

Entspannen Sie sich und  
beobachten Sie Ihren Atem.  
Begrüßen Sie Gott in einem Gebet.

**Glaube ist eine lebendige, erwegene [erwägende] Zuversicht auf Gottes Gnade, [...] Und solche Zuversicht und Erkenntnis göttlicher Gnade machet fröhlich, trotzig und lustig gegen Gott und alle Kreaturen.**

*Martin Luther*



© Peter Weidemann In: Pfarrbriefservice.de



- Floskeln wie „Das wird schon werden!“, „Gott wird es schon richten!“ helfen selten weiter, lösen eventuell gar Ärger und Wut aus. Worin fühle ich mich von Gott unverstanden, alleine und im Stich gelassen?
- Kann ich mit Gott streiten – so richtig, wie es (nur) gute Freunde können? Was möchte ich Gott „vor die Füße knallen“?
- Ich bin eingeladen - wenn mir heute danach ist - meine Gedanken festzuhalten und aufzuschreiben.
  - Ich sammle Worte, die meinen Ärger ausdrücken, z. B. wie in einem Mindmap.
  - Ich traue mich: Ich halte Gott meine Worte hin oder zerknülle das Papier und „werfe es ihm vor die Füße“.
  - Ich versuche Gott zu sagen, was mich bewegt, wie es mir jetzt geht.



- Weiter-Sehen: Christina Brudereck – „Rotzig beten“

## Rotzig beten

Ich habe schon oft nicht höflich gebetet.

Sondern rotzig.

Mit Klagepsalmen, Hiob, Jeremia und Jesus.

Ehrlich, mit Tränen, mit Wut.

Mit Schreien. Oder Seufzen.

Und Schimpfwörtern.

Und habe mich dabei immer willkommen gewusst.

*Christina Brudereck*

© Christina Brudereck, Trotzskraft, 2Flügel Verlag.