Diakonie

Zentrum für Erneuerung
Maranata e.V.

# MARANATA

April 2013

Niederbach 18
53639 Königswinter
**Tel:** 02244-902330
**E-Mail:** info@zentrum-fuer-erneuerung.de
**Homepage:** www.zentrum-fuer-erneuerung.de
**Bankverbindung:** KD-Bank, Duisburg Konto: 10 13682 018 BLZ: 350 601 90

## Liebe Freunde,

10 Jahre Zentrum für Erneuerung - Maranata haben wir vor einigen Tagen bei einem festlichen Abend gefeiert. Einzelne haben berichtet, wie unser himmlischer Vater ihr Leben durch diese Arbeit bereichert und verändert hat. Bewegend zu hören, wie Gott ganz individuell, sanft oder eindeutig, die Impulse für Veränderung gesetzt hat. Wir haben einen liebevollen und klaren himmlischen Papa; da können Erfahrungen mit irdischen Vätern zurechtgerückt und überwunden werden.

An unserem Festabend war der Lehrtext: „Gottes Hilfe habe ich erfahren bis zum heutigen Tag und stehe nun hier und bin sein Zeuge bei Groß und Klein“. (Apg. 26,22 ). Das können wir von ganzem Herzen bestätigen. In all den Jahren hat Gott die Arbeit getragen und gestaltet. Wir sagen von ganzem Herzen: Danke, Papa.

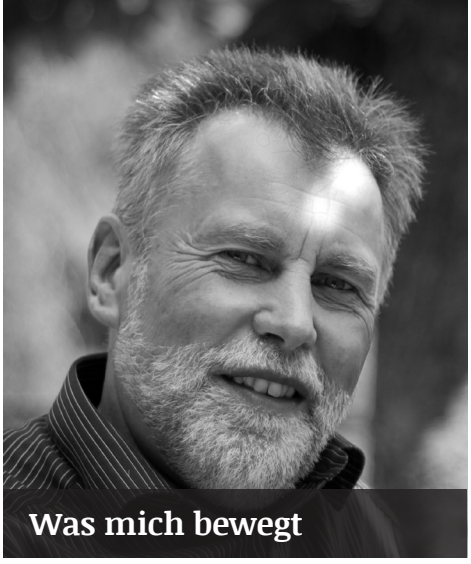
Natürlich haben Menschen das Werk getan, allen voran Hans und Claudia Wiedenmann, aber auch viele andere im Vorstand oder Gundel Rombo im Büro, in der Beratung Gudrun Dreger, Karin Schmitz, Edith und Helmut Kirfel, und noch alle, die aushelfen und einspringen. So kommt Gottes Segen durch Menschen zu uns. Wir danken unserem himmlischen Vater dafür und Ihnen, unseren treuen Freunden.

Karl-Heinz Müller

## „Sorgt euch nicht …“

Diese mehrfache Aufforderung aus Matthäus 6 habe ich schon immer als Herausforderung empfunden. Nun bedeutet dieser Text ja nicht, dass wir verantwortungslos mit unserem Leben umgehen und darauf hoffen sollen, dass Gott es richtet. Das würde sich gegen den Gesamtzusammenhang der Bibel richten. Er bedeutet, dass wir verantwortlich planen, entscheiden und Vorsorge treffen, aber darauf nicht unsere ganze Aufmerksamkeit richten, sondern zuerst nach dem Willen Gottes trachten. Das betrifft unser ganzes Leben und somit auch unsere Finanzen. Wenn es dann eng wird, dürfen wir Gott vertrauen, dass er die Zusage, unser Versorger zu sein, hält. Für mich ist da Maranata ein gutes Lernfeld. Immer wieder gibt es Engpässe und es gilt, Gott zu vertrauen, dass er uns Beratungsanfragen schickt, unsere Seminare füllt, er Menschen für die praktische Arbeit ermutigt und uns mit genügend Geld segnet. Ich habe erlebt, dass Gott nicht immer so sorgt, wie wir uns das vorstellen, aber immer so, dass das Nötige zur rechten Zeit da ist. Da kann ich nur sagen: „Gott sei Dank!“ und „Liebe Freunde, habt Dank!“, denn ihr seid daran beteiligt.

Gudrun Dreger



## Was mich bewegt

Oft ist die Hoffnung nur noch ein kleiner Funke, wenn die Menschen zur Beratung kommen. Gleichzeitig ist da die Erwartung, dass mit einem oder zwei Gesprächen schon alles ganz anders ist. Veränderung braucht aber Zeit; Hoffnung ist die Basis für Veränderung. Karl Jaspers sagt: Die Hoffnungslosigkeit ist schon die vorweggenommene Niederlage.

In einer Zeit, die von Unsicherheit und Angst geprägt ist, ist es schwer, wirkliche Hoffnung zu haben. Die Gedanken sind eher von der Sorge bestimmt. Um Hoffnung zu haben, brauchen wir ein erneuertes Denken.

Ein Leben, das wesentlich von Zielvorgaben bestimmt ist, ist schnell sehr anstrengend und raubt Hoffnung. Um Hoffnung zu haben, müssen wir die Wege sehen, die zum Ziel führen.

Wo Menschen in Beziehungen enttäuscht und verletzt werden, verlieren sie die Hoffnung. Um Hoffnung zu bekommen, brauchen wir Menschen, die ein aufgeräumtes Denken haben, Wege entdecken und Möglichkeiten sehen.

Zentrum für Erneuerung - Maranata soll ein Ort der Hoffnung sein. Wir wollen von unserer Hoffnung, die wir in Jesus Christus erfahren haben, erzählen, damit die Menschen, die zu uns kommen, Hoffnung in ihre Welt tragen können.

Hans Wiedenmann

# GRENZEN ERMÖGLICHEN LEBEN

*Nein-sagen-können*

Ein Seminarbericht von Gabriele

Seit ich zum ersten Mal von dem Seminar-Angebot „Nein-sagen“ gelesen habe, hat mich das Thema nicht mehr losgelassen.

Jetzt im Januar hat es dann terminlich bei mir endlich geklappt und ich war sehr gespannt, was mich inhaltlich und auch sonst so erwarten würde.

Da ich vorab bereits etliches an entsprechender Lektüre gelesen hatte, war meine Erwartung recht hoch. Und siehe da, es gab tatsächlich noch weitere hoch interessante Ausführungen zum Thema Grenzen, die ich mir auch eifrig notierte, und mit denen ich jetzt im Nachhinein gut (an mir) arbeiten kann.

Ich empfand das intensive Zuhören der Vorträge als sehr anstrengend und hatte teilweise Mühe, den umfassenden Informationen stets konzentriert zu folgen – das war schon mal eine echte Herausforderung ...

Zuhören ist eine Sache, das hilfreiche Wissen nun aber im Alltag entsprechend umzusetzen eine ganz andere!

Gewünscht hätte ich mir noch mehr Gelegenheit zum Austausch mit den anderen Teilnehmern.

Dafür kann ich jetzt in meinem Freundeskreis von dem Seminar erzählen; dank meiner umfangreichen Notizen etwas davon weitergeben, was mir wertvoll geworden ist.

Nun zum Schluss noch ein ganz großes Lob an die köstliche Verpflegung. Das leckere Essen hat mich richtiggehend gestärkt. Vielen Dank dafür – und auch für dieses hilfreiche Themenangebot – denn ich kann auf jeden Fall bereits kurz nach dem Seminar unterstreichen: Grenzen ermöglichen mir ein besseres Leben!! Wer hätte das gedacht?!?

# LOBPREIS UND PROPHETIE

*Abendveranstaltungen mit Francois Botes*

ZUSÄTZLICHES ANGEBOT

**MONTAG BIS DONNERSTAG**

**17. - 20. JUNI 2013**

**JEWEILS UM 19.30 UHR**

Achtung: Unser monatlicher Lobpreisabend am 20. 06. beginnt bereits um 19.30 Uhr.
Mehr Informationen auf unserer Homepage: www.zentrum-fuer-erneuerung.de

# MEIN LEBEN GESTALTEN

*Einstellungen ändern, Fähigkeiten entdecken*

Ein Seminarbericht von Dagmar

„Sei ein Gestalter und kein Verwalter." Das wurde mir bei diesem Seminar bewusst.

Ich musste in meinem Leben etwas ändern. Hauptsächlich störte mich, dass ich mit meiner Vergangenheit nicht zu recht kam. Sätze wie:

*„Du bist wie deine Mutter"*

taten mir weh, und so wollte ich bestimmt nie sein. So kam ich zum Seminar „Das Leben gestalten". Die vier Montagabende brachten mir Impulse, wie ich mein Leben gestalten kann.

Der erste Abend war gleich eine Herausforderung. Meine Ursprungsfamilie stand im Vordergrund. Was zieht sich wie ein roter Faden durch das Leben meiner Familie? Was sind Gaben, die immer wieder auftauchen?

Es gibt Dinge, die von Generation zu Generation weitergegeben werden, ohne dass man sich bewusst wird, was sie bewirken. Die Beschäftigung damit brachte bei mir positive wie negative Dinge zu Tage und ich lernte, mich diesen zu stellen. Ich erkannte, dass meine Gabe zu schreiben, von meiner Oma über meine Mutter zu mir kam. Beide bewirkten auch, dass ich gerne lese und Musik höre; das tat auch mein Vater gerne. So wurde ich ermutigt, wieder zu schreiben und ich fing an mit einem kleinen Gedicht zum Geburtstag einer Freundin.

*„Was sind deine Träume?"*

Ich merkte, dass ich mich nicht traute, sie zu äußern. Jetzt bin ich etwas weiter und kann schon besser formulieren, was ich mir wünsche und was ich nicht möchte.

Hinzu kam die Frage des Genießens. Wo und wie kann ich abschalten und auch diese Zeit wirklich genießen? Inzwischen habe ich dieses schon öfter praktiziert. Zeit mit Gott allein für mich mit Musik zum Abtauchen oder einen schönen Film mit einem Glas Rotwein genießen sind erste Anfänge. All dieses tut gut und ich merke, wie ich dabei Kraft tanke und die Herausforderungen, die jetzt vor mir liegen, bewältigen kann.

Hast du schon mal ein persönliches Leitbild für dich erstellt? In meiner Ausbildung bin ich diesem schon einmal begegnet. Nun kam ich nicht mehr daran vorbei, Ziele zu formulieren und Wertigkeiten zu vergeben. Darin liegt mehr als ich dachte. Jetzt habe ich meine Ziele mit einem Zeitplan formuliert und bin motiviert, mein Leben zu gestalten.

Wer das Leben nur verwaltet, verpasst viel von dem, was Gott für ihn hat. Das habe ich begriffen und freue mich zu ergründen, was Gott Spannendes für mich bereit hält.

zusätzliches Seminar

**30.05.**

2013

# SUCHT MEIN ANGESICHT

*Lobpreis und Anbetung*

Ein Seminarbericht von Susanne

Ich kam gespannt und erwartungsvoll zum Lobpreis- und Anbetungstag. Den Tag hatte ich mir freigehalten, um Gott ausgiebig anzubeten, um ihn zu suchen und auf seine Stimme zu hören.

Während des Tages berührten mich der Lobpreis und die Anbetung mit ihren unterschiedlichen Schwerpunkten und auch die biblischen Impulse sprachen mich sehr an.

Gegen Mitte des Tages wurde ich etwas unruhig, weil Gott mir noch kein persönliches Wort gegeben hatte. Dann kam mir Psalm 84, 3+5 in den Sinn:

*„Es sehnt sich, ja es schmachtet meine Seele nach den Vorhöfen des Herrn, mein Herz und mein Leib, sie jauchzen dem lebendigen Gott entgegen. Glücklich sind, die in deinem Haus wohnen. Stets werden sie dich loben."*

Ich hatte den Eindruck, dass Gott sagt „Susanne, allein die Tatsache, dass Du gekommen bist, ist schon Anbetung. Entspanne Dich in meiner Gegenwart und genieße meine Nähe. Wenn zwei Menschen, die sich gut kennen, lange zusammen sind, sind sie auch manchmal still." Das beruhigte mich und ich freute mich dann einfach daran, mit Gott zusammen zu sein.

Am Ende des Tages erhielt ich noch einen persönlichen Zuspruch und Gebet, was mich sehr ermutigte.

## FREUNDESTAG 2013

*„... und ob ich schon wanderte im finstern Tal"*
*- Leben und Glauben in notvollen Situationen*

**SAMSTAG**

**22. JUNI 2013, 14 UHR**

*Referent: Christian Scheufele, Stuttgart*

Conny Schmellenkamp
Dipl. Sozialarbeiterin / Sozialtherapeutin (Sucht)
Gründungsmitglied von Zentrum für Erneuerung - Maranata

# GNADE MIR SELBST, DANN GNADE MIR GOTT.

*Denn ER schafft Frieden in meinen Grenzen!*

Referat von Conny Schmellenkamp, gehalten am Freundestag 2012

Gerne möchte ich Sie einladen, mit mir über die Möglichkeit bzw. Gefahr oder auch Chance des Scheiterns nachzudenken!

Das Wort „Scheitern“ ist seit dem 16. Jh. bezeugt. Es entwickelte sich aus der Wendung *„zu Scheiten werden“*. Ein Schiff, das Schiffbruch erlitten hatte, zerbrach in Stücke oder zerschellte. Scheitern heißt demnach Schiffbruch erleiden.

Wenn ein Schiff auf ein Riff aufläuft, zerschellt es in einzelne Holzscheite. Etwas, was zusammengehört, wird gespalten, getrennt. Ein Ganzes zerfällt in Stücke.

Die katholischen Theologen Gotthard Fuchs und Jürgen Werbick haben in ihrem Buch „Scheitern und Glauben“ einige Kennzeichen des Scheiterns aufgezählt.

Scheitern ist aus ihrer Sicht immer: *„Einbruch von außen, … ein blitzartiges Widerfahrnis“*.

Scheitern gleicht einem plötzlichen *„aus dem Schlaf gerissen werden“*, einer plötzlichen Erschütterung: mein Lebensschiff ist auf ein Riff gelaufen und zerschellt in einzelne Scheite.

Dabei spielt es weniger eine Rolle, ob man objektiv die Situation als „gescheitert“ bewerten würde – entscheidend ist meine subjektive Einstellung, Haltung und Bewertung dem Geschehenen gegenüber. Wie beurteile ich mich selbst in dieser oder jener bestimmten Situation bzw. was passiert in mir angesichts eines plötzlichen Erlebnisses, welches ich mit Scheitern in Verbindung bringe?

Zunächst einmal möchte ich drei verschiedene Arten im Leben zu scheitern unterscheiden und näher beleuchten.

## 1. Möglichkeit Scheitern zu erleben: Ein plötzlicher Einbruch von außen durch ein Erlebnis – ein Gewahrwerden!

So denke ich z.B. daran, was meine erste Fehlgeburt für mich persönlich ins Wanken gebracht hat. Da hatte ich Worte von Glaubensgeschwistern, die meinem Mann und mir ein Kind versprachen. Und Ärzte demgegenüber, die von einer Wahrscheinlichkeit gegen Null redeten.

Und dann dieses Wunder: plötzlich schwanger - entgegen der ärztlichen Meinung und Gottes Wort bestätigend. Es war ein Triumph für meinen Glauben und mein Bild von Gott. Doch dieser Triumph wurde in nur einem Moment so erschüttert, dass kaum etwas vom Schiffsfundament übrig zu bleiben schien. Eine Fehlgeburt konnte ich nicht verstehen. Das passte nicht in mein Gottesbild.

Mein Gott hatte versagt, denn er war ja plötzlich nicht mehr der Gute, Verlässliche und ich hatte versagt, konnte ich doch nicht einmal das Kind, was mir geschenkt wurde, in mir bergen und schützen. Alle Fragen der Existenz brachen auf: Gibt es Gott überhaupt? Ist er der Liebende und hat er Liebe für mich? Wie sieht ewiges Leben aus? Wo und wie lebt man überhaupt im Himmel? Will ich mit diesem Gott, wenn es ihn denn überhaupt gibt und er mir dieses Leid zumutet, noch irgendetwas zu tun haben?

Der Philosoph Karl Jaspers würde ein solches Erleben als existenzielle Grenzsituation oder existenzielles Scheitern verstehen, ein

erschütterndes subjektives Erlebnis, einer unabänderlichen Situation ausgeliefert zu sein mit der Folge, dass sich mein bisheriges Gehäuse (Werte, Glaubensvorstellungen, Selbstbild), welches mir zuvor Sicherheit, Schutz und Halt gegeben hat, nicht mehr aufrecht erhalten lässt.

Das kann z.B. auch der plötzliche Tod eines geliebten Menschen, oder das Gewahrwerden einer unheilbaren Krankheit sein. Wichtig ist, wie das Geschehen subjektiv bei mir ankommt, was es in mir auslöst.

Gescheitertes im Leben wird oft auch von außen sichtbar, denken wir dabei an das Zerbrechen von Familien, Beziehungen, Karrieren und Lebensentwürfen. Weil es für andere nicht unbemerkt bleibt, ist es für uns auch so unangenehm! Wir schämen uns.

## 2. Möglichkeit des Scheiterns: Scheitern an einem Ideal außerhalb unserer Selbst

Ich erinnere mich noch gut daran, wie ich als junge Frau gemeinsam mit einigen anderen beschlossen habe, eine verbindliche christliche Gemeinschaft zu gründen.

Wir wollten Jesus nachfolgen und unser Leben ganz nach ihm ausrichten.

Dabei unterschieden wir uns insofern von unseren Freunden, als dass wir mehr Gemeinschaft als diese leben, uns zum Gebet und Austausch treffen und zusammen missionarisch und seelsorgerlich tätig werden wollten. Wir wollten besonders für Gott sein.

Unser Ideal wurde zum Fallstrick, unsere eigenen Maßstäbe hatten wir zu hoch angesetzt und so musste das Projekt scheitern. Wir schafften es eben selbst nicht, all diesen Anforderungen gerecht zu werden.

Zudem hatten wir „alles auf eine Karte gesetzt". Zuerst kam die Gemeinschaft und dann lange nichts, was schon immer in sich selbst gefährlich ist, ganz gleich ob es sich um eine Person, ein Hobby, einen Beruf oder eine Gemeinde handelt!

Für mich hat es damals sehr lange gedauert, bis ich dieses Scheitern akzeptieren konnte.

Ich war so enttäuscht, dass mein Ideal von Gemeinschaft und letztlich von mir in Gemeinschaft nicht aufging. Es war ein Schiffbruch.

Da sind Bilder in mir zerbrochen und es gab Scherben in zwischenmenschlichen Beziehungen.

Ich musste erkennen, dass ich durch mein Verhalten schuldig geworden bin an anderen, weil ich angefangen habe, sie zu bewerten und mich selbst über andere zu stellen.

Mein Selbstbild wurde in Frage gestellt, aber auch das Bild von christlicher Gemeinschaft und ich brauchte Zeit, um darüber trauern zu können. Ich musste mich mit mir und meinem Versagen auseinandersetzen und lernen, gnädig mit mir selbst zu sein und mir zu verzeihen.

Anselm Grün beschreibt in seinem Buch „Gescheitert, deine Chance!" die Gnade des Nullpunktes so: „Der Gescheiterte hat nichts mehr zu verlieren. Er hat keine falschen Rücksichten mehr zu nehmen. Wer sein Scheitern angenommen hat, kann etwas von der „Gnade des Nullpunktes" erfahren."

Und der katholische Theologe Karl Rahner spricht sogar von einem „Sakrament der Niederlage".

Hätten wir als Gemeinschaft weitergemacht, so wir wie angefangen haben, wären wir lieblos, moralisch, eng und gesetzlich geworden. Das Scheitern hat jedem von uns die Möglichkeit gegeben, barmherzig und gnädig zu werden mit sich und anderen.

Ähnlich geht es Menschen oftmals in ihren Vorstellungen von Ehe und Familie.

## 3. Möglichkeit des Scheiterns: Scheitern am eigenen Wunschbild, an den eigenen Ansprüchen, dem eigenen Perfektionismus

Eine kleine Differenzierung ergibt sich, wenn wir den Fokus auf unser eigenes Vermögen legen und wenn wir diesen eigenen Vorstellungen von uns selbst und Ansprüchen an uns selbst nicht genügen. Das tut ebenfalls weh und kränkt.

Dabei denke ich vorrangig an diejenigen, die an ihren vermeintlichen beruflichen Anforderungen scheitern und in ein „Burn-out" geraten. Auch da durfte ich schon persönliches Scheitern erfahren.

Gemeinsam mit meinem Mann habe ich zweieinhalb Jahre eine familienanaloge Wohngruppe geleitet und geriet dabei so sehr an meine Grenzen, dass ich diese Arbeit nicht länger ausüben konnte, obwohl ich es um

jeden Preis wollte. (Typischer Vermeidungsversuch von Scheitern: Augen zu und durch, das muss irgendwie gehen ...)

Und im Erkennen, dass ich es wohl nicht schaffen werde, wurden Anklagen in mir laut: „Wie kannst du nur, warum machst du nicht, streng dich mehr an, nimm dich halt zurück“ usw. bis ich akzeptieren konnte, dass ich es nicht schaffen werde, und bis ich meine Haltung zu mir selbst geändert habe, indem ich nicht länger gegen meine Begrenzungen gekämpft habe, sondern sie als zu mir gehörig angenommen habe.

Letztlich wuchs daraus der Mut, diesen Dienst wieder abzugeben und zu meinen Grenzen zu stehen. Im Nachhinein erst tauchten deutliche Symptome der Erschöpfung auf wie Migräne und Verspannungen, da ich viel zu lange ausgehalten hatte.

## Wie sah dieses persönliche Lernen praktisch aus?

Im zunehmenden Strudel der Überforderung habe ich irgendwann – aus der inneren Not heraus – angefangen, mir am Abend 10 Minuten Zeit mit Gott zu nehmen. Eigentlich sollte diese Zeit „für Gott“ sein. Es gelang mir jedoch (Gott sei Dank!) nur, da zu sein und mich zu spüren in meiner Erschöpfung und meiner Begrenzung. Es gelang mir (nur), mir zuzuhören, was ich alles als belastend und schwer empfinde. Es gelang mir (Gott sei Dank!) nur, die innere Spannung wahrzunehmen und auszuhalten, zu hören, dass meine Antreiber schrie: Conny, streng dich an, du solltest. Und ich hörte, dass mein Ich: Ich kann nicht mehr!

Ich musste erkennen, wie hoch ich meine eigenen Ansprüche an mich und meine Arbeit selbst gehängt habe und wie wenig ich mit dem zufrieden sein konnte, was ich tat. Aber dieses Einüben der Selbstwahrnehmung hat mich nachhaltig verändert, da ich Zug um Zug lernte, mich in meinen Grenzen ernst zu nehmen und zu achten. Heute spüre ich Überforderung deutlich schneller und kann daher frühzeitiger gegensteuern und schauen, was richtig für mich ist.

In meiner Ausbildung zur Suchttherapeutin zitierte die Leiterin der Ausbildungsgruppe immer wieder einen Satz von Friedrich Hebbel:

*„Und der ich bin, grüßt trauernd den, der ich könnte sein“.*

Dieser Satz begleitet mich seitdem und schon mehrfach habe ich ihn in mir wiederholt. Traurig sehe ich auf das Bild von der Frau, die ich so gerne wäre.

Und vieles in den Medien und auch im Kontext von Gemeinde stellt dieses Wunschbild so verklärt dar. Alles kein Problem: Die „berufstätige, schlanke Super-Mami und attraktive Ehefrau, die sich zudem ehrenamtlich engagiert, Sport treibt, ihren Haushalt schmeißt und Beziehungen pflegt...“

Kein Problem, sagt uns die Werbung: Think big! Kein Problem, sagt uns der bekannte Prediger und die Evangelistin: Think big! Denke groß in deinen Visionen, was du alles im Reich Gottes tun kannst ...

Das hören wir so oft, nur von den Niederlagen und Fehlschlägen wird kaum berichtet. Wenn wir uns die Beziehung von Jesus zu Petrus anschauen, dann erkennen wir: In Gottes Reich mahlen die Mühlen anders herum. Jesus ruft solche Menschen in die Nachfolge, die mehrfach gescheitert sind. Und Jesus selbst erringt den größten Sieg, als er von der Masse zum Scheitern verurteilt wurde. Am Kreuz, in der absoluten Niederlage, erleben wir die Gnade, die im Scheitern den Tod überwindet und neues Leben aufbrechen lässt.

Inzwischen übe ich mich darin, den Satz von Friedrich Hebbel für mich so zu formulieren: „„Und die ich bin, grüßt trauend die, die ich könnte sein“ - und ist trotzdem geliebt!“

### Wir haben nun verschiedene Arten des Scheiterns angeschaut:

1. Scheitern durch einen äußeren Einbruch
2. Scheitern an einem Ideal außerhalb unseres Selbst (wie etwas sein soll)
3. Scheitern am eigenen Wunschbild (wie ich gerne sein will)

Die Herausforderung und Chance solch subjektiv erlebten Scheiterns liegt darin, dieses Erleben des persönlichen Schiffbruchs anzunehmen, anzuschauen und als Neuanfang zu begreifen, der es mir möglich macht, meinen Lebensbogen neu zu spannen. Das bedeutet, eigene Grenzen zu erweitern, zu lockern oder auch bestimmte Grenzen zum Selbstschutz zu ziehen und mein Selbstbild und/oder Gottesbild neu aufzustellen.

Lassen Sie uns kurz darüber nachdenken, wie das geschehen kann. Dabei nehme ich erneut Bezug auf das Buch von Anselm Grün: „Gescheitert, deine Chance!“

# Scheitern annehmen lernen, heißt:

Als erstes muss ich das Scheitern akzeptieren. Dazu gehört das Eingeständnis, dass ich mir das Leben anders vorgestellt habe. Ich werde bereit, Schmerz auszuhalten: den Schmerz über den Verlust meiner Illusion. Und es ist wichtig, ganz bei mir zu bleiben, Schuld zu erkennen, jedoch zunächst bei meinem Scheitern zu bleiben, anstatt auf die anderen und die Umstände abzulenken und auszuweichen. Ich darf demütig werden, was so viel bedeutet wie geerdet, nicht geduckt!

In einem zweiten Schritt stelle ich mich meinen Schuldgefühlen.

Ich erkenne an: Schuldgefühle gehören zum Scheitern dazu! Schuldgefühle können aber lähmen und zerfleischen – dann helfen sie uns nicht! Wir dürfen uns anschauen, ohne uns zu beschuldigen, dass wir alles verkehrt gemacht haben und ohne uns zu entschuldigen, als ob wir in allem ganz schuldlos wären!

Schuldgefühle helfen uns zu begreifen: wir werden nicht umhin kommen, Fehler zu machen. Es gibt kein Verhalten, keine Lebensform, die uns die Garantie gibt, alles richtig zu machen oder richtig zu sein! Schuldgefühle helfen uns zu entdecken: wir sind und bleiben abhängig von Gott. Sie helfen uns, uns jeden Tag Gott hinzuhalten und seine Gnade zu erfahren. Sie helfen uns, gnädig auf uns selbst zu schauen und gnädig mit Anderen umzugehen.

Als nächstes nehme ich mir Zeit zum Trauern!

Zum Scheitern gehört ein ganz „normaler Trauerprozess". Unsere Emotionen sind sehr aufgewühlt und Schmerz, Wut, Ohnmacht, Glaubens- und Selbstzweifel wechseln sich mehrfach ab. Alle Gefühle kann und darf ich Gott bringen, auch da, wo ich auf ihn wütend bin und ich mich von ihm verlassen fühle. „Im Zweifel wendet sich der Mensch gegen Gott an Gott!"

Trauerprozesse brauchen Zeit und je nach dem, was oder worin mein Scheitern bestand, können das sogar 1-2 Jahre sein.

Anschließend heißt es: Abschiednehmen

Dazu gehört eine konkrete Entscheidung. Ich lasse das Alte ganz bewusst los! Loslassen kann ich, wenn ich anerkenne, was war, wenn ich meinen Schiffbruch, mein zerbrochenes Wunschbild und meine Ideale achte und wertschätze. Sie waren wichtig für mich. Sie gehören zu mir. Und ich bin dankbar für das, was ich lernen konnte durch die Erfahrungen des Scheiterns an eben diesen. Aber sie gelten im Heute nicht mehr so wie früher und daher verabschiede ich mich von ihnen.

Wenn wir die äußeren Bilder nun loslassen, werden wir mehr und mehr das Bild entdecken, das Gott sich von uns gemacht hat.

Für mich persönlich war es in einigen Situationen hilfreich, mir ein Abschiedsritual zu suchen. Das kann sein, dass ich Briefe an Personen schreibe, die ich nicht zwangsläufig abschicke oder dass ich etwas symbolisch beerdige oder neu pflanze. Manchmal hilft es mir, Kerzen in einer Kirche anzuzünden. Da können Sie in sich hineinhorchen und werden entdecken, was zu Ihnen passt.

Als Letztes geht es darum, bereit für Neues zu werden.

Ich darf ganz neue Möglichkeiten zulassen, z.B. auch bisher nicht gelebte oder unterdrückte Seiten an mir, denn Scheitern bedeutet ja häufig auch: aufzuwachen und aus dem Schlaf gerissen zu werden!

Ich darf mein Selbst- und Gottesbild neu definieren und meine Grenzen anders setzen.

Meine positiven Wurzeln brauche ich dabei nicht zu beschneiden, sondern ich darf sie achten und wertschätzen – nicht alles war schlecht! Bereit zu sein für Neues, meint nicht zuletzt, achtsamer zu werden mit mir und auf die leisen Töne in mir zu achten. Was regt sich da? Was keimt schon in mir und will zum Leben durchbrechen? Achtsam mit mir und auf mein Inneres, werde ich auch sensibler für meine eigenen Lebensmuster und Fallstricke.

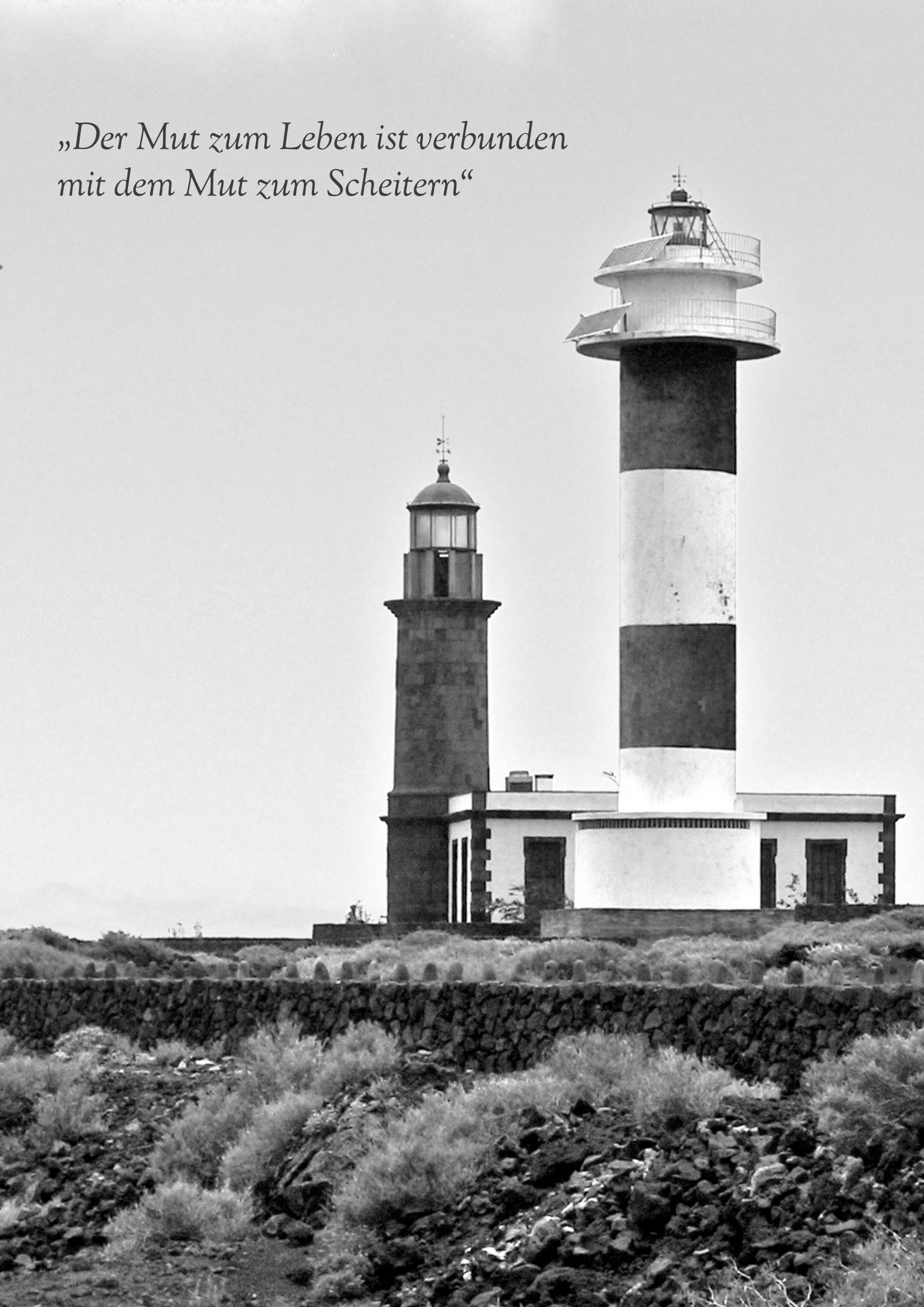
Es geht darum, wieder Mut zu fassen und Schritte ins Konkrete zu wagen in dem Wissen: Scheitern darf sein! Fehler sind erlaubt!

*„Der Mut zum Leben ist verbunden mit dem Mut zum Scheitern"*

denn sonst würden keine Ehen mehr geschlossen, keine Karriere mehr begonnen und keine Gemeinde je gegründet. Ein altes Sprichwort sagt: „Wo gehobelt wird, da fallen Späne", d.h. da, wo wir unser Leben anpacken, da wird es auch zum Scheitern und Versagen kommen – ganz zwangsläufig, weil wir Menschen sind.

Ich will weiter und wieder scheitern dürfen, weil ich daran milde werde zu mir und zu Anderen und weil mein Leben dadurch weiter wird.

Gnade mir selbst, dann gnade mir Gott – denn ER schafft Frieden in meinen Grenzen.


„Der Mut zum Leben ist verbunden
mit dem Mut zum Scheitern“

# April

08.04.

Supervisionsgruppe (7 von 10)

13.04.

Konflikte bewältigen - Lebensräume erweitern

15.04.

Menschen begleiten
(Seelsorgeschulung 3 von 4)

18.04.

Lobpreisabend - 20 Uhr

19.-20.04.

Co-Abhängigkeit
gesunde Hilfe - falsche Fürsorge

# Mai

04.05.

Das Kind in mir entdecken - bereichert leben

06.05.

Supervisionsgruppe (8 von 10)

09.-12.05.

Familienstellen - Aussöhnung mit der Vergangenheit

13.05.

Menschen begleiten
(Seelsorgeschulung 4 von 4)

15.05.

Schawuot - das Pfingstfest

16.05.

Lobpreisabend - 20 Uhr

25.05.

Wenn Gott nicht heilt?
Zwischen Glaube und Verzweiflung

30.05.

Sucht mein Angesicht
Lobpreis und Anbetung

NEU

# Juni

03.06.

Supervisionsgruppe (9 von 10)

08.06.

Wachsen im Glauben - Reifen in Beziehungen

17. - 20.06.

Lobpreis und Anbetung mit Francois Botes

NEU

22.06.

Freundestag

29.06.

Selbstbewusstsein entwickeln - Wie denke ich über mich?

30.06. - 05.07.

Seelsorgetage - Heilung des inneren Kindes