



*Daniel
Ammann,
Seelsorger*

Weniger ist mehr!

So lautet der Slogan für die Fastenzeit 2024, welche am Aschermittwoch beginnt. Die ökumenische Kampagne von Fastenaktion und HEKS wirbt erneut für Klimagerechtigkeit. Dass ein «Weniger» an Konsum, Stress und Mobilität ein «Mehr» bezüglich Wohlbefinden, Achtsamkeit und Gerechtigkeit bedeutet, wird immer mehr Menschen in der Schweiz bewusst. Wege dazu versucht der Fastenkalender aufzuzeigen.

Nutzen Sie die Fastenzeit, um mit dem Herzen zu sehen, Konsumgewohnheiten zu überdenken und den inneren Kompass neu auszurichten. Wenn jede und jeder von uns einen Beitrag leistet, können wir gemeinsam Grosses bewirken.

In diesem Jahr ist es neu möglich, den Fastenkalender online zu abonnieren. So können Sie die Inspirationen, wie ein Beitrag für eine gerechtere Welt geleistet werden kann, bequem auf dem Handy oder dem Computer nachverfolgen.

Mit einem kleinen Bonmot von Seneca aus dem Fastenkalender wünsche ich Ihnen eine bewegende Fastenzeit: «Nicht weil es schwierig ist, wagen wir es nicht, sondern weil wir es nicht wagen, ist es schwierig.»