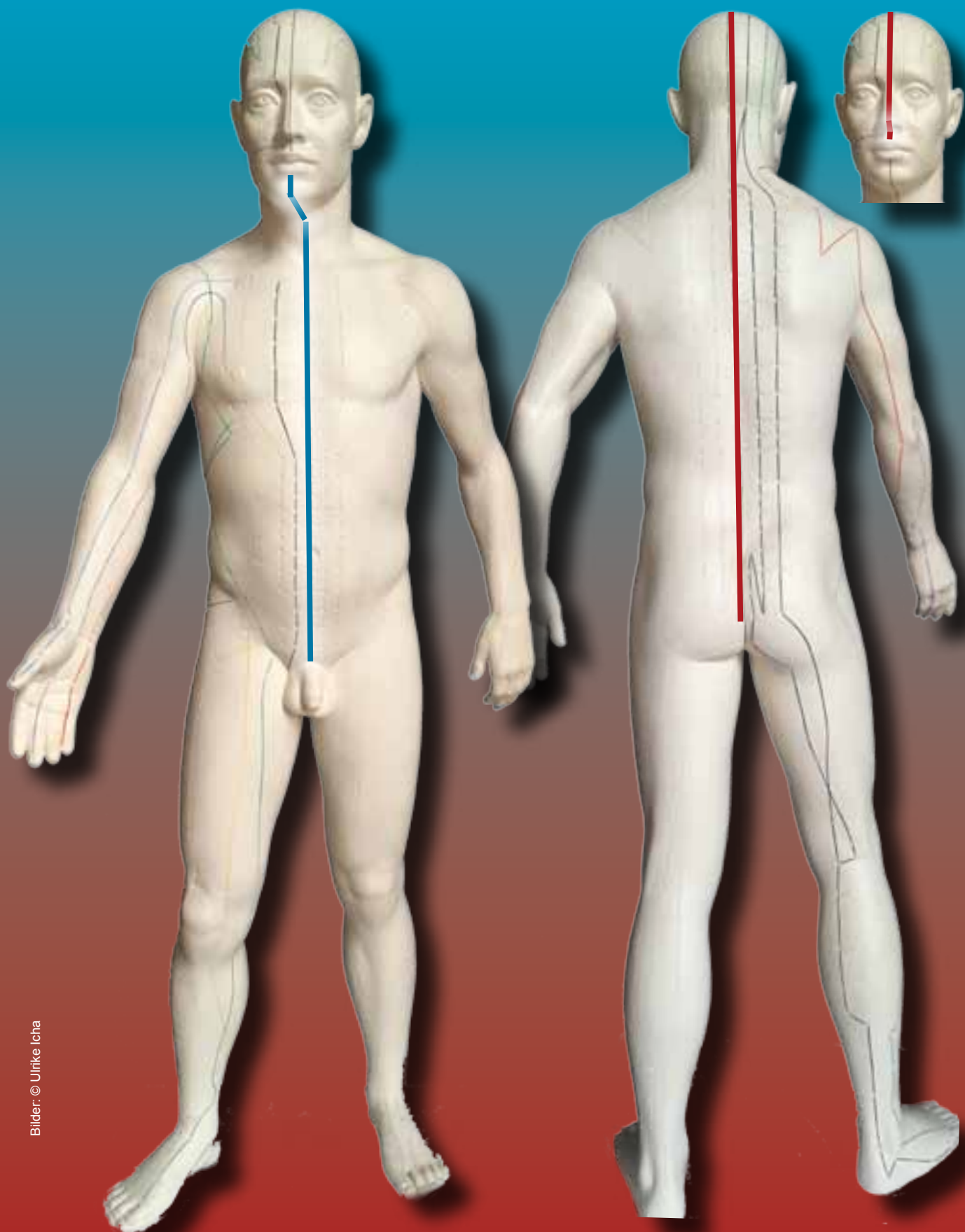


OBEN - UNTEN

Text: Do-Ri Amtmann



ZENTRALGEFÄSS

GOVERNEURSGEFÄSS

Bilder: © Ulrike Icha

"Oben fit und unten dicht –
mehr wünsch ich mir
für's Alter nicht."

Dies war der erste Spruch, der mir im Internet zum Thema „Sprüche oben/unten“ begegnete. Doch dann wurde es besser:

"Man kann nicht ganz oben
sein, ohne zu wissen, wie
es ganz unten ist."



"Auf dem Weg nach oben
fängt man am besten
unten an."



"Wer glaubt, ganz oben
zu sein, ist schon auf dem
Weg nach unten."

Placido Domingo



Wer niemals ganz unten
war, kann auch nicht
beurteilen, was es heißt,
oben zu sein."



"... Mal ist man oben, mal
auch unten,
ein Glück, wer einen
Mensch gefunden,
der ihn von unten holt
nach oben, den Menschen
sollt' man immer loben!"



"Wer nie verliert, hat den
Sieg nicht verdient."

Lied von Udo Jürgens

Quellen: spruch-archiv.com

Nach acht Jahren (!) ergibt sich endlich für mich die Gelegenheit, an den Artikel von der Impuls 22/2009 anzuknüpfen. Der Titel damals:

***Tohuwabohu herrscht, weil jeder in
seiner Wahrheit lebt.***

Wer von Euch erinnert sich denn noch daran? In all den Jahren war er mir eine gute Hilfe, Menschen bei ihrer Suche nach *Mehr* beim Finden zu unterstützen. Aus meiner heutigen Sicht schrieb ich zu diesem Thema eher vorsichtig. Denn das mit der Wahrheit ist ja so eine Geschichte und schließlich traute ich mich damals nicht, jemandem „zu nahe zu treten“. Doch das hat sich mittlerweile geändert.

Interessant war für mich auch, dass mich nur Wenige danach fragten, was ich mit der Wahrheit konkret meine. Bei diesen Menschen durfte ich dann auch konkret werden, was sich bis zum heutigen Tag als Segen herausgestellt hat. Doch bevor ich damit beginne, dieses heiße Eisen in der IMPULS-Zeitung anzufassen, bringe ich zwei unverfängliche Aufwärmrunden – nützlich für alle.

I. Das Kleine 1x1 der Zentrierung

Oben/Unten ist in der **Edu-Kinesthetik** von *Dr. Paul E. Dennison* eine von drei Dimensionen der Zentrierung, die in Balancen berücksichtigt wird. Ich habe die Dimensions-Balance gerne erklärt mit dem Wuchten eines Reifens, der dadurch auch bei hohen Geschwindigkeiten rund und ruhig laufen kann.

Für Oben/Unten sind zwei Meridiane zuständig – das **Zentral- und Gouverneursgefäß**. Sind sie nicht in der Ordnung, zeigt das der Körper durch eine schlechte, oft in sich zusammengesunkene Haltung.

Wird man aufgefordert: „Steh gerade!“ richten wir zwar den Oberkörper auf, aber solange wir bewusst gerade stehen, reduziert sich die Denkleistung. Fangen wir wieder an zu denken, sinken wir auch wieder langsam in uns zusammen.

Schließlich gibt es ja einen Unterschied zwischen „Haltung haben“ und „Haltung machen“: Fehlt die Energie im Zentral- & Gouverneursmeridian, müssen wir Haltung **MACHEN**. Doch im Alltag hält das nicht lange, weil dies die Konzentration auf anderes mindert. Nicht nur die Atmung ist eingeschränkt, Haltung **MACHEN** kommt meistens steif und gekünstelt bei anderen an.

Sind die beiden Steuermeridiane in der Balance, **HABEN** wir Haltung. Wir stehen gerade und aufrecht, ohne dass die Haltung Energie abzweigt. Die Atmung ist fließend, wir „dürfen auch gesehen werden“. Es gibt nichts, was zu verstecken wäre.



Die Haltung ist sichtbares Zeichen vom Leben zwischen Oben/Unten

Ist das **Gouverneursgefäß** betroffen, kommt es zu Rückenbeschwerden und/oder auch zu Schlafproblemen. Einschlafen, durchschlafen oder morgens erfrischt aufstehen kann problematisch sein.

Ist das **Zentralgefäß** betroffen, zeigt sich dies durch Schulter- & Nackenprobleme, aber auch durch Müdigkeit während des Tages.

Besonders schlimm ist jemand dran, der **beide Steuermeridiane** aus der Balance hat. Bei diesen Menschen wirkt sich die fehlerhafte Dimension Oben/Unten 24 Stunden negativ aus mit bereits erwähnter Symptomatik.

Ein bisschen Praxis gefällig?

1. Wahrnehmung:

Steh aufrecht und locker, achte auf Deine Haltung, wie sie jetzt soeben für Dich bequem ist. Dann richte Dich auf, sodass Du vom Scheitel her einen Zug nach oben spürst, der Kopf und Wirbelsäule gerade richtet.

Das ist Haltung **MACHEN**.

Wie lange hältst Du das wirklich durch? Was macht die Atmung?



2. Führe nun die Oben/Unten Zentrierung durch



UNTEN:
**Erdknöpfe für
das Zentralgefäß**

Berühre mit zwei Fingern
der einen Hand den Rand des
Schambeins und mit zwei Fingern
der anderen Hand den Punkt
unterhalb der Unterlippe.

Dauer: mindestens 2 Minuten

OBEN:
**Raumknöpfe für
das Gouverneursgefäß**

Berühre mit zwei Fingern
der einen Hand das Steißbein
und mit zwei Fingern der
anderen Hand den Punkt
oberhalb der Oberlippe.

Dauer: mindestens 2 Minuten



Nähere Infos und genaue
Anleitungen zu den Übungen
findest du auf YouTube.
Schau unter: Energie durch Bewegung
DoRiAmtmann.

3. Wahrnehmung:

Vergleiche nun Deine Haltung mit vorhin.
Was ist anders beim lockeren und aufrechten
Stehen?

Kannst Du vielleicht auch schon die Veränderung
von Haltung MACHEN zu Haltung HABEN spüren?

Wie auch immer – das Aktivieren der Erd-
& Raumknöpfe sollte öfter am Tag bzw.
auch vor dem Schlafen durchgeführt werden.
Probier's einfach aus – 2x täglich, es
lohnt sich!

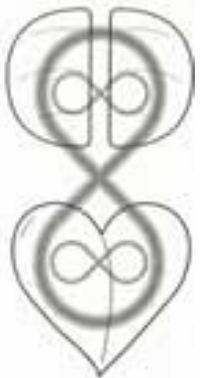
Hinweis: Punkt 1 – 3 kann auch im Liegen
oder Sitzen durchgeführt werden. Meine
Erfahrung dazu ist, dass sich die Haltung
vom nur *Knoten* können hin zum entspannten
Aufrechtsitzen wollen verändert.

II. Die Verbindung zwischen Gehirn und Herz

Im Mudrabuch: „**Meinen Körper in meine
Hände nehmen**“ von Kim da Silva finden
wir dazu folgendes:

*Es reicht nicht aus, dass Gehirn- und
Herzhälften jeweils integriert sind. ... Ein
Bild der Gesundheit entsteht, wenn Gehirn
und Herz integriert (= rechts/links) **UND**
verbunden (= oben/unten) sind. ... Das
Gehirn ist die oberste Kommandozentrale,
die die unzähligen Körperfunktionen steuert.
Das Herz ist das Zentrum des wahren
Wollens, des klaren Verstehens und des
reinen Fühlens. Erfahrungen und Eindrücke
gelangen über verschiedene Filter in
unser Gehirn und werden in unserem
Bewusstsein verarbeitet. Doch es gibt Momente,
in denen wir überzeitliche Erkenntnisse
gewinnen, die mit Worten nicht zu erklären
und logisch nicht nachvollziehbar sind. Trotzdem
wissen wir, dass sie richtig sind.*

*Woher haben wir diese Überzeugung? Sie
kommt allein aus dem Herzen.*



Schon gehört? „**Der wahre Verstand sitzt
im Herzen.**“ Somit ist das Gehirn nur ausführendes
Organ von dem, was vom Herzen nach oben ins
Gehirn gelangt. Daher ist diese Oben/Unten
Verbindung meines Erachtens für ein wahrhaft
sinnerfülltes Leben sehr wichtig.

Manche Menschen haben ihr Herz mit einem
Panzer umgeben, um sich vor weiteren
Verletzungen zu schützen. Doch

das hat auch einen Preis! *Warum?*

Auf Organebene ist das Herz jene Instanz, über die die für uns unsichtbare Welt mit uns kommuniziert. Ob wir sie schon wahrhaben wollen oder nicht, sie ist da, unabhängig vom Entwicklungsstand eines Menschen.

Doch wenn unser Herz „verschlossen wie eine Konservendose“ ist, nehmen wir die Impulse nicht so wahr, die für ein friedvolles und sinnerfülltes Leben notwendig wären. Denn das wirkliche Leben, das wir mit dem Herzen wahrnehmen können, sollte umgehend in die konsequente Umsetzung münden.

Fehlt die Verbindung nach oben zum Gehirn auch noch, kommt es nicht zur Umsetzung. Zwischenzeitlich schlagen wir uns die Köpfe ein oder kommen auf andere sinnenfremde Ideen, die uns selbst und anderen auch nicht gut tun. Und das nennen wir dann fälschlicherweise auch „Leben“.

Wieder ein bisschen Praxis gefällig?

Mudra für die Verbindung von Herz & Gehirn:

Hand: rechts

Beschreibung:
Daumennagelfalz
zeigefingerseitig unter erstes
Zeigefingerglied mittelfingerseitig



Haltezeit: 7 Minuten,
mindestens 4mal täglich
Mindestabstand: 2 Minuten

Nutzen:

unterstützt die Atmung sowie die Gehirn- und Herzintegration, fördert die Flexibilität im Holz-Element und die Konzentration im 6. Chakra

Geistiger Aspekt:
Wachsen in der Lebenskraft

III. Oben/Unten – das Leben im Himmel hier auf der Erde

Ich erspare uns hier das ganze Herumgeschwafel, das Gott nicht beim Namen nennt. Lange genug hab' ich es selbst getan, aber eines Tages war Schluss damit! Aus kosmischer Urkraft und universeller Energie wurde eines Tages, obwohl ich es nicht herbeigesehnt hatte, schlicht und einfach Gott.

Irgendwann kommt jeder Mensch in seinem Leben an Fragen, auf die es nur ein „Ich weiß es nicht.“ gibt, denn eine irdische Antwort würde sein Herz einfach nicht zu Frieden stellen. Das ist der Zeitpunkt, wo GOTT, der Schöpfer von allem und HERR der Menschen bei uns anklopft. So auch bei mir.

Nach acht Jahren (1993) meines persönlichen Kinesiologie-Weges bemerkte ich, dass sich eine für mich neue Welt auftun will. Ich habe vorher schon relativ lange viele Balancen und Übungen gemacht, um diese Türe fest geschlossen zu halten, schließlich bin ich ja ein realistischer Mensch und habe mit Hokusfokus nichts am Hut! Aber eines Tages reichte es Gott – ich bekam abends keine Luft mehr! Die folgenden zwei Nächte verbrachte ich mit Husten und stundenlangem Ringen nach Luft. Fritz, mein Freund half mir beim Atmen, indem er hinter mir stehend, meine Arme geduldig hochzog und senkte. ALLE Geschütze, die ich aus der Kinesiologie kannte, habe ich zum Einsatz gebracht – und NICHTS, wirklich NICHTS hat mir geholfen. Kein Punkt, keine Reflexzone, keine Altersrückversetzung, keine Übung, kein Mittel, kein Mudra und keine Affirmation – wirklich NICHTS!!

Als das ganze am dritten Abend um 22 Uhr wieder losging, sagte Fritz, dass wir jetzt zum Arzt gehen, denn das macht er nicht mehr mit. Auf die Idee, zum Arzt zu gehen bin ich selbst ja überhaupt nicht gekommen! Gesagt, getan – 10 Minuten später waren wir beim Gemeindearzt und nach einer Injektion bekam ich wieder Luft. Auf meine Frage, was ich denn habe, sagte er: „Das ist ein typischer Asthmaanfall.“ Ich: „Nein, das kann doch nicht sein, ich und Asthma – das geht ja gar nicht! Und außerdem, wie komme ich dazu? Ich lebe doch eh so gesund und balanciere mich ständig.“ Mit einem Spray für die Lunge und der Telefonnummer einer Selbsthilfegruppe gingen wir nach Hause, die Nacht war somit halbwegs erträglich.

„... und wer anklopft, dem wird aufgetan.“ Matthäus 7.8

Am nächsten Morgen blieb ich dann endlich doch zu Hause. Ich bat einen Schüler

von mir, in seiner Mittagspause „mit mir was zu machen“, denn ich bin mit meinem Latein am Ende und kann einfach nicht mehr. Roman sagte sofort zu. Als er kam, fand er ein Häufchen Elend vor. Ich saß da, schleimte und hustete vor mich hin und rang immer wieder hörbar nach Luft. Roman stand vor mir und ich weinte los.

Dabei sagte ich das erste Mal in meinem Leben aus tiefstem Herzen: „Bitte hilf mir!“ Das Besondere daran war, dass es mir das erste Mal völlig egal war, wie diese Hilfe auszusehen hat. Keine Kontrolle mehr, nichts mehr zum Bekritteln finden müssen, nichts mehr bewerten wollen, einfach nur HILFE, egal wie.

Roman setzte sich zu mir auf den Futon, hielt mich umarmt und kein einziges Kinesiologie-Werkzeug kam zum Einsatz. Er begann, mir von „Gott“ zu erzählen. Im Normalfall hätte ich ja wieder schlaue Sprüche dagegen gehabt, doch dazu fehlte mir erstens die Luft und zweitens war ich völlig frei von Eigendünkel, aber nur, weil die Kraft auch dafür nicht reichte.

„Wer Ohren hat zu hören, der höre.“

Markus 4.23

Ich hörte und verstand plötzlich alles, was Roman mir sagte. In mir breitete sich eine Ruhe aus, nach ca. fünf Minuten war das Husten vorbei, das Schleimen hörte nach weiteren wenigen Minuten auf und eine weitere Viertelstunde später konnte ich das erste Mal nach vier Tagen wieder tief durchatmen. Roman verließ mich wieder und ich fiel um wie ein Stück Holz in einen drei Stunden dauernden Tiefschlaf. Dann wurde ich munter, war gesund (!) und GOTT (!! in meinem Leben.



Roman & Do-Ri 2009

Diese Verbindung zwischen Oben/Unten hat Gott durch Roman hergestellt. Heute weiß ich, dass Gott sich dramatisch bemerkbar macht, wenn wir sein jahrelanges leises Werben erfolgreich ignorieren.

Gott drehte bei mir die Daumenschrauben durch Asthma so eng, dass ich nicht mehr selbst reden konnte, sondern nur noch in der Lage war, still zu sein und zu hören. Er wirkt dann auch durch

Menschen, über Roman erreichte ER mich im Jahre 1993.

Was war dann anders?

1. Ich verlor meine „eh schon durch Kinesiologie weich gewordene Resthärte“, die mir als solche vorher gar nicht bewusst war.

2. Ich erkannte, dass ich eine leise, ruhige Stimme in mir immer ignorierte. Daraus wurde dann:

„Ich will horchen und gehorchen – unverzüglich.“

3. In meiner Arbeit mit Kinesiologie war nicht mehr ich der Zampano, sondern „Herr, Dein Wille geschehe.“ begleitet mich seither in all meinen Handlungen.

4. Heute kann ich sofort einen Schritt nach hinten tun, um Gottes Plan nicht zu verzögern. Nicht mehr ICH bin wichtig, sondern mein Bewusstsein ist auf die sog. Gesamtrücksichtnahme ausgerichtet.

In der Zwischenzeit sind 24 Jahre vergangen und ALLES hat sich in meinem Leben restlos zum Guten verändert. Wie das?

Es heißt ja: „**Wer Gott liebt (und mit IHM lebt), dem gereicht alles zum Guten.**“ Und so wurde durch Seine Gnade und Hilfe alles Schlimme aus meinem Leben zum Guten gewandelt – aus all den früheren Jahren und ebenso im aktuellen Lebensalltag – bis zum heutigen Tag.

„Was war denn so *schlimm* in Deinem Leben, dass es Gott dafür braucht, um Frieden zu haben?“, könnte nun die Frage von Lesern sein.

Ich kann die Hämmer meines Lebens gerne kurz betiteln, für mich gibt es keine Geheimnisse mehr. Keine Perle fällt mir mehr aus der Krone, wenn ich von den damals noch schwarzen Seiten in meinem Leben spreche – in chronologischer Reihenfolge:

- Der ständige Verlust meiner Kätzchen aufgrund der vielbefahrenen Straße, wo wir wohnten
- Das plötzliche Ende meiner 5jährigen Ballettausbildung in der Wr. Staatsoper durch einen „störrischen“ Amtsarzt – 2 Monate vor dem Ziel
- Der qualvolle Chemotherapie-Tod meines Vaters, als ich 17 war
- Danach die Diagnose Lungentuberkulose, (die ein Facharzt ergrapscht hat) und durch die ich damals sechs Monate weggesperrt war
- 1980 – geplatzte Eileiterschwangerschaft, ich wusste, ohne rasche Hilfe muss ich sterben
- Der Unfalltod meiner ersten großen Liebe
- Die Schande, die mein Bruder wegen

eines angeblichen Versicherungsbetrugs über unsere Familie brachte. Mein Opa starb dabei innerhalb von 2 Tagen an gebrochenem Herzen.

- Mein Zusammenbruch, als ich nach 5 Jahren Zusammensein erkennen musste, was mein Freund mit „Hauptfrau“ immer meinte. Totale Unvergebenheit war über Jahre hinweg die Folge.

- Als Gott es mit mir reichte - 72 Stunden Asthma

- 1993 – die zweite Eileiterschwangerschaft – mit der daraus resultierenden Kinderlosigkeit

- Die Betriebsprüfung vom Finanzamt, die 5 Jahre (!) dauerte und deren Ergebnis mich echt an den Rand des wirtschaftlichen Ruins brachte

- Die jahrelange Ablehnung meiner Person in Fritzens Familie

- Das spontane Gebet beim Engelkurs, den ich 2005 noch hielt: „Herr, befreie mich von allem, was mich abhält, DEIN Werkzeug zu sein.“ Denn dann ging's echt bergab mit allem, was mir wert und wichtig war!

- Die Gefängnisaufenthalte meiner Mutter und meiner Brüder vor elf Jahren, mit allem, was da jahrelang vorher gelaufen ist

- Der Kampf – Gott JA – aber Jesus Christus NEIN! (2006)

- Mein Sterben (2010) vor meiner Kurspremiere: „Wie tragfähig ist dein Glaube wirklich?“

Die Angst vor Ablehnung übermannte mich völlig! Ich war 30 Minuten vor Kursbeginn nicht einmal fähig zu stehen und freundlich „Guten Morgen“ zu sagen.

- Das Gehorchen, vorzeitig in Pension zu gehen – trotz gutem Geschäftsgang

Wirklich **ALLES** hat sich zum Guten gewandelt! Aus den vermeintlichen Kohlen sind die Diamanten hervorgekommen. Ja, der dem Dünndarm-Meridian zugeordnete Satz: „*Alles im Leben hat seinen Sinn, auch wenn ich ihn im Moment noch nicht begreife.*“ bekam eine ganz neue Bedeutung: „*Wenn Gott Dir ein Geschenk machen will, verpackt Er es in ein Problem.*“ So viele Geschenke werden von Menschen leider nicht ausgepackt und sie leiden den Rest ihres Lebens eigentlich nur an der Verpackung. Es hat für eine Berufsgruppe einen Vorteil – für die Therapeuten und Sozialarbeiter.

Wo ist das Gute im vermeintlich Schlechten? Das war die Frage, die mich heute eher an die Methode „Positives Denken“ erinnert. Der Unterschied für mich ist, dass man die Stressoren und schlimmen Dinge des Lebens zwar balancieren bzw. schönreden kann. Trotzdem fehlt etwas Wesentliches, denn die Suche geht ja immer noch weiter! (Siehe nun meinen Artikel „Tohuwabohu herrscht ...“, Quelle: ÖBK_ IMPULS 22_Seite 7)

Welchen Platz räumen wir Gott in unserem Leben ein?

Wenn wir Gott, den Schöpfer und HERRN in den Mittelpunkt unseren Lebens bitten, kommt auch der Tag, an dem wir uns vor allem, was geschehen ist, sogar verneigen können. Das, was wir verstandesmäßig in einen Scheinfrieden gebracht haben, bewegt sich noch einmal! Wir können durch Gott und Jesus Christus für ALLES Schlimme in unserem Leben „DANKE“ aus tiefstem Herzen sagen. Wir können uns selbst und auch den anderen (die ja an unserem Ungemach Schuld sind – das ist ironisch gemeint), sogar mehr als nur vergeben! Unseren größten Widersacher können wir umarmen, denn ein Verstehen *im Herzen* hat sich eingenistet. Das können wir nicht selbst machen, sondern das schafft nur Gott, wenn wir es wollen und IHN darum bitten. Wir können zwar die Grundlage dazu legen – siehe nochmals **Teil II: Die Verbindung zwischen Herz und Gehirn**. Aber das Gelingen für das „Verstehen im Herzen“ funktioniert meiner Erfahrung nach dauerhaft nur mit dem nächsten Schritt:

Wenn wir unseren freien Willen dafür verwenden, unser Leben mit allem, was es ausmacht, in die Hände Gottes zu legen und IHM die Führung anvertrauen – werden alle auch noch so großen Kohlen (= die schlimmen Erfahrungen im Leben) zu kleinen wertvollen Diamanten umgewandelt. Sie sind für die weiteren Schritte nicht nur dienlich, sondern lebensnotwendig – im wahrsten Sinne des Wortes. ...

Ein Bild sagt mehr als viele Worte



Bild: „Apokalypse“ • © 2003 Hans Georg Leien-decker • Infos unter: <http://leien-decker.com>

Dieses Bild hier des Malers *Hans-Georg Lejendecker* begleitet mich seit zwanzig Jahren. Es ist der Mittelteil eines großen Werkes, das sich **Apokalypse** nennt. Beginnen wir mit der Betrachtung im schwarzen Bereich.

UNTEN – die Menschen im rein irdischen Leben. Sie mühen und rackern sich ab – bis sie am tiefsten Punkt ihres Lebens angelangt, endlich nach Hilfe schreien. Dieses Schreien in der Verzweiflung unseres Herzens braucht es meistens, damit es nun durch Erhellung besser werden kann. Das Schreien bringt uns dazu, das Gesicht endlich mal nach oben – zum Himmel – zu heben.

Nebenbei bemerkt:

Hier ist auch die Kinesiologie besonders hilfreich, um Menschen in Bewegung zu bringen. Sie hilft bei der Entwicklung in dem Tempo und Ausmaß, wie sich Menschen darauf einlassen. Kinesiologie unterstützt auf dem Weg zu jener bestimmten Entscheidung, der sich jeder Mensch irgendwann stellen muss. Und dies hat mit „Wahrheit“ zu tun.

Manchen genügt zunächst die Herzerwärmung, andere lassen durch ihr Dranbleiben immer mehr die Qualen auf dieser Welt zurück. Aus dem Ertragen wurde bereits ein Tragen. Sie sind schon heller, aber auf der Suche sind sie immer noch. Jedoch die Richtung stimmt schon mal.

OBEN – Es kommt der Tag, an dem sich jeder Mensch entscheiden muss, denn es wird immer enger. Ob wir's wahrhaben wollen oder nicht, Jesus sagte:

„Ich bin der Weg und die Wahrheit und das Leben; niemand kommt zum Vater denn durch mich.“ Johannes 14.6

Spätestens jetzt sollten wir uns mit dem Erlösungswerk Jesus Christus auseinandersetzen wollen. Haben wir dieses durch Gottes Gnade dann eines Tages wirklich begriffen, hat unsere Suche endlich ihr Ende genommen. Losgelöst von religiösen Institutionen und deren Dogmen wirkt Gott in uns und durch uns. Je heller es wird, desto weniger bringen uns irdische Querele und andere Spaltungsversuche von unserem Weg mit dem HERRN ab. Das heißt bitte überhaupt nicht, dass alles wie am Schnürchen läuft – im Gegenteil! Aber wir lassen Seine Hand nicht mehr los, egal wo GOTTES Weg uns hinführt und welchen Herausforderungen wir uns dabei zu stellen haben. Was kann uns denn schon passieren? Unser Leben liegt doch in Gottes Hand! Sich dessen dann jederzeit bewusst zu sein, ist die Übung im Alltag.

Und nun sind wir endlich beim Knackpunkt: Ob unser Leben in Gottes Hand liegen darf, liegt in unserer Hand! Nur dafür hat

ER uns mit dem freien Willen ausgestattet. Nur wenn wir selbst dies wollen, wird es so – und wenn wir das beizeiten immer noch nicht wollen? Dies jetzt zu erörtern, würde nun vom eigentlichen Thema ablenken. Aber wer weiß, vielleicht passt ja wieder einmal ein IMPULS-Thema, wo ich das bringen darf. (Hoffentlich früher als in weiteren acht Jahren!?)

Auch brauchen wir einerseits keinen Methoden mehr nachzulaufen, andererseits helfen sie uns wirklich, wenn sie uns der HERR als Priorität wieder ans Herz gelegt hat. Aber Methoden dürfen nicht dazu herhalten, von Gott nichts wissen zu wollen, länger und besser auszuhalten. Das wäre nur die Verlängerung des eigentlichen Leidens!

Endlich - Praxis gefällig?

Hier können nun noch seitenlange Abhandlungen über das Leben mit Gott im Mittelpunkt gedruckt werden. Doch sie alle bringen uns nicht näher zu IHM, der erste Schritt muss einfach getan werden – vielleicht sogar jetzt schon?

Alles beginnt mit einem aufrichtigen Gebet. Dabei geht es sicher nicht um viele Worte machen. Aus Erfahrung weiß ich, dass es gerade am Anfang nicht einfach ist, Worte an Gott zu richten. So sollen nachstehende Gebete den Anfang erleichtern und im Weiteren einfach nur eine Inspiration für eigene Gebete sein.

1. Für jene Menschen, die noch Zweifel an Gottes Existenz haben

Für den Beginn gibt es eine Marscherleichterung! Sie besteht darin, dass wir vor allem, was wir an Gott richten wollen, „*wenn es Dich wirklich gibt, ...*“ setzen. Das beruhigt unseren Verstand schon mal gleich zu Beginn und wir kommen uns dabei nicht so blöd vor.

Befreiung

*„Lieber Gott,
wenn es Dich wirklich gibt,
dann hilf mir bitte,
mein konditioniertes Denken
und Handeln aufzugeben.
Befreie mich von Gewohnheiten,
die mir den Weg zu Dir versperren.
Ich will jetzt alles tun,
um mir nicht selbst dabei im
Weg zu stehen.“*

Do-Ri am 18.10.1990

2. Für jene, für die es Gott zwar gibt, aber sie wollen möglichst nichts mit IHM zu tun haben

Aus dem Unterricht in Kindertagen kennen Menschen oft nur das **Vater Unser**. Ja, man hat es irgendwann gelernt, weil wir damals vielleicht auch im Christlichen Glauben aufgewachsen sind. Aber irgendwie hat es nie gefunkt – bis heute nicht?

Ich selbst hatte meinen Durchbruch mit folgender besonderer Version (von Kim da Silva, 1987). Dieses Gebet verwandelte etwas in mir: Gott war plötzlich nicht mehr irgendwas Nebulöses, der mich eh nicht liebt – warum denn auch? Sondern plötzlich war das einfach anders – aus heiterem Himmel hat sich eine Tür für mich geöffnet.

Das Vater Unser

*Vater unser im Himmel,
Dein Name werde geheiligt,
Dein Reich komme,
Dein Wille geschehe,
wie im Himmel so auf dieser Erde
und mit mir.*

*Bitte gib mir heute alles,
was ich für meinen
freien Ausdruck brauche.
Vergib mir meine Schuld,
wie ich vergebe meinen Schuldigern.*

*Führe mich in der Versuchung
und befreie mich von dem,
was mich abhält,
DEIN Werkzeug zu sein.*

*Denn Dein ist das Reich und die Kraft
und die Herrlichkeit,
in Ewigkeit - Amen.*

Kim da Silva, 1987

Arbeit soll nicht als Vorwand dienen

Lieber Gott – (wenn es Dich wirklich gibt) hilf mir bitte, die Kommunikation zu mir selbst und dadurch die Verbindung zur realen Welt aufzunehmen.

Bitte gib mir die Kraft Fragen zu haben und lass mich die Antworten, die ich durch Dich in mir finde, auch verstehen.

Arbeit soll nicht als Vorwand dienen. Maja, die Welt der Täuschung soll mich nicht aufhalten.

Stärke meine Ausdauer den Weg des Lichts, der zu Dir führt, zu gehen.
AMEN!

Do-Ri am 12.6.1990

3. Für jene, die bereits selbstverständlich mit Gott leben

Auch ich musste eines Tages erkennen, Gott hat zwar Seinen Platz in meinem Leben, aber ER stand nicht im Mittelpunkt davon. Das hätte ja auch eine praktische Seite: Wenn wir Gott in den Mittelpunkt unseres Lebens einladen und wir IHM diesen Platz auch wirklich geben, nimmt ER automatisch an allen Bereichen unseres Lebens teil. Nicht nur am Sonntag (vielleicht) oder wenn wir grade wieder mal was von Ihm brauchen, das wir uns selbst nicht erarbeiten können – dann erbetteln wir das von Ihm.

Vorher haben wir's vielleicht sogar noch mit Zaubersprüchen probiert, die ja besonders in heutiger Zeit reichlich dargeboten werden. Ist Euch schon mal aufgefallen: So viele Kinder kennen kein Gebet, dafür aber diverse Zaubersprüche!

Erst als ich Gott in den Mittelpunkt meines Lebens eingeladen hatte, Ihm sozusagen den Zugang zu all meinen Lebensbereichen gewährte, dauerte es nicht lange, bis ich mich mit dem Thema „Jesus Christus“ auseinander setzen musste.

Beim Satz: „Jesus ist auch für deine Sünden am Kreuz gestorben.“ war meine Antwort: „Ich hab's ihm ja nicht angeschafft. Für meine Sünden kann ich ja wohl selbst einstehen.“ Solchen Stuss kann nur ein Mensch sprechen, der wirklich keine Ahnung vom Erlösungswerk Jesus Christus hat. Und so ein Mensch war ich auch! Mit meinem erhaltenen Religionsunterricht habe ich mir als Kind schon ein Gottesbild zusammengebastelt, das bei diversen Lebensprüfungen nicht standgehalten hat.

Ich frage mich heute, mit welchem Recht treiben bestimmte Institutionen die jedem Menschen angeborne Gottesehnsucht aus? Die Verbindung Oben/Unten ist leider bei vielen gestört und sie wissen nicht, dass Gott eigentlich nur auf uns wartet, denn von Ihm aus ist bereits alles getan.

Ein Balancesatz von mir aus früherer Zeit war: „Gott wartet auf mich. Ich will ihn nicht warten lassen.“ Dieser wirkt heute noch, wenn ich dem Geist der Bequemlichkeit nachgeben will.

Anfang 2006 tobte in mir der Kampf: Gott – der Schmid / Jesus – der Schmid!, wozu soll ich mich mit Jesus befassen? Ich geh doch gleich lieber zum Schmid, oder? Und Gott hatte wieder eine Antwort für mich. Zu dieser Zeit hob ich einen zerknüllten Zettel von der Straße auf, darauf standen diese Verse, der Verfasser ist mir nicht bekannt.

>>>

An Jesus Christus kommt keiner vorbei!

An Jesus kommt keiner im Leben vorbei,
Ob früher, ob später, wann immer es sei.
Und wär' es im Tode und wär's im Gericht,
Es gibt keinen Ausweg -
vorbei kommst du nicht!

An Jesus kommt keiner im Leben vorbei,
Ob König, ob Bettler, wer immer es sei.
Es gilt allen Menschen: die Schuld muss ans Licht,
Auch wenn du IHN ablehnst -
vorbei kommst du nicht!

An Jesus kommt keiner im Leben vorbei,
noch will er dich retten, wie immer es sei.
Ergreife die Gnade, versäume sie nicht -
Komm heute zu Jesus -
denn vorbei kommst Du nicht!

Bild: "Heimgekehrt" • © Hans Georg Leiendecker • weitere Infos unter: <http://leiendecker.com>

Was das mit mir gemacht hat? Es kam dazu, dass ich ab Herbst 2006 eine 2jährige Bibelschule besuchte. Und damit hat meine Suche wirklich ihr Ende gefunden. Angekommen, daheim, behütet und gestärkt für dreierlei:

1. Täglich immer selbstverständlicher unter dem Haupt Christ selbst leben, denn:
2. Ich allein kann nur wenig bis nichts – aber in IHM und durch IHN ist alles möglich.
3. Anderen von der Frohbotschaft Jesus Christus einfach erzählen zu müssen.

Nun, wie ist es? Kommen wir noch einmal von der Theorie zur Praxis, denn: „Glaube ergreift das, was Gott anbietet, JETZT! Wenn du nicht ergreifst, was Gott dir angeboten hat, dann liegt es nicht an Gott. Er lässt dich nicht warten, sondern du lässt IHN warten!“ Aus dem Buch: Christus unser Heiler, S. 153; von F.F. Bosworth;

Es ist alles gesagt, der Ball liegt nun bei jedem einzelnen selbst. Wann bist Du bereit für den folgenden Schritt?

Von nun an mit Jesus Christus leben wollen

Herr, ich habe Deinen Ruf gehört und danke Dir, dass Du mich nicht vergessen hast, obwohl ich Dich oft vergaß. Ich hatte mich von Dir abgewandt und ging meine eigenen Wege - Du aber hast mich nicht aufgegeben! Ich bekenne Dir die Schuld meines Lebens und die ungezählten Fehler meiner Tage. Ich bitte Dich, Jesus: Vergib mir meine Schuld und nimm mich wieder als Dein Eigentum an.

Jesus, ich danke Dir für Dein Sterben am Kreuz und für die Freiheit von Schuld, Angst und Hoffnungslosigkeit. Im Vertrauen darauf, dass Du "Ja" zu mir gesagt hast, antworte ich nun mit meinem "Ja" zu

Dir. Ich will Dein Eigentum sein und bleiben. Gib mir die Kraft, mich stets an Dich zu halten und nicht zu verzagen, wenn ich in Krisen komme.

Zeige mir meinen Platz in Deiner Gemeinde und meinen Platz in Deiner geliebten Welt. Zeige mir meine Gaben und Fähigkeiten, damit ich sie einsetzen kann, wo DU mich brauchst und wo Menschen auf meine Hilfe warten. Mach mir Dein Wort lieb und gib mir Mut, meinen Dank, meine Not und meine Bitten im Gebet vor Dich zu bringen.

Herr Jesus Christus, verwandle mein Leben, dass es für Dich zur Freude und den Menschen zur Hilfe wird. Amen

Quelle: Johannes Hansen - Kawohl-Verlag - Spruchkarte - RKW 9995

Ich danke allen Lesern, die es bis hierher geschafft haben. Mein Teil der Aufgabe ist hiermit erfüllt, der Rest liegt nun in Gottes Hand. - Eure Do-Ri



Do-Ri Amtmann
ÖBK Ehrenmitglied
Mensch Sein
Kinesiologie-Gründerin
(MSK, EM-K Eternal
Movement Kinesiologie)
Feldgasse 8
2511 Pfaffstätten
Tel.: 02252 43 243
eMail@Do-Ri.com
www.do-ri.com

VORSCHAU:

- Die drei Arten der Kommunikation zwischen Gott und den Menschen
- Gibt es den Teufel wirklich?

Welche Antwort ich auf diese Frage bekommen habe, werde ich hier erzählen, wenn ich mindestens 7 Anfragen dafür bekomme, dies zu tun.