



Fasten und Umweltschutz

Der Grüne Tipp

Was hat Fasten mit Schöpfungsverantwortung zu tun? Viel – werden Sie überrascht sein. Bei unseren fünf Umwelt-Fastentipps geht es um Fleisch, Billiglebensmittel, Fernsehen, Einkäufe und Plastik:

Fleisch-Fasten:

Schon vor Jahrhunderten haben Menschen in der Zeit zwischen Aschermittwoch und Karsamstag auf Fleisch verzichtet. War das damals noch eine bittere Notwendigkeit, weil es wenig zu essen gab, können wir heute bewusst eine Zeit lang auf den Fleischkonsum verzichten und so - ganz nebenbei - einen Rückgang der Massentierhaltung schaffen. Damit reduzieren wir Treibhausgase, Wasser und sparen andere wertvolle Ressourcen. Wie wäre es, an 6 Tagen in der Woche kein Fleisch zu essen, dafür mehr frisches Obst und Gemüse zu genießen und an den anderen Tagen Fleisch regional und bio einzukaufen?

Billiglebensmittel-Fasten:

Auch wenn viele besonders in Zeiten steigender Preise gerne günstig einkaufen, ist die Fastenzeit ein guter Anlass, um einen genauen Blick auf das eigene Essverhalten zu werfen. Denn Lebensmittel zu sehr günstigen Preisen liegen oft weit unter den wahren Kosten für einen fairen Anbau, Tierschutz und menschenwürdige Arbeitsbedingungen. Wie wäre es stattdessen mit einem Besuch beim Bauernmarkt und dem Vorsatz, in der Fastenzeit nur fair, regional oder bio einzukaufen?

Fernsehen und Streamingdienste fasten:

Wenn wir uns abends mit Spielfilmen und Serien vergnügen, braucht das viel Energie, Energie, die irgendwo erzeugt werden muss. Ebenso benötigen wir viel Energie, wenn wir uns mit unserem Handy statt mit unserem Sitznachbarn beschäftigen. Damit das funktioniert, gibt es inzwischen weltweit ganze „Farmen“, die die digitalen Bilder speichern und verwalten, wofür viel Strom verbraucht wird. Wie wäre es, abends den Fernseher, das iPad oder den Computer auszulassen oder das Handy wegzulegen und stattdessen ein Buch zu lesen oder ein gutes Gesellschaftsspiel aus dem Schrank zu holen? Sei es allein eine Patience zu legen oder sich mit guten Freunden zu treffen.





Fasten und Umweltschutz

Der Grüne Tipp

Einkäufe-Fasten:

Beinahe unser gesamtes Leben ist auf Neu-Käufe ausgelegt. Jedes Jahr werden neue Handys auf den Markt gebracht, Autohersteller betonen, man brauche alle paar Jahre ein neues Auto mit der neuesten Ausstattung und in der Modewelt gibt es zu jeder Saison einen neuen Trend. Der Verzicht auf unnötige Einkäufe ist nicht nur gut fürs Klima, sondern schont Ressourcen und reduziert den Müll. Wie wäre es stattdessen, alte Kleidung zu adaptieren oder Elektrogeräte reparieren zu lassen?

Plastik-Fasten:

Versuchen Sie in der Fastenzeit aktiv auf Plastik (-Verpackungen) zu verzichten und wählen Sie bewusst das Produkt, das anders oder erst gar nicht verpackt ist. Wir sind in Österreich eines der Länder weltweit, die pro Kopf mit die meisten Plastikabfälle verursachen. Achten Sie darauf, wie viel Plastik uns täglich umgibt. Wie wäre es, mit eigenen Taschen zum Einkaufen zu gehen, um das Plastiksackerl zu sparen oder sich ein Sprudelgerät für Mineralwasser anzuschaffen?

Fasten kann also nicht nur einen positiven Aspekt für uns und unsere Verhaltensweisen haben, sondern auch für das Klima. Fasten für die Nachhaltigkeit kann Impulse für dauerhafte Verhaltensänderungen geben. Neben dem eigenen guten Gefühl profitiert damit auch die Umwelt.

Harald Jost und Ulrike Wöhlert
Referat für Schöpfungsverantwortung der Diözese Gurk

