

ASCHERMITTWOCH

# Neu machen



„Manchmal sind wir unzufrieden, wie es in unserem Leben läuft. Es ist langweilig, alles ist zu viel oder gelingt nicht. Dann haben wir den Wunsch, einfach nochmal neu anzufangen.

„**Was will ich anders machen?**“ und „**Was will ich neu machen?**“ sind Fragen, die dann aufsteigen können. Und schnell geht es wieder darum, etwas zu machen! Machen! Machen! Die To-Do-Liste wird noch länger und länger.

Wie wäre es, heute, an Aschermittwoch, zu Beginn der Fastenzeit, eine Not-To-Do-Liste zu schreiben? Das ist gar nicht so leicht! Und es kann, je nach eigener Lebenssituation, in verschiedene Richtungen gehen: z. B. nicht auf Instagram Zeit verlieren, sich nicht über den verspäteten Zug ärgern, nicht sofort JA sagen ... Es braucht manchmal ganz schön Mut, Wage-Mut, etwas sein zu lassen, NEIN zu sagen, etwas bewusst nicht zu tun.

Die Fastenzeit lädt ein, „7 Wochen ohne“ zu leben. Manche haben sich dafür auch schon was vorgenommen. 7 Wochen sind eine lange Zeit.

Ein Anfang kann es sein, HEUTE etwas sein zu lassen, etwas nicht zu machen.

## NEU-MOMENT:

Schreibe für HEUTE eine Not-To-Do-Liste!

Wage es, sie mutig umzusetzen und bewusst etwas nicht zu tun.