Davon betroffen sind auch die Vorstellungen von Zeit und Tod, die durch lineare und materialistische Deutungsmuster überlagert werden.

Fazit

Zeit ist keine neutrale Konstante, sondern ein Spiegel von Weltanschauungen und Machtkonstellationen. Die Geschichte der Menschheit legt nahe, dass lineare Zeitvorstellungen bei all ihren weltlichen Errungenschaften dazu verleiten können, kontrollieren und optimieren zu wollen, den Tod als Bedrohung anzusehen und die Natur als ausbeutbare Ressource zu behandeln. Zyklische Zeitvorstellungen scheinen hingegen dazu beizutragen, sich eher als Gast auf Mutter Erde zu verstehen, im Vergehen eine Form des Werdens

und im Tod einen Übergang zu erkennen sowie die Natur als einen lebendigen und mit ihren Bewohnern verwobenen Organismus zu achten.

Komplementäre Perspektiven, die in diesem Essay angerissen wurden, können helfen, lineare Wachstumsmodelle durch ganzheitlichere Ansätze zu ergänzen und dadurch mögliche Langzeitschäden unseres Handelns für uns selbst, die Tierwelt und die Natur zu reduzieren. Eine zyklische Weltsicht ermutigt uns zum Zuhören und Beobachten. Sie fördert Demut und Balance. Letztlich führt sie uns vor Augen: Alles kehrt zu seinem Ursprung zurück.

Literatur

- Adam, Barbara (1990). *Time and Social Theory*. Cambridge: Polity Press.
- Attia, Peter & Gifford, Bill (2023). *Outlive. The Science and Art of Longevity*. New York: Harmony Books.
- Bhogal, Balbinder Singh (2014). Postcolonial and Postmodern Perspectives on Sikhism. In: Singh, Pashaura & Fenech, Louis E. (Hrsg.). *The Oxford Handbook of Sikh Studies*. Oxford: Oxford University Press (282–297).
- Borst, Arno (1990). *Computus. Zeit und Zahl in der Geschichte Europas*. Berlin: Wagenbach.
- Christian, David (2018). *Origin Story. A Big History of Everything*. New York: Little, Brown Spark.
- Comaroff, Jean & Comaroff, John L. (1991). *Of Revelation and Revolution. Christianity, Colonialism, and Consciousness in South Africa*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Emiliani, Cesare (1993). Calendar Reform. In: *Nature* 366/6457 (716).
- Ende, Michael (1973). *Momo*. Stuttgart: Thienemann.
- Ettinger, Robert C. W. (1962). *The Prospect of Immortality*. New York: Doubleday.
- Fanon, Frantz (1967). *Black Skin, White Masks*. New York: Grove Press.
- Goswami, Amit; Reed, Richard E.; Goswami, Maggie (1993). *The Self-Aware Universe. How Consciousness Creates the Material World*. New York: Jeremy P. Tarcher/Putnam.
- Guru Granth Sahib (o.J.). URL: www.sikhi.eu/s/GuruGranthSahib_Gurmukhi_Index_Unicode.pdf (Zugriff: 12.05.2026).
- Haidt, Jonathan (2024). *The Anxious Generation. How the Great Rewiring of Childhood Is Causing an Epidemic of Mental Illness*. New York: Penguin Press.
- Hall, Edward T. (1983). *The Dance of Life. The Other Dimension of Time*. New York: Anchor Books.
- Helliwell, John F.; Layard, Richard; Sachs, Jeffrey D.; De Neve, Jan-Emmanuel; Aknin, Lara B.; Wang, Shun (Hrsg.) (2026). *World Happiness Report 2026*. Oxford: University of Oxford, Wellbeing Research Centre.

- Knoll, Andrew H. (2003). *Life on a Young Planet. The First Three Billion Years of Evolution on Earth*. Princeton: Princeton University Press.
- Mandair, Arvind-Pal Singh (2009). *Religion and the Specter of the West. Sikhism, India, Postcoloniality, and the Politics of Translation*. New York: Columbia University Press.
- (2013). *Sikhism. A Guide for the Perplexed*. London: Bloomsbury Academic.
- Mbiti, John S. (1969). *African Religions and Philosophy*. Oxford: Heinemann.
- More, Max (2013). *The Philosophy of Transhumanism*. In: More, Max & Vita-More, Natasha (Hrsg.). *The Transhumanist Reader. Classical and Contemporary Essays on the Science, Technology, and Philosophy of the Human Future*. Chichester, West Sussex: Wiley-Blackwell (3–17).
- Mudimbe, Valentin-Yves (1988). *The Invention of Africa. Gnosis, Philosophy, and the Order of Knowledge*. Bloomington/Indianapolis: Indiana University Press.
- Nanni, Giordano (2012). *The Colonisation of Time. Ritual, Routine and Resistance in the British Empire*. Manchester: Manchester University Press.
- Needham, Joseph (1959). *Science and Civilisation in China. Vol. 3: Mathematics and the Sciences of the Heavens and the Earth*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Ngugi wa Thiong'o (1986). *Decolonising the Mind. The Politics of Language in African Literature*. London: James Currey.
- Oberoi, Harjot (1994). *The Construction of Religious Boundaries. Culture, Identity, and Diversity in the Sikh Tradition*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Pannenberg, Wolfhart (1993). *Systematische Theologie. Band 3*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Richards, Edward Graham (1998). *Mapping Time. The Calendar and Its History*. Oxford: Oxford University Press.
- Rosa, Hartmut (2005). *Beschleunigung. Die Veränderung der Zeitstrukturen in der Moderne*. Frankfurt/Main: Suhrkamp.
- Rovelli, Carlo (2021). *Helgoland. Wie die Quantentheorie unsere Welt verändert*. Hamburg: Rowohlt.
- Rushkoff, Douglas (2013). *Present Shock. When Everything Happens Now*. New York: Current.
- Said, Edward W. (1978). *Orientalism*. New York: Pantheon Books.
- Shiva, Vandana (1993). *Monocultures of the Mind. Perspectives on Biodiversity and Biotechnology*. London: Zed Books.
- Steel, Duncan (2000). *Marking Time. The Epic Quest to Invent the Perfect Calendar*. New York: John Wiley & Sons.
- Wajcman, Judy (2015). *Pressed for Time. The Acceleration of Life in Digital Capitalism*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Wittmann, Marc (2016). *Felt Time. The Science of How We Experience Time*. Cambridge: MIT Press.

Kurzbiographie

Singh, Khushwant, studierte Ethnologie, Erziehungswissenschaften und Sozialanthropologie. Er ist Gründungsmitglied und ehemaliger Vorsitzender des Rates der Religionen Frankfurt/Main. Zudem arbeitet er mit der Stiftung Weltethos und der Stiftung gegen Rassismus zusammen.

Korrespondenz

Khushwant Singh

Email: khusingh@gmail.com

