

Dietmar Krieger

Vortrag: Donnerstag, 22. November 2018, 19.30 Uhr
Abendkasse: 10,- €

Mensa am Schulzentrum Nordwest,
77652 Offenburg, Vogesenstr. 14 a



Genug ist Genug! Wege aus der Verbitterung

Beschämt, bloßgestellt, erniedrigt, ignoriert, hintergangen oder abgehängt werden, ist niemanden angenehm. Ob man aufgrund solcher Ereignisse verbittert, hängt

von der inneren Haltung ab. Aber hat man sich erst einmal in dieses Gefängnis der Verbitterung begeben, befindet man sich in einem Gefühlszustand, der schlimmer sein kann als Angst und Depression. Wenn Menschen Kränkungen nicht verwinden, werden sie für sich und andere unerträglich. Jeder weiß, wie schwer es ist, von nagender Verbitterung loszukommen und wie hinderlich sie ist, wenn man Probleme produktiv lösen will. Warum werde ich so mies behandelt? Wie komme ich von diesem Gefühl wieder los? Wie verliere ich nicht den Lebensmut? Wie kann ich mit meinem Gegenüber umgehen? Solche Gefühle können in allen Lebensbereichen entstehen - im Beruf und der Partnerschaft - und den Einzelnen, wie auch ganze Gesellschaften erfassen.

Welche Auswege sich aus Situationen, die den Nährboden für Verbitterung bereiten, bieten und wie man dieses Lebensbelastungen bewältigen kann, werden in diesem Vortrag aufgezeigt. Es kann ein erster Schritt sein aus dem Gefängnis der Verbitterung.

Wenn wir uns der Trauer verschließen und nur den starken Mann oder die starke Frau spielen wollen, müssen wir immer härter kämpfen. Und wir drohen mehr und mehr zu verbittern, weil das Herz nicht mehr aus seinen Leiden lernen und daran wachsen kann.

Jack Kornfield aus Offen wie der Himmel, weit wie das Meer