

15.03.2025 | 21:58 Uhr

**Abendsegen | rbb 88.8**

Ein Beitrag von

**Carla Böhnstedt**

## Fastenzeit=Reset-Taste drücken

Früher waren es vor allem religiöse Motive, weshalb Menschen gefastet haben. Heutzutage praktizieren es viele ganz bewusst und freiwillig. Dabei geht es längst nicht nur um den Verzicht auf Nahrung, sondern ebenso darum, seine Konsumgewohnheiten zu hinterfragen: die Nutzung der Sozialen Medien, des Autos, des Fernsehers beispielsweise. So, wie man am Computer von Zeit zu Zeit einmal die Reset-Taste drücken muss, um das System runterzufahren und neu zu starten, damit es wieder ordnungsgemäß funktioniert, so will auch der bewusste Verzicht auf bestimmte Dinge und Angewohnheiten helfen, sich neu auszurichten und zu klären, welche Werte mein eigenes Handeln beeinflussen. Um die Stärkung gemeinsamer Werte geht es auch dem „Museum für Werte“ in Berlin. Einem Sozialunternehmen, das sich zum Ziel gesetzt hat, das zwischenmenschliche Miteinander, Dialog, Begegnung und Austausch zu stärken für eine bessere, gerechtere Zukunft. Dabei kommt es auf jede und jeden von uns an.

Wofür stehen *Sie* ein, liebe Hörerin, lieber Hörer?