

A close-up photograph of two hands held up, palms facing forward, in a gesture of surrender or prayer. The hands are positioned in the center of the frame. A dark, semi-transparent banner is overlaid across the middle of the hands, containing the text "DU nicht!" in a white, bold, sans-serif font. The background is blurred, showing what appears to be a person's torso and arms in a dark, textured garment. The lighting is soft and natural, highlighting the skin tones and the texture of the hands.

**DU nicht!**



## START

Denke an deinen Lieblingswettbewerb – Fussball, Tennis, Eishockey, Sing-Show, Back- oder Kochshow, was auch immer. Wer war beim letzten Mal auf dem 2. Platz? Wer auf dem 3. Platz? Wer war sonst noch dabei?



## STORY

«Prove the doubters wrong!» Bei Profisportlern hört man oft solche Sätze als Motivationspritze. Vielleicht kennst du das von deinem Studium auch: Ein Dozent, eine Kommilitonin oder ein Elternteil meinte, dass du es im Studium nicht auf die Reihe bringst. Das hat dich angespornt, diese Person Lügen zu strafen und mit Höchstleistungen dazu zu bringen, dir die gebührende Anerkennung zu geben.

Auch wenn gute Leistungen wertvoll sind und wir in einer Gesellschaft leben, die unsere Leistungen bewertet, so sollte das nicht unsere Identität und Motivation definieren dürfen. Die Suche nach Anerkennung und ihr Partner, das Gefühl des Abge-

lehnt-Seins, lenken uns nicht selten davon ab, was Gott für uns bereit hält. Bei ihm finden wir die Annahme, die wir brauchen. Wir müssen sie weder suchen, noch verdienen. Sie ist bereits da. Gottes Liebe zu uns ist unverwüstlich, bedingungslos und treu, auch wenn wir untreu sind (Römer 8,38-39; 2.Tim 2,13). Ablehnung kann sich auch hinter emotionaler Härte, Mobbing oder einem tiefen Selbstwert verbergen. Eine verpatzte Prüfung, eine Kündigung, eine zerbrochene Freundschaft etc. – solche Erfahrungen können Ablehnung auslösen. In jedem Fall kann und will Gottes bedingungslose Liebe dich von Ablehnung befreien.



## FACTS

Ein Drittel der befragten Menschen in der Schweiz (32%) gab an, in den letzten 5 Jahren Ablehnung in Form von Diskriminierung erlebt zu haben. Mit überwältigender Mehrheit aufgrund von Äusserlichkeiten (BFS – ZidS-2020).



## PRAY

Bete dafür, dass Gott dir zeigt, wo du von Ablehnung geprägt bist und wo du die Kraft brauchst, um dich von ihr zu lösen. Vertraue darauf, dass Gott dir die Annahme schenkt, die du brauchst und die die Wunden der Ablehnung heilen lässt.



## CHALLENGE

Wo Jesus uns persönlich begegnet und wir seine bedingungslose Liebe erfahren, verliert alle Ablehnung durch andere ihre Wirkung. Wir dürfen umkehren und Ablehnung so durch göttliche Gedanken ersetzen. Betet zu zweit nach dem 4-Punkte-Gebet.