

# Ein paar wichtige Gedanken

Es ist schon eine alte Tatsache, daß viele Leute meinen, wenn ihr Sohn an irgendeinem Gebrechen leidet, körperlich etwas schwach ist, speziell gehbehindert, dann müßte er Uhrmacher werden. Gut — es sei nichts gegen die Menschen gesagt, denen das Schicksal, die Natur oder auch der Krieg irgendeine derartige Last auferlegte und jene von denen, die bereits gute Uhrmacher sind. Aber ich meine, sie sind ja schließlich nicht deshalb gute Uhrmacher geworden, weil sie irgendwie körperlich behindert sind, sondern wie jeder andere Kollege auch, durch Fleiß und Ehrgeiz dazu gereift.

Wichtig ist die Gesundheit in der Uhrmacherei nicht weniger, als in irgendeinem anderen Beruf. Darüber hinaus sollte jedem, der gesund ist, höchstes Gebot sein, sich auch gesund zu erhalten. Um ein guter Fachmann zu sein oder zu werden, braucht man seine Gesundheit noch lange nicht dem Beruf zu opfern.

Horst, geh gerade! — Erich, drück die Brust heraus! — August, sitz nicht so schief!, sollten wir uns, und besonders unsere Lehrlinge, wiederholt ermahnen. Es ist bestimmt nicht so schwierig, ein wenig darauf zu achten, ohne daß der Beruf darunter leidet. Es gab einmal eine Zeit, da waren die „Stifte“ dreimal oder mehr in der Woche „zum Dienst“ und haben das „Brust raus“ gründlich gelernt. Da aber auch das Fassungsvermögen eines Lehrlings seine Grenzen hat, ging die Gründlichkeit seiner körperlichen Haltung der Gründlichkeit im Fach verloren. Richten wir selbst ein wenig Augenmerk mehr auf diese Dinge, so können wir ohne weiteres auf die erwähnte Körpererziehung verzichten.

Für die Gesunderhaltung im allgemeinen gäbe es

Die Technik trägt mehr und mehr dazu bei, daß der Mensch kaum noch aus seiner Behausung heraus muß. Nicht lange dauert es, dann geht auch hier bei uns keiner mehr ins Theater oder Kino, wie etwa bereits in Amerika. Fernsehsehen und Radio bringen die Welt ins Haus. Und wenn die Welt ins Haus gebracht wird, der braucht nicht hinaus, um sie zu erobern. Reizt es schließlich doch, die „vier Wände“ einmal mit „Gottes freier Natur“ zu vertauschen, so schuf man den Polstersessel mit Räder, nennt es Auto und bemüht sich, möglichst weit weg gewesen zu sein. Verschiedentlich bestehen natürlich auch hier geteilte Meinungen, und wie der eine zu behaupten weiß, daß man sich möglichst wenig bewegen solle, um lange und leistungsfähig leben zu können, behaupten andere eben, man müsse seinen Körper durch laufende Übung und Bewegung zur Leistung und langen Lebensdauer erziehen. Winston Churchill z. B. richtete seine arbeitsreichsten Tage stets so ein, daß er so lang als irgend möglich im Bett liegen blieb und von da aus seine Diktate und Vorarbeiten erteilte. Nur dadurch, behauptet er, war es ihm möglich, monatelang oft mehr als 16 Stunden täglich zu arbeiten.

Befürchten Sie nun nicht, daß ich zu einem Werk-tisch im Bett rate. Meine Ansicht ist, daß gerade der Uhrmacher reichlich körperlichen Ausgleich suchen muß.

Lothar M. Loske

unendlich viel zu sagen: Angefangen bei der zu hohen Sitzgelegenheit, über die Beanspruchung der Sehnerven bis zu den psychologischen Eigenarten, die uns Uhrmachern gern von Außenstehenden zugesprochen werden (es soll selbst Ehefrauen in Berufskreisen geben, die dies behaupten). Wahrscheinlich liegt das daran, daß eben nicht nur der Körper nach Entspannung und Ausgleich verlangt, sondern auch der Geist. So bedeutungsvoll vielseitiges Können ist, so bedeutungsvoll ist auch die vielseitige Entspannung. Und zwar eine Entspannung im wahren Sinne des Wortes. Sei nicht nur am Sport interessiert, als Zuschauer auf der Tribüne oder als zahlendes Mitglied im Sportverein, aus geschäftlichem Interesse, sondern mach mit!

Zur geistigen Entspannung sei gesagt, daß es auch hier zwei grundverschiedene Arten gibt. Und ich glaube nicht, daß es nun gerade der rechte Weg ist, den Abend bis in die halbe Nacht, zusammengerollt in einem tiefen und weichen Sessel, zu sitzen und als Ausgleich in die Materie einer geistig hochstehenden oder wissenschaftlichen Lektüre einzudringen. Ob es nun unbedingt nötig ist, vielleicht im Kreise der Familie und deren wohlbehüteten Sitten einige Fachbücher usw. als eine Art der Tarnung aufbauen zu müssen, wenn sich der Wunsch regt, mal in ein Romanheft oder Magazin zu schauen, soll dahingestellt bleiben. Es hat zu allen Zeiten tüchtige und selbst berühmte Männer gegeben, die sich auch mal an etwas anderem erfreuten als an den „Klassikern“ oder wissenschaftlichen Schriften.

Um es noch einmal zu sagen, zu körperlicher Passivität sollte sich der Uhrmacher auf keinen Fall verleiten lassen.