

NDR 2 Moment mal

Montag bis Freitag 18:15 Uhr, Samstag und Sonntag 9:15 Uhr



Sebastian Sievers, Pastor in Bad Nenndorf

Dienstag, 14. November 2023

Ein neues Handy! Das heißt immer auch: Jetzt habe ich die Möglichkeit, den Datenmüll auf meinem Smartphone radikal zu entsorgen. Was sich über die Jahre auf meinem Telefon angesammelt hat, das geht auf keine Kuhhaut. Und in keinen internen Handyspeicher. Von derben Humorbildern bis zu kitschigen Liedern. Von ernstgemeinter Kalenderblattromantik bis zu rechten Fake-News. Bits und Bytes fluten mein Handy.

Was da auf meinem Telefon landet, das verbraucht nicht nur Handykapazität. Das belegt auch meinen internen Speicher. Bits und Bytes werden zu Gedanken und Gefühlen und belegen Seelenkapazität. Alle Sorgen, alle Unruhe und vor allem die Massen an unwichtigem Schnick-Schnack – all das würde ich manchmal gern loswerden. Das Ziel von Digital detoxing, einer digitalen Entgiftungskur, ist ja eigentlich eine mentale, seelische Entgiftung.

Dann hätte ich vielleicht wieder mehr Kapazität für die Dinge, mit denen ich gern meinen internen Speicher belege: Freunde, Hobbys, Familie, auch für Gott.

In der Bibel finde ich die Bitte: Schaffe in mir, Gott, ein reines Herz und gib mir einen neuen, beständigen Geist. Das klingt verlockend. Mein neues Handy lege ich für eine Weile zur Seite. Jetzt ist Zeit für wichtigere Dinge.