



AO 85 – Mit ganzer Kraft schwach

Modul 3

1. Die meisten Männer versuchen, stark zu sein, indem sie sich zusammenreißen.
Sie glauben, Stärke entstehe durch Kontrolle, Disziplin und Durchhalten.

Die Bibel sagt etwas anderes.

Gottes Kraft entfaltet sich nicht dort, wo ein Mann sich beweist, sondern dort, wo er aufhört, sich auf sich selbst zu verlassen.

- Gottes Kraft beginnt dort, wo meine eigene endet.
- Abhängigkeit von Gott ist kein Rückschritt, sondern Verwurzelung.
- Gnade ist keine Nachsicht, sie ist eine zentrale und wirksame Kraft.
- Ich muss mich Gott nicht beweisen, um von ihm gebraucht zu werden.
- Schwachheit ist kein Hindernis für Gott, sondern oft sein Zugangspunkt.

Nimm die Wahrheiten mit in die kommende Zeit, die dich am meisten anspricht.

2. Beantworte die folgenden Fragen ehrlich für dich:

- Wo versuche ich aktuell stark zu sein, obwohl es mich innerlich auszehrt?
- Was würde passieren, wenn ich hier aufhören würde, mich auf mich selbst zu verlassen?
- Welche Angst hält mich davon ab, Schwachheit zuzulassen?
- Wie und wann habe ich gelernt, dass Abhängigkeit gefährlich ist?

Viele Männer leben nach einem inneren Gesetz:

„Wenn ich die Kontrolle verliere, verliere ich alles.“

Dieses rigide Kontrollschema erzeugt:

- Daueranspannung
- Erschöpfung
- emotionale Distanz
- geistliche Stagnation

Transformation beginnt nicht mit mehr Disziplin, sondern mit der Akzeptanz dessen, was ich nicht kontrollieren kann.

Nicht aufgeben, aber loslassen, ist die Devise.



3. Praktische Übung

1. Benenne einen konkreten Bereich, in dem du versuchst, stark zu sein
(z. B. Arbeit, Beziehung, Selbstwert, Versuchung, Kontrolle).

2. Schreibe einen Satz:

„Hier versuche ich aus eigener Kraft stark zu sein, weil

“

3. Lege eine Hand auf dein Herz und bete schlicht:

„Gott, hier endet meine Kraft. Ich lasse los. Du darfst hier wirken.“

4. Wähle einen kleinen, konkreten Schritt, der Abhängigkeit ausdrückt
(z. B. ehrlich werden, Hilfe annehmen, etwas offen lassen, Stille zulassen).

Formuliere deinen eigenen Merksatz, der dir hilft, dich an deine Entscheidung zu erinnern:

Abschlussgedanke: *Stärke entsteht nicht durch Anstrengung. Sie wächst dort, wo ein Mann den Mut hat, grundsätzlich von Gott abhängig zu werden.*