



Zwischen den Stühlen

„Ihr habt gelernt, euch in der Geistkraft eures Denkens zu erneuern.“

(Epheser 4,23)

„Bauch sagt zu Kopf ja, doch Kopf sagt zu Bauch nein; und zwischen den beiden steh' ich...“, so heißt es in einem Lied von Mark Forster. Immer wieder gibt es in unserem Leben Situationen, in denen Gefühl und Vernunft miteinander streiten. Wer um das Richtige weiß, tut es noch lange nicht. Für mich fühlt sich das manchmal so an, als würde ich zwischen zwei Stühlen sitzen. Es fällt mir schwer, einen neuen Platz einzunehmen, alte verbrauchte Gewohnheiten abzustreifen und Neues zu wagen. Woran liegt das? Ist es die Bequemlichkeit? Gibt es Vorteile? Sich neue Verhaltensweisen anzueignen, ist gar nicht so einfach. Wir haben unsere Muster, in denen wir agieren. Diese Muster geben uns Sicherheit, weil wir an sie gewöhnt sind mit all den positiven wie negativen Folgen. Es braucht manchmal intensive Impulse, um die Bereitschaft herzustellen, etwas zu verändern. Krisen oder Katastrophen stellen manchmal auf gewaltige Weise gängiges Verhalten in Frage. Wer Lehren daraus zieht, fühlt sich zu Veränderungen gedrängt. Weniger gewaltig, aber dennoch kraftvoll, erlebe ich für mich die stetige Erinnerung. Steter Tropfen höhlt den Stein. Im Gebet oder in der Meditation kann ich diesem Erinnern so Raum geben, dass es nicht als ständige moralische Keule daherkommt, sondern als Futter für die eigene Sehnsucht. Darin liegt der Anfang aller Veränderung. Die Sehnsucht nach einem guten, vielleicht sogar besseren Leben. Im Gebet oder in der Meditation versuche ich Kopf und Bauch in Einklang zu bringen. Gottes Liebe gilt mir als ganzer Person. Das gibt mir Kraft, selbstkritisch zu sein, sowie hin und wieder meinen Platz zu wechseln.

Impulse

- Was sind Ihre Themen, bei denen sich Ihr Kopf und Bauch nicht einig sind?
- Was stärkt Ihre Motivation für Veränderungen im eigenen Verhalten?
- Nutzen Sie das tägliche Gebet, um Einklang mit sich herzustellen.

Diese Spur wurde Ihnen gelegt von Ulrike Hofmann

Bild: Annemarie Straumann @ pixelio.de

Eine gesegnete Woche wünschen Ihnen Ihre Spurenleger

Maren Dettmers, Hans-Jörg Fritz-Knötzele, Angela Gessner, Ulrike Hofmann, Dr. Christoph, Klock, Heinz Lenhart, Elisabeth Prügger-Schnizer, Eva Reuter, Heiko Ruff-Kapraun und Dr. Hans Jürgen Steubing

KIRCHE & CO.

Kirche & Co. – ein Laden der Kirchen für die Menschen in der Stadt
(Kirche in der City von Darmstadt e.V.) Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt