

Herzlichen Glückwunsch

Andreas Renz

Vom harten Eishockeystar zum sanften Selbstliebe-Experten

Heute zeichnen wir von MillionDreams den ehemaligen Profi-Eishockeystar, Kapitän der deutschen Nationalmannschaft und Olympiateilnehmer **Andreas Renz** aus.

Damals war er bekannt als der "Eisen-Renz", weil er so brutal hart trainiert hat, um diesen Status einzufahren. Mit Härte und einem unbeugsamen Siegeswillen pushte er sich zum Erfolg, weil er immer das Gefühl hatte, nicht gut genug zu sein, ein Glaubenssatz, der sich bereits in seiner Kindheit manifestierte.

Doch hinter diesem schillernden Erfolg spürte Andreas ein tiefes unbefriedigendes Vakuum – trotz Geld, Karriere und einer liebevollen Beziehung fühlte er eine innere Leere und immer noch starke Selbstzweifel, die er (wie er selbst sagt) mit dem Kick der kurzen Bestätigungen, wie zum Beispiel One-Night-Stands ausfüllte.

Wie sehr er auf der Flucht vor sich selbst war, wurde ihm erst durch einen folgenschweren Trainingsunfall klar, der ihn plötzlich absolute handlungsunfähig machte. Seiner beruflichen Perspektiven beraubt und mittlerweile in einem Beziehungschaos gefangen, musste er nun genauer hinschauen. In einem schmerzhaften Prozess löste er sich

von seinen alten Überzeugungen und konnte seine emotionalen Verwundungen heilen.

Heute hat Andreas eine beeindruckende Wandlung durchgemacht. Er hat nach all der Härte die „Weichheit“ für sich entdeckt und kann sie auch (öffentlich) leben. Er hat ein wunderbares Buch über die Transformation zu selbst geschrieben, weil er genau diese Facette schmerzhaft selbst durchlebt hat. Das Buch heißt: „Dein stärkster Gegner bist du selbst!“.

Heute hilft der Ex-Profi als Autor und Selbstfindungsexperte Menschen, den Weg der radikalen Selbstliebe zu finden und ein Leben voller Sinn, Freude und Zufriedenheit zu führen. Seine Botschaft ist: „Du bist gut genug!“ Andreas zeigt den Menschen heute, dass wahre Stärke nicht im Kampf liegt, sondern darin, sich selbst anzunehmen und zu lieben.

Was ich an Andreas bewundere, ist sein Mut, von der harten Eishockey-Selbstkasteiung in die Welt der inneren, sanften Selbstfindung zu wechseln und anderen zu helfen, ihre Kämpfe zu überwinden. Ein sehr großer Switch. Herzlichen Glückwunsch Andreas.

