

Montag, 28. Juni 2010

Bis vor drei Monaten sah ein typischer Arbeitstag bei Silke so aus: Morgens immer als erste in der Beratungsstelle, noch schnell ungestört die Mails lesen, ehe das Telefon ständig klingelt. Aber bevor der Bildschirm hell wird, bimmelt schon ihr Handy. Eine ihrer Klientinnen möchte dringend noch heute einen Termin. Silke überlegt, wo sie noch eine halbe Stunde dazwischen quetschen kann. Das Mittagessen fällt aus, sie holt sich nur rasch einen Kaffee aus der Kantine. Das letzte Gespräch dauert länger als geplant. Eigentlich, denkt Silke, müsste sie jetzt eine Stunde länger bleiben, um die Arbeit, die deswegen liegen geblieben ist, noch zu schaffen. Aber dann schafft sie es nicht mehr zum Seniorenheim, um ihrer Mutter die neuen Rätselhefte zu bringen. Eilig packt sie ihre Sachen zusammen. Auf dem Weg zum Supermarkt spürt sie die pochenden Kopfschmerzen wieder, die ihr in letzter Zeit zu schaffen machen. Zu Hause stellt sie das Nudelwasser auf. Während sie die Gurke schneidet, fällt ihr Blick auf den Berg Bügelwäsche, der sich angesammelt hat. Wann soll sie die bloß erledigen? Die Abende sind in dieser Woche alle schon belegt. Elternabend, Teamsitzung, Hausbesuch – bleibt wieder nur das Wochenende für den Bügelberg. Und zu wenig Zeit für Anton, ihren Sohn. Als Anton vom Training nach Hause kommt, stürzt er sich mit Heißhunger auf die Spaghetti. Silke selbst hat keinen Appetit. Sie fühlt sich überhaupt öfter lustlos in der letzten Zeit. Nachts schläft sie schlecht. Neulich ist sie erst gegen fünf eingenicht und hat dann glatt verschlafen. Peinlich! Silke ist Sozialpädagogin. Sie berät Menschen in Lebenskrisen. Aber jetzt steckte sie selber in einer Krise. Sie gehörte zu denen, die nur noch mühselig ihren Alltag meistern, beladen mit zu vielen Aufgaben. Die Flut von E-Mails im Büro, die ständige Erreichbarkeit über Handy setzen viele Menschen wie Silke unter Dauerstress. Sie laden sich zuviel auf und hetzen von Termin zu Termin. Solche Phänomene hatte Jesus sicher nicht vor Augen, als er seine Einladung aussprach: „Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid, ich will euch erquicken“. Aber Jesus hat gewusst, dass auch die Helfer Pausen brauchen. Immer wieder hat er sich Auszeiten genommen und sich zurückgezogen. Er hat sich den Luxus gegönnt, nicht erreichbar zu sein. Auch Silke hat schließlich die Notbremse gezogen. Vor drei Monaten hat sie für sich den E-Mail-freien Freitag eingeführt. Da macht sie pünktlich Feierabend, schaltet das Handy aus und hält sich den Abend frei. Manchmal geht sie dann in die nahe Kirche, setzt sich für ein paar Minuten ganz still in eine Bank und genießt die Ruhe. Ehe sie nach Hause geht, zündet sie eine Kerze an. Für all die Mühseligen und Beladenen, für die sie da ist. Aber nicht mehr rund um die Uhr.