

# So viel du brauchst



## Fakten. Gefühle.

### Was machen Veränderungen mit uns Menschen?

Johannes  
18, 37-38

Nach der Festnahme Jesu fragt Pilatus ihn, ob er ein König sei. Jesus bejaht und sagt, dass er auf die Welt gekommen sei, um die Wahrheit zu bezeugen. Darauf fragt Pilatus ihn: „Was ist Wahrheit?“

Ist Wahrheit objektiv oder gibt es eine gefühlte Wahrheit? In Zeiten gesellschaftlicher Umbrüche werden Unsicherheit oder Ängste vor Veränderungen schnell zur „Wahrheit“. Jesus nimmt diese Gefühle ernst, lenkt den Blick aber in eine andere Richtung. Er ist gekommen, um Leben in Fülle zu bringen und diese Fülle bedeutet ein „Genug“ für ein gutes Leben für alle.

### Wie gehen wir mit unserer Angst um? Wie nehmen wir andere Menschen mit?

Gefühle und Intuition sind wertvoll. Wenn Menschen sich unsicher oder abgehängt fühlen, senden diese Gefühle eine klare Botschaft: Es läuft etwas falsch. Doch Gefühle können auch in die Irre führen. Angst lässt sich instrumentalisieren, um Menschen gegeneinander auszuspielen. Wir müssen Gefühle ernst nehmen. Zugleich will Glaube neue Perspektiven vermitteln und Ängste nehmen: Es kann genug für alle geben – wenn wir den Mut haben, Gerechtigkeit einzufordern und lernen, es genug sein zu lassen.



## IN DIESER WOCHE

- versuche ich herauszufinden, wo mir meine Gefühle und meine Vernunft zeigen, dass ein Änderungsbedarf besteht.
- nehme ich mir Zeit nachzuspüren, wo Gottes gute Botschaft mich durch meine Ängste hindurchführen wird.
- möchte ich mit den Menschen in meiner Gemeinschaft ins Gespräch kommen, wie Kirche zu einem Ort werden kann, der Angst vor Veränderungen nimmt.

scan mich



Fastenaktion für Klimaschutz und Gerechtigkeit

von Aschermittwoch bis Ostersonntag – 5.3. bis 20.4.2025 –