

Freiraum schaffen für das Leben

Impulse in die Fastenzeit

Wann ist weniger mehr?

Weniger Dinge um mich schaffen - mehr Bewegungsraum,
weniger Gepäck macht leichtfüßiger,
weniger Termine lassen mehr Zeit,
weniger Ablenkung macht mich achtsamer
und weniger Kontakte kommen tieferen Beziehungen
zugute.

Die praktische Frage hinter dieser Weisheit lautet:

Wie kommen Menschen zu einem guten oder sogar
einem beglückenden Weglassen?

Und wie wandelt sich Leere, ob gewählt oder zugemutet,
in Freiraum für ein erfüllendes Leben?

Die sechs Wochen zwischen Fasnacht und Ostern laden
dazu ein, uns auf das zu besinnen, was unserem Leben
Tiefe und Weite gibt - und Erfüllung, was mehr ist als Fülle
und Überfülle.

*Br. Niklaus Kuster, Kapuziner im Kloster Rapperswil und
Autor des Buches «Weniger haben - mehr sein» gibt Impulse
mit auf den Weg in eine besinnliche Fastenzeit.*