

2. Woche

Keine Verschwendung von Ressourcen (Wasser)

Gehe achtsam mit Ressourcen um

Lebensmittel sind kostbar, hier sollte möglichst wenig weggeworfen werden. Das heißt natürlich auch, dass ich versuche, passend einzukaufen und zuzubereiten sowie die Reste zu verwerten oder einzufrieren. <https://www.youtube.com/watch?v=rp9H7O3aqOU>

Auch mit Wasser und Energie sollte ich sorgsam umgehen. Die Energie- und Wasserversorgung benötigt Ressourcen, die nicht unnötig verschwendet werden sollten. Der bewusste Umgang mit Wasser und Gütern, die bei Ihrer Herstellung viel Wasser benötigen, ist wichtig. Genauso wichtig ist die Frage, wo meine Energie herkommt, welche Unternehmen ich damit unterstütze.

Bei der Beschäftigung mit dem Thema in den letzten Wochen bin ich so auch auf die Seite www.klimafasten.de gestoßen, eine ökumenische Initiative. Hier findet man viele Gedanken und Ideen sowie einige interessante Links.



Meditation

Welche immateriellen Ressourcen stärken mich und mein Leben? Aus welchen spirituellen Quellen lebe ich?

Worte fallen mir ein: Glaube – Freunde – Tiere – Natur – Ruhe – Musik – Sport – Familie – Hobbies – Berufungen - Leidenschaften – Freizeit – Gebet – Liebe

Was sind wichtige Quellen, und Ressourcen in meinem Leben?