EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Ev. Rundfunkreferat NRW. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in 1Live | 28.01.2019 floatend Uhr | Maike Siebold

Die neue Währung

Gestern war mal wieder ein ganz schön langer Tag. Als Letzter aus dem Büro und dann hab ich zu Hause noch ein paar Mails beantwortet.

Meine Freunde stöhnen schon, weil so busy bin, dass ich kaum noch Zeit für sie habe. Mein Schlafrhythmus ist auch gestört. Ich fühle mich häufig gerädert. Aufhören kann ich erst, wenn ich richtig erschöpft bin.

Wenn mir jemand erzählt, dass seine Arbeit gar nicht stressig ist, dann bin ich fast irritiert: Strengt der sich denn nicht genug an? Ist er nicht ausgelastet? Wird er beruflich nicht ernstgenommen? Also, Lob und Anerkennung wird er mit so einer Haltung sicher nicht ernten. "Anstrengung“ ist die neue Währung und sie kostet unheimlich viel. Mehr, als es mir guttut. Stolz bin ich auf den Grad der Erschöpfung, nicht mehr unbedingt auf das Ergebnis meiner Arbeit. Das ist doch bullshit, oder!?

Die wirklich wesentlichen Dinge im Leben wie Liebe, Gesundheit und Glück gewinne ich nicht durch Anstrengung. Es gibt wenig wirklich Wertvolles, was der Mensch nur durch Anstrengung erreicht.

Und dennoch lebe ich so, als wäre es eine unbestreitbare Wahrheit.

Also: Weg mit dem Erschöpfungsstolz, mehr ruhige Momente, neue Dehnungsfugen im Alltag, Zeiten die unverplant sind und darüber nachdenken, was ich mir wirklich wünsche.

Sprecher: Daniel Schneider