

Die Welt retten kann glücklich machen

Fastenkampagne Michel Egger baut in der Westschweiz für Brot für alle (BFA) ein Laboratorium für den inneren Wandel auf. Er glaubt, dass Verzicht nur dann gelingt, wenn die Menschen dafür auch etwas zurückbekommen.

Klimawandel, begrenzte Ressourcen, soziale Ungerechtigkeiten – um die Welt steht es schlecht. Die ökumenische Kampagne zur Fastenzeit ruft dieses Jahr denn auch zum «grossen Wandel» auf, zu einem veritablen Paradigmenwechsel: Genügsamkeit statt Konsum, Zusammenarbeit statt Konkurrenz, Respekt statt Ausbeutung. Wie ernst es den kirchlichen Entwicklungsorganisationen mit ihrem Anliegen ist, lebt Brot für alle vor.

Das Werk der reformierten Kirchen betreibt seit 2016 in Lausanne ein «Laboratorium für den inneren Wandel». Das Experiment konzentriert sich vorerst auf die Westschweiz. Laborleiter Michel Egger sagt: «Viele Menschen sorgen sich um die Zukunft unseres Planeten, doch das eigene Verhalten tiefgreifend zu ändern, ist nicht einfach.»

«Ängste können die Flucht in den Konsum begünstigen.»

Michel Egger
Ökothologe bei Brot für alle



«Den christlichen Glauben erneuern»: Michel Egger.

Foto: Patrik Kummer

Meditation und Engagement Der Soziologe und Theologe befasst sich seit Jahren damit, wie Psychologie und Spiritualität den inneren Wandel unterstützen können, er hat auch Bücher zum Thema geschrieben. Eines davon, «Soigner l'esprit, guérir la terre», den Geist pflegen, die Erde heilen, wird Ende Jahr auf Deutsch erscheinen.

Für Egger ist klar, dass gute Vorsätze – weniger konsumieren, biologisch und fair einkaufen, Abfälle kompostieren, den öffentlichen Verkehr bevorzugen – erst dann wirklich umgesetzt werden, wenn sie im

Sein verwurzelt sind. Und dieses Sein ist geplagt, gerade auch angesichts der globalen Probleme. «Ängste und Ohnmachtsgefühle können die Flucht in den Konsum begünstigen», sagt Egger. Sich solcher Mechanismen bewusst zu werden, sei ein erster Heilungsschritt.

Eine wichtige Aufgabe des 60-Jährigen ist die Vernetzung, zum Beispiel Initiativen aus der alternativen Szene mit kirchlichen Kreisen zusammenzubringen. Das scheint

zu gelingen. An den Veranstaltungen des Laboratoriums ist das Publikum bunt gemischt.

Im Moment läuft in Lausanne eine Vortragsreihe zum Wandel mit bekannten Persönlichkeiten der sogenannten Transitionsbewegung aus Frankreich und Belgien. Egger hatte die Idee dazu und holte weitere Organisationen an Bord. Die Auftritte ziehen zwischen 200 und 300 Besucher an. «Die Hälfte des Publikums sind junge Leute.» Das freut

ihn ganz besonders. Von neuen Werten, überraschenden Denksätzen, gelungenen Initiativen zu hören, ist inspirierend. Doch reicht das aus, um im stressigen Alltag am eigenen Lebensstil etwas grundsätzlich zu verändern? «Es gibt Praktiken, die unterstützend wirken», sagt Egger. Imaginationen, Meditationen, Übungen zu zweit oder in der Gruppe sind denn auch ein wichtiger Bestandteil seiner Veranstaltungen zum Wandel.

Mitgefühl für die Erde

Bei solchen Übungen erzählt man einem fremden Menschen von den Lieblingslandschaften der Kindheit oder in welchen Momenten man sich so richtig lebendig fühlt. Oder man wird mit verbundenen Augen durch die Natur geführt. Immer wieder erlebe er, wie viel dies auslösen könne, sagt Egger.

Viele der Übungen stammen von der amerikanischen Ökopsychologin Joanna Macy, zum Beispiel aus ihrem Buch «Die Reise ins Lebendige Leben». Die 89-jährige Macy ist überzeugt: Um den Umgang mit der Umwelt zu verändern, müssen die Menschen Mitgefühl für die Erde empfinden, und das funktioniert nur, wenn man Emotionen weckt.

Egger selber meditiert und betet täglich. Katholisch aufgewachsen, konvertierte er mit 32 Jahren zum orthodoxen Glauben. Doch konfessionelle Fragen interessieren ihn nicht. «Ich bin einfach Christ und offen gegenüber allen Religionen.» Der Ökothologe vertritt entschieden die These, dass Spiritualität beim Versuch helfen kann, bescheidener und solidarischer zu leben. Er spricht von einer Wechselwirkung: «Das Bemühen um einen Wandel kann den christlichen Glauben erneuern.» Christa Amstutz

Aufruf zur Umkehr und zum grossen Wandel

In ihrer ökumenischen Kampagne 2018 rufen die Entwicklungsorganisationen Brot für alle und Fastenopfer sowie das christkatholische Hilfswerk «Partner sein» zur Umkehr auf. Globale Herausforderungen wie die Klimakrise, soziale Ungleichheit und politische Spannungen verlangten nach «einem Wandel in Kopf, Herz und Hand». Auf ihrer Website und in den sozialen Medien präsentiert die Kampagne Initiativen, Inspirationen und Hoffnungsgeschichten.

www.sehen-und-handeln.ch

Kindermund



Der Frühling kommt – oder das Leben als Spinne

Von Tim Krohn

Wenn im Flachland schon die Krokusse blühen, schmilzt bei uns erst zaghaft der Schnee. Unser Frühling kündigt sich anders an. Die Sonne schafft es mittags wieder über den Piz Mezzi. Die Siebenschläfer wachen auf und rumoren hinter der Täfelung unseres alten Bauernhauses. Und es ist die kurze Zeit der Hausspinnen. Es sind keine Netzspinnen, sondern Jagdspinnen, und für einige Tage sind wir nirgends vor ihnen sicher. Gestern fiel plötzlich eine aus einer Mütze unseres Neugeborenen. Ich schrie vor Schreck, zog den Hausschuh aus und machte kurzen Prozess.

Gerade da trat Bigna zur Tür herein. Sie kommt nun manchmal zu uns, um Bücher anzusehen. Sie schrie auch, schimpfte und weinte. «Mörder», rief sie, «aschaschin!» Ich holte ein Küchenpapier, um die tote Spinne wegzuputzen. Als ich wiederkam, kniete Bigna vor der kleinen, platt geschlagenen Leiche, sah sie fassungslos an und vergoss Tränen. «Darf ich sie wegmachen?», fragte ich. Bigna schüttelte den Kopf. «Erst musst du dich bei ihr entschuldigen.» «Entschuldige», sagte ich und nahm ihre Überreste mit dem Papier auf.

Bignas Tränen versiegt, aber das Schluchzen blieb. «Es tut mir leid. Ich wollte das Baby beschützen.» «Sie war doch gar nicht beim Baby.» Und ich hatte auch nicht die Wahrheit gesagt: Ich hätte die Spinne ebenso erschlagen, wenn wir kinderlos wären. In unser Haus verirren sich viele Tiere. Spinnen, Bienen, Wespen, Tausendfüssler, all die fange ich und setze sie aus. Ekle ich mich, gebe ich dem Tier einen Namen. Manchmal erfinde ich ihm eine kleine Biografie. Jagdspinnen lassen mir dafür keine Zeit.

Ich hoffte, das leuchte auch Bigna ein. Doch sie sagte nur: «Sie hat dir überhaupt nichts getan. Ja, wenn sie dich gebissen hätte...» «Ich will nicht warten, bis sie mich beisst, oder unser Baby.» Wieder schob ich das Baby vor. «Ich hoffe, im nächsten Leben bist du eine Spinne, und jemand erschlägt dich», sagte sie finster. «Dafür werde ich dann als etwas Schönes wiedergeboren, als Schwan oder als Bigna», sagte ich bemüht heiter. Bigna schüttelte den Kopf: «Nein, immer nur Spinne, zehnmahl Spinne.»

Der in Graubünden lebende Autor Tim Krohn schreibt in seiner Kolumne allmonatlich über die Welt des Landmädchens Bigna. Illustration: Rahel Nicole Eisenring

Lebensfragen

Sie sabotieren unsere Beziehung, was tun?

Wir sind seit vier Jahren ein Paar, möchten heiraten und eine Familie gründen. Die Eltern meines Partners sind gegen unsere Beziehung. Sie prophezeien ihm, dass er nicht glücklich wird mit mir. Sie akzeptieren mich nicht und reden schlecht über mich. Was können wir in dieser Situation tun?

Ich kann Ihre Sorge gut verstehen. Wie eine dunkle Wolke trübt die elterliche Ablehnung Ihre gemeinsamen Zukunftswünsche. Sie und Ihr Partner haben sich füreinander entschieden. Es geht also vor allem um Sie beide und darum, was Sie tun können, um miteinander glücklich zu sein. Wenn Eltern oder andere nahestehende Personen der gewählten Lebenspartnerin gegenüber negativ eingestellt sind, braucht es besonders viel Kraft, um den eigenen Weg zu gehen. Wie geht Ihr Partner mit dieser schwierigen Loyalitätsfrage um? Kann er sich voll hinter Sie stellen und sich vom Urteil seiner Eltern distanzieren? Dieser Schritt wäre auch im Hinblick auf die Familienplanung wichtig.

Ich gehe davon aus, dass Sie und Ihr Partner den Eltern mehrere Chancen gegeben haben, um Sie

kennenzulernen. Prüfen Sie, ob es sich lohnt, hier nochmals zu investieren. Vielleicht gibt es eine Vertrauensperson aus seinem Familienkreis, die ein Gespräch wohlwollend begleiten könnte. Gelingt dies nicht, so werden Sie beide gefordert sein, sich abzugrenzen und Ihre Beziehung zu schützen. Wahrscheinlich ahnen Sie, dass dies schwierig werden kann. Besprechen Sie, was und wer Sie beide dabei unterstützen könnte.

Manchmal ist es hilfreich, Freunde, Geschwister oder eine Fachperson miteinzubeziehen, damit Sie als Paar mit dieser Belastung nicht alleine dastehen. Denn mit sich selber ehrlich zu sein und sich nicht zu verraten, auch wenn man damit andere enttäuscht, erfordert sehr viel Kraft und Mut. Ich wünsche Ihnen, dass es den Eltern Ihres Partners möglich ist,

die Entscheidung ihres Sohnes zu respektieren und Sie als seine Frau willkommen zu heissen. Lassen Sie Ihre Türen einen Spalt breit offen, manchmal brauchen Menschen etwas länger, um ihr Herz zu öffnen.



Marie-Louise Pfister
Paar- und Familientherapeutin,
Paarberatung Zürich

Lebensfragen. Drei Fachleute beantworten Ihre Fragen zu Glauben und Theologie sowie zu Problemen in Partnerschaft, Familie und anderen Lebensbereichen: Anne-Marie Müller (Seelsorge), Marie-Louise, Pfister (Partnerschaft und Sexualität) und Ralph Kunz (Theologie). Senden Sie Ihre Fragen an «reformiert.», Lebensfragen, Postfach, 8022 Zürich. Oder an lebensfragen@reformiert.info