

News Overload

23.05.2023

Jeden Morgen schalte ich das Radio an und höre von furchtbaren Ereignissen, die um mich herum in der Welt geschehen. Kein guter Start in den Tag.

Schlechte Nachrichten stressen mich. Schlechte Nachrichten machen mir Sorgen, manchmal auch Angst. Und trotzdem kann ich vom Smartphone und den negativen Schlagzeilen die Finger nicht lassen. Ich will doch wissen, vorbereitet sein, informiert sein...

„*Ohren zu hören und Augen zu sehen - beides sind Geschenke Gottes.*“ (Prv 20,12). So steht es in der Bibel im Buch der Sprüche. Meine Augen sind mir nicht gegeben, damit ich sie verschließe, sobald es hässlich wird. Meine Ohren habe ich nicht, damit ich sie mir zuhalte, sobald es schwierig wird.

Ja, ich *will* informiert sein. Immerhin lebe ich in dieser Welt. Sowohl als mündige Bürgerin als auch als Christin.

Das wichtigste Gebot im Christentum ist das Liebesgebot: Du sollst Gott lieben und deinen Nächsten wie dich selbst.

Da ist es doch wohl das mindeste, dass ich mich für Nachrichten über meine Mitmenschen interessiere, dass ich hinhöre und hinsehe.

Hinhören und hinsehen ist anstrengend.

Mal nimmt mich mit, was ich sehe und höre: Schon wieder ein Amoklauf, diesmal ein Einkaufszentrum in Texas. Acht Tote.

Das Dauerthema Klimaerwärmung. Und es reicht einfach nicht, was beschlossen wird.

Ich fühle mich hilflos, manchmal verzweifelt.

An anderen Tagen nimmt mich gerade mit, wie *gleichgültig* ich allem gegenüber bleibe.

Kurze Betroffenheit, dann zurück zu meinem Kaffee und meinem Alltag.

So geht doch keine Nächstenliebe.

Ich fühle mich apathisch, manchmal schuldig.

„News Overload“ heißt das Phänomen, wenn Nachrichten zu viel werden. Nachrichtenüberflutung. Es äußert sich in Ohnmachtsgefühlen und Apathie oder auch in Verzweiflung, Angst und Wut.

Großartige Erklärungen braucht es dazu nicht. Dass Nachrichten heute immer und überall zugänglich sind - das wissen alle, die sich nicht rechtzeitig mit Beginn des 21. Jahrhunderts in eine einsame Berghütte zurückgezogen haben.

Globalisierung und Digitalisierung machen Nachrichten live und zu jeder Tages- und Nachtzeit zugänglich.

Gott lieben und meine Nächsten lieben wie mich selbst. Wie kann ich Gott, meinen Nächsten *und* mir selbst liebevoll begegnen in der täglichen Nachrichtenflut?

2020 in der Pandemie gab es einen Tipp. Die Medien selbst wiesen darauf hin, dass Nachrichten zu viel werden können. Und empfahlen, sich Distanz zu gönnen und die Nachrichten nur einmal täglich wahrzunehmen.

Auch das weit mehr als 2000 Jahre alte Buch der Sprüche kennt einen Tipp zum gesunden Nachrichtenkonsum:

„Eine gute Nachricht stärkt die Gesundheit.“ (Prv 15, 30b) heißt es da und:

„Gute Nachrichten aus der Ferne sind wie kaltes Wasser für den Durstigen.“ (Prv 25,25)

Gute Nachrichten machen selten die ganz großen Schlagzeilen, aber es gibt sie. Wenn mich der Morgen mal wieder sorgenvoll und verzweifelt zurücklässt, dann tut mir das kühle Wasser einer guten Nachricht gut. Die Website „Good News“ etwa bietet positiven Nachrichten eine Plattform. Und wenn mich die Nachrichtenflut trotz allem emotional überrollt: Dann lege ich die Zeitung beiseite und deaktiviere die Push-Meldungen auf meinem Handy. Stattdessen konzentriere ich mich auf mein persönliches Umfeld: Müllaktion mit der Nachbarschaft, Babysitten und Plakate kleben. Dabei fühle ich mich nicht hilflos und allein. Und es gibt immer irgendetwas zu tun. In Liebe für meine Nächsten und für mich selbst und damit auch für Gott.

Es gilt das gesprochene Wort.

Redaktion: Pfarrer Frank-Michael Theuer (frank-michael.theuer@gep.de)

Weitere Sendungen, Informationen, Audios und mehr finden Sie unter:
<http://rundfunk.evangelisch.de/kirche-im-radio/deutschlandfunk/morgenandacht>
Facebook: <https://www.facebook.com/deutschlandradio.evangelisch>