



- [Startseite](#)
- [online-Buch](#)
- [Gesprächs-Blog](#)

soll weglassen, zulassen heißen?

Es gibt **eine ganze REIHE von DINGEN**, die wir im Laufe unseres Lebens loslassen müssen. Beginnend mit der Geborgenheit im Mutterschoß, den jugendlichen Träumen, der Fürsorge der Eltern; über die uneingeschränkte Gesundheit bis hin zum selbstbestimmten Leben. - Das Zulassen dieser natürlichen Prozesse und die damit verbundenen Beziehungs-Veränderungen ist eine besondere Form der Freiheit.

Versuchen wir *herzhaft* über aufkommende Fragen nachzudenken und hilfreiche Ant-Worten zu finden:

Fällt es uns nicht leichter etwas loszulassen, was wir ‚uns mühsam und unter Entbehrungen erarbeitet haben‘, wenn wir es dennoch als Geschenk betrachten?

Wie kann ich denn zum Beispiel loslassen und gesund werden, wenn mir die Krankheit jeden Tag zeigt, dass ich immer noch schwach und energielos bin?

Wo im eigenen Leben kann ich heute ein Stück von mir loslassen, um mehr Raum für meine Gottesbeziehung zu schaffen?

Das Problem vieler Menschen heute ist **nicht mehr die KNAPPHEIT**, sondern das Überquellen der Dinge, die wir in unseren Häusern und Wohnungen ansammeln - Klamotten, Schuhe, Kinderspielzeug und vieles mehr. Gib weiter,

was du nicht mehr brauchst! Das Loslassen-Können lässt sich einüben: bei jedem Kauf überlegen – brauche ich das wirklich? **Bereits im KINDESALTER** ist es wichtig zu lernen, dass man durch das Besprechen Dinge loslassen kann. Eltern und Kinder müssen Loslassen lernen, um in eine neue Qualität von Beziehung finden zu können. – Es gibt natürlich viele Einflüsse durch Werbung, die im digitalen Raum noch gezielter auf uns einströmt. Wir wissen aber im Grunde, dass sich Erlebnisse und Glück nicht kaufen lassen, sondern selbst geschaffen werden müssen. Es gibt den Satz: *„Frei ist nicht, wer möglichst viel hat, sondern wer möglichst wenig braucht.“*

Sich nicht nur von materiellen Dingen zu lösen **bedeutet FREIWERDEN**. Auch muss man nicht *„Recht-haben-wollen“*, um zu beweisen, dass der andere Unrecht hat oder am Verurteilen festhalten, was in Wirklichkeit *„nicht akzeptieren“* bedeutet.

Mögen wir doch **alles NEGATIVE weglassen** und ein anderes wesentliches Gesetz des Lebens, welches unser Dasein bestimmt, zulassen: *„Alles, was wichtig ist, können wir nicht selbst machen, sondern nur empfangen“*. – Liebe und Angenommensein, Trost und Hilfe, Respekt und Anerkennung. Überlassen wir unserem Schöpfer und Erhalter des Lebens unsere Sorgen und Nöte, ebenso wie unsere Freuden. Bleiben wir mit ihm über alles im Gespräch.

– weitere Denk-Anstöße findest du auch im [online-Buch](#)

Kommen wir darüber auch mit unserem HERR-GOTT ins Gespräch:

Guter GOTT, ich nehme deine Stimme wahr:

□ Mein liebes Kind! Loslassen fällt dir leichter, wenn du es aus Liebe tust. Ich will dir helfen, vor allem, was dich hindert, zu verstehen, dass Loslassen nicht heißt, die Hoffnung aufgeben, sondern dass Abschiede zum Leben gehören. Fürchte dich nicht, hab Mut und bleib in meiner Liebe!

DU, mein HERR, ich möchte dir sagen:

Wir sind von früh bis spät gefordert. Wir müssen unser Wissen und Können in den Dienst des Lebens stellen. Fortgesetzt müssen wir arbeiten und etwas tun. DU aber forderst von uns auch Besinnung. DU willst Einkehr und Umkehr, Loslassen der Welt und Zulassen deiner liebenden Zuwendung. Befreie mich, HERR, von der Herrschaft des kleinen Ich. Von meinem einseitigen Sicherungswillen und dem Bestreben, alles selbst tun zu wollen. Lass mich vielmehr in dir verankert sein.

Denn im Grunde ersehne ich die Einheit mit dir, der DU die Erfüllung meiner Sehnsucht bist.

Lass mich erkennen, HERR, dass Freiheit und Glück im Loslassen bestehen und nicht im Sammeln und Bewahren. Ich will lernen, vom Kopf her loszulassen, damit meine Seele atmen und mein Herz zu Ruhe kommen kann.

Die Worte eines großen Philosophen mögen mich stets erinnern: ‚Wenn ich loslasse, was ich habe, bekomme ich, was ich brauche‘, und so Ballast abwerfen und frei werden. Was aber nicht immer gleich aufgeben bedeuten soll, wo mir Schwierigkeiten im Wege stehen. DU bist mein Friede, meine Hoffnung und meine Freude. Dir sei Lob und Dank. Halleluja!

Hören wir auf die Botschaft unseres Schöpfers und ,nehmen wir ihm bei seinem Wort‘, das er uns für liebe-volle Beziehungen und rechte Ant-Worten anbietet:

Klick dazu z.B. auf folgende Bibelstellen (es gibt noch viele andere!): [Mt 16,25](#) oder [Pred 3,5](#)

Den Text aus der heutigen ‚Tages-Zeitung‘ samt Kommentar – zum Lesen wie zum Hören – findest du unter: www.evangeliumtagfuertag.org

bleib im Gespräch - lebe in liebe-voller Beziehung!

© 2026 ANTONIUS

[Impressum](#) · [Datenschutz](#)