

Entdecke deine Sehnsucht

- Impulse für eine Zeit mit Gott -

Umworben werden, Teil eines Abenteuer zu sein und in der eigenen Schönheit gesehen zu werden - das sind die drei Grundsehnsüchte im Herzen einer Frau. Welche Gedanken und Gefühle lösen die Beschreibungen der drei Sehnsüchte in dir aus?

Um deiner Sehnsucht und den Fragen nachzuspüren, suchst du dir am besten einen Ort, an dem du dich ungestört und sicher fühlst. Starte mit einem Gebet. Lass dich von Jesus in dieser Zeit Schritt für Schritt führen - ohne Druck und Leistungserwartung.

Jesus, komm. Ich möchte lebendig werden und meine Sehnsucht entdecken. Bitte leite diese Zeit und führe mich Schritt für Schritt zu den Antworten meines Herzens. Ich lade dich jetzt ein, Erinnerungen und Gedanken in mir zu wecken, die meine Sehnsucht sichtbar machen. Ich stelle mich unter deinen Schutz. Angst, Lüge und Ablenkung weise ich in deinem Namen zurück. Amen.

Fragen zu deiner Sehnsucht

- Wie zeigen sich diese Sehnsüchte bei dir?
- Oder, wenn sie sich nicht zeigen, warum nicht?
- Gab es sie nie, oder gibt es Gründe dafür, dass du sie verloren hast?
- Was tust du, um diese Sehnsüchte nicht hochkommen zu lassen?

Wie hat sich deine Sehnsucht als Kind gezeigt?

- Welche Geschichten haben dir als Kind gefallen?
- Wenn du ein Lieblingsbuch/Lieblingsfilm hattest, was hat dich begeistert?
- Wovon hast du als kleines Mädchen geträumt?
- Welche Figur wärest du gern gewesen, mit welcher Figur hast du so richtig mitgefiebert?
- Was hast du gerne gespielt, bei welchen Beschäftigungen hast du dich so richtig lebendig gefühlt?

- Welche Träume hattest du als Kind für deine Zukunft? Wie hast du als Kind den Satz: „Wenn ich groß bin, werde ich...“ beantwortet?
- Beschreibe eine Situation, in der du dich gesehen gefühlt hast?
- Wo bist du von deinen Eltern nicht gesehen und evt. auch verletzt worden? Wie bist du damit umgegangen?

Wo begegnest du deiner Sehnsucht heute?

- Welche Geschichten/ Filme magst du heute? Mit welchen Figuren kannst du dich gut identifizieren?
- Von was träumst du heute und welche Rolle nimmst du in deinem Traum ein?
- Was löst die Vorstellung in dir aus, dass es jemanden gibt, der für dich und um dich kämpft? Wenn du ganz frei träumen dürftest, was wäre nötig, um dein Herz zu erobern?
- Welche Schönheit steckt in dir? Wann/bei welchen Tätigkeiten fühlst Du Dich so richtig lebendig?
- Was möchtest du lernen?
- Wo möchtest du wachsen?

Abschluss

Wenn du diese Fragen durchgegangen bist, laden wir dich ein, Jesus zu fragen:

- Welche Sehnsucht möchtest du in mir wecken?
- Wie siehst du meine Sehnsucht und wie möchtest du sie beantworten?

In unseren Blogartikeln erzählen wir dir, welche Erfahrungen wir mit unserer Sehnsucht gemacht haben. Schau mal in der Kategorie „dein Herz & Gott“. Wenn du mehr Lesefutter zum Thema Sehnsucht brauchst, dann schau auch gerne in unseren Buchtipps. Wenn du auf wunde Punkte gestoßen bist, dann bleib damit nicht alleine. Halte Ausschau nach einem(r) christliche(n) Berater(in) und Seelsorger(in), der/die dich weiter begleiten kann.

Gerne darfst du uns schreiben, wenn du Fragen hast oder deine Entdeckungen mit uns teilen möchtest. Du kannst uns über das Kontaktformular auf der Homepage oder über kontakt@anmutig-frei.de eine Nachricht senden.