



## Suche nach der nährenden Quelle

Fastenwanderung am 15. März 2013 vom Güstrower Weltladen zum „Haus der Stille“ in Bellin – Erinnerungen von Jutta Boysen

Das war ein Tag so richtig nach meinem Geschmack – in der Natur unterwegs – mit Anderen Wege, Erfahrungen und Speisen teilen – zur Besinnung kommen – sich selbst, Gott und die Welt in den Blick nehmen. Alles dies bot der von Conny Dorothee Dettmann aus Güstrow sorgfältig vorbereitete Tag. Sie hatte einen wunderbaren Weg durch Güstrow zum Insee und über Feld- und Waldwege nach Bellin ausgewählt und sieben thematische Stationen vorbereitet. Wie schön, dass auch 2014 wieder ein erneutes „auf den Weg begeben“ in Güstrow geplant ist: am 15. März. Seien Sie dabei oder lassen sie sich von diesen Stationen inspirieren für die Planung eines eigenen Weges:

1. *Samen legen* für „eine bessere Verteilung der Brötchen“ auf dieser Welt – mit dem Lied „Der Laden“ von Gerhard Schöne\* wurden wir eingestimmt.
2. *Achtet auf Eure Grenzen* – eine erste Rast mit leckerem Mitgebrachtem mit guten Zutaten aus fairem und regionalem Handel. Unsere bisherige Wegstrecke brachte uns noch nicht an unsere Grenzen – trotzdem tat es gut sich zu besinnen, wie oft wir uns im alltäglichen Leben überfordern anstatt angemessene stärkende Pausen zu machen.
3. *Verbundensein durch Achtsamkeit* – innehalten auf einer Anhöhe mit Blick über die schöne Landschaft Mecklenburgs. Drei Rosinen ganz achtsam kauen – das kann dauern – und darauf achten, womit wir uns gerade verbunden fühlten. Die Gedanken wanderten zu einer Bürgerinitiative gegen den Neubau einer Massentierhaltung, zum umfangreichen Maisanbau, zu den Bienen bis hin zu den Weinstöcken, von denen die Rosinen stammten.
4. *Atem holen* – eine Wegstrecke des Schweigens: die wärmende Sonne auf dem Gesicht, der tief verschneite Wald, die singenden Vögel – alles war wie geschaffen, um die Freude einfachen Daseins zu erspüren.
5. *Im Zeitalter der Beschleunigung* – am Standort einer ehemaligen Wassermühle erinnerte uns das sprudelnde Wasser des Baches nicht an das gemütlich klappernde Mühlrad, sondern das Hamsterrad, indem wir uns oft drehen. Fasten heißt auch Entschleunigen vom hektischen Alltag und Zeit zur Muße.
6. *Ja sagen zum Leben* – das Gedicht über die Selbstliebe von Charlie Chaplin\* - vorgelesen in der alten Kirche von Bellin - gab Impulse für die eigene Lebensgestaltung. Mit Fürbitten für die Welt verabschiedeten wir uns vor dem Altar.
7. *Ein nährendes Mahl* – im „Haus der Stille“ erwarteten uns die am Vorabend gekochte, fair gewürzte Linsensuppe und Kuchen von der Mühlenbäckerei Medewege, dazu fair gehandeltem „Elisabethkaffee“ einer Frauenkooperative in Honduras.

\* Der Text dieses Liedes ist verschiedentlich im Internet zu finden, desgleichen das Gedicht von Charlie Chaplin.