

Kirche in WDR 2 | 06.11.2019 05:55 Uhr | Joachim Gerhardt

Multitasking

Wenn Sie jetzt in diesem Augenblick bewusst Radio hören, versuchen Sie einmal, wirklich nichts anderes zu tun. Nicht lesen, nicht zugleich Kaffee trinken, mit einem anderen Menschen sprechen. Eines tun und das bewusst, das ist eine echte Lebenskunst in Zeiten des ständigen Multitaskings mit Handy, Computer und Fernsehen.

Mein Eindruck ist nämlich, und da nehme ich mich selbst als bestes Beispiel: Wir verlernen angesichts der vielen technischen Möglichkeiten, uns auf das eine zu konzentrieren.

Der Goldfisch kann sich inzwischen länger als der Mensch konzentrieren, habe ich gelesen. Der Goldfisch schaut nämlich unbewusst in der Regel nämlich bis zu neun Sekunden am Stück in eine Richtung. Der Mensch tut das nur noch acht Sekunden lang. Eine Folge der Reizüberflutung und Informationsflut unserer Welt.

Durchs Lebens switchen und alles gleichzeitig. Warum tue ich mir das eigentlich an, frage ich mich? Ich möchte halt nichts verpassen, alles mitkriegen. Und die Medien, vor allem das Smartphone als ständiger Begleiter, sind dafür ohne Frage dankbarer Helfer.

Immer auf Sendung. Nichts ist unmöglich. Alles geht. Das sind die dazu passenden Mottos unserer Gesellschaft. Doch wer sein Gehirn immer nur auf Empfang geschaltet hat, weiß bald nicht mehr, wie Abschalten geht. Auch das sage ich aus eigener Erfahrung.

Ich glaube, wir müssen neu lernen, Dinge nicht zu tun.

In der Bibel gibt es dazu das schöne Wort von Jesus: "Wenn das Weizenkorn nicht in die Erde fällt und stirbt, bleibt es allein; wenn es aber stirbt, bringt es reiche Frucht."

(Johannes-Evangelium Kap. 12, Vers 24). Das Korn muss sterben, damit Neues wächst.

Das heißt: Erst wenn ich Dinge beende, beerdige, dann entsteht Neues. Dann beginnt ein schöpferischer Prozess.

Welche innere Ruhe, welche Tiefe kann ich erleben, wenn ich das erkenne und auf mein Leben anwende. Probieren Sie es mal aus, bevor Sie jetzt wieder routiniert-hektisch zum Smartphone greifen und eintauchen in die grenzenlose Flut neuer Nachrichten.

Alles zu seiner Zeit. Loslassen heißt entspannen. Gelassenheit kommt von Lassen können.

Redaktion: Pastorin Sabine Steinwender-Schnitzius