

Tony Reinke



---

Wie dein  
**SMARTPHONE**  
dich verändert

---

**12 DINGE**, die Christen alarmieren sollten



Wie dein Tony Reinke  
**SMARTPHONE**  
dich verändert

**12 DINGE**, die Christen alarmieren sollten

betanien

Tony Reinke, Jahrgang 1977, ist Journalist mit den Schwerpunkten Ethik und praktische Theologie und dient als leitender Autor bei dem Werk *Desiring God* ([desiringGod.org](http://desiringGod.org)). Er ist verantwortlich für den bekannten Podcast *Ask Pastor John* (mit John Piper) und hat die Bücher *Lit! A Christian Guide to Reading Books* und *Newton on the Christian Life* geschrieben. Er lebt mit seiner Frau und seinen drei Kindern in Minneapolis am Mississippi. Seine persönliche Webseite ist [tonyreinke.com](http://tonyreinke.com); außerdem betreibt er die Seite [hermanbavinck.org](http://hermanbavinck.org).

1. Auflage 2018

© der englischen Originalausgabe 2017 by Tony Reinke  
Originaltitel: *12 Ways Your Phone Is Changing You*  
Erschienen bei Crossway Books, Wheaton, Illinois

© der deutschen Übersetzung: Betanien Verlag 2018  
Imkerweg 38 · 32832 Augustdorf  
[www.betanien.de](http://www.betanien.de) · [info@betanien.de](mailto:info@betanien.de)  
Übersetzung: Christian Beese  
Lektorat: Hans-Werner Deppe  
Cover: Sara Pieper  
Coverillustration: Verena Klassen  
Satz: Betanien Verlag  
Druck: [drusala.cz](http://drusala.cz)

ISBN 978-3-945716-28-1

# Inhalt

Vorwort von John Piper	7
Vorweg	II
Einleitung: Eine kleine Theologie der Technik	27
1 Wir werden süchtig nach Ablenkung	41
2 Wir ignorieren Fleisch und Blut	57
3 Wir lechzen nach unverzüglichem Beifall	69
4 Wir verlieren unsere Lesekompetenz	87
5 Wir ernähren uns von künstlichen Produkten	101
6 Wir werden, was wir liken	123
7 Wir vereinsamen	135
8 Wir leben mit heimlicher Unmoral	149
9 Wir verlieren den Sinn des Lebens aus den Augen	167
10 Wir haben Angst, etwas zu verpassen	177
11 Wir werden hart zueinander	189
12 Wir verlieren unseren Platz in der Zeit	207
Fazit: Mit dem Smartphone smart leben	221
Epilog	239
Bibelstellenverzeichnis	251





# Vorwort von John Piper

Smartphones sind gefährlich – so gefährlich wie die Ehe, wie Musik oder feine Kochkunst, oder wie alles, was zum Götzen werden kann. Sie sind aber auch sehr nützlich, wie Waffen und Rasierklingen und medizinisches Cannabis – oder viele andere Dinge, die dein Leben ruinieren können. Ich persönlich mag die Ehe sehr, und Rasierklingen benutze ich jeden Tag. So kann ich Tony Reinkes gedämpfter Begeisterung angesichts der sich ständig verändernden Welt moderner Technik nur zustimmen.

Doch ich hätte nie dieses Buch schreiben können. Dafür fehlt mir die Geduld, und ich lese nicht schnell und nicht umfassend genug. Tony hat für dieses Buch mehr Recherche betrieben als für jedes andere seiner Bücher. Und auch seine anderen Bücher waren *nicht* schnell zusammengeschustert. Seine Selbstverpflichtung, gut informiert und fair zu sein, verlangte eine beachtliche Aufmerksamkeit für Details und eine Bereitschaft zu immer klareren Überarbeitungen. Verbunden mit der Gabe für theologischen Durchblick, wird dieses Buch zu etwas, das nur wenige Menschen hätten schreiben können. Ich jedenfalls hätte es nicht gekonnt.

Aber beim Nachdenken über Smartphones kommt mir ein kleiner Vorteil zugute. Ich bin siebzig Jahre alt. Aus zwei Gründen ist das ein Vorteil. Erstens fand die gesamte Computerrevolution von Anfang an während meines Erwachsenendaseins statt. Der zweite Grund ist, dass ich schon den Ansturm der Ewigkeit jenseits des Horizonts spüren kann.

Meinen ersten echten Job bekam ich 1974 – als Lehrer. Ich war achtundzwanzig. Der erste Personal Computer kam 1975 auf den Markt. Das war ein Bausatz. Ich mag keine Bausätze; also warte-

te ich. 1980 kehrte ich der akademischen Welt den Rücken und wurde Pastor. So gut wie keine Gemeinde benutzte damals, 1980, Computer. Sie galten als eine Art teure Spielzeuge und hochgezüchtete Rechenmaschinen.

Doch bald wurde es ernst. IBM produzierte 1981 seinen ersten Personal Computer, und das TIME-Magazin nannte 1982 »Das Jahr des Computers«. Die Preise waren noch unerschwinglich. Doch ich wollte hauptsächlich aus einem Grund dabei sein: Textverarbeitung. Schreiben. 1984 stimmte der Preis endlich. Mein Tagebucheintrag für den 16. Juni lautet: »Gestern kaufte ich einen Computer. IBM PC, 256 KB Arbeitsspeicher, Diskettenlaufwerk und Festplatte, für 1995,- Dollar.« Der Monitor kam noch dazu. Das Betriebssystem (DOS 2.1) kostete 60 Dollar.

Dreiundzwanzig Jahre später war das iPhone entwickelt. Computer und Handy waren jetzt in einem Gerät vereint. Innerhalb eines Jahres war ich an Bord. Anrufen, Schreiben, Nachrichten lesen. Mit meiner Frau Scrabble spielen. Und unterwegs die Bibel lesen, Verse abspeichern und auswendig lernen. Trotz allen Missbrauchs, all der Verwüstung durch Ablenkung, verschwundene Stunden, narzisstische Selbstdarstellung und pornografische Erniedrigung sehe ich den Computer und das Smartphone als Gaben Gottes – wie Papyrus, den Kodex und Papier und die Druckerpresse und Kanäle der Massendistribution.

Wenn du lang genug lebst, ernsthaft betest und deinen Fokus auf das unvergängliche Wort Gottes richtest, kannst du vor der Sklaverei des Neuen bewahrt bleiben. Im Laufe der Zeit kannst du etwas Wunderbares beobachten. Du kannst erleben, wie übertriebene Faszination nüchternem Gebrauch weicht. Du kannst zusehen, wie ein Spielzeug zum Werkzeug, ein Wahn zum Gehilfen, ein Herrscher zum Knecht wird. Um Tonys Worte – und seine Zielsetzung – zu zitieren: Du kannst den Sieg nützlicher Effizienz über sinnlose Gewohnheit erleben.

Ich wünschte, ich könnte jedem jungen Erwachsenen diesen Vorgeschmack der Ewigkeit vermitteln, der mit Eintritt ins achte Lebensjahrzehnt zunehmend stärker wird. Ein glückliches Bewusstsein der Wirklichkeit des Todes und des Lebens danach



befreit wunderbar von Launenhaftigkeit und hohlköpfigem Displaytippen. Ich sage »glückliches Bewusstsein«, denn wenn du nur von Furcht bestimmt wirst, wird dein Smartphone mit Sicherheit nur zu einem Mittel, den Gedanken an den Tod loszuwerden.

Aber wenn du deine Freude an der Hoffnung auf die Herrlichkeit Gottes hast, weil deine Sünden durch Jesus vergeben sind, wird dein Smartphone eine Art freundlicher Packesel auf dem Weg zum Himmel. Esel werden nicht wegen ihres guten Aussehens gehalten. Sie erledigen nur ihren Job.

Unser Job ist nicht, jemanden zu beeindrucken. Unser Job ist, Christus groß zu machen und Menschen zu lieben. Dazu wurden wir erschaffen. Vergeude nicht dein Leben, indem du unentwegt deinen Esel striegelst. Lass ihn die Last tausendfacher Liebeswerke tragen. Lass ihn mit dir die Höhenwege in den Bergen der Anbetung wandern.

Wenn dir das merkwürdig, aber vielleicht doch verlockend vorkommt, dann wird Tony dir auf den folgenden Seiten gute Dienste leisten. Wo sonst wird das iPhone mit dem neuen Jerusalem verlinkt? Wo sonst ist jemand weise genug, Dinge zu sagen wie: »Im digitalen Zeitalter brauchen wir am nötigsten, dass wir die Herrlichkeit des unsichtbaren Christus im durchschimmernden Himmelblau unserer verpixelten Bibeln erkennen«? Wo sonst finden wir Empfehlungen von Bibel-Apps verknüpft mit dem ehrlichen Bekenntnis, dass »keine noch so gute App unserer Gemeinschaft mit Gott Leben einhauchen kann«? Wer sonst schreibt ein Buch über Smartphones in der Überzeugung, dass »die christliche Vorstellungskraft nach fester theologischer Nahrung hungert«? Und wer sonst wird der vermeintlichen Verborgenheit unserer privaten Sünden die Wahrheit entgegenhalten: »So etwas wie Anonymität gibt es gar nicht. Die Aufdeckung ist nur eine Frage der Zeit«?

Ja, und die Zeit ist kurz. Vergeude sie nicht, indem du deinen Esel zur Schau stellst. Lass ihn arbeiten. Das wird seinem Schöpfer gefallen.

»Alles ist mir erlaubt«,  
aber nicht alles ist nützlich.  
»Alles ist mir erlaubt«,  
aber ich will mich von nichts beherrschen lassen ...  
»Alles ist erlaubt«,  
aber nicht alles erbaut.

Der Apostel Paulus



# Vorweg

**D**ieses verflixte Smartphone! Nervensäge unablässiger Leistungsfähigkeit. Zehnfache Plage der Pieps- und Summtöne. Seelenloser Apparat mit unstillbarem Energiehunger. Hexenmeister digitaler Kunststücke. Überwachungsarmband. Geldgrab. Unentrinnbare elektronische Fußfessel an meine Arbeit. Diktator, Ablenker, Feind!

Doch es ist ebenso mein unermüdlicher persönlicher Assistent, mein unersetzbarer Reisebegleiter und meine blitzschnelle Verbindung zu Freunden und zur Familie. Fenster in eine virtuelle Realität. Spielgerät. Ballast für das tägliche Leben. Mein intelligenter Freund, mein wachsamer Flügelmann, und mein allzeit bereiter Mitarbeiter. Dieses wunderbare Smartphone!

Mein Handy ist ein Fenster zum Bedeutungslosen und zum Wichtigen, zum Unechten und zum Eigentlichen. An manchen Tagen kommt mir mein Handy vor wie ein digitaler Vampir, der mir Zeit und Leben aussaugt. An anderen Tagen fühle ich mich wie ein Computer-Kentaur (diese mythologischen Pferde mit Menschenkopf) – halb menschlich, halb digital – wenn mein Handy und ich sich nahtlos zu einem komplexen Tandem aus Rhythmen und Routinen verbinden.

## iPhone 1.0

Am 9. Januar 2007 stellte Technikgenie Steve Jobs auf der Macworld-Messe das iPhone vor; es war ein »riesiges« 3,5-Zoll hochauflösendes Display ohne physische Tastatur oder Eingabestift. Als wichtigsten Unterschied zu den klobigen Vorläufern des Smartphones verkündete er: »Wir werden die besten Eingab-

begehrte der Welt benutzen. Wir werden ein Eingabegerät benutzen, mit dem wir alle geboren werden – und zwar mit zehn Stück davon. Wir werden unsere Finger benutzen.« Von dem Augenblick an verband die Magie der Multitouch-Technologie präzise Fingerkuppen-Bewegungen mit einem Taschengerät und brachte dadurch Menschen in eine intimere Nähe zu ihren Computern als je zuvor. Als Jobs in einem Nebensatz ankündigte: »Sie können jetzt ihre Musik berühren«, war die Größe dieser Aussage zu geheimnisvoll, um in dem Moment begriffen zu werden.<sup>1</sup>

Apple stellte das erste iPhone offiziell am 29. Juni 2007 vor, und ich kaufte eines im Herbst des Jahres. Ich staunte angesichts der Technik, die in dieses hochglänzende, handgroße Smartphone gestopft war: ein echtes Computer-Betriebssystem, ein neu entwickeltes iPod für meine Musik, eine rasend schnelle Neuentwicklung, um Freunden zu schreiben, eine superscharfe Grafikkarte verbunden mit einem mobilen Browser für alle Internetseiten, ein Beschleunigungssensor, der sofort merkt, wie ich tippe und wie ich mein Handy drehe und wende – alles auf einem Display mit unmittelbar taktile Steuerung durch Gesten wie Wischen und Tippen mit den Fingerkuppen.

Auf einer Autofahrt wenige Tage nach dem feierlichen Auspacken des Geräts stand ich vor einer verschneiten Raststätte in Iowa, entsperrte mein iPhone und beantwortete meine erste mobile E-Mail. Drahtlos. Mühelos. Ich war sofort süchtig, und Millionen anderen erging es ebenso. In zehn Jahren wurden nahezu eine Milliarde iPhones verkauft.

Auf Apples Handys folgten Android-Geräte, und Smartphones verbreiteten sich über den Globus und in jeden Winkel unseres Lebens. Wir blicken heute alle 4,3 Minuten unserer Wachzeit auf unser Smartphone.<sup>2</sup> Seit ich mein erstes Smartphone bekam, war immerzu ein solches Gerät in meiner Reichweite – 24 Stun-

---

<sup>1</sup> Mic Wright, »The Original iPhone Announcement Annotated: Steve Job's Genius Meets Genius«, *thenextweb.com* (6. Sept. 2015).

<sup>2</sup> Jacob Weisberg, »We Are Hopelessly Hooked«, *The New York Review of Books* (25. Feb. 2016).

den am Tag, sieben Tage die Woche: Es weckt mich morgens, legt mir Musik aus meiner Musiksammlung auf, unterhält mich mit Videos, Filmen und Live-Fernsehen, dokumentiert mein Leben in digitalen Bildern und Videos, gestattet mir, immer das neueste Videospiel zu spielen, zeigt mir den Weg durch unbekannte Straßen, lässt mich in meinen sozialen Netzwerken aktiv sein und versichert mir jeden Abend, dass es mich am nächsten Morgen wieder wecken wird (solange ich es mit Strom füttere). Ich lasse mein Handy unseren sich ständig ändernden Familien-Zeitplan in Realzeit synchronisieren. Ich nutze mein Handy, um zu recherchieren, zu editieren, ja, um ganze Kapitel dieses Buches zu schreiben. Ich nutze mein Handy für so gut wie alles (außer fürs Telefonieren – so kommt es mir vor). Und mein Handy begleitet mich, wohin ich auch gehe: ins Schlafzimmer, ins Büro, in den Urlaub und, ja, aufs Klo.

Das Smartphone fügte verschiedene neue Technologien<sup>3</sup> zum mächtigsten Kleingerät für gesellschaftliche Kommunikation zusammen, das je erfunden wurde. Mit unseren Handys ist das gesamte Leben direkt erfassbar und mitteilbar. Daher war ich nicht überrascht, als der Herausgeber des TIME-Magazins das iPhone das »einflussreichste Einzelgerät aller Zeiten« nannte und hinzufügte, dass es »unser Verhältnis zu Datenverarbeitung und Information grundlegend verändert hat – eine Veränderung mit vermutlich jahrzehntelangen Nachwirkungen.«<sup>4</sup>

Oh ja, die Nachwirkungen. Was ist der Preis für all diese digitale Zauberei? Ich habe seither festgestellt, dass mein allgegenwärtiges iPhone mit seinen Ablenkungen auch mein Leben zersetzt. Diesen Umstand gaben Apple-Manager kurz vor Einführung der Apple-Watch unbewusst zu, denn diese Uhr wurde anpriesen als neue, weniger aufdringliche Technik-Hilfe bei all

---

3 Dieses Buch ist viel zu kurz, um die fesselnde Geschichte des Smartphones zu erzählen. Siehe dazu Mejeed Ahmed, *Smartphone: Mobile Revolution at the Crossroads of Communications, Computing and Consumer Electronics* (North Charleston, SC: CreateSpace, 2011).

4 Lisa Eadicicco et al., »The 50 Most Influential Gadgets of All Time«, *Time Magazine* (3. Mai 2016)

dem Technik-Lärm, der durch das iPhone in unser Leben gebracht wurde.<sup>5</sup>

Was ich nicht wusste, als ich mein erstes iPhone aus der Packung holte: Steve Jobs schirmte seine eigenen Kinder aktiv von seinen digitalen Geräten ab.<sup>6</sup>

Sollte ich mich vielleicht auch selbst davon abschirmen?

## Die große Frage

Die Macher und Vermarkter der Smartphones haben große Macht über uns, und ich frage mich, welche Auswirkung diese Technik auf mein geistliches Leben hat. Wie in jedem Bereich des christlichen Lebens möchte ich aus der Geschichte und von älteren Christen lernen. Mein erstes Interview von vielen im Entstehungsprozess dieses Buches war ein Telefonat mit dem Theologen David Wells (Jahrgang 1939). Sein aktuelles Buch über Gottes Heiligkeit ist überraschenderweise angefüllt mit Ausführungen über Technik.<sup>7</sup>

»Erst seit Mitte der 90er Jahre wird das Internet von weiten Kreisen unserer Gesellschaft genutzt; somit reden wir hier über zwei Jahrzehnte«, erzählte Wells. »Und so versuchen wir alle herauszufinden, was davon für uns nützlich ist, und was uns schadet. Wir können ihm nicht entrinnen, und vermutlich will ihm auch niemand entrinnen. Wir können keine digitalen Mönche

---

5 David Pierce, »iPhone Killer: The Secret History of the Apple Watch«, *Wired* (April 2015).

6 Im Jahre 2010, kurz nachdem Apple sein neuartiges Tablet (das iPad) herausgebracht hatte, fragte ein Reporter Jobs: »So, Ihre Kinder müssen das iPad wohl lieben?« Er antwortete: »Sie haben es noch nicht benutzt. Wir setzen Grenzen, wie viel Technik unsere Kinder zu Hause benutzen dürfen.« Nick Bilton: »Steve Jobs was a Low-Tech Parent«, *The New York Times* (10. Sept. 2014). Später gab auch Jonathan Ive, der Vizepräsident von Apple, an, seinen zehn Jahre alten Zwillingen strenge Regeln für ihre Bildschirmzeiten zu setzen. »The Shape of Things to Come«, *The New Yorker* (2. März 2015).

7 David Wells, *God in the Whirlwind: How the Holy-love of God Reorients Our World* (Wheaton, IL: Crossway, 2014). Dt.: *Gott im Zentrum* (3L Verlag).

werden.« Zu meiner Überraschung schien Wells mit den Versuchen persönlich vertraut zu sein. »Es gibt wohl keinen Zweifel, dass unser Leben hochgradig zerstreuter ist, wenn wir mit Klingeln, Vibrieren, Piepsen und Textbotschaften bombardiert werden. Wir leben tatsächlich mit einem virtuellen Paralleluniversum, einem Universum, das unsere ganze Zeit beanspruchen kann. Was geschieht, wenn wir in ständiger Unruhe und süchtig nach ständigen visuellen Reizen sind? Was macht das mit uns? Das ist die große Frage.«<sup>8</sup>

Wells hat völlig recht – unsere Handys sind ständige Variablen, die sich immer verändern und neue Verhaltensweisen in uns hervorrufen. Vor vielen Jahren warnte Jaques Ellul (1912–1994) prophetisch vor dieser Gefahr des technischen Zeitalters und schrieb: »Unberechenbarkeit ist eines der allgemeinen Merkmale technischen Fortschritts.«<sup>9</sup> Die Unberechenbarkeit des Technik-Zeitalters bringt ein gewisses Maß an ständiger Unsicherheit mit sich, und diese Unsicherheit rückt eine Antwort auf Wells' Frage in weite Ferne. Wir wissen nicht, was unsere Smartphones mit uns machen; aber so viel ist gewiss: Wir werden verändert.

Später schickte ich dem 71-jährigen Oliver O'Donovan, einem namhaften christlichen Ethiker aus Schottland eine Mail und fragte ihn, ob Christen sich angesichts der wachsenden digitalen Kommunikationstechnik Sorgen machen sollten. »Elektronische Kommunikation ist mehr etwas für die jüngere Generation als für die meinige«, räumte er ein. »Die jungen Leute sind es, die wirklich lernen müssen, die Kräfte und Gefahren zu verstehen, die sie mit sich bringt, und zwar teils durch Try-and-Error (Versuch und Irrtum), aber auch – was sehr wichtig ist – durch Rückbesinnung darauf, was *vor* dieser Kommunikations-Revolution von größter Bedeutung war.«

»Niemand hat dies je zuvor lernen müssen«, sagte er im Hinblick auf die Frage, die uns beschäftigt. Niemand kann der her-

---

8 David Wells, telefonisches Interview mit dem Autor (9. Juli 2014)

9 Jaques Ellul, *The Technological Bluff* (Grand Rapids, MI: Eerdmans, 1990), 60

anwachsenden Generation beibringen, wie man es lernt. Es ist eine massive Herausforderung an die gewissensgeleitete Vernunft, vor der insbesondere *die junge Generation* steht. Die Gefahr, der sie ausgesetzt sind, ist natürlich, dass die Tools die Richtung vorgeben. Ein Kommunikationstool ist ein Werkzeug, um *etwas zu kommunizieren*.« Dann beschreibt O'Donovan dieselbe Problematik, die auch Wells zu seiner Frage veranlasste: »Medien liegen nicht nur passiv umher und warten, bis wir vorbeikommen und sie für eines der Projekte, die wir vorhaben, nützlich finden. Sie sagen uns, was wir tun müssen, und, noch erheblicher, was wir wollen müssen. Der Fluss hat eine starke Strömung, und wenn wir nicht schwimmen können, werden wir mitgerissen. Ich sehe jemanden etwas tun, und ich will es auch tun. Dann vergesse ich, was ich ursprünglich tun wollte.«

Zum Abschluss des Interviews gab O'Donovan eine eindringliche Warnung mit auf den Weg: »Dieser Generation kommt die einzigartige Aufgabe zu, zu beurteilen, wofür die neuen Medien *eigentlich gut* sind, und das bedeutet auch zu beurteilen, wofür sie *nicht* gut sind. Vermasselt diese Generation es, werden Generationen nach ihnen den Preis bezahlen.«<sup>10</sup>

## Mein Spannungsfeld

Ich wollte dieses Buch im Austausch mit älteren Christen schreiben, doch meine Fragen an Wells und O'Donovan warfen eine Frage auf mich zurück: Wie können wir, die wir mit unseren Smartphones sehr vertraut sind, unser Bestes tun, um die Auswirkungen konkret beim Namen zu nennen?

Ich befinde mich zudem in der Zwickmühle, dass ich einerseits die kritische Frage stelle, wie mein Handy mich verändert, während ich andererseits vollzeitig online arbeite und meine Kenntnisse und Erfahrungen nutze, um die Aufmerksamkeit eines virtuellen Publikums zu erhaschen. Wenn die Onlinewelt

---

<sup>10</sup> Oliver O'Donovan, E-Mail-Interview mit dem Autor (10. Febr. 2016).



immer globaler und immer mobiler wird, ergeben sich zudem ganz neue Möglichkeiten für das Evangelium.

Vereinfacht lässt sich feststellen: Das digitale Zeitalter hat eine noch nie dagewesene Macht, menschliche Intelligenz und faktische Daten zu bündeln (Wikipedia ist nur ein Beispiel dessen, was auf uns zukommt). Jeder Christ hat jetzt unvergleichliche Möglichkeiten, sich online geistlich zu engagieren. Unsere bekannten Prediger können durch die sozialen Netzwerke heute Hunderttausende erreichen. Selbst der ganz normale Christ kann direkt zu einem Publikum von zwei- bis dreihundert Facebook-Freunden reden. Das ist eine in der menschlichen Geschichte nie dagewesene Reichweite.

Daher fühle ich den Druck dieser Zwickmühle. Ich will richtig gut darin werden, Online-Beachtung zu erringen (für Christus), will aber gleichzeitig die Antriebe, Gewohnheiten und Voraussetzungen meines eigenen Handyverhaltens hinterfragen.

## Meine Zielsetzung

Dieses Buch über Handys könnte schnell dicker werden als ein Telefonbuch. Um es kurz zu halten, muss ich mich daher aufs Wesentliche konzentrieren, sorgfältig auswählen und kurz und bündig zur Sache kommen. Während manche Autoren behaupten, dass unsere Handys unsere kognitiven Fähigkeiten und die Tiefe unserer Beziehungen fördern,<sup>11</sup> warnen andere, dass unsere Handys uns oberflächlich, dumm und weniger kompetent in der realen Welt machen.<sup>12</sup> Beide Aussagen können wahr sein;

---

<sup>11</sup> Clive Thompson, *Smarter Than You Think: How Technology Is Changing Our Minds for the Better* (New York: Pinguin, 2013) und Steven Johnson, *Everything Bad Is Good for You: How Today's Popular Culture Is Actually Making Us Smarter* (New York: Riverhead Books, 2006).

<sup>12</sup> Nicholas Carr, *The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains* (New York: W.W.Norton, 2011) und Mark Bauerlein, *The Dumbest Generation: How the Digital Age Stupefies Young Americans and Jeopardizes Our Future (Or, Don't Trust Anyone Under 30)* (New York: TarcherPerigree, 2009).

doch »soziale Netzwerke sind weitgehend das, was wir aus ihnen machen – eine Flucht oder eine verändernde Kraft, je nachdem, was wir von ihnen erwarten und wie wir sie nutzen.«<sup>13</sup> Die Frage dieses Buches ist einfach: Wie sieht die beste Nutzung meines Smartphones in der Blüte meines Lebens aus?

Zu diesem Zweck möchte ich beide Extreme meiden: den utopischen Optimismus der Technophilie und den dystopischen Pessimismus der Technophobie. O'Donovan hat Recht: Unsere Versuchung besteht darin, jemanden bei etwas zu beobachten und dann lediglich sein Verhalten nachzuahmen und unterdessen unsere persönlichen Berufungen und Lebensziele aus dem Blick zu verlieren. Anders gesagt, müssen wir uns fragen: Welche Technik dient meinen Zielen? Und was sind überhaupt meine Ziele? Ohne klare Antworten darauf kommen wir in der Frage nach dem Für und Wider von Smartphones *als Christen* nicht weiter.

Und doch, wenn du ein Smartphone besitzt, hast auch du es höchstwahrscheinlich schon missbraucht. Ein solcher Missbrauch ist die Zielscheibe zahlloser Zeitschriftenartikel, Klagebücher und eindrucksvoller Videos, die zeigen, wie verrückt sich der übermäßige Gebrauch unsere Smartphones auf unser Leben auswirkt. Ein momentanes Schuldgefühl kann ein starker Anreiz sein, doch das hält nicht lange an. Wenn das Schuldgefühl mit der Zeit abklingt, kehren wir zu unserem früheren Verhalten zurück. Der Grund dafür ist, dass unsere Grundüberzeugungen zu schwach sind, um neue Verhaltensmuster zu etablieren, und was unmittelbar richtig zu sein scheint (unsere Handys abzuschalten) ist lediglich das Ergebnis eines vorübergehenden Schamgefühls. Was wir brauchen, ist neue Selbstdisziplin im Leben, geboren aus neu geordneten Prioritäten und gestärkt von einer neuen Lebensfreiheit in Jesus Christus. Also kann ich dich nicht auffordern, dein Handy fortzulegen, es aufzugeben oder es – nach einer Burnout-Phase – wieder an dich zu nehmen. Ich will untersuchen, weshalb du so etwas überhaupt in Betracht ziehst.

---

13 Andy Crouch, *Strong and Weak: Embracing a Life of Love, Risk & True Flourishing* (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 2016), S. 87.

## Kleingedrucktes

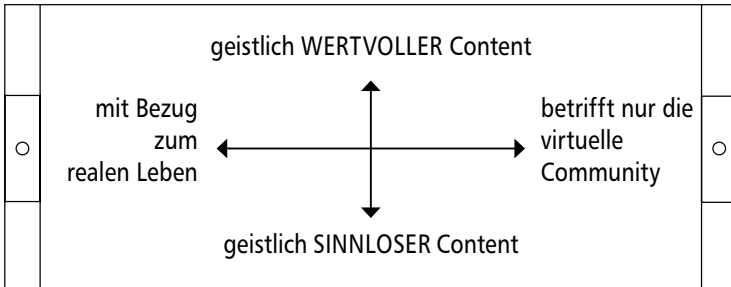
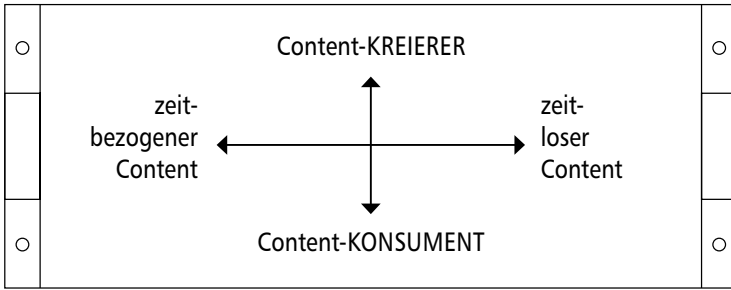
Bevor wir anfangen, zunächst ein paar Anmerkungen, die wir im Hinterkopf behalten sollten.

Erstens: Dieses Buch wurde ebenso *an* mich wie *von* mir geschrieben. Ich habe nicht nur seine Botschaft selbst nötig, sondern ich muss auch am meisten dafür geradestehen. Wenn der Titel den Eindruck erweckt, ich wollte dir eine Lektion erteilen, dann täuscht das. Ich bin es, der diese Lektion braucht. Nicht jeder sollte Buchautor werden, denn wir Autoren ethischer Bücher werden strenger als andere an unseren eigenen Worten gemessen.

Zweitens: Um den Buchtitel kurz zu halten, habe ich ihn so formuliert, als sei alles in diesem Buch für jeden einzelnen Leser relevant. In Wahrheit war ich mir der Tatsache nie bewusster, dass es viele verschiedene Umgangsweisen mit dem Smartphone gibt. Wir greifen zum Handy als Content-Kreierer oder als Content-Konsumenten und sind auf zeitlosen Content oder auf zeitbezogenen Content (Inhalt) fokussiert. Ebenso tendieren auch unsere Smartphone-Beziehungen in bestimmte Richtungen: Sie sind Teil virtueller Gemeinschaften oder Ergänzungen für unsere persönlichen Beziehungen. Und solche Online-Unterhaltungen driften ständig entweder in Richtung *geistlich wertvoll* oder *sinnloses Geschwätz* (siehe Grafik 1, S. 20). Wir alle bewegen uns ständig irgendwo in diesen Rastern und jede Tendenz hat ihre eigenen Stärken und Fallen, die ich auf den folgenden Seiten ansprechen werde. Doch keiner kann sich in diesem Schema an exakt derselben Stelle eintragen wie ein anderer. Das erwähne ich lieber gleich am Anfang des Buches. Ich bitte um Geduld, wenn wir Verhaltensweisen diskutieren, die nicht direkt auf dich zutreffen.

Drittens: Dieses Buch ist nicht *gegen* Smartphones. Es wurde für Leute geschrieben, die – wie ich – vom Smartphone profitieren und es täglich benutzen. Vermutlich wirst du in den sozialen Netzwerken und auf deinem Handy von diesem Buch erfahren, manche werden es auf dem Display ihres Handys lesen und vielleicht sogar auf Facebook daraus zitieren. Das ist weder widersprüchlich in sich selbst noch ironisch oder paradox; es ist nur die

## Wie dein Smartphone dich verändert



Grafik 1: Smartphone-Verhalten und -Beziehungen

Bestätigung des Grundes, warum ich dieses Buch schrieb und was ich damit sagen wollte.

Viertens, dieses Buch ist auch nicht einfach *für* Smartphones. Dieses Buch soll ausgewogen sein, doch Ausgewogenheit ist nicht mein Hauptanliegen. Ob ich nun, durchweg oder auch kapitelweise, das perfekte Gleichgewicht zwischen dem Für und Wider von Smartphones halte, ist relativ unerheblich, denn ich weiß: Am Ende wird meine Leserschaft gespalten sein. Das räume ich lieber gleich zu Beginn ein, um jene Leser, die bereit sind, ihre Verhaltensmuster zu überdenken, direkter ansprechen zu können (und um zu vermeiden, dass dieses Buch mit tausend Bedingungen, Relativierungen und Einschränkungen überfrachtet wird). Ich gehe von der Annahme aus, dass wir alle es nötig haben, innezuhalten und unser instinktives Smartphone-Verhalten zu reflektieren, zumal wir in dieser Zeit – in der unsere Augen und

Herzen stets vom neuesten glänzenden Gadget erobert werden – nicht weniger, sondern mehr Selbstkritik brauchen.

Fünftens, da du gerade ein Buch mit dem Titel *Wie dein Smartphone dich verändert* liest, nehme ich an, dass du wohl eher der Typ von Leser bist, der eine solche Herausforderung zur Selbstkritik tapfer annimmt. Dafür lobe ich dich. Der Philosoph Seneca hatte ganz recht, als er schrieb: »Zuweilen sei erbarmungslos gegen dich selbst.«<sup>14</sup> Zuweilen. Nicht immer. In bestimmten Schlüsselmomenten des Lebens schaue in deinen Badezimmerspiegel, kneife die Augen zusammen und projiziere Pessimismus auf die Person, die du siehst. Wir alle brauchen gesunde Kritik. Doch wenn du *ausschließlich* erbarmungslos mit dir bist, dann möchte ich dir Folgendes zu bedenken geben. Dieses Buch verfehlt sein Ziel, wenn du dich nach dem Lesen mehr hasst als vorher. Das Buch hat nur Erfolg, wenn du größere Freude an Christus gewinnst. Wenn du dich leicht von Schuldgefühlen und Selbstzweifeln niederdrücken lässt, so bete ich, dass du durch dieses Buch lernst, anders zu denken und die Freiheit zu genießen – die tiefere, unendliche Freude zu erleben, die wir in Christus haben. Ja, dass du den minderwertigen Genüssen den Rücken kehrst und dich stattdessen hinwendest zu echten, wirklich befriedigenden Freuden.

Sechstens, ich werde viele zitieren: Theologen, Philosophen, Professoren, Pastoren, erkenntnisreiche Nichtchristen sowie bekennende Atheisten. Das bedeutet, dass die Erwähnung einer Person in diesem Buch nicht bedeutet, dass ich deren Theologie gutheiße oder die erwähnten Links, Apps, Bücher oder Actionfilme uneingeschränkt empfehle.

Und schließlich: Der Schwerpunkt dieses Buches liegt, wie im Titel angedeutet, eher auf Diagnose und Weltanschauung und weniger auf praktischer Anwendung. Ich werde wichtige praktische Verhaltensweisen und Methoden zwar nicht unbeachtet lassen, doch die Anwendung wird durchweg nur indirekt angedeutet und erst zum Schluss besonders angesprochen.

---

14 Seneca, *Letters from a Stoic: Epistulae Morales ad Lucilium* (New York: Penguin, 2015), S. 67.

## Aufruf zur Bescheidenheit

Selbstzweifel ist ein Kennzeichen weiser Geschöpfe.<sup>15</sup> Und selbstkritische Gespräche über unser persönliches Verhalten erfordern sehr viel Bescheidenheit. Gespräche über unser Smartphoneverhalten werfen meistens keine wirklich neuen Fragen auf, sondern sie bringen uns zu den immerwährenden Fragen zurück, mit denen sich jede Generation konfrontiert sah.

Nehmen wir beispielsweise Snapchat, eine aktuelle App zur sofortigen Selbstdarstellung (Instant-Messaging-Dienst), bei der Beiträge nach kurzer Zeit automatisch gelöscht werden. In einem meiner Interviews gab ein Theologe zu bedenken, dass es schwierig wird, dein »Ja« wirklich ein Ja sein zu lassen, wenn deine Worte in wenigen Sekunden wieder verschwinden.<sup>16</sup> Doch wehrhafte Technikfreaks vernichten dieses Argument sofort mit dem Verweis auf eine simple Tatsache: Die Snaps verschwinden zwar innerhalb von Sekunden, doch unsere gesprochenen Worte in *Hundertsteln* von Sekunden. Technik macht unsere Worte nicht flüchtiger, sondern eher beständiger. Wenn wir für jedes nichtsnutzige Wort einmal Rechenschaft ablegen müssen,<sup>17</sup> ist unsere Generation vermutlich die erste, die eine echte Vorstellung von der Menge unserer unnützen Worte hat, da wir mehr davon veröffentlicht haben als jede andere Generation in der Geschichte.

Auch wenn wir unsere Echtheit (Fake?) in Frage stellen können, wenn wir durch absichtlich selbstlöschende Messaging-Dienste wie Snapchat kommunizieren, machen unsere Handys unsere Worte doch nicht flüchtiger oder leerer; unsere

---

15 Sprüche 12,15: »Der Weg des Narren erscheint in seinen eigenen Augen recht, der Weise aber hört auf Rat«, Spr 26,12: »Siehst du einen Mann, der in seinen Augen weise ist, – für einen Toren gibt es mehr Hoffnung als für ihn.« Siehe auch Spr 3,5-8.

16 Jakobus 5,12: »... Es sei aber euer Ja ein Ja und euer Nein ein Nein, damit ihr nicht unter ein Gericht fallt.«

17 Jesus sagt in Matthäus 12,36: »Ich sage euch aber, dass die Menschen von jedem unnützen Wort, das sie reden werden, Rechenschaft geben müssen am Tag des Gerichts ...«

Geräte werfen lediglich Fragen auf, die in jeder Generation gestellt wurden. Erst wenn wir diese Fragen ernstnehmen, können wir Snapchat beurteilen.

So oder ähnlich verlaufen Diskussionen über digitale Medien oft. Daher möchte ich gleich zu Beginn um Waffenstillstand bitten. Können wir uns darauf einigen, dass einige der wichtigsten Fragen zum Thema Smartphone ebenso die herkömmliche reale Kommunikation betreffen? Doch dass die Herausforderungen des digitalen Lebens auch das nicht-digitale Leben betreffen, bedeutet nicht, dass die Diskussion um digitale Kommunikation damit vom Tisch sei. Es bedeutet nur, dass die Bibel sich auch im digitalen Zeitalter als stets relevant erweist.

## Wer bin ich?

Wie du siehst, ist meine Beziehung zu meinem Handy eine lange Geschichte von sehr persönlicher (d.h. selbstkritischer) Natur; daher solltest du mich zu Beginn ein wenig kennenlernen.

Ich bin ein »Early Adopter« – das ist ein beschönigender neudeutscher Ausdruck für »selbsternannter iPhone-Süchtiger und Technik-Junkie«. Ich bin außerdem seit fast zwei Jahrzehnten Christ und sehe in der Bibel die endgültige, letzte Autorität für mein Leben. Nach kaufmännischen, journalistischen und geisteswissenschaftlichen Ausbildungen arbeite ich jetzt als investigativer Journalist an der Erforschung der komplexen Dynamik des christlichen Lebens im Spannungsfeld des Anpassungsdrucks unserer modernen Kultur. Ich forsche und schreibe unter Beachtung vieler anderer (sowohl zeitgenössischer als auch historischer) Stimmen aus der Christenheit.

Ich bin seit fast zwei Jahrzehnten verheiratet; meine Frau und ich haben drei Kinder, und wir bemühen uns, sie technisch kompetent und digital selbstbeherrscht zu erziehen.<sup>18</sup> Daheim benut-

---

<sup>18</sup> Tony Reinke, »Walk the Worldwide Garden: Protecting Your Home in the Digital Age«, [desiringGod.org](http://desiringGod.org) (14. März 2016).

zen wir aktuell einen Desktop Computer, drei Laptops, drei Tablets, drei Smartphones und einen iPod.

Zum Zeitpunkt der Veröffentlichung dieses Buches habe ich auf vier Plattformen insgesamt 32,6 Jahre an Erfahrung gesammelt: Blogging, Twitter, Facebook und Instagram.<sup>19</sup> Ich habe jahrzehntelang online für Non-profit-Organisationen gearbeitet, und niemals ohne ein iPhone. Und all diese Arbeiten haben mich nicht immun gegenüber den drängenden Fragen des digitalen Zeitalters gemacht, sondern diese Fragen vielmehr verstärkt. Gleichzeitig hat meine Arbeit mich in Kontakt mit einigen der geistreichsten christlichen Philosophen, Theologen, Pastoren und Künstler gebracht, die sich intensiv damit beschäftigen, wie Christen weise auf das digitale Zeitalter reagieren können. Ich werde in diesem Buch einige der besten Einblicke aus den vielen Gesprächen mit ihnen wiedergeben.

Außerdem schrieb ich dieses Buch im Dialog mit einer Vielzahl unterschiedlicher Christen: Studenten, Singles, Ehepaaren, Eltern, Hausfrauen und -männern, Geschäftsleuten und Gemeindeleitern. Wir alle sind irgendwie mit der Frage konfrontiert, wie man im digitalen Zeitalter ein gesundes, ausgewogenes Leben führen kann.

## Begehren spiegelverkehrt

Der Netzwerk-Ökologe Marshall McLuhan (1911–1980) erinnerte seine Generation, dass Technik immer eine Erweiterung des Selbst ist. Eine Gabel ist schlicht eine Erweiterung meiner Hand. Mein Auto ist eine Erweiterung meiner Arme und Füße, und zwar nicht weniger als Fred Feuersteins fußbetriebenes Steinzeitmobil.

Ebenso ist mein Smartphone eine Erweiterung meiner kognitiven Fähigkeiten.<sup>20</sup> Die aktiven Neuronen meines Gehirns sind

---

<sup>19</sup> Ich blogge seit 565 Wochen, poste auf Twitter und Facebook seit jeweils 441 Wochen und nutze Instagram seit 248 Wochen.

<sup>20</sup> »Wenn das Rad eine Erweiterung der Füße ist und Werkzeuge Erweiterun-



ein wild feuerndes Wirrwarr von Blitzen in der Hirnschale, und meine Denkaktivität gleicht einem Gewitter über Kansas.<sup>21</sup> Dieser winzige elektrische Feuersturm im mikroskopischen Raum meines Nervensystems weitet sich ganz natürlich auf meine Fingerspitzen aus, um in meinem Handy winzige digital-elektrische Funken zu hervorzurufen, die in Form von Radiowellen in die Welt ausstrahlen.

All das bedeutet, dass mein Handy einen Ort in Zeit und Raum markiert – außerhalb meiner selbst –, auf den ich meine Beziehungen, meine Sehnsüchte, den gesamten Umfang meiner bewussten Existenz projizieren kann. Betrachten wir das Wort »Begehren« spiegelverkehrt, lesen wir »Nerhegeb«, den Namen des Zauberspiegels in den Harry-Potter-Büchern. In diesem alten Spiegel sieht man angeblich die tiefsten Sehnsüchte des eigenen Herzens in lebendigen Farben. Unsere glänzenden Smartphone-Displays haben dieselbe Fähigkeit.

Allzu oft zeigt mein Handy mir allerdings nicht meine heiligen Sehnsüchte nach etwas, das ich eigentlich begehren *sollte*,

---

gen der Hände, Rücken und Arme sind, dann scheint Elektromagnetismus in seiner technischen Ausformung eine Erweiterung unserer Nerven zu sein und wird dadurch in erster Linie ein Informationssystem.« Marshall McLuhan, Video-Interview, »The Future of Man in the Electric Age«, marshall-mcluhanspeaks.com (BBC, 1965). In diesem Buch werde ich immer wieder zwischen unserem Leben als *verkörpert* und als *entkörpert* unterscheiden. Das sind zwar keine exakten Begriffe, aber doch nützliche Gegensätze. Zum Bedienen des Handys benutzen wir natürlich immer unseren Körper – Augen, Daumen, Ohren, Gehirne und selbst unsere Nerven, um die phantomhaften Vibrationen zu registrieren. Die Nützlichkeit der Begriffe wird im Verlauf des Buches deutlich werden, wenn ich auf den Einfluss von Handys auf die körperliche Gesundheit zu sprechen komme. Diesen Aspekt übersehen wir oft. Diese Begriffe werden zudem als treffender Gegensatz zu dem »verkörperten Leben« dienen, einem Begriff, den ich im Hinblick auf Szenarios gebrauche, in welchen unsere gesamte Persönlichkeit – Verstand, Körper, Seele, Emotionen – zutage tritt und gleichzeitig zum Einsatz kommt (wie z. B. Gespräche von Angesicht zu Angesicht).

<sup>21</sup> Eine Metapher aus N. D. Wilsons Vortrag »Words Made Flesh: Stories Telling Stories and the Russian Dolls of Divine Creativity«, vimeo.com (Bethlehem College, 25. April 2015).

auch nicht nach etwas, das ich zu begehren *meine*, und insbesondere nicht nach etwas, von dem ich *möchte, dass du denkst*, dass ich es begehre. Mein Handy-Display enthüllt in messerscharfen Pixeln, was mein Herz *wirklich* will.<sup>22</sup> Das leuchtende Display meines Handys projiziert in meine Augen die Sehnsüchte und Vorlieben, die in den verborgensten Winkeln meines Herzens und meiner Seele leben und die in den Pixeln von Bildern, Videos und Texten, die ich sehe und konsumiere und tippe und teile, ihren sichtbaren Ausdruck finden. Das bedeutet: Alles, was auf meinem Smartphone geschieht – insbesondere unter dem Deckmantel der Anonymität –, ist ein wahrheitsgetreues Exposé meines Herzens, das in vollen Farben zurück in meine Augen reflektiert.

Seien wir ehrlich: Das erklärt, wofür wir ein Passwort haben. In ein Handy einzudringen heißt, ins Innerste der Seele eines anderen zu blicken, und vielleicht ist es uns zu peinlich, wenn andere sehen, was wir angeklickt, geöffnet und verfolgt haben.

Was könnte beunruhigender sein?

Wenn wir uns aufrichtig unseren Smartphone-Gewohnheiten stellen und dieses Buch als Einladung annehmen, mit Gott darüber zu reden, dürfen wir erwarten, Gnade für unsere digitalen Sünden und für unsere digitale Zukunft zu empfangen. Gott liebt uns innig und wartet nur darauf, uns alles zu geben, was wir im digitalen Zeitalter brauchen. Das vergossene Blut seines Sohnes beweist es.<sup>23</sup> Wir brauchen seine Gnade, um den Stellenwert von Smartphones – ihre Pros und Kontras – im Hinblick auf das ewige Leben auszuloten. Vermasseln wir das, werden nicht nur wir leiden, sondern dann werden die nachfolgenden Generationen den Preis zahlen.

---

22 Eine beängstigende Herzensrealität wird lebendig beschrieben in James K. A. Smith, *You Are What You Love: The Spiritual Power of Habit* (Grand Rapids: Brazos, 2016), S. 27-38.

23 Römer 8,32: »Er, der doch seinen eigenen Sohn nicht verschont, sondern ihn für uns alle hingegeben hat: wie wird er uns mit ihm nicht auch alles schenken?«



# Einleitung: Eine kleine Theologie der Technik

**A**ls damals in jener stürmischen Nacht Ende 2007 vor der Raststätte in der Prärie von Iowa mein erstes Smartphone seine erste drahtlose E-Mail empfing, war das für die Geschichte dieses Buches nicht der erste Startpunkt. Auch die Einführung des iPhones auf der Macworld-Messe 2007 liegt noch nicht weit genug zurück in der Vergangenheit. Auch nicht die Gründung der Firma Apple oder Steve Jobs' Geburt. Um die Geschichte des Smartphones zu verstehen, müssen wir einen kurzen Blick auf die Entwicklung der Technik im Laufe der Jahrhunderte werfen. Unser digitales Zeitalter ist kein kosmischer Zufall.

## Die Geschichte der Technik

Am Anfang schuf Gott Adam aus Lehm und Eva aus einer Rippe. Jahwe neigte sich herab und blies Odem in Adams Lungen, und die ersten Menschen erwachten in einer sonderbaren Welt mit Ozeanen, Sonnenschein, Bergen, Früchten und Tieren ohne Namen, unbebauter Erde und ungenutzten Rohstoffen wie Diamanten, Gold, Silber und Eisen (1Mo 2,10-14). Gott wies seine Geschöpfe zunächst an, Kinder zu bekommen, Nahrung zu sammeln und über die Tierwelt zu regieren. Aber in diesen ersten Geboten zeichnete Gott bereits sein letztendliches Ziel schattenhaft vor. Der Garten war nur der Anfang. Das Ziel war eine Welt des technischen Fortschritts, die zu einer geläuterten Schöpfung führt, in der die Straßen der Stadt üppig mit kristallklarem Gold gepflastert sind, einer Schöpfung, so glänzend und leuchtend, dass wir uns kaum ausmalen können, wie sie

letztendlich aussehen wird. Als Adam und Eva erwachten und im Garten Eden tätig wurden, war also bereits ein unsichtbarer, viel größerer Plan in Gang gesetzt. Der unbeackerte Garten würde schließlich zu einer herrlichen Stadt werden (Offb 21,18-21).<sup>1</sup>

Wir befinden uns inmitten einer historischen Entfaltung dieser Transformation vom Garten zur Stadt, und Gott regiert diesen gesamten Prozess auf verschiedene Weise. Innerhalb der Grenzen der Naturgesetze, der Grenzen von Überfluss und Knappheit der Rohstoffe und vorangetrieben durch die auf Innovation angelegten Menschen (die als Gottes Abbild kreativ sind), wurde die Entwicklung des technischen Fortschritts – vom Garten zur Stadt – in Gang gesetzt. Diese Entwicklung ist vom Anfang bis zum Ende von Gott ausgelöst, beabsichtigt und gelenkt.

Doch zwischen dem lehmig-rustikalen Anfang im Garten und dem strahlend-urbanen Finale müssen wir die Story ausfüllen, denn an diesem Punkt befinden wir uns: östlich von Eden, westlich der großen neuen Stadt, auf der Reise durch Gottes souverän gelenkte Geschichte, mit unserem Smartphone in der Hand. Um den Verlauf der Technikgeschichte zu verstehen, liefert uns die Bibel neun Grundfakten, die wir besonders im digitalen Zeitalter bedenken müssen.

## 1. Technik verändert die Schöpfung

Gottes Auftrag an das erste Menschenpaar, die Erde zu beackern und Tiere zu halten, beinhaltete eine Reihe technischer Neuerungen, die diese Arbeit ermöglichten, wie Stein-, Kupfer- und schließlich Eisenwerkzeuge (1Mo 4,22).

---

<sup>1</sup> Das erklärt unausweichlich das, was Historiker das Phänomen der »mehrfachen Entdeckung« oder »gleichzeitigen Erfindung« nennen. Siehe [https://en.wikipedia.org/wiki/Multiple\\_discovery](https://en.wikipedia.org/wiki/Multiple_discovery) und Clive Thompson, *Smarter Than You Think: How Technology Is Changing Our Minds for the Better* (New York: Penguin, 2013), S. 58-66.

Im Gegensatz zu Gottes anderen Geschöpfen würden die Träger seines Ebenbildes ihre Nahrung planvoll anbauen. Zu diesem Zweck entwickelte sich landwirtschaftlicher Fortschritt recht schnell. Dieser Entwicklungsverlauf reicht von Schaufeln und Sicheln über Pflüge, die von Tieren gezogen werden, bis hin zu Traktoren, Bewässerungssystemen und heutigen GPS-gesteuerten Pflanz- und Erntemaschinen. Technik wird eingesetzt, um die Schöpfung untertan zu machen – zum Wohl des Menschen und zur Steigerung des Ertrags. Die heutige Landwirtschaft ist nicht vollkommen und es stehen ungelöste ethische Fragen im Raum; doch die schier endlose Abfolge technischer Fortschritte ist hier besonders auffällig und erstaunlich.

Landwirtschaft ist auch ein Beispiel dafür, dass Technik aus zwei Ressourcen entsteht: aus der Intelligenz des Schöpfers (die er seinen Geschöpfen verliehen hat) und aus dem reichhaltigen Vorrat der Schöpfung an Materialien und Bodenschätzen. Technik ist die Neuordnung von Rohstoffen für menschliche Zwecke. Adam und Eva ordneten die Rohmaterialien der Erde neu, um Pflanzen und Blumen erblühen zu lassen. Küchenchefs und Köche ordnen die Rohmaterialien der Nahrungsmittel zu köstlichen Menüs. Zimmerleute ordnen die Rohmaterialien von Bauholz und Nägeln neu und formen Häuser daraus. Pharmazeuten ordnen organische und synthetische Stoffe in Heilmittel um. Musiker ordnen Noten und Laute zu Musik um. Romanautoren ordnen das Rohmaterial menschlicher Erfahrung in Geschichten um. Als Sachbuchautor ordne ich das Rohmaterial von Worten und Gedanken für einen Verleger um, der wiederum Zellulosemasse, schwarze Druckfarbe und Leim zu einem Buch neu ordnet, das du in Händen halten und lesen kannst. All das hat mit Technik zu tun.

## **2. Technik mildert die Folgen des Sündenfalls**

Gleich zu Beginn der Weltgeschichte machten Adam und Eva einen tragischen Fehler: Sie begingen die unfassbare Sünde, Gottes einziges Gebot zu missachten. Der Satan versuchte sie, und

Adam und Eva nahmen den Bissen, der sie gottgleich machen sollte. In diesem Augenblick belegte Gott die Schöpfung mit seinem Fluch. Das unmittelbare Resultat war, dass fortan jegliche Beziehung des Menschen – zu allen Wesen und Dingen – gestört war (1Mo 3,1-24).

Diese Störung beeinträchtigt uns noch heute: Unkraut auf den Feldern, Schmerzen im Kreißsaal und Scham in der Nacktheit (1Mo 3,7.16-19). Landwirte setzen unkrautvernichtende Technik ein, um Dornen und Disteln auf den Feldern zu verringern. Frauen benutzen schmerzstillende Technik bei der Geburt. Modedesigner benutzen Textilien, um unsere Körper zu bedecken. Der Siegeszug technischen Fortschritts ist ein gnädiges Geschenk von Gott, um unser Leben in einer gefallenen Schöpfung zu erleichtern. Doch all diese Technik hält uns auch unser Grundproblem vor Augen: Wir sind durch die Sünde von Gott entfremdet.

### **3. Technik bedeutet Macht**

Losgelöst von Gottesfurcht und Gehorsam gegenüber Gott wird Technik leicht zur Schachfigur in menschlichen Machtspielen. Die Nutzung von Metallen und die Erfindung des stärkeren, gehärteten Stahls erleichterte die Feldarbeit, führte aber auch zur Entwicklung neuer Kriegsgeräte (1Mo 49,5; Ri 1,19; 4,3). Eisenminen zu besitzen und Schmiede zu beschäftigen hieß, einen unbegrenzten Vorrat an neuen Waffen zu besitzen, und ein unbegrenzter Vorrat an neuen Waffen sicherte militärische Überlegenheit, die wiederum bedeutete, Macht über andere Nationen auszuüben. Bogen, Pfeile, Eisen und Schießpulver verleihen allesamt Macht zur Abwehr und zur Eroberung. Das gilt bis heute. Macht und Überlegenheit beruhen auf Technik: Atomwaffen, Schlachtschiffe, Drohnen, Kampfjets und Raketen. Je größer die Streitkraft einer Nation ist, desto mehr Macht kann sie in der Welt ausüben. Derartig bezifferbare und skalierbare Macht ist nur durch technischen Fortschritt möglich.

#### **4. Technik verhilft zur Erbauung der Seele**

In der biblischen Geschichte dienen Erfindungen auch dem Gottesdienst.

Musikinstrumente wurden erfunden, damit Gottes Volk seine Freude in schönen Liedern ausdrücken konnte (1Chr 15,16; 23,5.). Später war Israels Tempel ein weltweiter Vorreiter an Bautechnik, Metallurige und Kunsthandwerk. Die monumentale Größe und majestätische Pracht des Tempels verkündeten den Nationen die Herrlichkeit, den Ruhm und Größe des Gottes Israels.

Als Gottes Plan einen Wechsel von der Kommt-und-seht-Religion (Altes Testament) zum Geht-und-erzählt-Auftrag (Neues Testament) vorsah, traten vor allem Papier und Tinte an die Stelle von Meißel und Stein und förderten so die technische Weiterentwicklung der schriftlichen Kommunikation. Gottes Wort wurde zunächst in Stein und auf Tontafeln geritzt, dann auf getrocknete Tierhäute (Pergament) und später auf Zellulose-Erzeugnisse (Papyrus) geschrieben. Dieses geschriebene Wort Gottes sollte das wichtigste Instrument des Schöpfers sein, um sein zerstreutes Volk zu sammeln – hinweg über alle Grenzen von Kontinenten, Sprachen und Zeitaltern. Im Verlauf der Zeit wurden die Rollen des Alten Testaments und die Bücher und Briefe des Neuen Testaments zu einem Kodex zusammengefasst, übersetzt und als ein zusammenhängender Sammelband vervielfältigt. Dieses Buch, die Bibel, hat eine vereinte, geballte Autorität, die wir nun bequem in einer Hand halten können. Jedes Mal, wenn wir unsere Bibeln aufschlagen, werden unsere Seelen mithilfe jahrhundertelangen technischen Fortschritts gespeist.

#### **5. Technik erhält und stärkt unsere Körper**

Technischer Fortschritt verändert und optimiert auch unsere Körper immens. Brillen und Hörgeräte verstärken unser Seh- und Hörvermögen. Musikinstrumente wie die Violine verfeinern die motorischen Fähigkeiten und geben den minutiösesten Be-

wegungen unserer Gliedmaße neue Richtung. Industrietechnik verbindet unsere Hände mit den Hydraulikarmen von Baggern. Medizinische Technik setzt stehengebliebene Herzen wieder in Gang und Maschinen leisten lebenserhaltende Maßnahmen wie Beatmung. Medizinischer Fortschritt heilt Krankheiten und verzögert den Tod. Und Entwicklungen in der Textiltechnik ermöglichen uns, unsere Körper dementsprechend herauszuputzen, wie wir unsere Identität gerne definieren und anderen präsentieren wollen (1Petr 3,3-4; 1Tim 2,9; Offb 17,4-5).

Technik unterstützt unseren Körper, verbessert unsere Bewegungen, erweitert unseren Handlungsradius und modelliert unsere Selbstdarstellung vor der Welt.

## **6. Technik verleiht menschlichem Autonomiewillen eine Stimme**

Der Mix aus Gut, Böse und Hässlich, den die Technik mit sich bringt, kam in besonders penetranter Weise beim Turmbau zu Babel zum Ausdruck. Dieses Unterfangen war ein Versuch, alle damals fortschrittlichsten Bautechniken zu vereinen, um eine Rebellengemeinschaft zu errichten (1Mo 11,1-9). Babel war nicht einfach ein Wolkenkratzer, sondern ein neues Großreich mit einer Hauptstadt, geeint durch einen Tempelturm (eine so genannte Zikkurat) in ihrer Mitte und geweiht der Anbetung des menschlichen Fortschritts. Durch die Weigerung, allen menschlichen Fortschritt als Ausdruck von Gottes Kreativität anzuerkennen, entpuppte Babel sich als dreistes Unterfangen, den Alleinanspruch auf alle Technik an sich zu reißen und daraus eine gänzlich neue Gesellschaft und Religion zu bilden, die gegen den Schöpfer rebelliert.

So steht Babel repräsentativ für die kollektive Weigerung des Menschen, Technik als Geschenk Gottes anzuerkennen. Bevor die Leute von Babel ihren Turm bis in den Himmel bauten, zogen sie eine Linie in den Sand, die dem Schöpfer signalisierte: »Besten Dank, aber von jetzt an beanspruchen wir als autonome Menschen die Urheberschaft für jeden technischen Fortschritt.«



Die Farce dieser Auflehnung entbehrt nicht einer gewissen Komik: Der Mensch baut seinen Tempel so hoch er kann, und dann neigt sich der große Gott des Universums hinab auf seine Knie und legt seine Wange auf den Boden, um den Fortschritt in Augenschein zu nehmen (1Mo 11,5). So läuft es immer, wenn Technik im Unglauben missbraucht wird. Gott ist der Ursprung jeder Erkenntnis und allen technischen Fortschritts, und er ist der Urheber und Vollender der zukünftigen herrlichen Stadt. Wie könnte ihn ein Wolkenkratzer aus Lehm beeindrucken?

Technik ist nicht in sich böse, aber sie wird leicht zur bevorzugten Ausdrucksform für menschlichen Autonomiewahn.

## 7. Gott herrscht über jegliche menschliche Technik

Der Turm zu Babel war in Wirklichkeit der Turm des Unverständs. Dieser Wolkenkratzer des Stolzes wurde aus den Rohstoffen der Erde errichtet und mit menschlichem Einfallsreichtum gestaltet – und all diese Gaben kommen von Gott. Einen gottlosen Wolkenkratzer zu bauen und dafür Gottes Rohstoffe und Bodenschätze sowie Gottes Erfindungsreichtum – den er uns als Trägern seines Ebenbildes verliehen hat – zu verwenden, war der Gipfel menschlicher Arroganz und Ignoranz und (wie wir noch sehen werden) die völlige Verzerrung unserer menschlichen Bestimmung.

Und so zerstreute Gott die Erbauer Babels über den Globus, indem er ihnen viele verschiedene Sprachen auferlegte.<sup>2</sup> Gott war beim Turmbau zu Babel nicht abwesend. Er war als kosmischer Vorarbeiter vor Ort, um die menschliche Technik zu überwachen, damit sie ihm und seiner höchsten Absicht im Evangelium dienstbar ist.

Aber Gottes souveräne Herrschaft über die schrecklichsten Übel der Technik wird nirgendwo deutlicher als in einem rö-

---

<sup>2</sup> Beim Pfingstereignis hob Gott diese Sprachentrennung wieder auf, weil von da an das Evangelium weltweit ausgebreitet werden sollte; Apg 2,1-13.

mischen Hinrichtungsgerät, dem Kreuz. Das Kreuz, ein aufrechter Holzpfosten mit einem Querbalken, war die öffentliche Zurschaustellung eines Verbrechers: mit drei Eisennägeln festgenagelt, wurde er für alle sichtbar emporgehoben. Die Kreuzigung diente dazu, Kriminelle, Aufrührer und ungehorsame Sklaven zu töten, und zwar langsam durch Erschöpfung und Ersticken. Der langsame Tod war öffentliche Folter, eine Präsentation der Einschüchterung: Seht her! Dieses Schicksal erwartet jeden, der so dumm ist, sich den römischen Regeln zu widersetzen und das soziale Gefüge zu gefährden.<sup>3</sup>

Doch dieses furchtbare Folterinstrument war gleichzeitig der Dreh- und Angelpunkt des großen Erlösungsplanes Gottes. Gott erschuf Bäume, damit sie den Menschen nützlich sind, aber der Mensch erfand Kreuze, um andere Menschen umzubringen. In der Finsternis dieses Augenblicks äußerster Bosheit kam Gottes Plan für die herrliche neue Stadt einen entscheidenden Schritt voran. In einem Akt des übelsten Missbrauchs von Technik töteten die Menschen den Urheber des Lebens, doch Gott hatte dieses Geschehen souverän in seiner Hand (Apg 3,15; 2,23). Es war ein einzigartiges kosmisches Paradox: Als Christus vor den Augen der Menschheit so schändlich gefoltert wurde, erlitten dadurch zugleich alle Mächte der Bosheit eine schändliche Niederlage (Kol 2,15).

Das Böse wurde mithilfe von Technik besiegt, ganz nach Gottes souveränem Plan. Alle Technik, selbst in den Händen der bösesten Menschen mit den übelsten Absichten, steht niemals außerhalb des alles regierenden Planes Gottes. Die Hinrichtung auf Golgatha wurde sozusagen *gehackt*. Gott bediente sich der Technik des Kreuzes und »kehrte durch einen kleinen Kniff dessen Wirkung um«. <sup>4</sup> Das sind Gottes Wege: Er macht unsere bösen Technologien zum Spott, indem er uns souverän das Heft wie ein Hacker aus der Hand nimmt.

---

<sup>3</sup> Martin Hengle, *Crucifixion* (Minneapolis: Fortress Press, 1977).

<sup>4</sup> Martin M. Olmos, »God, the Hacker: Technology, Mockery and the Cross«, *Second Nature*, [secondnaturejournal.com](http://secondnaturejournal.com) (29. Juli 2013).

## 8. Technik prägt jede Beziehung

Der Stammbaum technischen Fortschritts ist komplex – von Pfeil und Bogen, über Räder und Achsen, Eisenwerkzeuge und Waffen, bewegliche Lettern und Druckpressen, Uhren und Armbanduhren, Dampfmaschinen und Eisenbahnen, Autos und Flugzeuge bis hin zu Computer und Smartphones. Jede neue Technik eröffnet der Menschheit neue Hoffnungen, Träume und Sehnsüchte. Und jede neue Technik verändert grundlegend die soziale Dynamik unserer Beziehungen zur Welt, zueinander und zu Gott.

Erstens: Technik verändert unsere Beziehung zur Welt. Mit einer GPS-App kann ich meinen genauen Standort auf der Erde in einer Weise erkennen, wie sie vor zwanzig Jahren noch fast unmöglich und für meine Vorfahren völlig unbegreiflich war.

Zweitens: Technik verändert unsere Beziehung zueinander. Wenn ich dich auf der Straße treffe und eine Unterhaltung anfangen möchte, ist unsere Beziehung grundsätzlich offen. Aber wenn wir uns online kontaktieren, meine Videochat-App geöffnet ist und ich in mein Handy schaue, ist unsere Begegnung grundsätzlich anders, weil du entscheiden musst, ob du mit mir und dem unsichtbaren Publikum auf der anderen Seite der Handykamera in Blickkontakt treten möchtest.

Drittens: Gott kann Technik als Metapher verwenden, um sein Wirken in der Welt zu offenbaren. Als die Menschen beispielsweise begannen, Metalle zu verarbeiten und zu verwenden, konnte Gott sein Wirken als ein verzehrendes Feuer beschreiben, das Menschen läutert wie Gold im Ofen. Mit dieser Metapher beschrieb Gott sein Werk, dass er sein Volk von falschen Verbündeten säubert. Neue technische Errungenschaften liefern Gott neue Metaphern, um seinen Umgang mit uns zu veranschaulichen.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Jes 1,22-25; Jer 6,27-30; Ps 119,119. Siehe auch Paula McNutt, *The Forging of Israel: Iron Technology, Symbolism and Tradition in Ancient Society* (Sheffield, England: Bloomsbury T&T Clark: 2009). Es sollte hinzugefügt werden, dass Gott bis zum Abschluss des biblischen Kanons für sich selbst neue Metaphern aus der Technik prägte.

## 9. Technik gestaltet unsere Theologie

Und schließlich: Wir gebrauchen technische Geräte, um damit (zum Guten oder zum Schlechten) Gott und sein Handeln zu veranschaulichen. Nimm zum Beispiel die eher jüngere Technik einer Taschenuhr – winzige Haarfedern, Aufziehrädchen, präzise Zahnräder, alles eingefasst in rhythmisches Ticktack. Seit der Erfindung der Taschenuhr können wir die genaue Zeit ablesen und unsere Termine ordnen. Dieser technische Fortschritt in der Zeitmessung gebar auch zwei neue Metaphern, um Gottes Beziehung zu uns zu erklären – eine scharfsinnige und eine irreführende.

Zum einen bietet die Armbanduhr eine hilfreiche Metapher für Gott. Da die verschiedenen Teile der Uhr alle zusammenwirken, um einem Zweck zu dienen, weist die Uhr alle Merkmale »intelligenten Designs« auf – sie ist das Werkstück eines genialen Designers. Dasselbe gilt für unseren Körper. Die verschiedenen Teile und biochemischen Substanzen unserer Existenz verbinden sich harmonisch, um unsere Existenz zu erhalten. Das ist die »Uhrmacher-Analogie«. Gott ist uns nicht nur nah; er hat sogar seine Fingerabdrücke auf uns hinterlassen.

Aber die Armbanduhr führt auch zu einer falschen Metapher für Gott. Einige entwickelten die Vorstellung, dass Gott das Universum zusammenfügte, es wie eine Uhr aufzog und somit in Gang setzte und es sich dann selbst überließ. Das ist eine Form des Deismus – der Idee, dass Gott sich grundsätzlich aus der Welt zurückgezogen hat und nur die Naturgesetze in Gang hält.

Sei es zum Guten oder Schlechten – Technik verändert unsere Aussagen über Gott. Und Technik modelliert den Weg, wie Gott sich uns mitteilt. Gott erklärt sich uns durch Metaphern aus der Technik, und wir finden eine Möglichkeit, ihn zu definieren – oder ihn zu verzerren –, indem wir Metaphern aus der Technik auf ihn projizieren.

## Technik-Theologie

Ich habe die Tiefen hier nur oberflächlich gestreift. Was ich sagen will: Jede technische Neuerung ist eine theologische Einladung an Gottes Volk zur erneuten biblischen Besinnung. Das bedeutet:

Erstens: Im digitalen Zeitalter zu leben, ist eine offene Einladung zu klarem, biblischem Denken über die Wirkung unserer Handys auf uns selbst, auf unsere Schöpfung, auf unsere Mitmenschen und auf unsere Beziehung zu Gott. Gedankenloses Übernehmen neuer Technologien ist Weltlichkeit.

Zweitens: Technik ist Technik, ob sie nun an einer Steckdose oder an einem Pferd hängt. Für diesen speziellen Punkt werde ich keine klar definierte Unterscheidung zwischen Werkzeugen und Technologie machen und primitive Werkzeuge nicht von neueren technischen und elektrischen Geräten abgrenzen. Ich sage das deshalb, weil Hausgötter aus bearbeitetem Stein oder Holz und in der Hand gehaltene Götzen aus Silber und Gold, wie sie in der Antike gebräuchlich waren, keine Werkzeuge waren. Diese Götzen waren eher so etwas wie unsere technischen Geräte, göttliche Orakel des Wissens und des Wohlstands, von den Anbetern in dem Bemühen verwendet, die Ereignisse des Lebens zum persönlichen Nutzen zu beherrschen und zu verändern. Götzen-Statuetten und Smartphones sind im Kern derselbe Fetisch.

Drittens: Was mein Smartphone mit mir macht, weist mich zudem auf eine herrliche Stadt in der Zukunft. Wir vertrauen nicht auf Dinge, die wir in der Hand halten. Wir vertrauen nicht auf Dinge, die wir gemacht haben. Wir sehnen uns vielmehr danach, in der Gegenwart unseres dreieinigen Gottes in einer neuen Schöpfung zu sein, die nicht durch menschliche Kunst und von sündigen Händen erbaut ist, sondern durch den ursprünglichen Plan und die erneuernde Kraft Gottes – eine Schöpfung frei von Sünde, Tod und Tränen, wie Gott sie immer beabsichtigt hat (Joh 14,1-7; Apg 7,49-50; Hebr 9,11-28).

## Unser Platz in der Geschichte

Hier sind wir also, im »digitalen Zeitalter«, einem Zeitalter so voller neuer Erfindungen, dass wir schon blind dafür werden. Und wir adoptieren und adaptieren neue Technologien schneller als jede Generation in der Weltgeschichte. Im Jahr 2015 besitzen 86 % der 18-29-jährigen Amerikaner ein Smartphone, im Gegensatz zu 52 % vier Jahre zuvor. In derselben Altersgruppe besitzen 50 % ein Tablet, im Gegensatz 13 % vier Jahre vorher. Gleichzeitig ging in derselben Bevölkerungsgruppe die Zahl derer, die Computer, MP3-Player, Spielekonsolen und eBook-Lesegeräte besitzen, zurück.<sup>6</sup> Unsere Handys schlucken all diese Funktionen.

Vielleicht passen wir uns ja deshalb so schnell an, weil wir eine besonders begabte Generation sind, sehr gelehrig und leicht formbar. Oder wir passen uns so bereitwillig an, weil – wie Jacques Ellul zu bedenken gab – unsere Technik uns quasi terrorisiert.<sup>7</sup> Wir leben unter der ständigen Bedrohung, dass wir, wenn wir eine neue Technik verpassen, ins Abseits kultureller Überalterung gedrängt werden – ohne die nötigen Schlüsselqualifikationen, um einen neuen Job zu bekommen, ausgeschlossen vom kulturellen Austausch und getrennt von unseren Freunden.

Was immer unsere Beweggründe sind, die Tatsache bleibt bestehen: Wir machen mit, wir gehen online, wir werden mobil. Smartphones sind wie unser Geldbeutel: Wir würden niemals das Haus ohne sie verlassen. Ja, 36 % der 18-29-Jährigen geben an, dass sie »nahezu ständig« online sind – ein Phänomen, das erst durch das Smartphone möglich wurde. Der durchschnittliche Online-Erwachsene verdient mehr als 75.000 Dollar im Jahr,<sup>8</sup> ist Hochschulabsolvent, lebt in städtischem Umfeld und gehört der

---

6 Monica Anderson, »Technology Device Ownership: 2015«, Pew Research Center, [pewinternet.org](http://pewinternet.org) (29. Okt. 2015).

7 Jacques Ellul, *The Technological Bluff* (Grand Rapids, MI: Eerdmans, 1990), S. 384-400).

8 Der Durchschnittsverdienst in den USA (2016) beträgt 58.000 Dollar.

Altersgruppe der 18- bis 29-Jährigen an.<sup>9</sup> Unsere mobile Internet-sucht mag neu sein, aber sie ist gekommen, um zu bleiben. Wir sind niemals offline.

Ist mein Smartphone also mein erbitterter Feind? Ist es ein kultureller Modeschmuck? Ist es ein berechtigtes Werkzeug? Das sind nur einige der Fragen, die wir auf den folgenden Seiten untersuchen werden. Unsere Handys bergen leistungsstarke Technik in einem kleinen Gerät, das wir mit den Fingerkuppen steuern. Wir haben vollen Zugang zu dieser Technik, und durch eine Art digitaler und elektrischer Zauberei sind wir potentiell zu jeder Zeit mit jedem anderen Handy auf dem Planeten verbunden.

All diese Realitäten verändern uns tatsächlich; das ist keine Frage. Die größere Frage bleibt: *Wie* verändern uns unsere Smartphones? Und sollten wir uns deswegen Sorgen machen?

---

<sup>9</sup> Andrew Perrin, »One-Fifth of Americans Report Going Online »Almost Constantly.« Pew Research Center, [pewinternet.org](http://pewinternet.org) (8. Dez. 2015).







# Wir werden süchtig nach Ablenkung

**W**ir checken unsere Smartphones ca. 81,500 Mal im Jahr bzw. alle 4,3 Minuten unserer Wachzeit. Das bedeutet, du wirst versucht sein, dein Handy dreimal zu checken, bevor du dieses Kapitel zu Ende gelesen hast.<sup>1</sup>

Der Trieb ist nicht schwer zu verstehen. Unser Leben ist auf unseren Handys zusammengefasst: unsere Kalender, unsere Kameras, unsere Notizen, unsere Kreditkarten, unsere Landkarten und Routen, unsere Nachrichten, unser Wetter, unsere E-Mails, unsere Einkaufszettel – all das kann mit supermodernen Apps in leistungsstarken kleinen Geräten verwaltet werden, die wir überallhin mitnehmen. Selbst die GPS-App auf meinem Handy, die mich heute zu einem neuen Café geführt hat, hat eine dreißigtausendfach höhere Verarbeitungsgeschwindigkeit als der dreißig Kilogramm schwere Bord-Navigationscomputer, der im Jahre 1969 die Apollo-II-Raumfahrtkapsel zur Oberfläche des Mondes leitete.

Kein Wunder also, dass wir morgens als erstes zu unseren Handys greifen, nicht nur um den Wecker auszustellen, sondern auch, um in dämmeriger Schläfrigkeit E-Mails und soziale Netzwerke zu checken, bevor wir unsere müden Augen endlich ganz öffnen. So wie das ständig expandierende Universum unser ultimativer Horizont nach außen ist, so führen uns unsere Handys auf eine grenzenlose Reise nach innen, und auf diese Reise begeben wir uns jeden Morgen neu.

Diesen instinktiven Griff zum Handy kenne ich nur zu gut, doch ich wollte sehen, ob auch andere diesem Muster folgen.

---

<sup>1</sup> Jacob Weisbeg, »We Are Hopelessly Hooked«, *The New York Review of Books* (25. Feb. 2016).

Daher befragte ich achttausend Christen nach ihrem Social-Media-Verhalten.<sup>2</sup> Mehr als die Hälfte (54 %) der Teilnehmer gab an, ein Smartphone innerhalb der ersten Minuten nach dem Aufwachen zu checken. Auf die Frage, ob sie E-Mails und soziale Netzwerke eher *vor* oder *nach* dem täglichen Bibellesen und Betten checken, sagten 73 %: *vorher*. Diese Tatsache ist besonders bedenklich, da der Morgen die Zeit ist, in der wir unsere Herzen geistlich für den Tag rüsten. (Wir werden in späteren Kapiteln noch auf diese Angewohnheit und meine weiteren Entdeckungen zurückkommen.)

Unsere Handys machen süchtig, und wie Süchtige suchen wir den Kick gleich morgens. Und, ja – dafür gibt's eine App.

## Facebook

Die App, die wir am häufigsten ansteuern, um unsere Kicks zu bekommen, ist Facebook.<sup>3</sup> Im Jahr 2013 gingen 63 % der Facebook-Nutzer täglich auf die Seite. Nur ein Jahr später waren es schon 70 %. Wenn du Facebook täglich besuchst, gehörst du zu mehr als einer Milliarde anderer mit derselben zwanghaften Routine. Und der durchschnittliche Nutzer verbringt täglich fünfzig Minuten in der Facebook Produktfamilie (Facebook, Messenger, Instagram). Diese Zahl steigt dank strategischer Planung ständig.<sup>4</sup>

Der Höhenflug von Facebook verläuft parallel zu einem Anstieg der Mobiltechnologie und einem Anstieg von Nutzern, die ihre Smartphones mit in jeden freien Moment ihres Lebens nehmen. Facebook begleitet uns jetzt, und diese Mobilität macht uns alle zu Facebook-Süchtigen. Nur wenige von uns können sich

---

2 Eine nichtwissenschaftliche Befragung von Lesern von [desiringGod.org](http://desiringGod.org), durchgeführt online über Social-Media-Kanäle (April 2015). Auf unsere Ergebnisse werde ich weiter unten zurückkommen.

3 Stand 2015, mittlerweile (Stand Anfang 2018) Instagram.

4 James Stewart, »Facebook Has 50 Minutes of Your Time Each Day. It Wants More«, *The New York Times* (5. Mai 2016)

beherrschen. Ofir Turel, Psychologe an der California State University Fullerton, warnt: Im Gegensatz zu Drogensüchtigen haben Facebook-Süchtige »die Fähigkeit, ihr Verhalten zu steuern, aber nicht die Motivation, ihr Verhalten zu steuern, weil sie nicht sehen, wie gravierend die Folgen sind«.<sup>5</sup>

Doch die Folgen sind real. Während digitale Ablenkungen in nie dagewesener Fülle in unser Leben dringen, liefern Verhaltensforscher und Psychologen in einer Studie nach der anderen den Beweis: Je süchtiger du nach deinem Handy wirst, desto anfälliger bist du für Depressionen und Angstzustände, und desto weniger bist du in der Lage, konzentriert zu arbeiten und nachts gut zu schlafen. Digitale Ablenkungen sind kein Spiel. Weil wir alle so vernetzt sind, können Hunderte von Leuten (Freunde, Familienmitglieder und Fremde) uns jeden Augenblick unterbrechen. Und wenn wir uns langweilen, können wir mit einem Fingerklick durch eine endlose Liste von Online-Vergnügungen und -Kuriositäten scrollen.

Die psychischen und physischen Folgen unserer digitalen Ablenkung sind interessant, doch in diesem Buch wird der Fokus auf die geistlichen Dimensionen unserer Smartphone-Sucht gerichtet sein. Diese Folgewirkungen werden in vielen christlichen Artikeln und Büchern beinahe vollständig übersehen. Im weiteren Verlauf werde ich auf einige wissenschaftliche Erkenntnisse hinweisen, jedoch nur als Drehkreuz, um die Diskussion von den biologischen Auswirkungen unserer Display-Gewohnheiten hin zur wichtigeren Frage nach dem geistlichen Spannungsfeld zwischen unseren Onlineaktivitäten und den Ewigkeitsfolgen unseres Handyverhaltens zu lenken. Nicht die Psychologie, sondern unser ewiges Schicksal ist mein tiefstes Anliegen.

Wenn also die Untersuchung von Online-Trends offenbart, dass ein Tsunami digitaler Ablenkungen in unser Leben bricht, brauchen wir die Weisheit, um drei konkrete geistliche Fragen zu beantworten:

---

<sup>5</sup> Rebecca Strong, »Brain Scans Show How Facebook and Cocaine Addictions Are the Same«, BostInno, [bostinno.streetwise.co](http://bostinno.streetwise.co) (3. Febr. 2015).

1. Warum lassen wir uns von Ablenkungen locken?
2. Was ist eine Ablenkung?
3. Die grundlegendste Frage: Was ist das unabgelenkte Leben?

## Warum lassen wir uns von Ablenkung locken?

Ungesunde digitale Süchte florieren, weil wir die Folgen ignorieren. Deshalb beginnen wir unsere Studie mit drei Gründen, weshalb wir Ablenkungen so leicht erliegen.

Erstens: *Wir nutzen digitale Ablenkungen, um uns Arbeit vom Hals zu halten.* Facebook ist ein Weg, beruflichem Druck zu entfliehen. Mühevollere Sachen schieben wir gern vor uns her: Abgabefristen, schwierige Gespräche, Wäscheberge, Schulprojekte und Hausaufgaben. Der durchschnittliche amerikanische Student vergeudet 20% seiner Schulzeit damit, an einem digitalen Gerät herumzufummeln und Dinge zu tun, die mit dem Unterricht nichts zu tun haben (mir erscheint dieser statistische Wert noch zu niedrig angesetzt!).<sup>6</sup> Wenn das Leben zu anstrengend wird, sehnen wir uns nach irgendetwas anderem, Hauptsache, es ist leichter.

Zweitens: *Wir nutzen digitale Ablenkung, um uns Leute vom Hals zu halten.* Gott hat uns berufen, unsere Nächsten zu lieben, doch wir nehmen unsere Handys zur Hand, um uns unserem Nächsten zu entziehen und alle wissen zu lassen, dass wir lieber woanders wären. Wenn ich in einem Meeting oder im Klassenzimmer mein Handy ganz weglege, werde ich eher als aufmerksam wahrgenommen. Wenn mein Handy zwar inaktiv, aber mit Display nach oben auf dem Tisch liegt, zeige ich mich zwar in dem Augenblick aufmerksam, doch möglicherweise unaufmerksam, sobald jemand Wichtigeres außerhalb des Klassenzimmers mich braucht. Und wenn mein Handy in meiner Hand liegt und ich auf Texte antworte und durch soziale Medien scrolle, ver-

---

<sup>6</sup> Leslie Reed, »Digital Distraction in Class Is on the Rise«, Nebraska Today, news.unl.edu (15. Jan. 2016).

middle ich offene Verachtung, denn »geteilte Aufmerksamkeit ist ein typischer Ausdruck von Geringschätzung«.<sup>7</sup>

Im digitalen Zeitalter fällt es uns besonders schwer, uns »zu den Niedrigen zu halten« (Röm 12,16), die in unserem Umfeld sind. Stattdessen ziehen wir uns in unsere Handys zurück und zeigen unsere Verachtung für komplizierte Situationen und für langweilige Menschen. In beiden Fällen senden wir, wenn wir unser Handy zur Hand nehmen, ein Signal unseres Überlegenheitsgefühls an andere – und das oft ganz unbewusst.

Drittens: *Wir benutzen digitale Ablenkungen, um uns die Gedanken an die Ewigkeit vom Hals zu halten.* Vielleicht fast unmerklich stolpern wir in die Falle digitaler Ablenkungen, weil wir in den faszinierenden neuen Apps eine willkommene Möglichkeit sehen, den ehrlichsten und schmerzlichsten Selbsterkenntnissen zu entfliehen. Diese Einsicht hatte der für seine weisen Aussprüche berühmte Blaise Pascal (1623–1662), der Mathematiker und Christ war. Als er die abgelenkten Seelen seiner Zeit beobachtete (die gar nicht so anderes waren als die heutigen), fiel ihm auf:

Wenn du ihre Ablenkungen fortnimmst, wirst du finden, dass sie vor Müdigkeit und Verdrossenheit vertrocknet sind, weil wir in Freudlosigkeit münden, sobald wir keine Ablenkung mehr haben und über uns selbst nachdenken müssen.<sup>8</sup>

Pascal spricht eine zeitlos gültige Tatsache aus: Der menschliche Appetit nach Zerstreuung ist in jedem Zeitalter groß, weil Ablenkungen einen leichten Ausweg aus der Stille und Einsamkeit bieten, in der wir sonst konfrontiert werden mit unserer Endlichkeit, unserer unausweichlichen Sterblichkeit und der Gottesferne all unserer Sehnsüchte, Hoffnungen und Vergnügungen.

---

7 Oliver O'Donovan, *Ethics as Theology*, Bd. 2, *Finding and Seeking* (Grand Rapids, MI: Eerdmans, 2014), S. 45.

8 Blaise Pascal, *Thoughts, Letters, and Minor Works*, Hg. Charles W. Eliot, Übers. W. F. Trotter, M. L. Booth und O. W. Wight (New York: P.F. Collier & Sons, 1910), S. 63.

Treibende Kraft jeder Ablenkung, sei es durch Krieg in fernen Ländern oder Reisen in ferne Länder, ist die Aussicht, dadurch der Langeweile daheim zu entfliehen. Das sagte seinerzeit bereits Pascal: »Ich habe entdeckt, dass alle Unzufriedenheit der Menschen daher kommt, dass sie nicht ruhig in ihrem Zimmer bleiben können.«<sup>9</sup> An die Decke unserer stillen Stube zu starren – allein mit unseren Gedanken über uns selbst, die Wirklichkeit und Gott – ist für uns unerträglich. Pascal schreibt:

Daher kommt es, dass die Menschen Lärm und Aktivität so sehr lieben; daher kommt es, dass das Gefängnis eine so schreckliche Strafe ist; daher kommt es, dass Freude an Einsamkeit so unvorstellbar ist.<sup>10</sup>

Ohne ständig mögliche Zerstreuung zu leben bedeutet Einzelhaft. Das ist eine furchtbare Strafe. Deswegen spüren wir jedes Mal, wenn wir merken, dass wir unser Handy vergessen oder gar verloren haben oder dass der Akku leer ist, sofort so etwas wie die Einsamkeit einer Gefängniszelle. Das kann sehr beängstigend sein.

Obwohl wir tausend Gründe hätten, durch Selbstreflexion zur Besinnung zu kommen, suchen wir Vergnügungen wie »Billiard spielen oder gegen einen Ball treten«<sup>11</sup>, oder – wie wir heute – ein neues Online-Spiel herunterzuladen. Unsere allgegenwärtigen Handys bieten endlose Ablenkungen, von Zehn-Sekunden-Downloads bis zu Ein-Klick-Käufen. Unsere Klingel- und Alarmsignale und Push-Nachrichten lenken uns ab von unseren wahren Bedürfnissen und Realitäten.

Ein Pascal unserer Generation formulierte es so: »Wir laufen davon wie nervöse kleine Insekten oder ängstliche Kaninchen und schlawienern um unsere Geräte, unsere Sklaven, unsere Sklaventreiber« – klickend, scrollend, klopfend, tippend, likend, teilend ... was auch immer.

---

9 Ebd., S. 52.

10 Ebd., S. 53.

11 Ebd., S. 55.

Wir denken, wir wollen Frieden, Stille, Freiheit und Muße, aber tief im Innern wissen wir, dass wir das gar nicht ertragen könnten ... Wir *wollen* geradezu unser Leben verkomplizieren. Wir *müssen* es nicht, wir *wollen* es. Wir wollen genervt und bedrängt werden und geschäftig sein. Unbewusst wollen wir genau das, worüber wir uns beklagen. Denn hätten wir Muße, würden wir uns selbst anschauen und auf unser Herz hören und das große klaffende Loch in unserem Herzen sehen und entsetzt sein, denn dieses Loch ist so groß, dass nichts und niemand außer Gott es füllen kann.<sup>12</sup>

Um den Schmerz dieser Leere zu betäuben, greifen wir zum »neuen, wirkungsstarken Antidepressivum, das keine bittere Substanz ist« – zu unseren Smartphones.<sup>13</sup> Doch während wir in sozialen Netzwerken unsere Zuflucht suchen, verfolgt uns auch dort der Tod und spukt in jenen digitalen Ablenkungen in neuer Weise. Ein aufrichtiger Autor räumt ein:

Ich liebe bei Twitter den Spaß und die Frivolität. Die GIFs. Die Witze. Das Hin- und Hergeschreibe. In Wirklichkeit jedoch ist tief in mir ein Teil, der Angst hat, dass ich bei meinen Online-Freunden »aus den Augen, aus dem Sinn« gerate und niemandem mehr etwas bedeute. In gewissem Sinne ist das nur eine Form der wachsenden Todesfurcht, mit der die meisten von uns in der heutigen Gesellschaft sich nie auseinandersetzen, ja, die sie nicht einmal erwähnen wollen.<sup>14</sup>

Nein, das wollen wir nicht. Wir alle wissen uns ungemütlich nah daran, in das Mysterium der Ewigkeit zu gleiten, diesen Ort zu verlassen und in dem einzigen Zuhause, das wir je hat-

---

<sup>12</sup> Peter Kreeft, *Christianity for Modern Pagans: Pascal's Pensées Edited, Outlined, and Explained* (San Francisco: Ignatius, 1993), S. 168-169.

<sup>13</sup> Andrew Sullivan, »I Used to Be a Human Being«, *New York Magazine* (18. Sept. 2016).

<sup>14</sup> Derek Rishmawy, »Forget Me Not (Twitter and the Fear of Death)«, *Reformedish*, derekrishmawy.com (6. April 2016).

ten, vergessen zu werden. So springen wir jeden Tag zurück ins Hamsterrad unserer digitalen Unterhaltungen und verdrängen die Wirklichkeit.

Die philosophische Maxime »Ich denke, also bin ich«<sup>15</sup> wurde ersetzt durch ein digitales Motto, »Ich bin online, also bin ich«<sup>16</sup>, was wiederum zu dem Statusbegehren führt: »Ich bin beliebt (geliked), also bin ich.«<sup>17</sup> Doch unsere digitalen Freundschaften und Likes und sonstigen Online-Beifallsbekundigungen sind flimmernde Pixel, die nicht den Sinn unseres Lebens ausmachen können. Und doch: Wann immer ich es mir auf dem Facebook-Barhocker bequem mache, ist das ein Versuch, diese Sehnsucht zu befriedigen; ich will dort sein, wo jeder Freund meinen Namen kennt, wo meine Gegenwart den ganzen Tag immer wieder virtuell bestätigt werden kann. Was immer diese schreckliche Stille durchbrechen kann, die mir meine Vergänglichkeit vor Augen hält, das will ich haben.

Ich schlage eine Übung vor, die uns helfen kann, unsere Selbstwahrnehmung wieder zu erden. Leg einmal am Tag einen Moment lang dein Handy beiseite, strecke deine rechte Hand aus, die offene Handfläche nach oben und die Finger gen Himmel gerichtet, und stell dir den Zeitstrahl der Geschichte vor, wie er einen Kilometer nach links und eine Ewigkeit weit nach rechts verläuft. Deine Lebenszeit auf Erden entspricht ungefähr der Breite deiner Hand (Ps 39,4-5). Nichts kann soziale Medien und Handy-Gewohnheiten so gut relativieren wie die schonungslose Realität unserer Sterblichkeit. Lass das einen Augenblick sacken. Spüre die Kürze deines Lebens; das wird dich wieder ganz zum Leben erwecken (Ps 90,12).

---

15 René Descartes, *The Philosophical Works of Descartes*, übers. E. S. Haldane und G. R. T. Ross (New York: Cambridge University Press, 1970), S. 101.

16 Kevin Vanhoozer, E-Mail-Interview mit dem Autor (26. Febr. 2016).

17 Donna Freitas, *The Happiness Effect: How Social Media Is Driving a Generation to Appear Perfect at Any Cost* (New York: Oxford University Press, 2017),



## Was ist eine Ablenkung?

Ich weiß, das alles ist starker Tobak – doch wenn wir ehrlich sind, brauchen wir heute unbedingt eine gehörige Dosis von Blaise Pascals prophetischer Warnung. »Wir leben in einer geschwätigen, lauten, zerstreuten Kultur«, sagt der Philosoph Douglas Groothuis. Er schrieb 1997 sein Buch *The Soul of Cyberspace* (»Die Seele des Cyberspace«) und erforscht seitdem den Einfluss der digitalen Technik auf Christen. »Es ist schwer, Gott von ganzem Herzen, ganzer Seele, ganzer Kraft und ganzem Verstand zu dienen, wenn wir ständig abgelenkt und zerstreut sind und multitaskingmäßig mehreres gleichzeitig tun.«<sup>18</sup> Der Historiker Bruce Hindmarsh meint: »Unser Seelenzustand gleicht heute dem einer geistlichen Aufmerksamkeits- und Hyperaktivitätsstörung.«<sup>19</sup>

Vielleicht meinen wir, Pascal hätte übertrieben, doch in Wahrheit hat er untertrieben. Seine Warnungen vor den Ablenkungen sinnloser Vergnügungen sind nur ein Wiederhall der biblischen Warnungen vor Ablenkungen. In der Bibel wird dieser Begriff noch weiter ausgedehnt und erstreckt sich auf all die unmittelbar drängenden Details unseres täglichen Lebens, unserer Beziehungen, vermeintlichen Pflichten, ja selbst auf unsere Jagd nach Geld und Besitz – praktisch auf alles, was unsere Aufmerksamkeit ganz auf diese Welt und das diesseitige Leben lenkt. Ablenkung kann in vielerlei Gestalt daherkommen: eine neue Vergnügung, eine hartnäckige Sorge oder ein sinnloses Streben. Sie ist etwas, was unsere Gedanken und Herzen von dem Wichtigsten ablenkt; alles, was »die Sorgen des Herzens monopolisiert«.<sup>20</sup> Das Herz funktioniert am besten, wenn es nicht von Sorgen und Zwängen beherrscht wird.

An sechs Stellen warnt uns das Neue Testament vor den Auswirkungen ungehemmter Ablenkungen auf unser Seelenleben.

---

<sup>18</sup> Douglas Groothuis, telefonisches Interview mit dem Autor (3. Juli 2014).

<sup>19</sup> Bruce Hindmarsh, telefonisches Interview mit dem Autor (12. März 2015).

<sup>20</sup> Horst Robert Balz und Gerhard Schneider, *Exegetical Dictionary of the New Testament* (Grand Rapids, MI: Eerdmans, 1990), 2:409.

Wir können solche Ablenkungen in drei Hauptkategorien einteilen:

1. *Ungehemmte Ablenkungen, die die Seele blind für Gott machen.* Die gefährlichsten Ablenkungen sind laut dem Gleichnis vom vierfachen Ackerboden: weltliche Sorgen, Ängste, Streben nach Reichtum, egoistische Angst um die eigene Sicherheit. Diese Ablenkungen können die Seele ersticken, indem sie die Saat der Wahrheit wegreißen, die Frucht des Evangeliums austrocknen und seine Hoffnung als irrelevant erscheinen lassen. Das nichtige Vergängliche raubt uns das Unvergängliche (Mt 13,22; Mk 4,19; Lk 8,14).
2. *Ungehemmte Ablenkungen, die die Kommunikation mit Gott unterbinden.* Ein Beispiel für diese Ablenkungen sehen wir bei Martha. Sie war so sehr mit ihrem Tischdienst für andere beschäftigt, dass sie die Bedeutung von Christi Worten für ihr Leben verkannte (Lk 10,38-42). Wir können so unkonzentriert werden, dass wir uns ganz in dem unnachgiebigen Hamster- rad täglicher Pflichten verlieren und folglich nicht mehr auf die Stimme Christi hören. Wir beten nicht mehr und erkennen nicht, dass er aufmerksam zuhört und uns nahe ist. Wir empfinden Gott als fern, weil wir abgelenkt sind. Und dennoch sucht er uns. Er sucht unsere ungeteilte Aufmerksamkeit (Lk 21,34-36).
3. *Ungehemmte Ablenkungen, die Gottes dringlichen Vorrang mindern.* Die Ehe ist eine wunderbare Gabe, doch sie geht auch mit allerhand Routinen und Pflichten einher – mit gewissen häuslichen Ablenkungen –, die viel Aufmerksamkeit verlangen. Eheleute nehmen die Segnungen der Ehe und akzeptieren damit bereitwillig all die Ablenkungen des Ehelebens; dadurch geben sie die Alternative preis, die Paulus als das »Leben ohne Ablenkung« sieht – die Gabe der Ehelosigkeit (1Kor 7,32-35).

Die Ehe ist nicht die höchste Priorität des Lebens; ebenso wenig wie Verliebtsein oder Sex. Die Ehe ist ein kostbares Geschenk, und Intimität in der Ehe ist ein wunderbarer Ausdruck von Got-

tes Plan – aber die Bibel empfiehlt, sich Zeiten einzurichten, wo Dinge wie die Sexualität zurückgestellt werden, um Gelegenheit zu haben, das Gebetsleben neu auszurichten und die größere Priorität der Gemeinschaft mit Gott wieder in den Vordergrund zu rücken (1Kor 7,1-5).

Ehe und Ehelosigkeit sind beides echte Gaben. Die Ehe ist die Bestätigung, dass die Schöpfung gut ist (Mt 19,4-6; 1Tim 4,1-5); die Ehe liefert eine schöne Metapher für die Liebe Christi zu seiner Gemeinde (Eph 5,22-33) und vermittelt Vorfreude auf eine künftige »kosmische Hochzeit« (Offb 19,6-10). Ehelosigkeit wiederum lenkt unser Augenmerk zurück auf das wunderbare Leben Christi auf Erden und nach vorn auf die Herrlichkeit, auf die baldige persönliche Verherrlichung (Mk 12,25; 1Kor 7,29).<sup>21</sup> Als Vorschatten der bevorstehenden Verwandlung liefert Christus ein Vorbild eines Single-Lebens, das solche Tiefe und Majestät hat, dass all unsere irdische Ehelosigkeit dadurch eine Erhabenheit und Würde bekommt, die alle irdischen Belange übersteigt. Jedenfalls sind Ehe und Ehelosigkeit von Christus bestätigte und von Paulus gepriesene göttliche Gaben.

1. Korinther 7 liefert die ausführlichste biblische Lehre über Ablenkung und über das Streben nach fokussierter Unabgelenktheit. Wenn wir erst einmal verstanden haben, was das für die Ehe bedeutet, sind wir in der Lage, dieselben Prinzipien auf unser digitales Leben zu übertragen. Echte Ablenkungen beinhalten alles (auch gute Dinge), was unseren geistlichen Blick benebelt, sodass wir die Kürze unserer Lebenszeit und die gebotene Dringlichkeit der Erwartung Christi nicht klar erkennen, während wir dem Ende der Weltgeschichte entgegensehen.

Das Datum der Wiederkunft Christi ist ein Geheimnis, doch es naht so schnell, dass jeder Christ aufgerufen ist, voll Vorfreu-

---

<sup>21</sup> In den komplexen Fragen bezüglich Ehe, Scheidung und Ehelosigkeit in 1. Korinther 7 müssen Antworten »erarbeitet werden im Kontext der Prioritäten des Evangeliums und des veränderten Denkens, hervorgerufen durch das Nahen des eschatologischen Zeitalters und die Vorfreude auf das Ende«. D. A. Carson, Predigt vom 23. Mai 2007, »The Gospel of Jesus Christ; 1Kor 15,1-19«. [the.gospelcoalition.org](http://the.gospelcoalition.org).

de quasi auf seinen Zehenspitzen ständig Ausschau danach zu halten (Mt 24,36 – 25,13; 1Thes 5,1-11). Der Tod und die Auferstehung Christi läuteten den Anfang vom Weltenende ein, die so genannte Endzeit. Die Uhr läuft ab. Gerade jetzt ist dieser kurze Augenblick, wenn im Fußball die neunzig Minuten um sind und die Nachspielzeit läuft – eine kleine, unbekannte Zeit, die schnell vergeht, während die Uhr unaufhörlich weiter tickt. Der Zeiger auf der Uhr von Gottes Heilszeitleiste befindet sich schon jenseits der neunzig Minuten, und die Uhr tickt weiter. Und jetzt müssen wir den Begriff Ablenkung unter diesen Bedingungen definieren – besonders hinsichtlich der komplexen Lebensbereiche wie Partnersuche, Sexualität und Ehe –, so dass wir uns am entsprechenden Platz in Gottes Zeitleiste für diese Schöpfung sehen, also in ganz dringlicher Situation kurz vor Zielschluss.

Alle Ablenkungen werden anhand der Tatsache beurteilt, dass »die Zeit sehr knapp ist« (1Kor 7,29)«. Gott ruft uns zu *Wachsamkeit* auf (Mt 24,42; 1Kor 16,13; Kol 4,2), denn das ganze Leben als Christ wird durch ein Empfinden für diese endzeitliche Dringlichkeit der Wiederkunft Christi bestimmt (Röm 13,11-14). Wer Augen hat, zu sehen, für den ist Christi Wiederkunft so greifbar und konkret, dass ihre Erwartung unser Leben von allen Oberflächlichkeiten entrümpelt und all unsere nichtigen Ablenkungen irrelevant macht. Mit anderen Worten: Unser Kampf gegen die störenden Ablenkungen dieser Welt – insbesondere die unnötigen Ablenkungen durch unsere Handys – ist ein Krieg um unser Herz, den wir nur gewinnen können, wenn unsere Liebe fest auf die Herrlichkeit Christi gerichtet ist. Die Antwort auf unsere digitale Unterhaltungswelt ist das seelische Beruhigungsmittel der Herrlichkeit Christi. Auf sie blicken wir gebannt mit dem Verstand und freuen uns mit unserer Seele daran. Die Schönheit Christi macht uns ruhig und verankert unsere tiefsten Sehnsüchte in ewigen Hoffnungen, die weit jenseits dessen liegen, was unsere Smartphones uns jemals bieten können.<sup>22</sup>

---

22 Siehe John Owen, *Meditations and Discourses on the Glory of Christ*, in Works of John Owen, Hrsg. William H. Goold (Edinburgh: Banner of Truth Trust,

## Was ist das unabgelenkte Leben?

Sollten wir also die Uhren zurückdrehen und zur Einfachheit des »ablenkungsfreien« vordigitalen Zeitalters zurückkehren? Nein – es hat zwar ein vor-digitales Zeitalter gegeben, doch gab es niemals ein Leben ohne Ablenkungen. Ob du nun ein Smartphone, ein weniger smartes Vorzeithandy oder gar kein mobiles Telefon hast – du kannst es nicht vermeiden, dass in deinem Leben deine Aufmerksamkeit abgelenkt wird. Doch der Bibel zufolge gibt es vielerlei Arten von Ablenkungen. Uns begegnen geheiligte Ablenkungen und unheilige Ablenkungen, erbauliche Ablenkungen und destruktive Ablenkungen. Wir erleben notwendige Unterbrechungen und weltliche Störungen, und wir kennen die unvermeidlichen Ablenkungen in der gottgewollten Ehe, und die vermeidbaren Ablenkungen unserer Konsumgesellschaft. Gleich zu Beginn unserer Untersuchung müssen wir uns von der Vorstellung verabschieden, dass so etwas wie ein ablenkungsfreies Leben überhaupt möglich ist – das gibt es nicht und wird es niemals geben. Das heilige Leben ist von gottgewollter Komplexität. Das heißt, wir müssen lernen, in der jeweiligen Situation unser Ablenkungs-Management anzuwenden.

Deshalb meine Warnung: Wenn wir es als Christen versäumen, Ablenkungen weise in den Griff zu bekommen, werden wir unsere Prioritäten aus dem Blick verlieren und – in den ernüchternden Worten einer selbst smartphonesüchtigen Mutter kleiner Kinder – »wir vergessen, wie man mit Jesus lebt«. <sup>23</sup> Ein gutes Ablenkungs-Management ist eine Fähigkeit, die für geistliche Gesundheit unverzichtbar ist – insbesondere in unserem digitalen

---

1965), 1:277-279, 402-403. In diesem Leben, in dem wir so oft mit Eigenliebe, Weltlichkeit, endlosen Sorgen und Ängsten und »mit einer endlosen Bewertung von Beziehungen« – denke an soziale Netzwerke – kämpfen, müssen unsere Seelen, zum ausgleichenden Gegensatz, »mit ruhiger Besinnung auf Christus und seine Herrlichkeit« genährt werden (1:403).

<sup>23</sup> Tracy Fruehauf, »Airing My Dirty Laundry«, *One Frue Over the Cuckoo's Nest*, [onefrueoverthecuckoosnest.com](http://onefrueoverthecuckoosnest.com) (18. Aug. 2015).

Zeitalter. Doch wenn wir eine digitale Ablenkung lediglich »aus-treiben«, ohne sie durch eine gesündere Gewohnheit zu ersetzen, werden an ihrer Stelle sieben weitere digitale Ablenkungen kommen (Mt 12,43-45; Lk 11,24-26). Mit der Zeit werden wir unsere geistliche Gesundheit verlieren, weil ungehemmte Vergnügungen unser Herz einer so starken Erosion aussetzen. Letzten Endes werden wir das Empfinden für unseren Platz in Gottes Zeitstrahl verlieren und die biblische Warnung ignorieren, dass die uns verbleibende Zeit knapp ist (1Kor 7,29).

## Bewusst Ablenkungen vermeiden

Unsere Beziehung zu unserem Handy ist zwar nicht vertraglich lebenslang (obwohl manche Anbieterverträge es gern so sehen würden), doch ich bin nicht der erste, der diesen Vergleich zieht: Der Besitz eines Smartphones ähnelt der Beziehung zu einem hoch anspruchsvollen, aufmerksamkeithungrigen Partner.<sup>24</sup> Das Smartphone wimmelt von Signalen, Piepstönen und sonstigen Ködern. Viele dieser Versuchungen (vielleicht die meisten) sind nicht sündig, aber aufdringlich.

Je abgelenkter wir digital sind, desto orientierungsloser werden wir geistlich. Wir müssen Paulus' Worte »die Zeit ist begrenzt« (1Kor 7,29; an Eheleute gerichtet) beachten und es zu unserem Ziel machen, unser Leben von allen unnötigen und überflüssigen Ablenkungen zu reinigen. Tim Keller wurde einmal gefragt: »Weshalb, meinen Sie, fällt es jungen Christen so unglaublich schwer, Gott als persönlich real in ihrem Leben zu erkennen?« Er antwortete (bemerkenswerterweise via Twitter): »Lärm und Ablenkung. Twittern ist leichter als Beten.«<sup>25</sup> Twitter läuft dem Gebet den Rang ab, weil Twittern uns so leichtfällt,

---

<sup>24</sup> Trip Lee, Skype-Interview mit dem Autor, bei dem er seinen Song »iLove« erklärt (25. März 2015). Dieselbe Metapher findet sich in Freitas, *The Happiness Effect*, S. 224.

<sup>25</sup> Tim Keller (@timkellernyc), twitter.com (31. Dez. 2013).

Gebet hingegen Mühe und Geduld erfordert. Und weil wir das Gebet vernachlässigen, empfinden wir uns fern von Gott.

Gott ruft seine Kinder zu allen Zeiten auf, innezuhalten und zu prüfen, was ihre Aufmerksamkeit in dieser Welt gefangen nimmt. Sie sollen die Konsequenzen abwägen und für ein unabgelenktes Herz kämpfen, das ungeteilt auf ihn gerichtet ist. Zu diesem Zweck stelle ich zehn Testfragen, die wir uns im digitalen Zeitalter stellen sollten:

1. Offenbart mein Smartphone-Verhalten eine Sucht nach zeitraubenden Vergnügungen?
2. Offenbart mein Smartphone-Verhalten ein zwanghaftes Verlangen, wahrgenommen und anerkannt zu werden?
3. Hält mein Smartphone-Verhalten mich von echter Gemeinschaft mit Gott ab?
4. Fördert mein Smartphone-Verhalten das Verdrängen der Gedanken an Tod, Wiederkunft Christi und Ewigkeit?
5. Nimmt mich mein Smartphone-Verhalten in Beschlag mit der Jagd nach weltlichem Erfolg?
6. Lässt mein Smartphone-Verhalten mich nicht mehr auf die Führung Gottes in meinem Leben achten?
7. Beschäftige ich mich durch mein Smartphone-Verhalten viel mit dem anderen Geschlecht?
8. Dient mein Smartphone-Verhalten der Erbauung von Christen und meiner Gemeinde?
9. Fokussiert sich mein Smartphone-Verhalten auf das, was für mich notwendig und für andere nützlich ist?
10. Lenkt mich mein Smartphone-Verhalten von den Nöten der Nächsten ab, die Gott mir in den Weg gestellt hat?

Seien wir ehrlich: Unsere digitalen Süchte (wenn wir sie so nennen können) sind willkommene Süchte. Der Schlüssel zur Befreiung ist, bewusst Ablenkungen zu vermeiden, sich immer weniger ablenken zu lassen, um uns auf die Ewigkeit zu konzentrieren. Die Fragen treffen uns schmerzlich und berühren jeden Bereich unseres Lebens: Gott, Ehe, Familie, Freunde, Arbeit, Freizeit

und das persönliche Profil. Doch dieser Schmerz kann uns zu gesunder Veränderungen leiten.

Unsere Smartphones verstärken die allerunwichtigsten Ablenkungen und lähmen uns für die bedeutendsten und wichtigsten »Ablenkungen«: für die wirklichen Bedürfnisse unserer Familien und Nächsten. In der Geschichte vom barmherzigen Samariter in Lukas 10,25-37 ist der Verletzte am Wegesrand ein Beispiel für eine gottgegebene Ablenkung. Wären wir mit unseren Handys in der Hand achtlos vorbeigegangen? Oder hätten wir ein Foto davon auf Instagram hochgeladen?<sup>26</sup>

Mein Handy trimmt mich darauf, nur ein passiver Beobachter zu sein. Mein Handy kann mich mit vielen Freunden verbinden, doch es trennt mich vom realen Leben – vielleicht gerade dann, wenn ich am dringendsten gebraucht werde. Wenn ich in die sozialen Medien eintauche, isoliere ich mich allzu oft per Facebook von den wahren Bedürfnissen meiner Freunde. Facebook kann zu einem klinisch keimfreien Raum werden, von dem aus ich die Höhen und Tiefen anderer als anonymen Zuschauer beobachten kann, ohne den dringlichen Impuls zu verspüren, reagieren und oder mich kümmern zu müssen. Und dabei werde ich immer blinder für das echte Fleisch und Blut um mich herum. Diese Veränderung folgt als nächster unserer 12 Punkte.

---

<sup>26</sup> Beispiel vom deutschen Herausgeber ergänzt.





## Wir ignorieren Fleisch und Blut

**W**ir wissen, dass wir andere nicht vernachlässigen dürfen, doch wir ignorieren unser Gewissen und tun es dennoch. Diese Vernachlässigung nimmt in dem Phänomen des abgelenkten Autofahrens eine besonders gefährliche Form an.

Während des Fahrens auf dem Smartphone zu tippen, ist eine weit verbreitete Gewohnheit. Die Statistiken sind bekannt. Während des Autofahrens mit dem Handy zu *telefonieren*, erhöht die Unfallwahrscheinlichkeit um das Vierfache; doch dabei zu schreiben, macht einen Unfall *dreiundzwanzig mal wahrscheinlicher*. Angenommen, ein Fahrer blickt die durchschnittliche Zeit für das Verfassen eines Textes (4,6 Sekunden) bei 80 km/h nicht auf die Straße, so heißt das, dass er die gesamte Länge eines Fußballfeldes blind fährt. Beim Fahren tippen ist so idiotisch, dass 46 der 50 US-Bundesstaaten es verboten haben.<sup>1</sup>

Doch selbst diese oft zitierten Fakten haben diese höchst rücksichtslose Verhaltensweise nicht unterbunden, sondern kaum Eindruck hinterlassen. Auch die Gesetze gegen Handynutzung beim Fahren haben wenig Wirkung gezeigt. Unsere Untersuchung an der Universität von Michigan hat ergeben, dass diese Gesetze gegen den Handygebrauch beim Autofahren tatsächlich zu einem *Anstieg* schwerer Unfälle durch Handynutzung beim Fahren geführt haben könnten.<sup>2</sup>

---

1 In Deutschland ist die Nutzung eines nicht in einer Halterung befestigten Handys beim Autofahren so strikt verboten, dass sogar das Wegdrücken eines eingehenden Anrufs (OLG Köln Az.: III-1 RBs 39/12) und das Ablesen der Uhrzeit (OLG Saarbrücken, Az. 1 Ss 1/14) mit Bußgeld belegt sind.

2 Jonathon P. Ehsani, C. Raymond Bingham, Edward Ionides und David Childers, »The Impact of Michigan's Text Messaging Restriction on Motor Vehicle Crashes«, *Journal of Adolescent Health* (3. Jan. 2014).

## Weshalb die Gesetze nicht greifen

Warum greifen die Gesetze nicht? Und woher kommt dieser Anstieg tödlicher Unfälle durch Handynutzung beim Fahren?

Der Journalist Matt Richtel schrieb zur Beantwortung dieser Frage das Buch *A Deadly Wandering*. Zuvor hatte er den Unfall eines Collegestudenten aus dem Jahre 2006 analysiert, dessen Wagen wegen Tippen beim Fahren aus der Spur geraten und mit einem entgegenkommenden Fahrzeug kollidiert war, was zu zwei Todesopfern führte.<sup>3</sup> Er erzählt die Geschichte des tragischen Unfalls, verfolgt den anschließenden Strafprozess und stellt relevante Fragen zu den gesetzlichen Verpflichtungen, auch in einer digitalen Welt ungeteilte Konzentration zu gewährleisten.

Am Ende weist Richtel auch den Werbern der Handybranche Schuld an der Ablenkung im Straßenverkehr zu. Wir werden, so sagt er, mit zwiespältigen Botschaften gefüttert. So veröffentlichte zum Beispiel der Telekommunikations-Riese AT&T im Jahr 2013 einen 30-sekündigen Spot, in dem vier Kinder in einer Quizsendung sitzen und eine einzige Frage des Moderators beantworten. »Was ist besser«, fragt er: »Zwei Sachen gleichzeitig zu tun oder nur eine Sache zu tun?« Natürlich brüllen die Kinder sofort die offenkundige Antwort: »Zwei!« Das ist nicht weiter kompliziert, heißt es weiter. Selbst kleine Kinder wissen schon, dass es besser ist, zwei Sachen gleichzeitig zu tun.

Gleichzeitig finanzierte AT&T auch die Kampagne »It Can Wait«, die Handynutzung beim Fahren bekämpfen sollte und u. a. Werner Herzogs 35-minütige Anti-Texting-and-Driving-Doku *From One Second to the Next* (Von einer Sekunde auf die andere) beinhaltete. Nahezu acht Millionen Autofahrer unterzeichneten ein Online-Versprechen, mit dem sie sich verpflichteten, »die Augen nicht auf dem Handy, sondern auf der Straße zu haben«.<sup>4</sup>

---

<sup>3</sup> Matt Richtel, *A Deadly Wandering: A Mystery, a Landmark Investigation, and the Astonishing Science of Attention in the Digital Age* (New York: William Morrow, 2015).

<sup>4</sup> Siehe [itcanwait.com](http://itcanwait.com).

Daher müssen wir uns fragen: Ist »zwei Sachen gleichzeitig tun« wirklich nur eine unbedachte Standardantwort, die jedes Kind geben könnte? Nein, so einfach ist es nicht.

Aber ich meine, es gibt eine noch einfachere Erklärung dafür, dass die Gesetze nicht greifen. Wie jeder Lehrer bezeugen kann, sind wir sehr erfinderisch im heimlichen Gebrauch unserer Handys. Gesetze, die das Tippen verbieten, sind nahezu nicht durchsetzbar; vielmehr veranlassen die US-Staaten, die am härtesten dagegen vorgehen, die Autofahrer, ihr Handy heimlich zu benutzen. Im Auto kannst du unterhalb der Fensterebene, von außen unsichtbar, mit dem Daumen Texte senden. Je strenger die Polizei gegen das Tippen vorgeht, desto tiefer gehen die Handys, und je tiefer die Handys gehen, desto mehr wird die Aufmerksamkeit des Fahrers von der Straße abgelenkt, weil sie jedes Mal etwas länger brauchen, um Texte zu lesen und zu senden, und etwas länger, bis sie sich wieder auf den Verkehr konzentrieren können. Je entschiedener daher der Versuch, Handytippen beim Fahren zu unterbinden, desto heimlicher (und gefährlicher) wird das Tippen und desto schwerer werden die daraus resultierenden Unfälle.

Wenn Gesetze, Polizeimaßnahmen und Bußgelder das Tippen beim Fahren nicht stoppen können, dann muss eine blutige Lösung her. Kampagnen mit schockierenden Bildern führen vor Augen, wie schnell ein achtloser Fahrer anderen unsägliches Leid zufügen kann, z. B. dem Gegenverkehr, wenn er gleichzeitig tippt und fährt. Amtliche Dokumentarfilme stellen Unfälle in Zeitlupe nach, mit splitterndem Glas, zerquetschtem Metall und umherschleudernden menschlichen Körpern. Solche Anzeigen legen den Finger auf die wirkliche Ursache von Tippen beim Fahren: auf ein fehlendes Bewusstsein von dem lebenden Fleisch und Blut, an dem wir täglich vorbeirasen.

## **Eine christliche Perspektive**

Ein Fahrzeug entlang dem Gegenverkehr zu steuern, ist immer gefährlich. Mit Hochgeschwindigkeit bewegen wir einen andert-

halb Tonnen schweren Block aus Stahl und Glas (oder einen über zwei Tonnen schweren SUV), vom Gegenverkehr oft nur durch eine aufgemalte Linie auf der Straße getrennt. Eine falsche Bewegung für Bruchteile von Sekunden wird schnell zu einer unumkehrbaren Tragödie und resultiert in lebenslanger, quälender Schuld. Die Werkzeuge, die wir benutzen, können andere ins Unglück stürzen, und ein winziger Ausrutscher kann ganze Lebensläufe für immer verändern (vgl. 5Mo 19,4-10). Tippen beim Fahren und unschuldiges Blut an unseren Händen haben mehr miteinander zu tun, als uns lieb ist.

Wo Gesetze nicht greifen, da appelliert die Bibel an unser Herz. Jesus fasst das Leben als Christ in zwei grundlegenden Fragen zusammen: »Wie liebe ich Gott?« und »Wie liebe ich meinen Nächsten?« (Mt 22,37-40). Und die Frage, wer denn unser Nächster sei, beantwortete Jesus mit einer Begebenheit von der Straße (Lk 10,29-37). Im digitalen Zeitalter (ebenso wie in vordigitaler Zeit) können weit entfernte Leute und Dinge unpassenderweise unsere Aufmerksamkeit verlangen und uns blind machen für die wirklichen Nöte in unserer Nähe. Während wir fahren, klingelt das Handy, unser Gehirn bekommt einen Dopaminschub, und oft genug zeigt unsere Entscheidung dann unsere achtlose Haltung gegenüber unserem Nächsten. Wir meinen, wir dürften die Leute, die wir sehen, ignorieren zugunsten derer, die wir nicht sehen. Doch dieser Gedanke entbehrt jeder Vernunft (vgl. 1Jo 4,20).

Wenn wir auf der Straße unseren Nächsten ignorieren, den Fremden, der gerade die Straße mit uns teilt, dann sündigen wir mit unseren Handys.

## **Virale Aggression**

Tippen beim Fahren ist nur ein Beispiel für das Hauptanliegen dieses Kapitels. Wir glauben allzu leichtfertig die Lüge, dass wir eine geteilte Existenz leben und zwei Dinge gleichzeitig tun können. Und so beschäftigen wir uns mit unserem Handy und vernachlässigen unseren Nächsten.

Ein zweites Beispiel für dieses gespaltene Denken ist unsere Online-Konfliktbereitschaft.

Unsere Körper unterscheiden uns voneinander und definieren unsere Existenz in dieser Welt. Im digitalen Raum jedoch verlieren wir diesen wichtigen Bezugspunkt.<sup>5</sup> Wir haben uns nicht persönlich im Blick, und dann kocht der Zorn leichter hoch.

Auf dem Bildschirm werden wir viel leichter zornig auf andere als in der persönlichen Begegnung, und Wissenschaftler bezeichnen das als »Phänomen des anonymen Zorns«. Der heiße Dampfdruck des Zorns entlädt sich rasch in aggressiven Worten, die wir in unsere Handys tippen. Es ist heute so einfach, unserem Ärger öffentlich Luft zu machen. Obendrauf gibt es noch drei weitere Übeltäter: »1. relative Anonymität, 2. fehlende Autorität und juristische Konsequenzen, und 3. solipsistische Introjektion<sup>6</sup> – also die Theorie, dass wir unsere Kommunikation per Computer unterbewusst eher wie ein Selbstgespräch wahrnehmen als ein Gespräch mit einer anderen Person.« Anders ausgedrückt: »Es ist sehr schwierig, Worte auf einem Display mit der Realität zu verknüpfen, dass sich am anderen Ende der Verbindung ein lebender, atmender Mensch befindet.«<sup>7</sup> Online-Aggression ist eine Folgeerscheinung der Zweiteilung in unserem Leben – unsere Aufmerksamkeit ist geteilt, unser Denken ist geteilt, und unsere digitale Identität ist von echtem Fleisch und Blut getrennt.

Dieser Zwiespalt führt online zu vermeidbaren Missverständnissen und Kurzschlüssen. Unserem Tippdaumen fehlt jede Em-

---

5 Alastair Roberts, »Twitter Is Like Elizabeth Benne's Meryton«, *Mere Orthodoxy*, mereorthodoxy.com (18. Aug. 2015).

6 Solipsismus ist die Vorstellung, dass ich selbst die einzig wirklich existierende Person sei, Introjektion ist das Gegenteil von Projektion, also die Verinnerlichung von außen vermittelter Vorstellungen, Werte etc. Solipsistische Interjektion ist in der psychologischen Erforschung von digitalem Medienkonsum ein häufig verwendeter Begriff, der besagt, dass reine Online-Bekanntschaften keine echten Bekanntschaften sind, da man die andere Person nicht wirklich kennt, sondern nur eine innere Vorstellung von ihr hat (Anm. d. Übers.).

7 Nick English, »Anger Is the Internet's Most Powerful Emotion«, greatist.com (18. Sept. 2013).

pathie, wenn wir keine echten Gesichter vor uns haben. Es ist viel leichter, einen Online-Avatar zu verleumden als einen Bruder im richtigen Leben.

Doch Online-Aggression ist nicht nur allgegenwärtig; sie ist auch ansteckend. Ich bin lange genug in sozialen Netzwerken unterwegs, um den allerwichtigsten Faktor dafür zu kennen, ob meine Online-Beiträge ein heißes Thema werden und weite Verbreitung finden, nämlich die Frage: Gelingt es mir, eine hitzige Debatte zu entfachen? Studien belegen das (auf eher privater Ebene) und zeigen, dass ein netter Kommentar zwar deine Follower erfreut, aber nicht darüber hinausgeht, während ein wütender Kommentar sich viel wahrscheinlicher über den Kreis deiner Follower hinaus verbreitet und noch viel mehr Leute empört. »Zorn ist eine hochgradig erregende Emotion, die Menschen veranlasst, aktiv zu werden«, schreibt ein Psychologe. »Zorn (bei anderen) lässt dich emotional explodieren, was dich wiederum bereit macht, selbst auszuteilen.«<sup>8</sup>

Zorn breitet sich epidemieartig aus.

## Die Freude der Gemeinschaft

Wenn Zorn die virale Emotion der Online-Virtualität ist, dann ist Freude die christliche Emotion realer Gemeinschaft. Zwei Apostel beweisen das: Johannes und Paulus. Johannes schloss einen seiner handschriftlichen Briefe mit einem Satz, der auch heute noch relevant ist für uns, die wir jetzt mit unseren Daumen tippen: »Da ich euch vieles zu schreiben habe, wollte ich es nicht mit Papier und Tinte [damals moderne Kommunikationsmittel] tun, sondern ich hoffe, zu euch zu kommen und mündlich mit euch zu reden, damit unsere Freude völlig sei« (2Jo 12). Johannes benutzte Technik für seine Kommunikation, doch er wusste, dass sein Brief nur ein Teil der Kommunikation war. Der Brief

---

<sup>8</sup> Matthew Shaer, »What Emotion Goes Viral the Fastest?« *Smithsonian* (April 2014).

war ein Mittel, um seine Vorfreude auszudrücken; persönliche Gemeinschaft musste folgen. Paulus äußert in zwei seiner Briefe denselben Gedanken.<sup>9</sup>

Warum schreiben zwei Apostel, dass ihre Freude von persönlichen Begegnung abhängt? »Ich denke, es hat damit zu tun, dass unsere ganze Persönlichkeit dabei beteiligt ist«, sagte mir Douglas Groothuis, Professor für Philosophie am Denver Seminar. »Unsere Persönlichkeit wird in gewissem Maße auch in einer E-Mail oder einem Tweet vermittelt. Doch wir sind ganzheitliche Wesen: Wir haben Gefühle, Gedanken, Phantasien und Körper.« Wenn wir einen Teil unserer verkörperten Persönlichkeit wegnehmen, kommt es leichter zu Missverständnissen. Wenn wir unsere physischen Arme, die wir kreuzen, Augen, die unseren Gegenüber anschauen, Ohren, die Sarkasmus heraushören, und Stimmlagen, die Mitleid ausdrücken, gegen ein zweidimensionales Profilbild eintauschen, öffnen wir Missverständnissen und Spannungen Tür und Tor. Groothuis sagt:

Daher denke ich, dass »vollkommene Freude« dann aufkommt, wenn eine Persönlichkeit mit einer anderen Persönlichkeit mit Hilfe von Stimme, Berührung, äußerer Erscheinung und synchronen Reaktionen interagiert. Manchmal ist es Zeit, mit Menschen zu schweigen, manchmal sollten wir mit ihnen weinen oder mit ihnen lachen.<sup>10</sup>

Darüber hinaus ist Augenkontakt eine der mächtigsten Formen sozialer Einbindung überhaupt. Augenkontakt schmiedet auf komplexe Weise Vertrauen zwischen Menschen, wodurch sie in gewisser Weise ihr Denken synchronisieren und gegenseitiges Verständnis gewinnen, voneinander lernen und sich aufeinander abstimmen. Über digitale Kommunikation ist das nicht möglich.

---

9 Röm 15,32; 2Tim 1,4. Das wurzelt in der eschatologischen Hoffnung von 1Thes 2,19-20.

10 Douglas Groothuis, telefonisches Interview mit dem Autor (3. Juli 2014).

Es gibt gewiss noch viele andere Gründe, persönliche Begegnungen wertzuschätzen, doch diese Abschnitte aus apostolischen Briefen verdeutlichen uns etwas Wichtiges, das wir in unserer digitalen Kommunikationstechnik bedenken müssen. Alles, was aus Distanz geschrieben wird – wie der altbewährte Brief, die moderne Textnachricht oder auch dieses Buch – gleicht eher einer Phantom-zu-Phantom-Kommunikation als einer Person-zu-Person-Kommunikation. Gewiss, etwas von uns steckt auch in unseren geschriebenen Worten; aber nicht alles, was eine wahre Gemeinschaft ausmacht, kann in Displays getippt und mit Lichtgeschwindigkeit durch den Äther geschickt werden. Das ist die Realität der Kommunikation. Freude ist eine wertvolle Emotion unserer ganzheitlichen Existenz. Freude vereint unsere Aufmerksamkeit, unseren Verstand und unser Fleisch und Blut zu persönlicher Gemeinschaft – in Liebe von Angesicht zu Angesicht. Die Herausforderung für den Christen lautet, nicht in Tweets und Textbotschaften allein zu lieben, vielmehr in Taten und realer, leiblicher Anwesenheit (1Joh 3,18).<sup>11</sup>

---

11 Man könnte einwenden, dass ja auch Gott sich uns nur durch die Bibel als geschriebenem Wort »aus der Distanz« mitteilt. Doch gibt es mindestens sechs Unterschiede zu menschlicher schriftlicher und insbesondere virtueller Kommunikation: Erstens ist Gottes Wort im Wesen absolute Wahrheit (im Gegensatz zu unserer Kommunikation) und vermittelt ihn daher auf vollkommene Weise. Zweitens hat Gottes Wort viele Eigenschaften, die unsere Worte nicht haben, z. B. schöpferische, umgestaltende und autoritative Kraft. Drittens ist die Bibel eine äußerst komplexe, umfangreiche Offenbarung Gottes; durch ein lebenslanges Bibelstudium kann man ihn immer besser kennen lernen. Viertens kann der Christ durch Gebet und Bibellesen tatsächlich eine innige geistliche Gemeinschaft mit Gott haben, ähnlich wie bei Mose, zum dem Gott »von Angesicht zu Angesicht ... wie ein Mann mit seinem Freund« redete, ohne dass Mose ihn tatsächlich sah (2Mo 33,11). Fünftens ist das Wort Gottes Fleisch geworden in Jesus Christus – ja, Gott ist kein aus der Distanz kommunizierender Gott, sondern er ist uns in dem Herrn Jesus Christus ganz persönlich und leibhaftig nahe gekommen, um uns mit seinem Leib zu dienen. Sechstens ist die persönliche, physische Gemeinschaft mit Gott das letztendliche Ziel unseres Glaubens, Hoffens und Liebens (Anm. des dt. Hrsg.).



## Christentum ist wahre Körperlichkeit

Wenn in unserem Smartphone-Zeitalter unser kognitives Verhalten von unserer leiblichen Präsenz getrennt ist, neigen wir dazu, zu viel Wert auf die relativ leichte Interaktion in der körperlosen Online-Welt zu legen und zu wenig auf die körperliche Natur des christlichen Glaubens.

Angefangen bei dem Ausgangspunkt, dass Gott Fleisch wurde, ist das ganze Neue Testament vom Gedanken der Verkörperung durchzogen. Im weiteren Verlauf beschreibt die Bibel die Natur des Volkes Gottes: Als Individuen sind wir Glieder der Gemeinde und unsere Einheit findet in aller Vielfalt Ausdruck in der multisensorischen und multifunktionalen Natur des menschlichen Körpers (1Kor 12,12-31). Weiter lesen wir, dass Paulus uns sogar zum heiligen Kuss auffordert (wie peinlich! Steht aber in Röm 16,16; 1Kor 16,20; 2Kor 13,12; 1Thes 5,26 und 1Petr 5,14.). Das Neue Testament warnt uns auch, nicht unsere Versammlungen zu vernachlässigen (Hebr 10,24-25) und lehrt zwei gemeinsame Symbolhandlungen der Gemeinde: Taufe und Abendmahl. Beide Symbolhandlungen sind wesentliche Bestandteile unseres Gemeindelebens und beinhalten mehrere Ebenen gemeinschaftlicher Körperlichkeit. Auf unseren Handys können wir weder getauft werden noch am Tisch des Herrn teilhaben.

Für einen Jünger Christi ist es ein Gehorsamsakt, sich im Wasser untertauchen zu lassen. Bei mir geschah das in einer portablen Badewanne, die mitten im Winter auf der Gemeindebühne aufgestellt wurde. Meine Taufe drückte meinen Tod gegenüber der Sünde und mein neues Leben in Christus aus. Auf einer Ebene war das rein metaphorisch: Das Untertauchen symbolisierte meine Einheit mit dem leiblichen Tod Christi. Das Auftauchen stellte meine geistliche Auferstehung in der leiblichen Auferstehung Christi dar. Doch die *geistliche* Bedeutung meiner Wassertaufe war nicht möglich ohne den *leiblichen* Tod und die *leibliche* Auferstehung Christi. Und das Untertauchen bei meiner Taufe versinnbildlichte nicht nur eine vergangene oder gegenwärtige *geistliche* Wirklichkeit in Bezug auf mich, denn ich

bin mir gewiss: Wenn ich leiblich sterbe und mein Körper in die Erde gelegt wird, wird er dort als Same gepflanzt, der auf seine leibliche Auferstehung in der Ewigkeit wartet. Die sinnbildliche Handlung meiner Taufe drückte etwas aus, was nur durch die leibliche Wirklichkeit Christi möglich ist, und meine geistliche Einheit mit ihm garantiert meine leibliche Zukunft (Röm 6,1-11).

Das Abendmahl ist eine weitere symbolische Handlung der körperlich versammelten Gemeinde, die als sichtbare Einheit zusammenkommt und sich nicht in einzelne Splittergruppen verliert. Bei der Zusammenkunft zum Abendmahl befolgen wir das Muster, das Christus uns gegeben hat. In der Nacht, als er festgenommen wurde, brach Jesus das Brot, teilte den Kelch aus und sagte, dass Brot und Wein seinen gebrochenen Leib und sein für Sünder vergossenes Blut repräsentieren. Wann immer wir diese Musterhandlung Jesu nachvollziehen, gedenken wir Christi (der jetzt unsichtbar ist) und verkünden seinen Tod bis zu seiner (sichtbaren) Wiederkunft. Damit bestätigen wir, dass er körperlich so real ist wie der Kelch und das Brot in unseren Händen. Und wenn einer von uns selbstsüchtig und unwürdig zu diesem Tisch kommt, riskieren wir als Konsequenz körperliche Krankheit, ja, sogar den leiblichen Tod! (1Kor 11,17-34).

An unserem Leib tragen wir das Sterben Christi, was so weit geht, dass wir für unsere Brüder und Schwestern in Christus unser Leben lassen (2Kor 4,10-11; 1Jo 3,16). Jede unsichtbare geistliche Wirklichkeit im Leben als Christ und jede symbolische Handlung in der Gemeinde wurzeln in der körperlichen Wirklichkeit unseres Erlösers – darin, dass er Fleisch gewordener Gott war und ist. Er lebte, er wandelte, er diente, er wurde gekreuzigt, er starb, er wurde begraben, er wurde zu neuem Leben auferweckt, und er wird bald wiederkommen. Wären diese körperlichen Realitäten reine Fiktion, dann wären unsere Hoffnung und unser Glaube – von vorn bis hinten – vollkommen vergeblich (1Kor 15,14).

Das moderne Mantra, das wir so oft hören: »Ich will Christus zwar nachfolgen, aber mit organisierter Religion will ich nichts zu tun haben«, ist symptomatisch für das entkörperlichte Den-

ken im digitalen Zeitalter. In Wirklichkeit könnte der christliche Glaube gar nicht körperlicher sein. All diese Fakten zu missachten und die Priorität auf unsere körperlose Online-Existenz zu legen, kommt einer »Duldung der Entmenschlichung« gleich.<sup>12</sup>

## Lehmige Pixel

Wir werden später noch darauf zurückkommen, welche Konsequenzen sich aus einem Leben in einem Körper ergeben. Für den Augenblick begnügen wir uns damit, auf den Punkt zurückzukommen, an dem wir begannen: Die Seuche des »Tippens beim Fahren« ist (neben vielen anderen Seuchen) eine versuchte Flucht aus den Grenzen unserer Fleisch-und-Blut-Natur. Wir versuchen, die Grenzen von Zeit und Raum zu durchbrechen und ignorieren letztendlich das Fleisch und Blut in unserem Umfeld.

In Wirklichkeit sind wir begrenzt. Wir meinen, dass wir gleichzeitig Autofahren, lesen und auf dem Handy schreiben können, doch wir sind unfähiger, als wir meinen. Körperlich leben heißt, begrenzt zu sein durch physische Limitierungen – Schwellen und Grenzlinsen, die einschränken, was wir geistig und physisch leisten können. Wenn wir unser Leben immer nur durch ein Display sehen, vergessen wir, dass wir aus Fleisch und Blut gemacht sind.

In Wahrheit sind wir vergängliches Fleisch und Blut inmitten von vergänglichem Fleisch und Blut. Und wenn man Studien trauen kann, weisen viele Smartphones Spuren von Fäkalien auf – aufgrund dessen, was wir alles so berühren. Wir sind Geschöpfe aus Lehm, die Geräte aus glänzendem Glas in der Hand halten und versuchen, ihre glänzende Makellosigkeit mit High-tech-Mikrofasertüchern zu erhalten. Das ist jedoch unmöglich. Wir sind nicht Technik. Wir sind nicht glatt, sauber und unzerstörbar wie menschengemachtes Kristall. Nein. Wir bekommen

---

12 Medri Kinnon Productions, »N. T. Wright on Blogging and Social Media«, vimeo.com (20. Juli 2009).

leicht Kratzer. Schon bei der Geburt sind wir sterblich. Wir sind Staub und Wasser, Chemikalien und Keime, und wo immer wir hingehen, hinterlassen wir Fettflecken auf allem, was wir berühren. Es ist fast unmöglich, die Parodie der Gegensätze zu übersehen zwischen unserem staubigen Selbst und den glitzernden Pixeln. Wir beschmutzen die Technik, weil wir nun mal keine Maschinen sind. Wir sind Geschöpfe im Ebenbild des erhabenen Schöpfers, und wir sind dafür gemacht, gemeinsam physisch reale und greifbare Freude zu »teilen«, in seinem Namen.



## Wir lechzen nach unverzüglichem Beifall

Im digitalen Zeitalter können wir Körperlichkeit ignorieren, doch wir können sie auch missbrauchen.

Essena O'Neill hatte als neunzehnjähriges australisches Model bereits fünfhunderttausend Instagram-Follower gesammelt. Einst drauf und dran, eine große Karriere basierend auf Online-Werbeverträgen zu lancieren, gab sie 2015 auf, löschte die meisten ihrer Fotos und änderte die verbliebenen Bildtexte dahingehend, dass sie die wahren Beweggründe hinter den Fotos aufdeckten (meistens waren es gesponserte Produktplatzierungen). Weshalb dieser drastische Schritt?<sup>1</sup> Essena war zu der Erkenntnis gelangt, dass ihr Online-Leben hohl, unecht (»fake«) und egozentrisch war.

»Übersexualisierung, makellose Food-Fotos, perfekte Reise-Vlogs – ich wurde nach einem strikten Drehbuch berühmt«, gestand sie.<sup>2</sup> Doch all das war Bestandteil einer Abwärtsspirale, die sie schließlich bereute.

Jeder geht anders durchs Leben; ich selbst wuchs so auf, dass mir sozialer Vergleich stets leichtfiel. Es verzehrte mich ... Als 12- bis 16-Jährige lebte ich mit dem ständigen Wunsch, jemand anderes zu sein. Dann, mit 16 bis 19, bastelte ich ständig an mir herum und veröffentlichte und warb für die »besten

---

1 Einige Kritiker behaupten, auch das sei ein Publicity-Trick gewesen, um Aufmerksamkeit zu erregen. Für unsere Zwecke möchte ich ihren geäußerten Intentionen glauben.

2 Megan McCluskey, »Instagram-Star Essena O'Neill Breaks Her Silence on Quitting Social Media«, *Time Magazine* (5. Jan. 2016).

Seiten meines Lebens«. Das entwickelte sich zu einer enormen Karriere, die auf Zahlen basierte und darauf, gut auszu-sehen.<sup>3</sup>

Heute sagt Essena: »Ich will mein Leben einfach nicht mehr mit den editierten Highlights anderer Leute vergleichen. Ich will all jene Stunden, die ich auf ein Display starre, in meine echten Lebensziele, persönlichen Beziehungen und Hoffnungen stecken. Über diese Starkultur und Ruhmbesessenheit bin ich hinweg. Das ist etwas Dummes und – meistens – im Grunde einsam und unecht.«<sup>4</sup>

Leider musste Essena eingestehen, dass sie ihren Körper gedankenlos öffentlicher Bewunderung preisgab, indem sie Selfies postete, um gesagt zu bekommen, dass sie hübsch und attraktiv war. »Uns, die wir in dieses Display-dominierte Zeitalter hineingeboren wurden, wird beigebracht, dass wir uns herausputzen müssen, um möglichst viel soziale Bestätigung (Likes, Aufrufe, Follower quer durch alle sozialen Netzwerke) zu bekommen«, sagte sie. »Ich habe einfach das Schminkstudio verlassen. Ich will nicht mehr auf andere schauen, um zu wissen, wie ich leben und was ich reden und leisten sollte.«<sup>5</sup>

Letztendlich, so sagt sie, »war ich ein wandelndes Paradox zwischen bedingter Selbstliebe und ständigem Selbsthass. Mein Selbstwertgefühl beruhte im Grunde genommen nur noch auf sozialer Anerkennung.« Sie dachte, Zufriedenheit erlangen zu können, wenn sie ein »Facebook-Star« oder ein »Instagram-Star«

---

3 Essena O'Neill, »Dear 12 Year Old Self (re-upload)«, YouTube, youtube.com (8. Nov. 2015).

4 Ebd.

5 Essena O'Neill, »Social Media Addiction and Celebrity Culture«, letsbega-me-changers.com (30. Okt. 2015). Dieses und die folgenden Zitate erschienen in Artikeln auf ihrer Webseite, letsbega-me-changers.com zum jeweiligen Zeitpunkt ihres Entstehens. Vor Veröffentlichung des vorliegenden Buches wurde die Webseite geschlossen (und mittlerweile von einem anderen Betreiber erworben). Interessierte Leser können die Zitate finden, wenn sie letsbega-me-changers.com über web.archive.org. durchsuchen.