

Moment mal

MONATSBLOG JULI

KAPUTT GERACKERT?

Aufgepasst: Hochfahren und Ausschalten des Computers gelten als Arbeitszeit. Das haben Juristen jetzt noch einmal klargestellt. Gut zu wissen, das bietet die Chance zur Frage, wie die Zeit sinnvoll genutzt werden kann.

Viele haben Routinen entwickelt: Kaffee kochen, Pflanzen gießen, Schreibtisch aufräumen. Es wäre aber auch völlig okay, gar nichts zu tun und vor dem gnadenlosen Öffnen des Emailpostfachs einfach eine Minute aus dem Fenster zu blicken und durchzuatmen. Das wäre jedenfalls lebensdienlicher als manche Gewohnheit in anderen Arbeitskulturen, z.B. in Japan, wo es tatsächlich ein Wort für den Tod durch Überarbeiten gibt: »karoshi«.

Dass Arbeitsschutz und Selbstsorge hohe Werte sind, entdecken nicht wenige Menschen erst später im Leben. Oft kommt dann auch der Mut dazu, ihnen wirklich zu folgen.

Bei unseren Großeltern stand früher eine kleine Holztafel auf dem Sekretär mit dem Spruch: »Du weißt nicht mehr, wie Blumen duften. Kennst nur die Arbeit und das Schuften. Da geh'n sie hin, die schönen Jahre. Und einmal liegst du auf der Bahre. Und hinter dir, da grinst der Tod, kaputt gerackert, Vollidiot!«

Wohl wahr, es ist klug zu bedenken, dass viele kleine Gelegenheiten im Leben nicht wiederkommen — und: Rackern ist kein Selbstzweck.

Ihnen und Euch eine schöne Urlaubszeit.

Boris Krause
Caritasverband für die Diözese Münster