

DIN VILJA I MOBILEN

ANDAKT AV ANNASARA GOTTING

Har du hört om tv-fri onsdag? Att riksdagen beslutade att det inte skulle gå några tv-program på onsdagar? Så var det i ett och ett halvt år på 60-talet

Tv:n hade dundrat in och blivit hemmets viktigaste möbel och vardagens mattider, sovtider och umgängestid anpassades efter tv-tablån. Biografer tappade besökare, studiecirklar och föreningar förlorade deltagare och vissa politiker var oroliga för svenska folkets hälsa och tyckte att tv gjorde människan mer passiv och dum. Framförallt kunde ungdomars moral försämrats. Ja, det var helt enkelt dags att hjälpa svenska folket att inte titta så mycket på tv. Hej tv-fri onsdag!

Idag är tv-landskapet ett helt annat. Vi kan titta på tv på tv:n, men också på mobilen, paddan och datorn och där kan vi göra betydligt mycket mer än att bara titta på tv. Utbudet är enormt med serier, program och filmer och vi kan själva lägga upp videos och sprida över hela världen. Ja, vi kan titta på vad vi vill, när vi vill, var vi vill, hur mycket vi vill. Nu har vi inte en stat som gör besluten åt oss. Vi får se på tv på onsdagar. Det finns något efter klockan 22 på vardagar. Det är upp till oss. I handen har vi hela världen. Vi kan välja och vraka och gå upp i serie efter serie, kommunicera med vem vi vill, vi kan handla, spela,

i Sverige. De andra vardagarna startade sändningarna med barnprogram vid 17.30-tiden och avslutades runt 22. Mycket har hänt sen dess.

lyssna på musik, swipa drömprins och räkna ut vad reatröjan kostar utan miniräknare. Vad härligt - vilken frihet!

Men också. Vilket ansvar - vad jobbigt! Ja ibland är det kanske jobbigt. Ibland hade det varit skönt om någon stoppade oss. Visst, föräldrar och skolan och datamängd och täckning kan hindra och sätta regler, men vi har ändå mycket eget ansvar. Ansvar för vad vi gör med vår mobil och vår tid. Vi måste ha disciplin för att inte snappa istället för att göra läxan. Disciplin för att gå och lägga oss istället för att titta på ett avsnitt till. Och detta samtidigt som multinationella företag med miljardbudgetar försöker få oss att använda mobilen mer och mer och mer och mer. Netflix grundare Reed Hastings har själv sagt att den största konkurrenten inte är en annan streamingsida. Det är sömnen.

I det här perspektivet kan jag personligen känna mig ganska liten och hjälplös. Jag gör mina försök att begränsa min mobiltid och får ibland verkligen anstränga mig för att ta tag i dagen istället för att bara se ett avsnitt till. Och ett till. Och ett till.



Hela människan

equmenia



Det här är något jag lägger fram inför Gud.
Det här är något jag behöver hjälp med. Att
vara i det här ständiga bruset av appar och
underhållning utmanar och testar mig och
jag behöver hjälp så att jag kommer ihåg
att det är jag som bestämmer, inte apparna.

Vissa kanske väljer bort smartphones och
sociala medier helt och det låter på många
sätt skönt, men jag vill ändå fortsätta försö-
ka vara lagom uppkopplad och göra gott på
nätet. Det ber jag om.
Vill du be med mig?

Vår fader, du som också är i mobilen.

*Gud hjälp mig att göra det goda med min mobil.
Ge mig kraft att möta det jag möter med öppet
hjärta, förstånd och omsorg om mig själv och
andra. Hjälp mig att lägga min tid, energi och
uppmärksamhet på det jag verkligen vill och hjälp
mig sälla bland det som ger glädje och det som tar
glädje. Hjälp mig att se skillnaden.*

*Hjälp mig att komma ihåg vem jag är och mitt
unika värde och hjälp mig att förmedla samma
sak till andra. Skydda mig från avundsjuka och
låt mina ögon inte förakta det jag är och har. Fyll
mig med din kärlek så att likes och kommentarer
inte spelar någon avgörande roll. Fyll mig med ditt
goda i appar, sociala medier, serier och på internet.*

*Hjälp mig att se möjligheter att visa på dig och på
hoppet. Hjälp mig att se dig i de jag möter. Ge mig
mod att bryta in och säga ifrån där det blir fel och
jag och andra skadas. Gud jag vill göra din vilja.
Visa mig den.*

*Hjälp mig att inte gå miste om allt det härliga och
viktiga som händer runt mig, utanför min skärm.
Ge mig styrka att lägga bort mobilen när jag vill
och hjälp mig att inte känna mig rädd att missa
något, när jag lagt bort den. Jag vill vara stolt och
uppfylld av gott när jag lägger bort mobilen. Hjälp
mig att använda den så att eftersmaken blir god.*

**Ske din vilja på nätet och i mobilen såsom
på jorden såsom i himmelen.**

BIBELORD

*Hos Gud finns vishet och styrka, han har beslutsamhet och insikt. Job 12:13
Skapa i mig Gud, ett rent hjärta, ge mig ett nytt och stadigt sinne. Ps 51:12
Kol 3:12-17, Jes 61:1-3 och Rom 12:15*

SÅNGER

- *Kalla mig tillbaka* - Equmenia Ton
- *Du vet väl om att du är värdefull*
- *Lär mig att älska* - Sarah Lundbäck Bell

Källa:
<https://populärhistoria.se/teknik/en-titt-pa-tv>