

28.07.2022 um 18:15 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von

Steffen Flicker,

Schulleiter der katholischen Schule Marianum Fulda und Vorsitzender des Katholikenrates im Bistum Fulda

Eine Stunde ohne Handy

Moderator/in: *Mails checken, eine Überweisung machen, surfen. Mal ehrlich: Wie viel Zeit verbringen Sie am Tag am Handy? Eine Stunde am Tag ohne Handy – das ist ein Vorschlag von Steffen Flicker von der katholischen Kirche. Was meinst Du damit?*

Na ja, ich denke, dass uns das Handy "oft im Griff hat". Bewusst am Tag eine Stunde ohne Smartphone zu verbringen, kann eine Herausforderung sein. Das kann in der Mittagspause sein oder abends bei einem Spaziergang oder auf einer Parkbank. Einfach dabei mal nicht auf WhatsApp schauen, sondern die "Augen ruhen lassen".

"Die Augen ruhen lassen"- klingt sehr poetisch. Was ist damit gemeint?

Ja, das ist ein Zitat von dem französischen Schriftsteller Jean Giono. Er sagt: "Wir haben verlernt, die Augen auf etwas ruhen zu lassen. Deshalb erkennen wir so wenig!" Er meint wohl damit: "Etwas bewusst in den Blick nehmen." Die Augen auf etwas ruhen zu lassen, fällt mir persönlich auch sehr schwer. Dabei wäre es wichtig, sich Zeit zu nehmen, um wirklich hinter die Dinge zu sehen, um etwas erkennen zu können.

Es gibt ja ein schönes Sprichwort: Zeit hat man nicht – Zeit nimmt man sich. Aber mal ehrlich – der Alltag ist oft so voll. Hast du da einen Tipp?

Na ja, vielleicht hilft da der christliche Blick. Als Christen glauben wir, dass Gott jeden Menschen kennt, das heißt Gott begleitet meinen Weg. Sicher nicht, wie es das Gottesbild in grauer Vorzeit war, dass Gott alles sieht, was ich tue und mich maßregelt. Ich glaube, dass ich auf Gott vertrauen kann und dass er im übertragenen Sinne seine Augen auf mir ruhen lässt. Das gibt mir Halt und

die Motivation, auch selbst einmal die Augen auf etwas Schönerem ruhen zu lassen. Und eben nicht auf dem Handy.