



Annehmen ermöglicht Freiheit und Veränderung

Vor kurzem las ich in einer Zeitschrift viele kluge Sätze zum Thema „Erziehung – damals und heute“. Mein Fazit dazu: Jeder Mensch lebt in einer großen Schere von Anspruch und Wirklichkeit. Wir sind schon sehr früh herausgefordert, die Ansprüche, die wir durch unsere Erziehung übernommen haben, 1 zu 1 umzusetzen. Oft fühlen wir uns nicht fähig, mit dieser Schräglage gut umzugehen. Und so leben wir mit inneren Widersprüchen und innerer Zerrissenheit. Wir erleben einen (unerwünschten) **IST-Zustand**, der zu dem (gewünschten) **Soll – Zustand** verändert werden sollte. Dadurch kann eine chronische Unzufriedenheit entstehen. In uns werden Stimmen laut: Ich müsste mich einfach mehr anstrengen, dann würde es funktionieren. Ich sollte mich nicht so gehenlassen. Ich sollte anderen weniger zur Last fallen Von der Seelsorge her, weiß ich, je weiter die Schere auseinanderklafft, desto mehr nehmen Druck und Selbstbewertung bis hin zur Selbstablehnung zu.

Dieses **Gegen – sich – selbst - Sein** kostet extrem viel Kraft. Es kann dich in ein Minderwertigkeits-Gefühl stürzen und Angst vor Ablehnung auslösen. Wenn dann noch verstecktes Schamgefühl hinzukommt, dann wird aus dem „Ich verhalte mich falsch“ ein „Ich bin falsch“. Dieses NEIN zu sich selbst kann tiefes Leid und Schmerz auslösen. Das lebens-verhindernde Nein braucht eine befreiende Lösung, die du aber nicht aus dir heraus durch noch mehr Anstrengungen erreichen kannst.

Ich lade dich ein: **Hol Jesus in dein Lebens-Boot** - gerade da, wo du den Sturm der Widersprüchlichkeit und Zerrissenheit in dir spürst. Jesus hat jederzeit die Möglichkeit einzugreifen, egal wie hoch die Wellen sind und wie groß der Sturm der Verzweiflung und des Unfriedens in dir tobt. Stell dich der Wahrheit, dass du dich nicht selbst befreien kannst, sondern Jesu machtvolleres Eingreifen brauchst. So hast du das erste Nein des Gegen – Dich – selbst – Seins mit Gottes Hilfe überwunden. Da, wo du Jesus herbei-sehnt, kommt er mit seiner liebenden Annahme gern hinein. ER hilft dir, ein **kleines ja** zu deinem momentanen Ist-Zustand zu finden, dass er dann mit dem **GROSSEN JA** seiner Gnaden-Wirkung verbindet.

Zu deinem kleinen ja darfst du auch alle Gedanken und Gefühle in dir zulassen, wahrnehmen und Jesus hinhalten. Jesus steht dir in deinem Gefühlschaos bei, nimmt dich an und umhüllt dich mit seiner göttlichen Liebe. Auf diesem Weg kann eine Transformation der Gefühle entstehen. Aus Trauer wird Freude. Aus Wut wird Lebens-Energie. Aus Angst wird Vertrauen. So kann durch die Entscheidung, deinen Ist – Zustand anzunehmen, mit Jesus Befreiung und Veränderung geschehen.

Stephan Stöhr, Leitungsteam

- Der Anker-Impuls wird ca. 14tägig verschickt. Gerne geht er auch an Sie/dich/Freunde
- Bitte zusätzlich zur Mailadresse auch Ihren Vor-/Nachnamen und Postanschrift angeben. Danke!