

## Gedanken zum Wochenende 16.01.2016

### Multitasking

Wissen Sie, was der neu-deutsche Begriff „Multitasking“ bedeutet? Ursprünglich stammt das Wort aus der Computersprache und bedeutet, dass in einem Betriebssystem mehrere Aufgaben (tasks) gleichzeitig nebeneinander her ausgeführt werden. Mittlerweile hat sich Multitasking auch als Ideal auf unsere menschliche Lebensweise übertragen und ich merke, wie wir es schon verinnerlicht haben. Das kann man überall beobachten: Wir Menschen machen immer öfter immer mehrere Sache gleichzeitig: Essen und Zeitung lesen. Autofahren und Telefonieren. Arbeiten und Musik hören. Fernsehen und What's-app-Nachrichten senden. Sich unterhalten und mit dem Smartphone spielen, und noch vieles mehr. - Neulich hörte ich von jemandem, der seinen Laptop sogar mit in die Badewanne nahm...

Alles geht im 21. Jahrhundert scheinbar gleichzeitig.

Was mich jetzt erstaunt hat war, als ich las, dass so etwas nicht einmal ein Computer kann: Alles gleichzeitig machen. Wenn man genau hinschaut, dann werden selbst in einem Computer die verschiedenen Prozesse immer abwechselnd aktiviert. Dies erfolgt in so kurzen Abständen, dass der Eindruck entsteht, es wäre alles gleichzeitig. Wenn also nicht einmal ein Computer Multitasking kann, wie soll es dann der Mensch können? Wie soll der Mensch, wenn er immer mehr danach strebt, langfristig gesund bleiben?

Ein weiser Mann, der aufgrund seiner großen Lebenserfahrung seinen Mitmenschen Tipps für eine gelingende Lebensführung geben konnte formulierte es folgendermaßen:

*„Tue, was Du tust, tue es ganz und sei vollständig anwesend. Wenn Du isst, dann esse und lies möglichst nicht noch die Zeitung. – Wenn Du spazieren gehst, dann geh spazieren, öffne all Deine Sinne, trinke die Schönheit der Natur und lebe nicht in Deinen Gedanken. – Wenn Du einem Menschen zuhörst, dann höre zu, und denke nicht daran, was Du antworten sollst. - Wenn Du schläfst, dann schlafe, so gut du kannst, und grübele nicht über den vergangenen Tag nach. Tue das eine n a c h dem anderen. Jedes Ding hat s e i n e Zeit. Lass klare, deutliche Grenzen zwischen den einzelnen Beschäftigungen sein. Widme dich ganz dem, was Du tust, und verlass es ganz, wenn Du etwas anderes anfängst. Wer mit ganzem Herzen einen Punkt auf das i setzt und nicht alles zugleich macht, lebt leichter, vergisst weniger, kommt schneller zum Ziel und ist ein angenehmerer Gesprächspartner.“*

Schon in der Bibel im Alten Testament lesen wir im Prediger Salomo (Kohelet) Kap 3,1 den denkwürdigen Satz: *„Ein jegliches hat **seine** Zeit, und alles Vorhaben unter dem Himmel hat **seine** Stunde.“*

In diesem Sinn wünsche ich Ihnen zum Wochenende eine gut eingeteilte und aufgeteilte Zeit.  
Pfarrer Bernd Töpfer, Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Marktheidenfeld

Übrigens: Die jeweils aktuellen Gedanken zum Wochenende können auch auf unserer Homepage: [www.marktheidenfeld-evangelisch.de](http://www.marktheidenfeld-evangelisch.de) gelesen und heruntergeladen werden.  
Die Andachten der letzten Jahre zu den verschiedensten Themen finden Sie unter „Archiv“, für den Fall, dass Sie selbst mal eine Andacht halten wollen