

„Höre, Israel, der Herr, unser Gott, ist der Herr allein, und du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben von ganzem Herzen, von ganzer Seele, von ganzem Gemüt und mit all deiner Kraft“.

Das andere ist dies:

„Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst“.

Es ist kein anderes Gebot größer als diese.

(Markusevangelium 12,29-31)

**„Du sollst deinen Nächsten lieben
wie dich selbst.“**

Was bedeutet Eigenliebe?

Sich selbst:

- anzunehmen
- zu akzeptieren
- wertzuschätzen
- zu achten
- zu behüten

~~• Egoismus~~

Mehr als alles andere behüte dein
Herz, denn von ihm geht das Leben
aus.

(Sprüche 4,23)

Jesu Leben

Jesus zeigte ein vernünftiges Maß an Selbstliebe

→ Er zog sich zurück,

- um sich auszuruhen
- um zu essen
- um Zeit mit seinen Jüngern zu verbringen

Tod und Leben liegen in der Macht
der Zunge.

(Sprüche 18,21)

Mehr als auf alles andere achte auf
deine Gedanken, denn sie
entscheiden über dein Leben.

(Sprüche 4,23)

War ich letzte Woche zufrieden mit mir?

Was habe ich letzte Woche besonders gut gemacht?

Was habe ich letzte Woche Schlechtes über mich gedacht und warum?

Bin ich mit meinem Körper zufrieden?

Bin ich mit meinem Charakter zufrieden?

Bin ich mit meinem Lebensstil zufrieden?

Dieser Zettel wurde verteilt:

Du bist mein Kind. (Apostelgeschichte 17,28)

Ich habe dich nach meinem Abbild geschaffen. (1. Mose 1,27)

Du warst kein Unfall. Ich habe jeden einzelnen Tag deines Lebens in mein Buch geschrieben. (Psalm 139, 15-16)

**Weißt du nicht, dass du Gottes Tempel bist und der Geist Gottes in dir wohnt?
(1. Korinther 3,16)**

Du bist der rechte Weinstock und ich dein Vater der Weingärtner. Eine jegliche Rebe an dir, die nicht Frucht bringt, werde ich wegnehmen und eine jegliche, die da Frucht bringt, werde ich reinigen, dass sie mehr Frucht bringe. (Johannes 15,1)

Ich habe Pläne für dich, die voller Zukunft und Hoffnung sind. (Jeremia 29,11)

Meine guten Gedanken über dich sind so zahlreich wie der Sand am Meeresstrand. (Psalm 139,17-18)

Ich freue mich so sehr über dich, dass ich nur jubeln kann. (Zephania 3,17)

Herr, ich danke dir dafür, dass du mich so wunderbar und einzigartig gemacht hast! Großartig ist alles, was du geschaffen hast. (Psalm 139,14)

Beglückender ist Geben als
Empfangen.

(Apostelgeschichte 20,35)

Jeder suche fortwährend nicht
seinen eigenen Vorteil, sondern den
des anderen.

(1. Korinther 10,24)

Lieber Vater im Himmel,
Du bist die allumfassende Liebe,
die nichts ausschließt oder abwertet
- auch mich nicht,
auch wenn ich mich manchmal
nicht so akzeptieren und lieben kann,
wie ich bin.

Deine Gnade ist grenzenlos
und so soll auch
meine Liebe zu dir sein,
in der ich schließlich mich
und meine Selbstliebe wiederfinde.

Deine Wege sind groß und für mich
nicht immer gleich zu verstehen,
doch ich weiß, dass du mich führst,
und ich an meinen Erfahrungen
erstarke.

So gehört auch das Fehlen der Selbst-
liebe zu diesen Erfahrungen,
und es gibt keinen Grund mich dafür
abzulehnen,
mich schuldig zu fühlen,
mich von dir deswegen abzuwenden.

Bitte unterstütze mich dabei, die
Kraft in mir zu finden,
mich dir mit allem, was ich bin, zeigen
zu können
und so aus den Schatten
herauszutreten
in mein göttliches Licht
und volles Strahlen.
Amen!