

Jetzt reicht's mir! Ich habe genug!

So rufen wir mit Nachdruck, wenn mal wieder was schiefläuft, wenn uns was genommen wird, wenn wir uns ungerecht behandelt fühlen - wer kennt das nicht?

Wir suchen nach Möglichkeiten, die Situation, die uns wütend macht, in unserem Sinne zu ändern.

Wenn wir die gleichen Worte mit einer anderen Betonung aussprechen, in ruhigem Tonfall, leise, mehr nach innen gekehrt, dann wirken sie ganz anders. Dann ändert sich ihre Bedeutung. Wie gut, wenn ich sagen kann: Mir reicht es. Ich habe genug. Das klingt nach Zufriedenheit, das lässt mich lächeln und befreit mich von der Jagd nach immer mehr. Als geübte Miteinander-Leserinnen und -Leser ahnen Sie schon, worauf das hier wieder hinausläuft... Auf die Fastenzeit.

Ich kann die Fastenzeit auch dazu nutzen, Lästiges loszulassen. Das tut gut. Betrachten wir einmal, was im Hinblick auf Umwelt- und Klimaschutz lästig ist. Auch da kommen wir immer wieder an einen Punkt, an dem wir denken: nein, es ist nicht genug, nein es müsste viel mehr sein! Entweder versetzt uns das in Stress und wir beginnen, vielen teils von uns als Einzelpersonen gar nicht erreichbaren Zielen hinterher zu hecheln, oder aber wir verfallen in Resignation nach dem Motto: Es ist eh schon wurscht! Beides belastet uns, tut nicht gut. Lassen wir es also los.

Ich kann nicht die CO²-Emissionen Chinas oder des russischen Angriffskriegs in der Ukraine reduzieren. Ich kann nicht persönlich die Zerstörung des Regenwaldes aufhalten. Aber ich habe so viele kleine Möglichkeiten, zum Umwelt- und Klimaschutz beizutragen, die mich nicht überfordern und die mir ein gutes Gefühl machen. Ich habe ja hier schon öfter über Möglichkeiten informiert, was man als Einzelperson machen kann, und Sie wissen bestimmt selbst einiges dazu. Tun Sie's

einfach. Wie eine alte Bauernregel sagt: Kleinvieh macht auch Mist. Und wir sind viele! Im „Zusammen“, im „Miteinander“ liegt große Kraft.



Bild: Pixabay - Alexandra Koch

„Seid miteinander auf dasselbe Ziel bedacht! Strebt nicht hoch hinaus, sondern lasst euch auch von geringen Dingen in Anspruch nehmen! Haltet euch nicht selbst für klug!“ lesen wir im Brief des Paulus an die Römer (Kap. 12,16)

Mein persönliches Fastenziel in diesem Jahr ist:

- Ich faste vom Jammern
- Ich faste vom Pessimismus
- Ich faste von Resignation

Ich mach halt einfach, was mir persönlich möglich ist.

Wenn ich Sie dabei ab und zu, z.B. durch die Texte im Miteinander, mitnehmen kann - umso besser.

„Klimafasten“ ist eine jährliche Aktion mehrerer Landeskirchen und Diözesen in Deutschland. Es findet von Aschermittwoch bis Ostern statt.



Mit dem QR-Code finden Sie weitere Anregungen dazu, was für Sie 2026 Thema sein könnte in der Fastenzeit.

In unserer Beerbacher Kirchengemeinde tragen wir an allen Fastensonntagen jeweils einen persönlichen Text eines Umweltteam-Mitgliedes vor, den dieses sich nach den Ideen des Klimafastens 2026 für sich persönlich überlegt hat.

Mögen Sie immer genug haben und befreit loslassen können, das wünscht Ihnen

Ihre Cornelia Grob
Kirchl. Umweltauditorin ELKB