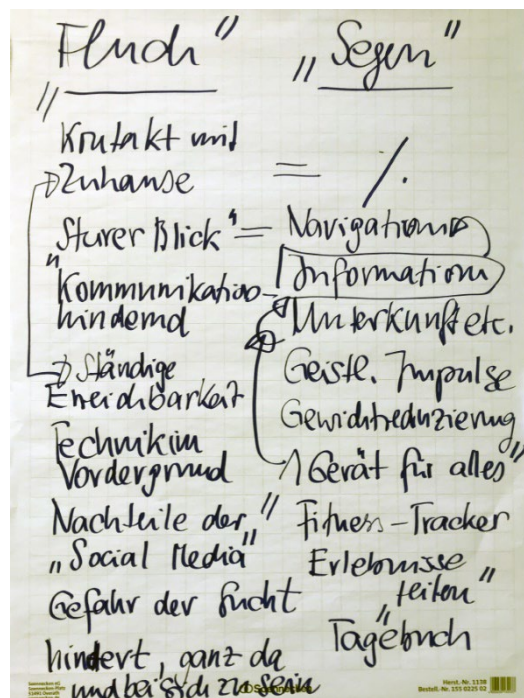


Pilgern mit dem Smartphone – „Fluch“ oder „Segen“?



„Fluch“

- Kontakt mit zu Hause
- Ständige Erreichbarkeit
- Technik steht im Vordergrund

- Kommunikationshindernd
- Hindert, ganz bei sich zu sein
- „sturer Blick“ auf den Bildschirm
- Nachteile der „Social Media“
- Gefahr der Sucht

„Segen“

- Kontakt mit zu Hause
- (Ständige) Erreichbarkeit
- Navigationshilfe
- Informationsquelle: Unterkünfte etc.
- Tagebuch
- Fitness-Tracker

- Geistliche Impulse
- seine Erlebnisse „teilen“

- Ein Gerät für alles
- Gewichtsreduzierung
- (ersetzt Bücher, Karten, Kamera etc.)

Kurzfassung zum Workshop (in „unterwegs“ Nr. 116, April 2020, S. 16):

Das Smartphone ist nicht das Problem: gut und böse darf keine Alternative sein. Wie bei allen Geräten macht es der Gebrauch. Das Gerät kann vieles liefern: Informationen zum Weg, zu Unterkünften, auch geistliche Impulse, Kontakt nach Hause. Aber die ständige Erreichbarkeit hindert mich da zu sein, wo ich bin; der Suchtcharakter blockiert. Entscheidend ist, in wessen Hand es liegt.

Smartphone auf dem Jakobsweg: Fluch oder Segen?

Lesefrüchte aus dem Internet

Ungewöhnliches Anliegen: Würde mein Smartphone am liebsten daheim lassen. Leider ist es saupraktisch, weil es gleichzeitig e-Reader, Musik und Kamera in einem ist. Aber ich befürchte, wenn ich es mitnehme, dass ich nicht widerstehen kann ins Internet zu gehen. Aber genau das will ich nicht während ich pilgere. Will auch gar nicht erreichbar sein. Könnte nun alles einzeln mitnehmen, aber das wiegt dann mehr... Wie macht ihr es? Mir ist es ultra wichtig kein Internet zu haben und auch nicht in Versuchung zu kommen. Meine lieben bekommen einmal die Woche eine SMS. Mehr nicht.

Lass Dein Handy auf gar keinen Fall daheim. Es ist einfach nur nützlich. Ich war froh, es dabei zu haben. Allerdings ist es eine gute Aufgabe zu lernen, es nicht ständig zu nutzen.

Nimm es mit und bleib stark. Es ist ja nicht fremdbestimmt, wenn Du es benutzt. Außerdem gibt es auf dem Camino so viel zu sehen und so angenehme Menschen, dass Du bestimmt nicht ohne Grund im Internet surfen musst.

Nimm es mit. Stark sein üben. Du wirst sehen, dass es von Tag zu Tag leichter wird darauf zu verzichten.

Flugzeugmodus einschalten. Dann bist du für keinen erreichbar. Du hast recht, es ist Reiseführer, Wanderkarte, Tagebuch, Kamera aber auch um vorab anzurufen wegen einer Übernachtung, und natürlich Hilfe, wenn dir was passiert

Ich weiß, dass Smartphones auf dem Jakobsweg eine große Plage sein können. Dennoch sind sie ein Allround-Tool, wenn du sie richtig einsetzt. Das Handy kann dir als Wecker (bitte mit Vibrationsalarm im Schlafsack!), Notizbuch, e-Book Reader, Kamera, Taschenlampe, Adressbuch, mp3-Player und als Navigationshilfe dienen. Ich hatte meine Reiseführer digitalisiert, um Gewicht zu sparen. Jetzt wirst du vielleicht denken: „Ich will gar nicht erreichbar sein.“ Sehr gute Entscheidung – das kann ich absolut nachvollziehen. Gut, dass Smartphones auch dafür eine Funktion haben: den Flugmodus. Das ist die wichtigste Funktion auf dem Jakobsweg, denn nichts lenkt dich mehr von der Faszination des Weges ab, als dein Handy. Lass das Smartphone auch mal (am besten häufig) komplett im Rucksack verstaut, damit der Griff danach nicht leicht fällt.

Jeder Pilger geht mit anderen Gedanken und Zielen auf den Jakobsweg. Die meisten möchten ein gewisses Maß an Selbstfindung, innerer Ruhe und Einkehr, vielleicht neue Erkenntnisse und Kraft gewinnen. Dazu passt die ständige Erreichbarkeit nicht. Dass Menschen heute immer erreichbar sind, ist vielfach einer der Stressfaktoren. Im Prinzip kann auf das Handy beim Pilgern verzichtet werden. Telefone gibt es in den Ortschaften und Herbergen. Pilger sind kaum lange Zeit gänzlich allein, jedenfalls nicht in der Hauptpilgerzeit. Besonders die internetfähigen Geräte bergen immer die Gefahr, zwischendurch im Internet zu surfen, statt wirklich zu innerer Ruhe zu gelangen. Wenn schon das Handy mitgenommen wird, dann empfiehlt es sich, es wirklich nur für einen wichtigen Anruf einzuschalten und es ansonsten einfach ganz tief im Rucksack zu vergraben und gänzlich zu vergessen. Die Internetnavigation wird nicht gebraucht, da alle Wege ausgezeichnet gekennzeichnet sind. Es gibt auf dem Jakobsweg immer die Möglichkeit, Fragen an andere Pilger oder an Einwohner zu stellen.

Zeit für Gespräche. Zeit für sich. Zeit für den bewussten Aufgang der Sonne und deren Untergang. Zeit für Kaffee im Sitzen und Bücher im Liegen. Zeit für Rotwein und Liebe, für Tränen und Lasten. Zum Aufarbeiten von Gedanken, die man jahrelang dank Instagram und Facebook erfolgreich verdrängt hatte. Nun, in der kargen spanischen Landschaft und ohne Smartphone, gab es keine Ablenkung mehr und die Gedanken kamen wie ein Wirbelsturm aus dem tiefsten, eigenen Untergrund. Dank Digital Detox ungefiltert, ungebremst und ungebrochen. Eine spirituelle Herausforderung im Angesicht der eigenen Seele.

Michael Thein, 27.2.2020