

Kirche in 1Live | 03.03.2018 floatend Uhr | Christiane Birgden

Sabbatbox

Schabbat ist hebräisch und bedeutet auf deutsch sowas wie Ruhetag oder Ruhepause. Im jüdischen Glauben beginnt der Schabbat oder der Sabbat am Freitagabend und dauert bis zum Einbruch der Dunkelheit am Samstag. Das ist der Tag, an dem keine Arbeit verrichtet werden soll. Ein Ruhetag. Verkürzt gesagt: Ein göttlich verordneter Ruhetag. Im Schöpfungsbericht der Bibel steht: Und am siebten Tag sollst du ruhen.

Seit ein paar Wochen haben wir aber eine sogenannte Schabbatbox. Dabei sind wir gar keine Juden, aber ich fand die Idee gut. Eine Schabbatbox ist eine einfache Schachtel, z. B. ein Schuhkarton, in die am Wochenende alle technischen Geräte wie Handys, Tablets u.ä. verschwinden. Die kann man natürlich irgendwie nett dekorieren. Das Entscheidende daran ist aber das Stück Freiheit, dass man durch den freiwilligen Verzicht gewinnt: Einfach mal nicht erreichbar sein, einfach mal der Dauerberieselung von Facebook, Instagram und Twitter entfliehen, wunderbar.

Im christlichen Glauben haben wir zwar keinen Sabbat, aber den Sonntag. Das ist praktisch dasselbe in grün, nur einen Tag später.

Sonntag oder Sabbat – ein Tag, den Gott uns schenkt, einfach Mensch zu sein. Zeit für unsere Liebsten, Zeit zum Nichtstun. Auch wenn ich das mit der Schabbatbox selten ein Wochenende durchhalte. Sie erinnert mich daran, dass ich die Freiheit dazu habe.

Sprecher: Daniel Schneider