

3. spiritueller Impuls zu 7 Wochen ohne Blockaden in der Fastenzeit: Spielraum!

Das Spiel mit dem Nein

Um Blockaden aufzuheben, muss ich manchmal „Nein“ sagen und entsprechend handeln. Wer „Ja“ sagt, setzt zwar keine Grenzen für Spielraum, lässt aber seinen Spielraum von anderen bestimmen. Manchmal auch eingrenzen und blockieren.



Sieben Wochen auf etwas zu verzichten,

„Nein“ zu etwas zu sagen, ist eine eigene freie Entscheidung. Durch das „Nein“ des Verzichts nutze ich die eigene Freiheit, meinen Spielraum und die Grenzen dieses Raumes selbst zu bestimmen. Anderen gegenüber, aber auch mir selbst gegenüber.

Fangen Sie also bei sich selbst an, „Nein“ zu sagen zu etwas, was Ihnen an sich selbst nicht gefällt. Was Sie nicht richtig finden. Nicht zu tun, was Sie zwar reizt, Ihnen aber nicht gut tut. Nein, ich muss jetzt kein Stück Schokolade essen. Nein, ich muss jetzt nicht meinen Kopf durchsetzen. Vielleicht ist der Vorschlag der anderen genauso gut. Spielen Sie mal eine Woche „Nein“ sagen. Nicht zu allem, aber ganz bewusst in bestimmten Fällen.

Versuchen Sie das aber nicht nur sich selbst gegenüber, sondern auch bei gesellschaftlichen Fragen. Sagen Sie doch mal laut „Nein“, wenn Sie hören, wie jemand andere diskriminiert. Zeigen Sie ausdrücklich Ihr „Nein“, indem Sie für Diskriminierte persönlich eintreten – direkt in persönlichen Alltagsbegegnungen, aber auch durch Beteiligung an öffentlichen Aufrufen, z.B. zur Unterstützung von Schiffsflüchtlingsen oder zum Schutz gegen Antisemitismus.

Spielen Sie mal eine Woche intensiver mit dem „Nein“. Lassen Sie sich überraschen, was das bewirkt.

Ihr Pastor Dirk Voos