MARANATA

NOVEMBER 2015

„Der Herr hält mich fest an der Hand."
(Psalm 37,24)

Diakonie

Zentrum für Erneuerung
Maranata e.V.

ES GEHT WEITER

Vor ein paar Wochen wurde ich ganz aufgeregt angesprochen: „Ich habe gehört, du gehst in Rente und dann ist es mit Maranata aus."

Es ist gar keine Frage, dass ich älter werde und mein Rentenalter immer näher rückt. Bis jetzt habe ich aber noch nicht den Eindruck und das Bedürfnis, mit meinem Tun dann auf zu hören. Mir macht meine Arbeit Spaß und ich empfinde, dass ich damit im Willen Gottes bin.

Dennoch wird die Frage, wie die Arbeit von Zentrum für Erneuerung - Maranata weiter gehen soll, wenn ich mich in den Ruhestand begeb, sowohl vom Vorstand als auch den Mitgliedern des Vereins sorgfältig beweget.

Wir haben Gott gefragt, was er in und durch diese Arbeit weiter tun will und Gott hat einem jeden gesagt, dass er die Arbeit weiter führen will. Bei unserem Hören auf Gott wurde auch deutlich, dass die Weiterführung der Arbeit mit Veränderungen verbunden sein wird. Bleiben wird auf jeden Fall, dass Menschen hier Brot bekommen - das Brot des Lebens. Gott hat uns sehr deutlich gesagt, dass er das alles tun wird.

Im Hören auf Gott werden wir den Zeitpunkt der Veränderung sowie Seine Vorstellungen über die personellen und inhaltlichen Weiterentwicklungen erfahren.

Ich freue mich, dass wir schon seit längerer Zeit die Beratungsarbeit auf eine breitere personelle Basis stellen konnten. Durch die unterschiedlichen Ausbildungen von Gudrun Dreger, Karin Schmitz und mir sind die Beratungskompetenzen vielfältiger geworden.

Auch das Seminarteam hat sich vergrößert. Neben Gudrun Dreger und mir arbeiten da jetzt auch Conny Schmellenkamp und Gundel Rombo mit.

Das sind gute Voraussetzungen für einen Übergang.

Was aus der Arbeit von Zentrum für Erneuerung - Maranata wird, hängt nicht an meiner Person, sondern an dem, was Gott hier weiter tun will. Deshalb können wir gelassen vertrauen und weiter den Weg für das Kommen unseres Herrn bereiten.

Danke, dass Sie uns bisher in so unterschiedlicher Weise begleitet haben und für die Weiterentwicklung der Arbeit beten.

Leben Sie als Behütete und Gesegnete

Hans Wiedenmann

ICH WILL VERTRAUEN

Gott benutzt Situationen, um uns wachsen und reifen zu lassen. Vertrauen wächst nur, wenn ich immer wieder neu wage zu vertrauen. Ich habe in meinem Leben schon oft darauf vertrauen müssen, dass Gott in Situationen eingreift, etwas in Bewegung setzt oder mich verändert. Gott hat an vielen Stellen mein Vertrauen nicht enttäuscht. Aber es gibt auch Situationen, wo mir das Vertrauen schwer fällt, weil Gott noch nicht eingegriffen hat. Zurzeit muss ich vertrauen, dass Gott uns als Verein die Finanzen zukommen lässt, die wir benötigen. Wir haben die Plattenwege erneuern lassen und auch beleuchtet. Das war notwendig, damit die Menschen, die zur Beratung und den Seminaren kommen, sicher und trocken die Räume erreichen. Doch diese Investition hat ein großes Loch in unsere Finanzen gerissen. Gegenwärtig sieht es so aus, als würden wir das Jahr 2015 mit einem deutlichen Minus abschließen. Dennoch will ich vertrauen, dass Gott uns das gibt, was wir brauchen. Ich vertraue auch darauf, dass die Menschen, denen unsere Arbeit am Herzen liegt, uns weiterhin im Rahmen ihrer Möglichkeiten unterstützen.

An dieser Stelle möchte ich mich ganz herzlich bei all unseren treuen Spendern bedanken, die uns monatlich oder hin und wieder einmalig unterstützen. Ohne sie könnten wir unsere Arbeit nicht leisten.
Gott segne Sie!

Gudrun Dreger

LIEBE FREUNDE

es geschieht nicht alle Tage, dass ein Fernsehkommentar über das Alltägliche hinausgeht und schon prophetische Dimensionen erreicht. Umso erstaunter war ich über den Kommentar von Sigmund Gottlieb (Bayrischer Rundfunk) vom 14.10.15 in den Tagesthemen. Im Blick auf die damals neue Gewaltwelle in Israel sagte er: „Was wir zurzeit in Israel erleben, ist ein Abbild der Lage in der Welt: Aus den Fugen geraten, keiner Ordnung gehorchend, explosiv, täglich eskalierend, Ausgang ungewiss. Was global gilt, passiert auch hier: Die Gewalt entzieht sich jeder Kontrolle, der Steuerungswille der Politik läuft ins Leere“. Ein Kommentar, der sich nicht nur auf Israel bezieht sondern auf vieles, das wir in diesen Tagen weltweit erleben. Wir reiben uns die Augen und sehen uns mit alten und ganz neuen Problemen konfrontiert, die wir nicht auf unserer Agenda hatten. Unser so häuslich eingerichtetes Weltbild wird erschüttert, in Europa und weit darüber hinaus.

Was hat das mit unserer Arbeit im Zentrum für Erneuerung zu tun? Ich bin froh, dass unser Werk noch einen Zusatz hat: Zentrum für Erneuerung – Maranata. Es ist gut, das immer wieder in den Focus zu nehmen: Maranata – unser HERR kommt. Wer will, mag wieder einmal Matthäus 25 lesen. Je nach aktuellem Zeitgeschehen fällt neues Licht auf die Szenerie. Was bleibt: Unser HERR kommt. Dafür wollen wir bereit sein.

Ihr

Karl-Heinz Müller

RÜCKBLICK AUF DEN
FREUNDESTAG

Bei Euch können wir erleben, dass Gott im Mittelpunkt steht. Euer ‚anders' schenkt Freiheit. Es schenkt Freiheit, Gott in den Mittelpunkt zu stellen und ihn zu loben. Euer ‚anders' lässt uns als Menschen willkommen sein.

Samstag Mittag, so kurz vor halb zwei Uhr, irgendwo vor einem Wandspiegel in Deutschland.

Ich denke darüber nach, was mir dieser Samstag Nachmittag bringen wird. Rotes oder blaues Tuch, das ist schnell entschieden und auch die Schuhwahl für diesen Nachmittag fällt mir erstaunlich leicht. Meine Lieblingsschuhe, die, mit denen meine Füße immer geschwind ihren Weg voran schreiten. Nur jetzt, da scheinen mich nicht nur meine Gedanken, sondern auch diese Schuhe im Stich zu lassen.

Auf dem Küchentisch parkt der Kuchen, welcher gleich mitgenommen werden soll. Daneben, ohne Lieblingsschuhe und wie meist innerhalb solcher für mich ‚Krimi ähnlichen Situationen', mein tiefenentspannter Ehemann. Er greift nach dem Kuchen, schnappt sich den Haustürschlüssel und fragt: „So Schatz, können wir los?" Jetzt auf einmal bewegen sich meine Schuhe. Ist das nicht seltsam?!? Meine Schuhe und damit auch meine Füße scheinen ganz plötzlich ihre Funktion der fortschreitenden Bewegung wieder entdeckt zu haben. Wobei ich mir nicht ganz sicher darüber bin, ob ein abwechselndes Tänzeln vom Rechten auf den Linken Fuß schon als fortschreitend angesehen werden kann. Wirklich von der Stelle komme ich nämlich nicht. Dafür finden aber meine Gedanken auf einmal ihren Weg, hinaus aus ihrer Parkplatzsituation.

„Schatz, können wir? Wir müssen los!" Wieder mein Mann. Ich wiederhole meine Fußbewegung. Irgendwann muss er doch merken, dass ich nicht von der Stelle komme. „Was ist denn, wieso kommst du nicht? Sag nicht, du willst dich nochmal umziehen (er kennt mich gut), dafür haben wir jetzt keine Zeit mehr. Wir müssen jetzt wirklich los!"

Nun ist es soweit: Der erste Gedanke verlässt seinen Parkplatz und findet über die Mund-Brücke den Weg nach draußen. „Ich glaube, ich will da nicht hin." „Wieso das denn jetzt auf einmal?" werde ich gefragt. „Na (dieser Gedanke muss den Parkplatz in einem sehr alten Auto verlassen haben, so stotternd wie er hinaus gefahren kommt), na, weil ich glaube, dort ist es komisch. Ich glaube, wir passen da nicht hin, da ist so viel „ANDERS". Ich weiß gar nicht mehr, ob wir dort hinfahren sollten." In zahlreichen Situationen habe ich es schon wertgeschätzt, dass mein lieber Ehemann hartnäckig bleibt (er nennt es Motivation). Aber an diesem Mittag ...?? „Ja, das ist jetzt so. Anders oder nicht. Wir haben eine Einladung angenommen. Also auf jetzt!" Er hat ja Recht. Also ihr lieben Füße, auf geht's!

FREUNDESTAG 2016

Sa, 11. Juni

14 Uhr, Ankunft. Ankunft bei dem ‚Anderen'. Wir gehen über den großen Parkplatz, hin zum Haupthaus. Wir haben nur die Hälfte unseres Weges hinter uns, da werden wir begrüßt und willkommen geheißen. Freundlich und herzlich, irgendwie ‚anders' ...

Weiter geht es, hinein in das schöne alte Gebäude. Der große Raum ist mit Stühlen vollgestellt. Schnell finden wir einen Platz, an der Wand. Vielleicht kann die mir ja helfen, das ‚Andere' auszuhalten!?

Der Lobpreis beginnt. Nein, zuvor werden alle Gäste begrüßt. Wieder freundlich, wieder herzlich. Dann beginnt der Lobpreis. Ich habe das Gefühl, die Atmosphäre ändert sich. Viele der anwesenden Gäste müssen wirklich Freunde des Hauses sein. Mir erscheint die Lobpreiszeit irgendwie ‚einstimmig' und ‚fließend'. Irgendwie ‚anders'.

Es folgen Berichte aus der Arbeit, Vorträge und Erfahrungen. Was empfinde ich dabei?! Irgendwie ‚anders'.
Anschließend beginnt die Kaffeepause. Zeit, um ein Stück von den mitgebrachten Kuchen und einen Kaffee zu genießen. Zeit für Austausch unter den Gästen. Wir stehen im Eingangsbereich, als eine Dame auf uns zukommt. Es ist wohl eine Dame aus dem Vorstand. Freundlich bleibt sie bei uns stehen und beginnt das Gespräch: „Hallo, schön, euch hier zu sehen. Habt ihr euch schon umgeschaut und genießt die Zeit hier? Es ist doch so schön hier!" Sie wirkt richtig zufrieden auf mich. Und dann sagt sie noch etwas: „Es ist so schön hier, auch wenn hier so Einiges anders ist. Das habt ihr ja vielleicht schon bemerkt?" Ich schaue meinen Mann an, er schaut mich an. Ich weiß gar nicht, was ich dazu jetzt sagen soll.

Nach dem Flaggentanz, einer weiteren Lobpreiszeit und einer freundlichen Verabschiedung verlassen wir diesen Freundestag. Im Herzen einen Eindruck, der schon immer da war: ‚Anders'
Wisst Ihr, was bei Euch anders ist?!?
Bei Euch können wir erleben, dass Gott im Mittelpunkt steht. Euer ‚anders' schenkt Freiheit. Es schenkt Freiheit, Gott in den Mittelpunkt zu stellen und ihn zu loben. Euer ‚anders' lässt uns als Menschen willkommen sein.

Danke für diesen Tag echter, vorgelebter Gottesbeziehung! Wir sind gerne Freunde Eurer Arbeit, werden Euch im Gebet begleiten und wünschen Euch Gottes Segen.

Carina und Martin

WENN IHR NICHT WERDET
WIE DIE KINDER
PREDIGT ÜBER MATTHÄUS 18,3

Jesus sagt uns nicht, dass wir kindliche Verhaltensweisen an den Tag legen sollen. Er redet von der inneren Haltung des selbstverständlichen und selbstbewussten tiefen Vertrauens.

Eine Predigt von Hans Wiedenmann
beim 30-jährigen Jubiläum von Ichthys, Haus Aufbruch, Eningen
am 26. September 2015

WER KOMMT IN DEN HIMMEL

Ichthys ist das griechische Wort für Fisch und beinhaltet die Anfangsbuchstaben von Jesus, Christus, Gottes Sohn und Erlöser.
Ich gehe davon aus, dass wir alle glauben, dass Jesus der Christus ist und dass Jesus der Sohn Gottes ist und dass Jesus unser Erlöser ist.
Kommen wir mit ‚Ichthys', diesem Glaubensbekenntnis, in den Himmel? Matthäus berichtet uns, dass Jesus dazu klar und deutlich ‚Nein' sagt. Es geht um etwas ganz Anderes, wenn wir in den Himmel kommen wollen. Die Jünger waren sich wahrscheinlich ziemlich sicher in den Himmel zu kommen, weil sie ja mit Jesus gingen. Das war nicht ihr Thema. Sie wollten von Jesus lediglich erfahren, wer sich welchen Platz schon erarbeitet hat. Doch auf diese Frage bekommen sie von Jesus keine Antwort. - Das macht Jesus übrigens öfter. - Vielmehr sagt er ihnen, und damit auch uns, dass wir eine andere Haltung einnehmen müssen, um in die Gegenwart Gottes zu kommen: Wir müssen werden wie Kinder.
Unsere zweijährige Enkelin eröffnet mir den Blick dafür, wie Kinder sind.

Bild: Der Größte und ein Kind, Beate Heinen, 1995; © ars liturgica Buch- & Kunstverlag MARIA LAACH, Nr. 4777

WIE KINDER SIND

Kinder vertrauen ihren Eltern und glauben ihnen alles. Für sie können die Eltern auch alles. Kinder sind neugierig, sie wollen alles wissen. Sie sagen auch alles so, wie sie es denken. Das Kleine wird von ihnen gesehen und sie sind begeistert davon. So ziemlich alles kann Kinder begeistern. Kinder leben im Augenblick, um morgen kümmern sie sich nicht. Wenn sie etwas alleine nicht schaffen, wollen sie Hilfe. Und immer wieder suchen sie die Nähe der Eltern.
So sollen wir unsere Beziehung zu Gott leben: Von IHM alles erwarten; selbstverständlich und angstfrei davon ausgehen, dass ER alles überblickt und richtig macht; darüber frustriert und traurig sein, wenn Er nicht tut, was ich gern hätte, aber direkt danach wieder fröhlich mit IHM Neues ausprobieren; sorglos und unbeschwert im Hier und Jetzt leben; von dem begeistert sein, was IHN begeistert; immer wieder SEINE Nähe und Liebe suchen.

Viele Christen wollen das kopfgesteuert machen und merken dabei gar nicht, wie kindisch sie sich verhalten. Jesus sagt uns nicht, dass wir kindliche Verhaltensweisen an den Tag legen sollen. Er redet von der inneren Haltung des selbstverständlichen und selbstbewussten tiefen Vertrauens: ‚Ich bin dein Kind und weiß, dass du mich von ganzem Herzen lieb hast.'

Leben wir so, ganz praktisch, ganz konkret, unsere Beziehung zu Gott?

WER SICH SELBST ERNIEDRIGT

Jesus sagt in diesem Zusammenhang gleich noch etwas, was bei vielen Christen zu einer grotesken Verkrampfung führt: ‚Wer sich selbst erniedrigt'. Schon beginnt der unterschwellige Wettstreit, wer am demütigsten ist. Und wir meinen, dass es fromm sei, wenn wir über uns sagen, dass wir der Allerschlechteste, die Nichtsnutzigste seien oder wenn wir von uns selbst nichts halten. Dieses selbstabwertende oft sogar selbstverachtende Reden und Denken über uns ruiniert unsere Persönlichkeit und damit zerstören wir das Schöpfungswerk Gottes.
Nachdem er den Menschen geschaffen hatte, sagte Gott:
‚Es ist alles sehr gut.'
Wenn ich dann über mich sage, dass an mir nichts Gutes ist, widerspreche ich Gott. Das hat nichts damit zu tun, wenn Jesus in unserer Geschichte sagt:
‚Wer sich selbst erniedrigt und wird wie dieses Kind'.
Vielmehr ist diese abwertende Haltung versteckter Hochmut oder Selbstmitleid und auch Gottesverachtung.
Zur Demut kommt es nie durch Gehorsam, sondern nur durch Erkenntnis. Es geht um meine Sicht über mein Verhältnis zu Gott. De-

mütig bin ich, wenn ich mir eingestehe, dass ich von Gott geschaffen und auf seine Hilfe angewiesen bin. In der Demut nehme ich mich so an, wie ich bin und gebe die Liebe, die ich von Gott bekomme, an meine Mitmenschen weiter. So bin ich ‚mutig dienend' - aus diesen Worten wird das Wort Demut gebildet.
Die Menschen im Paradies haben sich selbst erhöht, indem sie sein wollten wie Gott. Wenn wir anerkennen, dass wir niedriger als Gott sind und aus seiner Gnade leben, dann leben wir das, was Jesus in unserer Geschichte den Jüngern verdeutlichen will.
Dafür brauchen wir kein kindisches Verhalten, sondern eine Richtungsänderung im Denken über uns, eine geänderte innere Haltung, die sich in neuem Verhalten auswirkt.

WENN VERTRAUEN FEHLT

Nun wissen wir, dass unser Vertrauen zu Gott - und das meint ja Glauben - durch unsere Persönlichkeitsentwicklung stark beeinflusst ist. Eltern haben Fehler und machen Fehler; auch geistliche Eltern. Wir haben die Erfahrung gemacht, dass nicht alles Gutgemeinte von unseren Eltern für uns auch gut war. Unser kindliches Vertrauen in sie ist enttäuscht worden. Vielleicht waren sie gar nicht in der Lage, unseren Liebestank so zu füllen, dass wir damit leben können, weil ihr eigener Liebestank schlecht gefüllt war. Auf jeden Fall ist so unser Selbstvertrauen deutlich in Frage gestellt worden.
Weil wir in unserer frühen Kindheit kein Vertrauen, keine stabile Bindung in ein liebevolles Gegenüber entwickeln konnten, fällt es uns heute so schwer, Gott wirklich zu vertrauen. Weil wir wegen unseres Verhaltens als Kind beschämt wurden, schämen wir uns vor Gott und laufen ihm nicht glücklich in die Arme. Weil wir in unserer Kindheit überfordert, schutzlos und hilflos waren, tun wir uns so schwer, in der inneren Haltung eines Kindes zu leben. Dieser Gedanke löst vielleicht sogar große Angst aus.
Was machen wir nun mit unserer großen Sehnsucht in den Himmel, in das Königreich Gottes, in seine Gegenwart zu kommen? Steht jetzt Jesus vor uns wie die Cherubim, die mit dem flammenden, blitzenden Schwert darauf aufpassen, dass niemand an den Baum des Lebens kommt?
Ja, unsere Persönlichkeitsentwicklung hindert uns ins Himmelreich zu kommen. Gott sagte zu Jakob, als er in der Nacht am Jabbok mit ihm kämpfte: Ich vermochte dich nicht zu überwinden. Und deshalb schlug er ihn auf das Gelenk seiner Hüfte. Dort sitzt für den orientalischen Menschen das Kraftzentrum. Die Schutzmechanismen, die wir aus unseren Kindheitserfahrungen entwickelt haben, sind so stark, dass Gott mit uns nur weiter kommt, indem er sie ausrenkt. Aber: Dem hinkenden Jakob geht die Sonne auf und er hat von Gott eine neue Identität bekommen. Der veränderte Jakob, der Israel, tut ohne Wenn und Aber, was Gott zu ihm sagt.
Der Himmel ist für uns alle offen. Der Vater hat Sehnsucht uns in seine Arme zu schließen!

VON NEUEM GEBOREN

Der Evangelist Johannes berichtet, dass der Theologe Nikodemus in der Nacht zu Jesus kommt - nicht weil er sich schämt, sondern weil er weiß, dass die geistlich wichtigen Dinge in der Nacht geschehen. Diesem Mann sagt Jesus: Wer nicht neu geboren ist, kann das Reich Gottes nicht sehen.
Diese Neugeburt von uns ist durch den Tod Jesu am Kreuz und seine Auferstehung möglich.
Die Erfüllung durch den Heiligen Geist wird mit dieser Neugeburt gleichgesetzt. Ich denke, dass diese Neugeburt noch viel mehr bedeutet. Wir müssen neu geboren werden, um aus den Mauern unserer Schutz- und Abwehrmechanismen heraus zu kommen. Wir müssen neu geboren werden, damit die Angst uns nicht mehr vom vertrauensvollen Einlassen zurückhält.

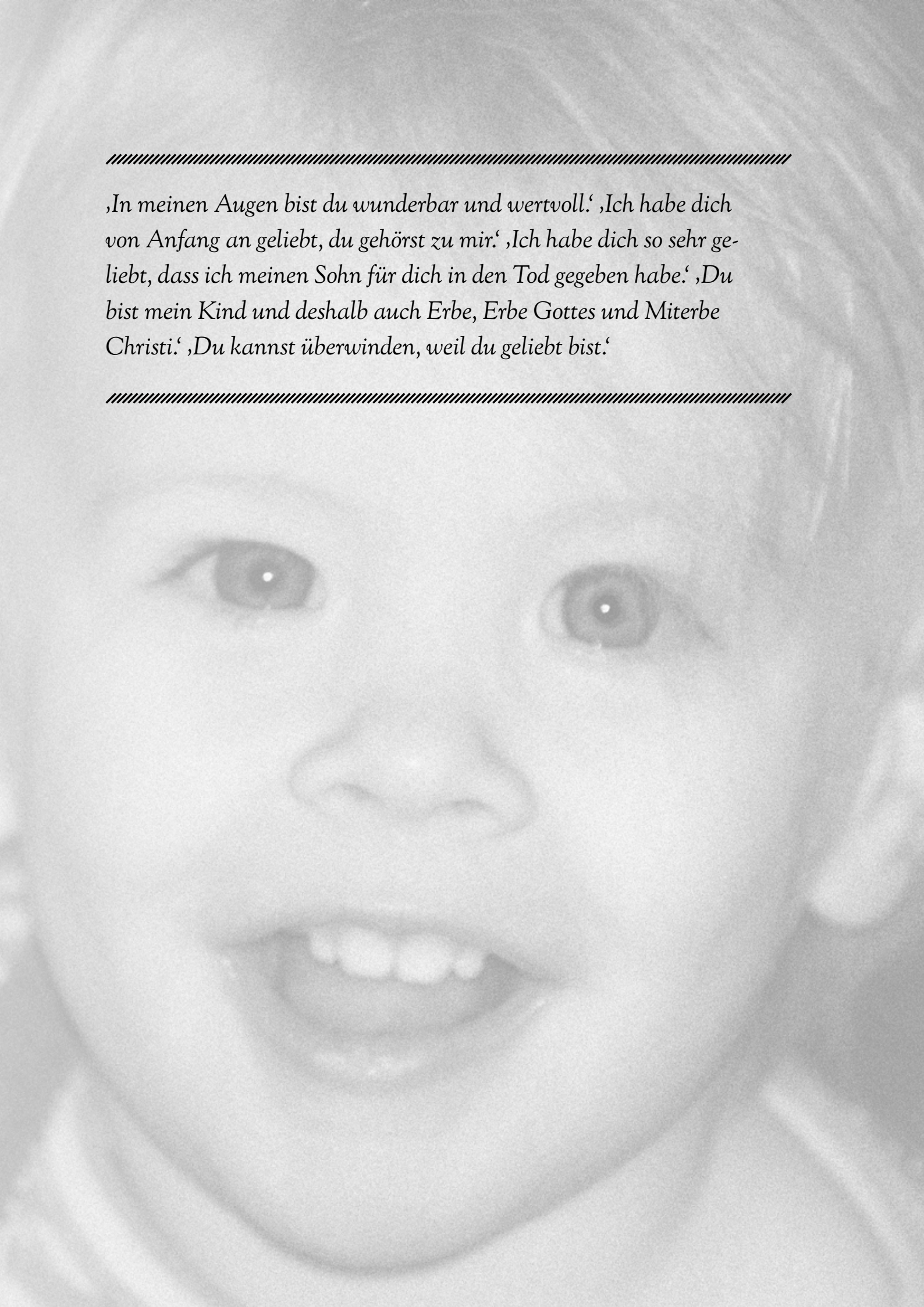
IM SELBSTSCHUTZ GEFANGEN

Paulus sagt im Römerbrief, dass das Gesetz Mose am Widerstand der menschlichen Natur scheiterte. Gerade deshalb hat Gott Jesus gesandt. Wenn wir mit Jesus verbunden sind und dadurch den Geist Gottes empfangen, brauchen wir uns nicht mehr von unserer menschlichen Natur bestimmen zu lassen. Wir haben dann den Geist der Kindschaft empfangen und können freudig dem himmlischen Vater in die Arme laufen und glücklich ‚Papa' rufen.
Nochmals: Unsere Lebensmuster, die wir notvoll kreativ aus unseren Erfahrungen der Kindheit zum Überleben entwickelt haben, sind wie Festungen. Diese Denkweisen über uns haben sich zutiefst in unser Gehirn eingeprägt und bestimmen unser heutiges Leben. Was uns schützen sollte, richtet sich gegen uns und nimmt uns gefangen.
Der Geist der Kindschaft ist eine geistliche Waffe, mit der Gedanken und alles Hohe, das sich gegen die Erkenntnis Gottes erhebt, zerstört werden können.
Wir brauchen ein neues Denken über uns. Wir brauchen die Gedanken, die Gott über uns von Anfang an hatte. Wenn wir umkehren und wie ein Kind werden, können die Zusagen Gottes unser Leben bestimmen und nicht mehr die Erfahrungen unserer Kindheit. Das hört sich dann so an: ‚In meinen Augen bist du wunderbar und wertvoll.',‚Ich habe dich von Anfang an geliebt, du gehörst zu mir.' ‚Ich habe dich so sehr geliebt, dass ich meinen Sohn für dich in den Tod gegeben habe.' ‚Du bist mein Kind und deshalb auch Erbe, Erbe Gottes und Miterbe Christi.' ‚Du kannst überwinden, weil du geliebt bist.' Wenn wir unser frommes Leistungsdenken gegen Demut tauschen, kehren wir um und werden wie Kinder. Dafür hat uns Jesus den Heiligen Geist als Kraft, Beistand und Tröster geschickt.

LASST DIE KINDER KOMMEN

Ein Kapitel weiter erzählt Matthäus davon, dass Jesus in einem theologischen Gespräch über die Ehe war, als Eltern ihre Kinder zu ihm bringen wollten, damit er für diese betet. Die Jünger wollten nicht, dass Jesus wegen der Kinder gestört wird. Doch Jesus sagt: Lasst die

‚In meinen Augen bist du wunderbar und wertvoll.' ‚Ich habe dich von Anfang an geliebt, du gehörst zu mir.' ‚Ich habe dich so sehr geliebt, dass ich meinen Sohn für dich in den Tod gegeben habe.' ‚Du bist mein Kind und deshalb auch Erbe, Erbe Gottes und Miterbe Christi.' ‚Du kannst überwinden, weil du geliebt bist.'



Kinder zu mir kommen, denn ihnen gehört das Himmelreich.
Nicht nur, dass Kinder in den Himmel kommen - Kindern gehört der Himmel.
Die Frage, die sich uns jetzt stellt: Wie gehe ich heute mit meinem inneren Kind, dem Kind, das ich früher war, um? Bringe ich dieses Kind zu Jesus oder hindere ich mein inneres Kind daran, zu Jesus zu kommen, weil mir ganz andere geistliche Themen wichtig sind?
Wenn wir uns vor den Gefühlen und Bedürfnissen unseres inneren Kindes schützen möchten, trennen wir uns von dem Kind, das wir waren. Dies führt dazu, dass wir uns als Erwachsene ungeliebt, verlassen, alleine, schlecht, falsch, nicht liebenswert, unwichtig, unzulänglich fühlen. So geben wir uns nach und nach auf oder kämpfen um Anerkennung und Größe. Darin liegt auch der Beweggrund für frommes Leistungsdenken, das uns hindert in das Königreich des Himmels zu kommen.
Bringe ich mein inneres Kind mit all seinen Fragen, Problemen, Gefühlen und Nöten zu Jesus, damit er es segnet? Oder könnte es sein, dass ich heute in der selben Art mit mir umgehe, wie es meine frühen Bezugspersonen gemacht haben?
Jesus wurde und wird darüber unwillig und sagt: Verwehrt den Kindern nicht zu mir zu kommen, denn ihnen gehört das Himmelreich.

IM HIMMEL WIRD GEHERZT

Der Evangelist Markus berichtet, dass die Kinder, die dann zu Jesus gebracht wurden oder denen erlaubt wurde zu ihm zu gehen, von Jesus geherzt wurden. Jesus ging herzlich mit ihnen um, er gab ihnen körperliche und emotionale Zuwendung.
Lasse ich mich von Jesus herzlich berühren? Lasse ich mir von Anderen wirkliche Zuwendung geben? Gehe ich mit mir liebevoll um?
Im Himmel wird geherzt! Und der steht uns offen, wenn wir wie Kinder werden.
Und das, was Jakob im Nachtkampf Gott abringen wollte, nämlich dass er ihn segnet, das tut Jesus bei den Kindern einfach so noch dazu: Er legte ihnen die Hände auf und segnete sie. Im Segen gab er ihnen die ganze Fülle Gottes.
Den überfließenden Segen bekommen wir, wenn wir als Kinder kommen.
Keine Frage: Gott segnet uns auch, wenn wir nicht als Kinder kommen. Dann tut er es meistens da, wo unser Mangel ist, wo wir Veränderung nötig haben. Und da kann der Segen erstmal auch ziemlich weh tun, aber dieser Segen will uns ans Vaterherz ziehen.

VERTRAUEN GEGEN LEBENSERFAHRUNG

Jesus ruft uns auch heute noch zu: Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken. Wenn wir diesem Ruf folgen, dann kehren wir um und werden wie die Kinder. Dann ist das Königreich des Himmels für uns offen, dann gehört es uns sogar. Und wir werden erfahren, dass das Joch von Jesus sanft und seine Last leicht ist.
Gott erwartet uns in seinem Reich. Gott will uns in seiner Gegenwart haben.
Deshalb können wir das Risiko eingehen, entgegen unserer Lebenserfahrung ein kindliches Vertrauen zu leben. Das gibt unserem Leben eine ganz neue Qualität. Und der Himmel feiert, wenn wir als vertrauensvolle Kinder kommen.

Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken. Wenn wir diesem Ruf folgen, dann kehren wir um und werden wie die Kinder. Dann ist das Königreich des Himmels für uns offen, dann gehört es uns sogar.

GELASSEN UND SICHER IM STRESS

IMPULSTAG ZUR STRESS-PROPHYLAXE

Wenn ich eine Situation weder verändern kann, noch sie verlassen möchte, kann ich das Beste daraus machen und die Situation mit gestalten.

Ich meldete mich zum Impulstag an, da ich in einem Bereich arbeite, in dem oft unvorhergesehene Fehler und Störungen auftreten, die schnell behoben werden müssen. In solchen Situationen fühle ich mich sehr gestresst und ich erhoffte mir vom Impulstag Anregungen, wie ich mit Belastungssituationen zukünftig besser umgehen kann.

In den Vorträgen von Hans sprachen mich zwei Dinge besonders an:

Das Erste war ein Ablaufdiagramm, das darstellt, wie eine Belastungssituation systematisch Schritt für Schritt bewältigt werden kann. Es geht darum, sich nach dem Erkennen der Belastung bewusst der Situation zuzuwenden und sich damit auseinanderzusetzen.

Ich hatte bisher bei extremen Belastungen den Drang einfach davonzulaufen. Es kostete mich Überwindung, der Situation ins Auge zu schauen und mich damit auseinanderzusetzen. Ein wichtiger Schritt danach ist, sich selbst bei den negativen und angstbesetzten Gedanken zu stoppen und z.B. durch gezielte Entspannung und positive Selbstinstruktion die Stressspitze wegzunehmen.

Für mich waren Sätze wie „Das ist nicht so dramatisch! Wir finden eine Lösung!“ oder „Cool bleiben und erst Mal in Ruhe nachdenken!“ sehr hilfreich. Dadurch bekomme ich einen klaren Kopf, um dann im nächsten Schritt einen gezielten Handlungsplan zur Lösung der Situation zu entwickeln.

Das Zweite war der Satz „Change it, leave it or love it“, den Hans beim Thema „Stresserzeugende Einstellungen“ zitierte - verändere es, verlasse es oder liebe es.

Wenn ich eine Situation weder verändern kann, noch sie verlassen möchte, kann ich das Beste daraus machen und die Situation mit gestalten. Sobald ich das tue, nimmt der Stress ab. Das traf genau auf meine berufliche Situation zu und ich war ermutigt sie zu akzeptieren, mitzugestalten und als Gnadengeschenk von Gott anzunehmen.

Mein persönliches Resümee des Tages war, dass in Stresssituationen nicht die äußeren Umstände das Entscheidende sind, sondern mein Umgang damit und meine Einstellung. Den meisten Stress mache ich mir selbst!

Gleich in der Woche nach dem Impulstag trat bei meiner Arbeit wieder eine typische Stresssituation auf und ich merkte, dass das systematische Angehen der Situation sehr hilfreich für mich war und ich viel gelassener blieb. Ich bin sehr dankbar, ein praktisches Handwerkszeug für die Bewältigung der Belastungssituationen zu haben!

Susanne

NEIN-SAGEN
WIE SETZE ICH GRENZEN

Es war wie ein Spiegel meines Problems, das nun in Worte gefasst war. [...] So viel war wahr, was ich in diesem Seminar über mich selbst erkannte.

Jetzt hatte ich endgültig die Nase voll! Der Ärger über mich selbst ließ mich fast platzen. Ein Zustand von Wut und Verzweiflung machte sich breit. Wieder einmal war ich an einem Punkt meines Lebens angekommen, an dem alle Kräfte aufgebraucht und ich und meine Familie uns nur noch ausgelaugt von Tag zu Tag schleppten. Ich hatte das Gefühl, dass es immer schlimmer wurde. Und ‚nur' weil ich einfach nicht ‚Nein' sagen kann, es nicht schaffte mir und anderen Grenzen zu setzen, mich für alle Welt aufopferte in dem Glauben, dass Jesus es so von mir erwartete, weil er sich ja auch geopfert hatte.

Er hatte mir aber auch öfters das Wort „ Grenzen" zugeflüstert. Ich schaute es in meiner Bibel nach und wusste, dass es mein ‚Lebensthema' war. Doch wie um alles in der Welt sollte ich schaffen das umzusetzen?

Da fiel mir der Flyer vom Zentrum für Erneuerung in die Hände. Ich sah nur die Seminarüberschrift: „Neinsagen - Wie setze ich Grenzen". Das traf mich, mitten ins Schwarze, direkt in den Schwachpunkt meines Lebens.

Dann schaute ich, was das Ganze kosten sollte und einen Moment zögerte ich, da wir einige Tage zuvor über unsere finanzielle Situation gesprochen hatten und wusste, dass wir mit Extra- Ausgaben aufpassen mussten.

Doch ich wusste auch: Das war dran für mich. Ich nahm von meinem Ersparten und meldete mich an.

Ich bin eigentlich nicht so ein Seminar- Typ. Aber dieser Seminartag war eine echte Bereicherung. "Was ich heute für mein Leben gelernt habe, ist mir weitaus mehr Wert, als das Seminar gekostet hat." war das Erste, was ich meinem Mann zu Hause erzählte.

Ich fahre auf das Gelände vom Zentrum für Erneuerung. Es liegt Frieden auf diesem Stück Land. Ich spüre ihn - und Freiheit. Von Natur umgeben, schlicht und rustikal ist es dort, trotzdem voller Wärme und Herzlichkeit.

Toller zwangloser Austausch, vertrauliche Atmosphäre, und für mich sehr tiefgreifend. Der Input war sehr intensiv, sehr praxisnah. Mir sind innerlich die Schuppen von den Augen gefallen. Es war wie ein Spiegel meines Problems, das nun in Worte gefasst war. Ich erkannte mich in so vielem wieder. So viel war wahr, was ich in diesem Seminar über mich selbst erkannte. Jesus sagt: Die Wahrheit wird euch frei machen" (Joh 8,32); das habe ich erlebt.

Der Seminartag gab mir wieder Hoffnung, dass mit Hilfe der erlangten Erkenntnis und der praxisnahen Hilfestellung eine Bewältigung meines ‚Lebensthemas' möglich ist.

Nun sind einige Wochen vergangen und ich lerne - wie ein Kind das Laufen lernt und zwischendurch hinfällt. Ich lerne gesunde Grenzen zu setzen und Nein zu sagen. Meine Wahrnehmung und Einstellung zu diesem Thema hat sich nach dem Seminar befreiend verändert.

Ich danke Gott, der mir zur rechten Zeit das Richtige gibt, mir das Laufen beibringt - beim gesunden Neinsagen.

D. B.

Lasst die Kinder zu mir kommen. Hindert sie nicht daran! Denn das **Reich Gottes gehört Menschen wie ihnen.** Ich versichere euch: Wer nicht solchen Glauben hat wie sie, kommt nicht ins Reich Gottes. Dann nahm er die Kinder in die Arme, legte ihnen die Hände auf den Kopf und **segnete sie.**

(MK 10,14-16)

Niederbach 18 | 53639 Königswinter | 02244-902330
info@zentrum-fuer-erneuerung.de | www.zentrum-fuer-erneuerung.de
KD-Bank, Duisburg | IBAN: DE 16 3506 0190 1013 6820 18 | BIC: GENODED1DKD