



L o s l a s s e n

<< *UNITY 2000* >>>

Loslassen

<< *UNITY 2000* >>

Titel der Originalausgabe:

Letting Go

Copyright:

Unity School of Christianity, Unity Village, MO, USA

Herausgeber:

UNITY-Akademie

für angewandtes Christentum e.V.

Postfach 15 45 - D-40675 Erkrath

Tel. 0211 / 22 959 797 - Fax 0211 / 22 959 798

Internet: www.unitydeutschland.de

eMail: akademie@unitydeutschland.de

Loslassen

In der geschäftigen Welt von heute kann es manchmal geschehen, dass wir von der Informationsflut, der wir ausgesetzt sind, geradezu überwältigt werden. Fernsehen, Radio, Zeitungen, Zeitschriften, Bücher zur Selbsthilfe – und jetzt sogar das Internet – wetteifern sämtlich um unsere Aufmerksamkeit. Sie geben uns Ratschläge in bezug auf unterschiedlichste Probleme oder Situationen, dieses oder jenes Krankheitsmerkmal, diese oder jene Umweltfrage, diese oder jene Neuregelung in der Verwaltung, diese oder jene Nahrung, dieses oder jenes Vitamin oder Medikament auf pflanzlicher Basis.

Den Stress, der häufig in unserer Arbeitsumgebung oder im familiären Umfeld herrscht, hinzugenommen, ist es kein Wunder, dass viele von uns ratlos erscheinen – wir suchen verzweifelt nach Führung.

Nun, unsere Führung steht uns zur Verfügung. Der Augenblick, in dem wir uns am allerverwirrtsten fühlen, ist genau der Augenblick, wo wir loslassen und Gott

übernehmen lassen sollten. Gott wird nie von äußeren Faktoren verwirrt – der Geist in einem jeden von uns kann und wird uns auf vollkommene Art und Weise führen, wenn wir uns nur zum Schweigen bringen und zuhören.

Jesus tat das die ganze Zeit über. In Johannes 5,30 sagte er: „Ich kann nichts von mir aus tun.“ Und in Johannes 14,10 sagte Jesus: „Die Worte, die ich zu euch rede, die rede ich nicht von mir selbst aus. Und der Vater, der in mir wohnt, der tut seine Werke.“

Während seines ganzen Wirkens nahm sich Jesus die Zeit, still zu sein und Gott durch sich wirken zu lassen. Er war in der Lage, seine Wunder zu vollbringen, weil er Gott die Sorge über sein Leben und seine Handlungen überließ.

Auch wir können das tun. Aber zuerst müssen wir unseren äußeren „Kram“ loslassen – die Sorgen und Ängste, die Enttäuschungen und Ärgernisse. Wenn wir unser Bewusstsein mit solchem „Kram“ anfüllen, gibt es wenig oder keinen Platz für „göttlichen Stoff“.

Loslassen ist für die meisten von uns eine wirkliche Herausforderung. Viele von uns wuchsen mit der Idee auf, dass wir „die Kontrolle“ über unser Leben übernehmen müssten, wenn wir Erfolg haben wollten.

Tatsächlich ist es genau umgekehrt. Zuerst mag es uns zwar ein Gefühl der Macht geben, wenn wir die Empfindung haben, die Kontrolle über uns selbst und andere zu haben. Aber schon bald wird die Last des

Bewahrens dieser Kontrolle beinahe zu groß, um sie zu tragen. Wir fangen an zu ermüden – oder auszubrennen. und häufig beginnen wir innen eine Leere zu verspüren, wenn wir über die Frage nachgrübeln: „Ist das alles?“

Genau zu diesem Zeitpunkt wird Loslassen zu einer realisierbaren Option. Es ist an der Zeit zu sagen: „Gott, Du hast jetzt das Sagen. Führe mich. Zeige mir den Weg. Ich bin bereit zu folgen.“ Wenn wir das erst einmal sagen – und es wirklich meinen –, werden wir anfangen, ein glücklicheres, erfüllteres Leben zu führen. Mit Gott erscheinen unsere Pflichten leichter. Anspannung und Stress werden zu Frieden und Kraft. Wir verlassen uns nicht länger auf uns selbst, um mit anderen auszukommen, um wichtige Entscheidungen zu treffen und um am Arbeitsplatz von heute Karriere zu machen. Wir fangen an, uns auf Gott zu verlassen, den All-Weisen, den Allmächtigen.

Und unser Leben verbessert sich.

Wie machen wir das? Wie lassen wir tatsächlich los und lassen Gott unser Leben leiten?

Ein guter Weg – ein Gottesweg – ist, sich für eine Weile allein zurückzuziehen. Mach einen Waldspaziergang oder geh am Strand spazieren. Besuche eine Unity-Freizeit. Nimm dir ein langes Wochenende fern von deiner Familie. Oder geh einfach in ein stilles Zimmer in deiner Wohnung und schließe für eine Stunde die Tür. Es spielt keine Rolle –

das Wichtige ist, sich Zeit zu nehmen, Gott in das eigene Leben zu lassen.

Schließe deine Augen und entspanne dich. Vielleicht legst du irgendein Musikstück auf, das du besonders magst, und lässt es sehr leise spielen. Fang an, an Gott zu denken, und sage dir dabei im Stillen: *Ich lasse los. Ich lasse Gott in mein Leben.* Atme tief durch und wiederhole diesen Gedanken: *Ich lasse los. Ich lasse Gott in mein Leben.* Erkenne und wisse, dass Gott genau jetzt bei dir ist. Wisse, dass Gottes Weisheit dir jetzt zur Verfügung steht, bereit, dich zu leiten und dich mit neuer Einsicht zu erfüllen.

Lass Gott die Leere in dir ausfüllen. Lass Gott dir die Last der Kontrolle abnehmen. Gott vermag es. Mach dir keine Sorgen darüber. Lass die Sorgen los und lass Gott sie übernehmen.

Mach es dir zur Gewohnheit, Gott mindestens einmal am Tag auf diese Weise anzurufen – oder häufiger, falls du das Bedürfnis danach verspürst. Geh an irgendeinen stillen Ort und entspanne dich und lausche auf Gottes stille, leise Stimme in dir. Lass den Stress und die Anspannung los, die das Leben mit sich bringt, und überlass es Gott, damit umzugehen.

Wisse, dass Gott nie ein Vakuum hinterlässt. Wenn es so scheint, als schließe sich für dich eine Tür, dann wisse, dass Gott eine andere für dich öffnet. Gott wird dich nie verlassen oder im Stich lassen. Gott wirkt *immer* in deinem

Leben, selbst dann, wenn du es nicht weißt. Wenn du lernst, loszulassen und Gott zu vertrauen, dass er in dir wirkt, *wird* sich dein Leben verbessern, denn „was krumm ist, soll gerade werden, und was uneben ist, soll ebener Weg werden“ (Lukas 3,5).

Gott wird die unebenen Stellen in deinem Leben glätten und die krummen Stellen gerade machen. Lass einfach los und lass Gott machen.

Dieser stille Ort

Von Dorothy Pierson

Ich kam an diesen stillen Ort
Und fand Dich auf mich warten, Gott.
Ich hatte Dich nicht rufen hören,
Ich hatte kein offensichtliches Bedürfnis,
Fühlte mich aber geleitet, still zu sein ...
Und hier bist du!

Mein Herz steht Deinem Willen offen.
Sprich zu mir, Gott,
Denn ich lausche in mich hinein.
Ich höre Dich in meinem Sinn,
Eine Art von Bewegung
Wie in der Ruhe eines Walds,
Angenehme Töne, sanft und flüsternd
Meinem Herzen.
An diesem abgelegnen Ort, o Gott,
Danke für den Frieden, den ich fühle,
Das sichere Wissen, dass Du hier bist,
Und wirklich,
Und dass wir eins sind
An diesem stillen Ort.

Die UNITY-Akademie bietet . . .

. . . ein umfangreiches **Fernkursangebot** zur Entfaltung Ihrer gottgegebenen Möglichkeiten:

Persönliches Entwicklungs-Programm (PEP)

zur Vertiefung des Verständnisses der geistigen Lebensgesetze.

Ausbildung zum Gruppenleiter (AGL)

zur Vermittlung der Kenntnisse und Fähigkeiten zum Leiten einer Unity-Gruppe

Informations-Programm “Unity zum Kennenlernen”,

wenn Sie Unity, die Unity-Philosophie und das Unity-Gedankengut kennen lernen möchten (mit Vorschlägen zur zielgerechten Lektüre)

Darüber hinaus gibt die UNITY-Akademie **Unity-Kleinschriften** auf der Basis freiwilliger Liebesgaben heraus, wie z.B.

- Was ist Unity
- Was Unity lehrt
- Unity heute
- Unity zum Kennenlernen
- Schlüssel zum Himmelreich
(Fünf Grundlagen der Wahrheit)

Wenn Sie sich für unser Broschüren-Angebot interessieren oder Fragen zur UNITY-Ausbildung im deutschsprachigen Raum haben, dann wenden Sie sich bitte an:

***UNITY-Akademie
für angewandtes Christentum e.V.***

Postfach 15 45

D-40675 Erkrath

Telefon 0211 / 22 959 797

Fax 0211 / 22 959 798

Internet: www.unitydeutschland.de

eMail: akademie@unitydeutschland.de

Spenden-Konto: Sparkasse Pforzheim

Nr. 1717596 / BLZ 666 500 85

IBAN DE37 6665 0085 0001 7175 96

BIC PZHSDE66

Herausgeber:

UNITY-Akademie

für angewandtes Christentum e.V.

Postfach 15 45 - D-40675 Erkrath

Tel. 0211 / 22 959 797 - Fax 0211 / 22 959 798

Internet: www.unitydeutschland.de

eMail: akademie@unitydeutschland.de