



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

Kirche in WDR 3 | 05.07.2022 07:50 Uhr | André Müller

## Leben in "Work-Life-Balance"

Guten Morgen, liebe Hörerinnen und Hörer!

Jedes Jahr führe ich mit meinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern Jahresgespräche. Dafür plane ich mittlerweile eine ganze Woche ein und nehme mir Zeit über die geleistete Arbeit zu reflektieren, Ziele zu stecken, Arbeitsfelder abzusprechen. Das ist wichtig für eine verbindliche Arbeit in Zufriedenheit. Immer höre ich bei diesen Gesprächen das Wort von der "Work-Life-Balance". Die sei wichtig. Nicht immer nur zu arbeiten, sondern zu leben. Es geht heutigen Menschen häufig nicht nur um die Arbeit hier und das private Familien- und Freizeitleben dort, sondern um das innere Gleichgewicht zwischen Arbeit und Freizeit, zwischen Dienst und Muße, zwischen An- und Entspannung, zwischen Aktion und Kontemplation, zwischen echtem Mitgefühl und eigener Psychohygiene.

Ich glaube, das ist mittlerweile mehr und mehr ein echter Wert geworden, für den es sich sogar lohnt, insgesamt weniger oder zumindest anders zu arbeiten. Da hat sich vieles im Vergleich zu früheren Generationen geändert. Immer mehr Menschen erkennen darin eine Lebenskunst, die geschenkte Lebenszeit nicht nur in der Hektik des modernen Berufslebens zu verbringen.

Anfangs habe ich mich immer gewundert: "Ich bin doch aus anderem Holze geschnitzt, die sollen sich mal alle nicht so anstellen!" Mehr und mehr denke ich darüber anders. Ich habe mir auch einen eigenen Zugang zu diesem Lebensthema geschaffen. Es ist für mich eine ständige geistliche Aufgabe geworden. Jesus lebt mir das geradezu vor. Er ist ja einerseits ganz und gar bei den Menschen. Er hat scheinbar ein allzeit offenes Auge und Ohr für die, die ihn brauchen. In großer Einfühlsamkeit lebt er mitten unter den Menschen, spürt er ihre Anliegen, ihre Sorgen ihre Nöte, ihre Verletzungen an Leib und Seele. Er ist ganz für sie da. – Ein Kraftakt! Er gibt ihnen seine Kraft, seine Zeit, seine Aufmerksamkeit. So will er Menschen spüren lassen, wie Gott

bei ihnen ist. Er überschüttet die Menschen aber nicht mit einer Fülle von Wohltaten, um selbst gut dazustehen. Er spürt genau, was der Mensch sich nicht selber geben kann. Er schenkt ihnen die nötige Hilfe zur Selbsthilfe. Das sehe ich zum Beispiel im Bericht der Heilung der Schwiegermutter des Petrus. Ziemlich am Anfang des Markusevangeliums (Mk 1,29-31) steht dieser Bericht. Die Schwiegermutter ist ganz fiebrig von ihrer Arbeit. Sie fiebert aber nach dem Leben, damit sie auch wieder gut arbeiten kann. Und Jesus hilft ihr, wieder ins Leben zu finden.

Heute beobachte ich das

an vielen Stellen. Gerade in den letzten zwei Jahren in den pflegerischen Berufen, wenn ich die vielen an Corona Erkrankten auf den Intensivstationen sehe und nur annähernd erahnen kann, was Pflegekräfte leisten. – Damit andere ins Leben zurückfinden.

Und Jesus selbst? Jesus zeigt einen klaren Weg zum Leben: Nachdem er die Schwiegermutter des Petrus und viele andere in Kafarnaum geheilt hatte, steht er auf, geht weg, lässt zeitweise alles hinter sich (vgl. Mk 1,32-35). Er geht in die Einsamkeit. Er zeigt,

dass man nicht immer nur geben kann, keine Mutter, kein Vater, keine Ärztin und kein Therapeut, keine Ehrenamtliche und auch kein Seelsorger kann das – und muss es auch nicht.

Leben ist kein Gegensatz zur Arbeit, mit Leben ist auch nicht Müßiggang und Faulenzen oder ablenkendes Freizeitvergnügen gemeint. Work-Life-Balance meint: Ich kann mich nicht immer um die anderen sorgen, wenn ich nicht auch gleichzeitig in guter Weise für mich selber Sorge, wenn ich nicht Orte und Zeiten habe, an denen ich wirklich Kraft schöpfen kann.

Dass sie heute oder jetzt in der Sommerzeit dieses wertvolle Gleichgewicht finden wünscht ihnen André Müller aus Gladbeck.