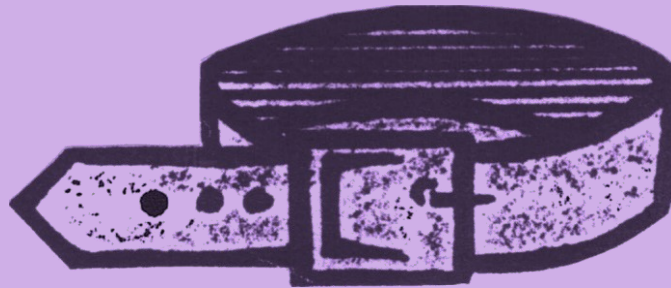


1. Woche:

## DURCH SELBSTBEHERRSCHUNG „FREI WERDEN“



### SELBSTBEHERRSCHUNG

#### WANN?

- wenn ich absolut keine Lust habe
- wenn es mir schwer fällt, mich von etwas zu trennen
- wenn der Appetit groß ist
- wenn ich es mir bequem gemacht habe
- wenn ich im Mittelpunkt stehen möchte
- wenn ...

#### WARUM?

- aus Liebe zu den anderen
- um etwas Gutes zu tun
- in Solidarität mit der leidenden Welt
- um mich selbst etwas besser in den Griff zu bekommen

#### WIE?

- durch Vorsätze, die ich auch erfüllen kann
- durch Überwindung der Trägheit
- durch Unterscheidung von Gut und Böse
- in der Gemeinschaft Gleichgesinnter

*Jesus hatte sich völlig in der Hand und gab sich aus der Hand.  
Dadurch erhielt er die Fülle des Lebens als Geschenk.*