

Spirituell Zeit gestalten. Mit Benedikt und der Bibel

von Friedrich Assländer und Anselm Grün



Erschienen im Verlag Vier Türme;
1. Aufl. (1. Februar 2008)
ISBN-10: 3896803549
ISBN-13: 978-3896803542
Preis: 22,90 Euro

Offensichtlich hängen Erfolg und Zufriedenheit, letztlich das Lebensglück ganz entscheidend davon ab, wie wir mit unserer Zeit umgehen. "Ich habe keine Zeit" ist zu der Standardformel geworden, die unser modernes Zeiterleben beschreibt. Untersuchungen haben kürzlich herausgefunden, dass zufriedene und glückliche Menschen einen geordneten Tagesablauf einhalten und diszipliniert arbeiten.

Gutes Zeitmanagement bezieht sich jedoch nicht nur auf effizientes und diszipliniertes Arbeiten, es beinhaltet auch die Orientierung an Werten, die Frage nach dem Wesentlichen und die Frage nach dem rechten Maß.

Friedrich Assländer und Pater Anselm Grün geben Impulse und Antworten für ein gelingendes Zeitmanagement. Ihr Buch beschäftigt sich — in einer Art Situationsanalyse — mit der Zeit als Ordnungssystem und geht zugleich dem typisch modernen Problem der "Beschleunigungsfalle" nach.

Im benediktinischen "Ora et labora" — "Bete und arbeite" — sieht es nicht nur für Ordensleute eine Grundordnung, die ein glückendes Leben ermöglichen kann. Damit diese gelingt, braucht es dann auch eine "Kunst der Pause" und ein Selbstmanagement, das die eigenen Begrenzungen ernst nimmt, aber gerade so mit ihnen kreativ umzugehen vermag.