



# EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser!

Ja, ich gebe es zu: Ich bin urlaubsreif. Die letzten Monate waren geprägt von sehr viel Arbeit, und es ist auch beträchtlich lange her, dass ich mir mehr als nur ein paar Tage freigenommen habe. Hinzu kommen die typischen Signale, die Körper und Seele senden, wenn sie Erholung einfordern: Das morgendliche Aufstehen fällt zunehmend schwerer, die Kreativität lässt nach, ich bin schneller gereizt, öfter ungeduldig ... Es wird also Zeit, dass ich mir die Tipps und Anregungen aus diesem „Heilsarmee-Magazin“ zu Herzen nehme – und endlich meinen Urlaubsantrag einreiche.

Urlaub und Erholung sind heute nötiger denn je. Unser Leben ist in den letzten Jahren um ein Vielfaches anstrengender geworden. Das liegt sicher auch daran, dass die meisten von uns – um einmal ein Bild aus dem Bereich der Computer-Anwendungen zu benutzen – immer mehr „Fenster offen“ haben: Immer mehr Tätigkeiten werden parallel erledigt, immer mehr Vorgänge müssen gleichzeitig beobachtet und immer mehr Kommunikationskanäle permanent offengehalten werden.

Wenn mein Großvater Mitte des letzten Jahrhunderts um fünf Uhr morgens begann, mit einer Sense eine Heuwiese zu mähen, die halb so groß war wie ein Fußballfeld, dann war das zwar körperlich anstrengend, aber er hatte nur ein „Fenster offen“ und konnte sich auf seine Tätigkeit konzentrieren, während im Hintergrund der Bach rauschte und die Vögel zwitscherten. In der Erntezeit hatte sein Arbeitstag oft 17 Stunden. Heute arbeiten wir nur die Hälfte, dafür aber wesentlich intensiver. Neben unserer eigentlichen Bürotätigkeit sind wir offen für E-Mails, eine schnelle Recherche im Internet und weitere Nachrichtenkanäle. Wir ha-

ben eine offene Tür für unsere Chefs, Kollegen und Mitarbeiter und sind telefonisch sowohl über unseren Büroanschluss als auch über unser Handy zu erreichen. Zusätzlich bietet ein Smartphone die Möglichkeit, von unterwegs und in unserer Freizeit dienstliche Nachrichten abzurufen. Im Hintergrund rauscht nicht der Bach, sondern der Straßenverkehr, und das Einzige, was zwitschert, ist unser Twitter-Account.

Diese Entwicklung lässt sich nicht aufhalten, aber wir können innehalten. Wer auf die modernen Kommunikationsmittel verzichtet, verliert schnell den Anschluss, aber wir können lernen, weise damit umzugehen, Prioritäten zu setzen, sinnvolle Pausen zu planen. Ein Urlaub bietet die Gelegenheit, einmal darüber nachzudenken, wie man die Informationsflut eindämmen und nur so viele „Fenster offenhalten“ kann, wie wirklich nötig sind.

Anhalten, innehalten – dieses Prinzip lässt sich schon auf der Fahrt in den Urlaub verwirklichen. Dazu laden die 40 Autobahnkirchen in Deutschland ein, die wir Ihnen in dieser Ausgabe vorstellen.

Ich hoffe, Sie finden in diesem Sommer genug Gelegenheit, sich zu erholen. Dazu wünsche ich Ihnen viel Segen

Ihr

Andreas W. Quiring  
Redaktion

