

TRANSFORMATION PRAYER MINISTRY

TRANSFORMATIONSGEBET

Prinzipien – Absicht – Prozess

*Wie wir lernen, mit Gott zu kooperieren,
wenn Er unseren Glauben läutert,
unser Denken erneuert und unser
Leben verwandelt*



Ed Smith & Joshua Smith

TPM – Transformation Prayer Ministry

TRANSFORMATIONSGEBET

Prinzipien – Absicht – Prozess

**Wie wir lernen, mit Gott zu kooperieren,
wenn Er unseren Glauben läutert,
unser Denken erneuert und unser Leben verwandelt**

Von Dr. Ed Smith und Joshua Smith

Copyright © 2025 - New Creation Publishing, Simpsonville, SC 29680

ISBN: 979-8-9895413-0-0

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieser Publikation darf ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Herausgebers in irgendeiner Form oder mit irgendwelchen Mitteln, einschließlich Fotokopien, Aufzeichnungen oder anderen elektronischen oder mechanischen Methoden, vervielfältigt, verteilt oder übertragen werden, mit Ausnahme kurzer Zitate, die in kritischen Rezensionen enthalten sind, und bestimmter anderer nichtkommerzieller Verwendungen, die nach dem Urheberrecht zulässig sind. Genehmigungsanfragen richten Sie bitte per E-Mail an den Herausgeber unter iatm@theophostic.com.

Wenn nicht anders angegeben, sind alle Bibelzitate der Elberfelder Bibel 2006 (ELB) entnommen, © 2006 by SCM R.Brockhaus

Bibelzitate mit dem Vermerk EU sind der Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift entnommen; © 2016 Katholische Bibelanstalt GmbH, Stuttgart

Bibelzitate mit dem Vermerk NLB sind der Neues Leben Bibel entnommen; © der deutschen Ausgabe 2017 SCM R.Brockhaus

Bibelzitate mit dem Vermerk LUT sind der Lutherbibel entnommen; revidiert 2017; © 2016 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart.

Bibelzitate mit dem Vermerk NGÜ sind der Neuen Genfer Übersetzung entnommen; Copyright © 2011 Genfer Bibelgesellschaft

Bibelzitate mit dem Vermerk SLT sind der Schlachter Bibel entnommen; Copyright © 2000 Genfer Bibelgesellschaft

Bibelzitate mit dem Vermerk ZB sind der Zürcher Bibel (Ausgabe 2007) entnommen; Copyright Theologischer Verlag Zürich

Bibelzitate mit dem Vermerk DBU sind der Bibelübersetzung „Das Buch“ entnommen; © 2022 SCM R.Brockhaus

Bibelzitate mit dem Vermerk NeÜ sind der Neuen Evangelistischen Übersetzung entnommen; © 2023 by Karl-Heinz Vanheiden (Textstand 2023.06)

Bibelzitate mit dem Vermerk GN sind der Gute Nachricht Bibel entnommen; durchgesehene Neuauflage, © 2018 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart

Alle Bibelzitate werden mit Genehmigung verwendet. Alle Rechte vorbehalten.

Einige Anmerkungen

Wir haben in den biblischen Texten einige Wörter oder Satzteile **fett**, *kursiv* oder in [Klammern] gesetzt, um sie zu betonen.

In diesem Buch haben wir nicht fortlaufend eine gendergerechte Sprache benutzt. Bezeichnungen wie „Mentor“ oder „Mentee“ usw. sollen nicht so verstanden werden, als ob sie sich nur auf das eine oder andere Geschlecht beschränken.

Wenn Sie in diesem Buch Begriffe wie „der Geist“, „Gottes Geist“ oder „Geist der Wahrheit“ finden, ist der Heilige Geist gemeint. Wir glauben, dass der Heilige Geist die Gläubigen lehrt, leitet, tröstet und für sie eintritt und dass Er derjenige ist, der unsere Herzen von der Wahrheit überzeugt. Es ist aber nicht ungewöhnlich, dass Menschen sagen, dass es Jesus war, der während einer Gebetssitzung zu ihren Herzen gesprochen hat, statt dies dem Heiligen Geist zuzuschreiben. Wir glauben, dass Jesus gegenwärtig zur Rechten des Vaters sitzt, und dass es der Heilige Geist ist, der unsere Herzen mit der Wahrheit erleuchtet. Wir glauben auch, dass der Vater, der Sohn und der Heilige Geist eins sind; daher stehen wir abweichenden Sichtweisen in dieser Hinsicht nicht kritisch gegenüber.

Diese Ausgabe der Schulung für den Transformationsgebetsdienst (TPM) ersetzt alle anderen Versionen der Schulung, darunter auch das „Advanced Training“ und „Difficult Cases“. Dieses Handbuch ist der einzige offizielle Kurs, der zum Zeitpunkt der Drucklegung zur Verfügung steht.

Die in diesem Buch wiedergegebenen Zeugnisse beruhen auf wahren Begebenheiten, können aber auch Umschreibungen ähnlicher Erfahrungen verschiedener Personen sein. Diese persönlichen Anekdoten sollen die dargelegten Inhalte veranschaulichen und leichter verständlich machen.

Einige Danksagungen

Auch wenn mein Sohn und ich die Aufgabe hatten, dieses Buch zu schreiben, waren wir natürlich nicht die einzigen, die zu seiner Entstehung beigetragen haben. Zunächst möchten wir uns für die anhaltende Opferbereitschaft unserer Familien bedanken. Sie haben tausende Stunden geopfert, damit dieses Buch fertiggestellt werden konnte. Vor allem haben Sharon und Kaitlyn für eine beträchtliche Zeit auf ihre Ehemänner verzichtet, damit Sie dieses Werk in Händen halten können.

Überall in der Welt gab es Menschen, die uns in dieser Phase großzügig finanziell unterstützt haben; Ihnen allen sagen wir „Dank!“ Ihre Beiträge haben dafür gesorgt, dass wir uns auf die anstehende Aufgabe konzentrieren konnten. Wir möchten auch all denen danken, die uns durch Korrekturlesen und Feedback geholfen haben, eine bessere Version dieses Handbuchs herauszubringen, als es sonst möglich gewesen wäre.

Vor allem aber danken wir Gott. Seine führende Hand hat uns während dieser ganzen Reise begleitet. Wir hoffen, dass Er mit unserer Arbeit sehr zufrieden ist, und beten, dass Er die Worte in diesem Buch benutzen wird, um all diejenigen zu erreichen und zu segnen, die Er „vorherbestimmt [hat], dem Ebenbild seines Sohnes gleichgestaltet zu werden“ (Römer 8,29).

Inhaltsverzeichnis

Detailliertes Inhaltsverzeichnis	1
VORWORT.....	10
KAPITEL 1 Wie der TPM-Gebetsdienst begann.....	21
KAPITEL 2 Die drei Elemente von TPM: Prinzipien, Absicht und Prozess.....	27
KAPITEL 3 Die TPM-Prinzipien: Sie erklären die Absicht und den Prozess von TPM	32
KAPITEL 4 Das Prinzip von „Überzeugung und Wahrnehmung“	38
KAPITEL 5 Das Prinzip von „Überzeugung und Emotion“	61
KAPITEL 6 Das Prinzip von „Überzeugung und Entscheidung	96
KAPITEL 7 Das Prinzip von „Glaube und Überzeugung.....	131
KAPITEL 8 Die Absicht von TPM	155
KAPITEL 9 Erste Komponente: Die Läuterung unseres Glaubens	162
KAPITEL 10 Zweite Komponente: Die Erneuerung unseres Denkens	185
KAPITEL 11 Dritte Komponente: Die Transformation unseres Lebens	190
KAPITEL 12 Der TPM-Prozess	201
KAPITEL 13 Die EMOTIONSBOX.....	222
KAPITEL 14 Die ERINNERUNGSBOX.....	237
KAPITEL 15 Die ÜBERZEUGUNGSBOX	263
KAPITEL 16 Die WAHRHEITSBOX	268
KAPITEL 17 Die TRANSFORMATIONSBX.....	276
KAPITEL 18 Die ZORNBOX	290
KAPITEL 19 Die LÖSUNGSBOX.....	308
KAPITEL 20 Satan ist Ihr Feind, aber er ist nicht Ihr Problem	345
KAPITEL 21 Was TPM nicht ist.....	393
Zusammenfassung.....	405
SCHLUSSWORT.....	406
BEGRIFFSVERZEICHNIS	411
Liste der „Illustrationen, Themen und Beispiele“	431
TPM Verlaufsschemata und Flussdiagramme	438
ÜBER DIE VERFASSEN	450

Detailliertes Inhaltsverzeichnis

VORWORT -----	10
Teil I -----	11
Was ist der Zweck dieses Handbuchs?-----	11
Für wen ist dieses Handbuch gedacht?-----	12
Ist das die letzte Überarbeitung der TPM-Schulung?-----	13
Wie lange dauert die TPM-Schulung?-----	14
Teil II -----	16
Was ist der Unterschied zwischen Mentor und Mentee im TPM-Gebetsdienst?-----	16
Worin unterscheidet TPM sich von anderen geistlichen Diensten?-----	17
Wie finde ich einen Mentor oder eine Mentorin?-----	18
Wie kann ich TPM in meiner Gemeinde bekannt machen?-----	19
KAPITEL 1 Wie der TPM-Gebetsdienst begann-----	21
„Herr Jesus, was willst du sie wissen lassen?“-----	22
Ein Dienst des Heiligen Geistes-----	24
Worin besteht der „Dienst“ im „Transformations-Gebetsdienst“?-----	24
Das Werk des Geistes-----	25
KAPITEL 2 Die drei Elemente von TPM: Prinzipien, Absicht und Prozess-----	27
Die drei Elemente von TPM-----	28
Die Prinzipien von TPM-----	28
Die Absicht von TPM-----	29
Der TPM-Prozess-----	29
Wenn es nicht TPM ist, dann ist es nicht TPM-----	31
KAPITEL 3 Die TPM-Prinzipien: Sie erklären die Absicht und den Prozess von TPM-----	32
Das Prinzip von „Überzeugung und Wahrnehmung“: „Wir nehmen wahr, was wir glauben.“-----	33
Das Prinzip von „Überzeugung und Emotion“: „Wir fühlen, was wir glauben.“-----	34
Das Prinzip von „Überzeugung und Entscheidung“: „Wir handeln nach dem, was wir glauben“-----	34
Das Prinzip von „Überzeugung und Glaube“: „Wir glauben das, wovon wir überzeugt wurden.“-----	35
Wahrnehmung, Emotion, Entscheidung und Überzeugung-----	36
Mentoring in Bezug auf die Prinzipien-----	36
KAPITEL 4 Das Prinzip von „Überzeugung und Wahrnehmung“-----	38
Teil I -----	39
Wir nehmen wahr, wovon wir überzeugt sind-----	39
Unser Verstand interpretiert alles durch das, was wir für wahr halten-----	41
Die Qualität der Interpretation durch unseren Verstand hängt von dem ab, was wir für wahr halten----	42
Unsere Perspektive ist nie vollständig oder exakt zutreffend-----	43

Teil II	44
Dass wir uns so wahrnehmen, wie wir es tun, liegt an dem, was wir für wahr halten	44
Dass wir Gott so wahrnehmen, wie wir es tun, liegt an dem, was wir für wahr halten	45
Die Wahrheit ist die Wahrheit, was immer wir auch glauben	46
Unsere Perspektive „fühlt“ sich für uns wahr an oder „erscheint“ uns als wahr	47
Teil III	48
„Wahrheitsbasierte“ Probleme scheinen ungelöst zu sein, weil unsere Perspektive begrenzt ist	48
In schwierigen Situationen sollten wir nach Gottes Perspektive fragen	50
Gott möchte, dass uns Sein Handeln in unserem Leben bewusst ist und wir auf Seine Lösungen vertrauen	51
Teil IV	52
Wir nehmen „lügenbasierte Probleme“ wahr, weil unsere Perspektive mangelhaft ist	52
Die Konsequenzen unserer lügenbasierten Probleme sind sehr real	54
Eine Lüge, die sich wahr „anfühlt“, zeigt, dass wir Gottes Perspektive brauchen	55
Teil V	56
Gott möchte unsere wahrgenommenen Probleme lösen	56
Gott hat alle unsere Probleme gelöst (oder versprochen, es zu tun)	57
KAPITEL 5 Das Prinzip von „Überzeugung und Emotion“	61
Teil I	62
Wir fühlen, was wir glauben	62
Niemand bringt uns dazu, irgendetwas zu fühlen	66
Teil II	67
Wir fühlen, was wir „im Herzen“ glauben	67
Wenn Kopf und Herz nicht übereinstimmen, sind wir „zwiespältig“	69
Teil III	70
Es ist möglich, in jeder Situation inneren Frieden zu haben	71
Jesus fühlt, was Er glaubt	72
Jesus ist der Maßstab für das, was „normal“ ist	73
Teil IV	75
Schmerz wurde mit einer bestimmten Absicht von Gott geschaffen	75
Emotionaler Schmerz zeigt, dass wir Gottes Perspektive brauchen	76
„Positives Denken“ kann negative Folgen haben	77
Freiheit kommt durch Ehrlichkeit, nicht durch Verleugnung	80
Teil V	81
Wir fühlen „wahrheitsbasierten Schmerz“, wenn wir „wahrheitsbasierte Probleme“ wahrnehmen	81
Teil VI	84
Unser „wahrheitsbasierter Schmerz“ belastet uns, bis wir im „Herzen“ glauben, dass Gott ihn trägt	84
Wir müssen auf Gottes Lösungen für unsere wahrheitsbasierten Probleme vertrauen	86
Unser wahrheitsbasierter Schmerz wird gelöst, wenn wir eine größere Wahrheit erkennen	87
Gottes Perspektive bringt Frieden und Erleichterung	89

Teil VII	90
Wir spüren „lügenbasierten Schmerz“, wenn wir „lügenbasierte Probleme“ wahrnehmen	90
Wir fühlen, was wir glauben, aber die Wahrheit bleibt die Wahrheit	93
KAPITEL 6 Das Prinzip von „Überzeugung und Entscheidung“	96
Teil I	97
Wir handeln nach dem, was wir glauben	97
Wir „gehörchen“ dem, was wir glauben	98
Gehorsam ist mühelos, wenn wir der Aufforderung zustimmen	99
Niemand außer uns selbst ist für unseren Ungehorsam verantwortlich	100
Es gibt einen Unterschied zwischen „Wille“ und „Wunsch“	101
Unsere Mühe, Gott zu gehorchen, zeigt, dass wir seine Perspektive brauchen	102
Teil II	103
Unsere Gefühle motivieren unser Verhalten	103
Durch emotionalen Schmerz bedingtes Verhalten zeigt, dass wir Gottes Perspektive brauchen	106
Teil III	108
Wenn wir mit Problemen konfrontiert sind, suchen wir nach Lösungen	108
Unsere Lösungen schaffen weitere Probleme	109
Teil IV	111
Wir greifen zu einem Lösungsverhalten, weil wir Lügen darüber glauben	111
Auch wenn es uns nicht bewusst ist, überlegen wir immer, bevor wir handeln	114
Ein Verhalten ist eine „Lösung“, wenn es dazu dient, ein wahrgenommenes Problem zu lösen	114
Ein Lösungsverhalten zeigt, dass wir Gottes Perspektive brauchen	116
Teil V	117
Um unser Verhalten zu verstehen, müssen wir unsere Beweggründe und den Kontext betrachten	117
Gott beurteilt unsere Motive, nicht nur unser Verhalten	119
Teil VI	121
„Gute Taten“ sind nicht „gut“, wenn sie aus unreinen Motiven geschehen	121
Selbst unser „bestes Verhalten“ ist potentiell nicht mehr als ein „Lösungsverhalten“	123
Teil VII	126
Wir tun, was unserer aktuellen Perspektive das „Beste“ zu sein scheint	126
Sowohl zwanghafte als auch kompensierende Handlungen sind Versuche, Probleme durch das zu lösen, was aus unserer aktuellen Perspektive das „Beste“ ist	127
KAPITEL 7 Das Prinzip von „Glaube und Überzeugung“	131
Teil I	132
Wir nehmen wahr, fühlen und handeln nach dem, was wir glauben	132
Unsere Wahrnehmungen, Emotionen und Verhaltensweisen sind nicht das eigentliche Problem	133
Unser wirkliches Problem ist die Tatsache, dass uns Gottes Perspektive fehlt	134
Teil II	136
Wir alle brauchen Gottes Perspektive, aber vielleicht wissen wir nicht, wie wir sie bekommen	136
Wir entscheiden uns nicht, Gottes Perspektive einzunehmen, sondern wir empfangen sie	138
Wir müssen ehrlich prüfen, was das Ergebnis unserer Bemühungen ist	139

Teil III	140
Unsere Erfahrungen haben uns von dem überzeugt, was wir glauben	140
Teil IV	144
Wir werden durch das überzeugt, was uns vertrauenswürdig erscheint und was auf Autorität beruht	144
Teil V	149
Der Heilige Geist ist vertrauenswürdig und besitzt Autorität	149
Gott sandte Seinen Heiligen Geist, damit Er selbst Sie von der Wahrheit überzeugt	150
Wir brauchen Gottes Geist, der uns von der Wahrheit überzeugt	152
KAPITEL 8 Die Absicht von TPM: Gottes Perspektive gewinnen, indem Er uns überzeugt	155
Die Eigentliche Absicht Dieses Gebetsdienstes	156
Drei Komponenten der Absicht von TPM	157
Wir brauchen den Geist der Wahrheit auch dann, wenn wir die Wahrheit schon mit dem Verstand kennen	159
KAPITEL 9 Erste Komponente: „Die Läuterung unseres Glaubens“	162
Teil I	163
Glauben verstehen	163
Wir alle leben aus Glauben, doch nicht aller Glaube ist rein	164
Krisen neu als Chancen begreifen	165
Verstehen, was „Ausharren“ ist und was es in uns bewirkt	166
Teil II	168
Leiden hat nichts Befremdliches an sich	168
Unsere Bedrängnis aus Gottes Perspektive betrachten	170
Gottes läuterndes Feuer erkennen	171
Das „Feuer“ offenbart die Authentizität unseres geläuterten Glaubens	171
Das „Feuer der Läuterung“ kann heiß sein, aber es ist nicht die Quelle unserer Gefühle	172
Teil III	175
Freude mitten im Feuer	176
Teil IV	179
Glaubensläuterung zusammengefasst	180
Gottes Werk der Läuterung zulassen	181
KAPITEL 10 Zweite Komponente: „Die Erneuerung unseres Denkens“	185
Erneuert im Geist eurer Gesinnung	186
Die Gewissheit des Glaubens	188
Wir überzeugen uns nicht selbst	189
KAPITEL 11 Dritte Komponente: „Die Transformation unseres Lebens“	190
Teil I	191
Verwandelt durch die Erneuerung unseres Denkens	191
Transformation versus Anpassung	192
Was wird verwandelt?	192

Teil II	195
Unsere Rolle bei dieser Transformation	195
Was ist mit der Selbstdisziplin?	197
Frucht tragen erfordert keine Mühe	199
Zusammenfassung	200
KAPITEL 12 Der TPM-Prozess: Anwendung der Prinzipien, um die Absicht zu erreichen	201
Teil I	202
Was ist unter einem TPM-Prozess zu verstehen?	202
Was ist eine TPM-Gebetssitzung?	203
Was sind die primären Ziele einer TPM-Gebetssitzung?	204
Teil II	205
Das TPM-Verlaufsschema	205
Was sind die TPM-Flussdiagramme?	209
Wie werden das Verlaufsschema und die Flussdiagramme verwendet?	210
Teil III	211
Wer wendet in einer TPM-Gebetssitzung den Prozess an?	211
Was ist der Nutzen eines Mentors und der Fragen?	214
Mentoren können hilfreich sein, aber Mentees können sich auch selbst ausbilden	215
TPM als Nachfolge Christi	216
Teil IV	217
Wie sieht eine TPM-Gebetssitzung aus?	217
Ein wichtiger Hinweis für die weiteren Kapitel	220
KAPITEL 13 Die EMOTIONSBOX	222
Ziele des Mentee in der EMOTIONSBOX	223
Die Fragen in der EMOTIONSBOX	223
Teil I	223
Eine Übersicht über die EMOTIONSBOX	223
Mit Gefühlen in Kontakt kommen	224
Der Rauchfahne folgen	225
Gefühle mit Erinnerungen assoziieren	225
Teil II	228
Wiederholen, bis dieselbe Erinnerung mehrmals auftaucht	228
Gott „führt“ uns nicht zu unseren Erinnerungen	229
Teil III	230
Weg durch die EMOTIONSBOX in der TPM-Gebetssitzung	231
„Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus?“	231
„Wenn Sie sich darauf konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn?“	231
Anwendungsbeispiele der EMOTIONSBOX	232
Die EMOTIONSBOX im Rückblick	235
Die EMOTIONSBOX in der Realität	236

KAPITEL 14 Die ERINNERUNGSBOX	237
Ziele des Mentee in der ERINNERUNGSBOX	238
Die Fragen in der ERINNERUNGSBOX	238
Teil I	238
Eine Übersicht über die ERINNERUNGSBOX	238
„Welches Gefühl löst das bei mir aus und weshalb fühle ich so?“	240
Wiederholt dieselbe Frage beantworten, ohne in einen „Loop“ zu kommen	242
Wiederholt dieselbe Emotion beschreiben, ohne in einen „Loop“ zu kommen	243
Teil II	245
Die „Looping“-Frage	245
Beide Fragen auf einmal beantworten	247
Warum Sie glauben, was Sie glauben	248
Teil III	249
Nach der Beantwortung der „Looping“-Frage	249
Definition von „Herzensüberzeugungen“	250
Wiederholte Antworten, die keine Herzensüberzeugungen beschreiben	251
Teil IV	252
Wann Sie von der ERINNERUNGSBOX in die ÜBERZEUGUNGSBOX wechseln	252
Beispiele für die Identifikation von Herzensüberzeugungen in der ERINNERUNGSBOX	255
Teil V	257
Wahrheitsbasierte Probleme in der ERINNERUNGSBOX	257
Die ERINNERUNGSBOX im Rückblick	261
Die ERINNERUNGSBOX in der Realität	262
KAPITEL 15 Die ÜBERZEUGUNGSBOX	263
Ziel des Mentee in der ÜBERZEUGUNGSBOX	264
Die Frage in der ÜBERZEUGUNGSBOX	264
Eine Übersicht über die ÜBERZEUGUNGSBOX	264
Feststellen, ob die Lüge sich wahr anfühlt	264
Eine Grundlinie (base line) feststellen	265
„Aber ich weiß, dass die Bibel sagt, dass...“	265
Die ÜBERZEUGUNGSBOX im Rückblick	266
Die ÜBERZEUGUNGSBOX in der Realität	267
KAPITEL 16 Die WAHRHEITSBOX	268
Ziele des Mentee in der WAHRHEITSBOX	269
Die Frage in der WAHRHEITSBOX	269
Eine Übersicht über die WAHRHEITSBOX	269
„Herr, was möchtest Du mich wissen lassen?“	269
Vom Herrn „hören“	270
Kommunikation mit Ihrem Mentor	273
Die WAHRHEITSBOX im Rückblick	274
Die WAHRHEITSBOX in der Realität	274

KAPITEL 17	Die TRANSFORMATIONSBOX	276
	Ziele des Mentee in der TRANSFORMATIONSBOX	277
	Die Frage in der TRANSFORMATIONSBOX	277
Teil I		277
	Eine Übersicht über die TRANSFORMATIONSBOX	277
	„Fühlt sich die Lüge immer noch wahr an?“	277
	Eine merkliche Veränderung	282
Teil II		283
	„Was ist, wenn die Lüge sich immer noch wahr anfühlt?“	283
	Was nach der TRANSFORMATIONSBOX zu tun ist	285
	Ausnahmen von der Regel	288
KAPITEL 18	Die ZORNBOX	290
	Ziele des Mentee in der ZORNBOX	291
	Die Fragen in der ZORNBOX	291
Teil I		291
	Zorn aus biblischer Sicht	291
Teil II		296
	Merkmale des Zorns	296
Teil III		298
	Eine Übersicht über die Zornbox	298
	Erkennen, wann Sie zornig sind	299
	Gegen wen oder was empfinden Sie Zorn?	300
Teil IV		301
	Ein vermutlicher Grund, warum Sie zornig sind	301
	Die ZORNBOX im Rückblick	304
	Die ZORNBOX in der Realität	304
KAPITEL 19	Die LÖSUNGSBOX	308
	Ziele des Mentee in der LÖSUNGSBOX	309
	Die Fragen in der LÖSUNGSBOX	309
Teil I		309
	Eine Übersicht über die LÖSUNGSBOX	309
	Eine Übersicht über die drei Komponenten einer Lösung	310
	Lösungsindikatoren	311
	Lösungsindikator: „Zwanghafte Verhaltensweisen“	311
	Lösungsindikator: „Gelinderte Probleme“	312
	Lösungsindikator: „Widerstand und/oder Zögern“	313
Teil II		315
	Lösungsindikatoren bilden ein Spektrum	315
	Ein „Lösungsverhalten“ zeigt, dass wir Gottes Perspektive brauchen	316
Teil III		319
	Feststellen, ob Sie ein „Lösungsverhalten“ ausüben	319

Teil IV	321
Ein wahrgenommenes Problem identifizieren	321
Wonach Sie suchen (oder nicht suchen)	323
Teil V	325
Eine Lösungsüberzeugung artikulieren	325
Die LÖSUNGSBOX im Rückblick	327
Die LÖSUNGSBOX in der Realität	328
Teil VI	331
Kurze Beispiele für den Weg durch die LÖSUNGSBOX	331
Schwierigkeiten, mit Gefühlen in Kontakt zu kommen	331
Bei der Konzentration auf die Gefühle kommt nichts in den Sinn	332
Wut äußern	332
Wahrheitsbasiertes Problem in der ERINNERUNGSBOX (Bedauern über die Vergangenheit)	333
Wahrheitsbasiertes Problem in der ERINNERUNGSBOX (Opferrolle)	333
Wahrheitsbasiertes Problem in der ERINNERUNGSBOX (Tod eines geliebten Menschen)	334
In der ERINNERUNGSBOX einen Schwur äußern	334
In der WAHRHEITSBOX Bibelverse zitieren	335
Dämonische Manifestationen zulassen	337
Sich in der WAHRHEITSBOX weigern, von Gott zu hören	339
Mehrere Lösungen übereinander	340
KAPITEL 20 Satan ist Ihr Feind, aber er ist nicht Ihr Problem	345
Teil I	346
Eine wichtige Anmerkung zu diesem Kapitel	346
Glauben Sie, was Sie wollen, aber wenden Sie den TPM-Prozess so an, wie er gelehrt wird	347
Ein ehemaliger „Dämonenaustreiber“	348
Teil II	351
Den Feind kennen	351
Der Vater der Lüge	351
Ein besiegtter Feind	352
Teil III	353
Ein bellender Hund an einer Kette	353
Ein begrenzter Feind	355
Eine listige Schlange	356
Gottes unterworfener Diener	357
Teil IV	359
Satan zielt mit seinen feurigen Pfeilen auf unsere Täuschungen	359
Satan kann uns nicht zu Gefühlen veranlassen; wir fühlen, was wir glauben	360
Satan liefert kurzsichtige Lösungen	362
Teil V	363
Satan kann uns zu nichts zwingen; wir handeln nach dem, was wir glauben	363
Ein hungriger Löwe	368

Teil VI	370
Wir können entweder kämpfen oder widerstehen, aber nicht beides	370
Im Glauben feststehen	373
Teil VII	377
Dem Teufel widerstehen	377
Widerstehen, ohne zu kämpfen	378
Unterordnung unter Gottes Umgang mit Satan	380
Teil VIII	382
Wir werden frei von den Fallen Satans, wenn der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt	382
Den Teufel im richtigen Kontext sehen	383
Verantwortungsvoll auf dämonisches Wirken reagieren	385
Teil IX	386
Praktische Beispiele für dämonisches Wirken in TPM-Gebetssitzungen	386
KAPITEL 21 WAS TPM NICHT IST	393
Teil I	394
Nichts Neues	394
TPM ist kein Ersatz für andere biblischen Praktiken	395
TPM bedeutet nicht „Troubled People’s Ministry“	395
Teil II	396
TPM ist keine innere Heilung und keine Heilung von Erinnerungen	396
TPM ist keine Form des geistlichen Kampfes oder des Befreiungsdienstes	398
TPM ist keine seelsorgerliche Beratung oder Therapie	400
TPM hat nichts mit gelenkter Imagination oder Visualisierung zu tun	401
Teil III	401
TPM ist nicht dazu da, Erinnerungen zu verifizieren	401
TPM ist keine Therapie zur Wiederherstellung von Erinnerungen	402
Zusammenfassung	405
SCHLUSSWORT	406
Glaubensläuterung ist ein lebenslanger Prozess	406
Unsere weltweite Vision	407
Für eine Zeit wie diese	408
Wir sind sehr dankbar für diejenigen von Ihnen, die sich geleitet fühlten, diesen Gebetsdienst finanziell zu unterstützen	410
BEGRIFFSVERZEICHNIS	411
Liste der „Illustrationen, Themen und Beispiele“	431
TPM Verlaufsschemata und Flussdiagramme	438
ÜBER DIE VERFASSEN	450



VORWORT

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in zwei Teile mit mehreren Unterabschnitten gegliedert. Der erste Teil erklärt, welcher Absicht dieses Handbuch dient und welche Leser angesprochen sind. Der zweite Teil stellt die Rollen derer vor, die TPM anwenden, und beschreibt kurz einige besondere Merkmale dieses Gebetsdienstes.



Was ist der Zweck dieses Handbuchs?



Wenn Sie diesen Gebetsdienst noch nicht kennen, herzlich willkommen! Vielleicht fühlen Sie sich ein wenig überwältigt von dem, was vor Ihnen liegt. Alle, die TPM inzwischen praktizieren, haben genau da angefangen, wo Sie heute stehen. Wir glauben: Wenn Sie die Zeit und Mühe investieren, die Inhalte dieses Buchs zu erlernen, dann kann es die Art und Weise, wie Sie Ihr weiteres Leben betrachten und gestalten, wesentlich verändern.

Im Wesentlichen geht es bei den Inhalten dieses Buchs darum, Ihnen nicht nur ein praktisches Verständnis darüber zu vermitteln, wie Sie mit dem Wirken Gottes in Ihrem Leben kooperieren können, sondern Ihnen auch ein systematisches Mittel dafür bereitzustellen. Gott sandte Seinen Geist, um ganz konkrete Ziele in jedem von uns zu erfüllen. Er möchte uns in eine tiefere und umfassendere Erkenntnis der Wahrheit führen (Johannes 16,13). Er möchte, dass wir nicht nur erkennen, wer Er ist, sondern auch wissen, was Er für uns getan hat und wer wir deshalb in Ihm sind. Der Heilige Geist wurde gesandt, um uns zu überzeugen, der Perspektive Gottes zu glauben und zu vertrauen. Er möchte, dass wir die Wahrheit nicht nur mit dem Verstand kennen, sondern sie auch in unserem Herzen glauben.

In einigen späteren Kapiteln werden Sie erfahren, dass das, was Sie in Ihrem „Herzen“ glauben, einen enormen Einfluss auf nahezu jeden Aspekt Ihres Lebens hat. Ihr Selbstbild, Ihre Vorstellung von Gott, Ihre Interpretation der Welt, Ihre Sicht vergangener Erfahrungen, Ihre Interaktion mit anderen Menschen sowie Ihre Gefühle, Beweggründe und Verhaltensweisen werden alle unmittelbar durch das beeinflusst, was Sie in Ihrem „Herzen“ glauben. Deshalb ist es so wichtig, dass das, was Sie mit dem Herzen glauben, genau mit Gottes Perspektive übereinstimmt.

Ob Sie es glauben oder nicht: Gott sorgt umsichtig und liebevoll dafür, dass alles in Ihrem Leben so zusammenwirkt, dass Seine gute Absicht erfüllt wird (Römer 8,28) und Sie nach dem Ebenbild Seines Sohnes verwandelt werden. Es ist Sein inniger Wunsch, dass Sie die Wahrheit erkennen und darin leben. Deshalb wirkt Er darauf hin, dass aufgedeckt wird, wo Ihnen Seine Perspektive fehlt, damit Sie zu Ihm kommen und Ihn Seine Sicht bitten. Er benutzt jede Situation, von alltäglichen Momenten bis zu tragischen

Katastrophen, um Sie genau dazu zu veranlassen. Wenn Sie Sein Wirken erkennen und lernen, angemessen darauf zu reagieren, können Sie gezielter mit Ihm kooperieren.

Der TPM-Gebetsdienst bietet Ihnen einen praktischen Weg, wie Sie sich in „Demut unter die mächtige Hand Gottes beugen“ können (siehe 1 Petrus 5,6; EU), damit Er Sein Licht „in unserem Herzen aufleuchten lassen [kann], sodass wir die strahlende Herrlichkeit Gottes in Jesus Christus erkennen“ (2 Korinther 4,6; NeÜ; unsere Hervorhebung). Wenn der Heilige Geist Ihr „Herz“ von der Wahrheit überzeugt und Ihnen Seine Perspektive schenkt, wird immer eine echte Transformation folgen, die an der Frucht Seines Geistes erkennbar wird, die *müelos* in Ihrem Leben wächst.

Sie werden müelos Seine Frucht tragen, statt ständig darum zu ringen, nach der Wahrheit zu handeln. Denken Sie darüber nach: Wenn es Seine Frucht ist, warum sollten wir uns dann anstrengen müssen, sie zu tragen? Haben Sie je einen Apfelbaum gesehen, der sich abmüht, Äpfel zu tragen? Wie Sie bald entdecken werden, stimmt etwas nicht, wenn wir uns anstrengen, Seine Frucht hervorzubringen. Es bedeutet, dass uns Seine Perspektive fehlt und wir es nötig haben, dass Er uns von der Wahrheit überzeugt. Denn wenn Sie die Wahrheit in Ihrem Herzen glauben, wird sie Ihnen auch wahr erscheinen und sich für Sie wahr anfühlen, und dieser Perspektivenwechsel wird sich dann in Ihren Emotionen und Verhaltensweisen zeigen.

Vielleicht klingt das zu unerreichbar oder zu gut, um wahr zu sein, aber das ist die Erfahrung, die Zehntausende in aller Welt gemacht haben. Gott ist gut, und Er schafft ein gutes Werk in uns allen, die wir „Gott lieben und nach seinem Willen zu ihm gehören“ (Römer 8,28; NLB). Als Jesus sagte: „Kommt alle her zu mir ... ich will euch Ruhe schenken“ (Matthäus 11,28), meinte Er es auch wirklich so. Und in dem Maß, in dem wir Seine Rolle, Seine Absichten und unsere angemessene Reaktion auf Sein Wirken verstehen, können wir mit Ihm kooperieren. Genau das lernen Sie, wenn Sie sich auf den hier vorgeschlagenen Weg begeben.

Für wen ist dieses Handbuch gedacht?

Dieses Handbuch wurde vor allem für zwei Lesergruppen verfasst. Erstens wurde es für Personen geschrieben, die TPM noch gar nicht kennen, sondern von Freunden davon erfahren haben, von ihrem Pastor darauf hingewiesen wurden oder einfach online auf TPM gestoßen sind. Wenn Sie zu dieser Gruppe gehören, herzlich willkommen! Der Haupttext wurde geschrieben, um Ihnen auf leicht verständliche Weise die allgemeinen Konzepte und Ideen vorzustellen und Ihnen möglichst bald eine solide Grundkenntnis zu vermitteln. Wir haben auch versucht, die Inhalte so zu organisieren, dass sie sich leicht auffinden lassen, damit Sie auf konkrete Fragen, die Sie vielleicht haben, leichter eine Antwort finden.

Zur zweiten Lesergruppe gehören diejenigen, die zwar schon mit den Grundlagen von TPM vertraut sind, aber die neuesten Verbesserungen und Entwicklungen dieses Gebetsdienstes erlernen möchten. TPM wurde seit den ersten Anfängen im Jahr 1995 ständig weiterentwickelt und verändert, und diese Überarbeitung zeigt, dass wir ständig weiter vorangehen. Viele, die diesem Dienst seit Jahren folgen, sind zu Mentoren geworden, nachdem sie die *Absicht*, die *Prinzipien* und den *Prozess* von TPM gründlich erlernt haben und anwenden. Deshalb verstehen sie, wie wichtig die Fähigkeit ist, andere effektiv und effizient zu unterstützen, damit sie die hier vermittelten Inhalte eigenständig nutzen können. Dies setzt Engagement, gründliches

Erlernen und praktische Erfahrung voraus. Dieses Handbuch wurde so verfasst und formatiert, dass

Mentoren leicht auf die Inhalte zugreifen, sie nachschlagen und nutzen können.

Doch ganz allgemein gesprochen ist dieses Buch für Sie da! Wir glauben nicht, dass Sie zufällig oder versehentlich darauf gestoßen sind. Wir sind überzeugt, dass Gott Ihr Leben lenkt und Sie zu diesem Buch geführt hat. Und wir sind ganz gewiss, dass Er diese Inhalte nutzen möchte, damit sie Ihnen und – möglicherweise – auch den Menschen in Ihrem Einflussbereich helfen.

Ist das die letzte Überarbeitung der TPM-Schulung?

Die TPM-Schulung wurde seit der ersten Auflage im Jahr 1996 mehrfach überarbeitet. Vielleicht fragen Sie sich: „Wozu eine weitere Ausgabe?“ Unser Ziel ist tatsächlich, eine optimale Ausbildung zu bieten, und wir haben seit den Anfängen dieses Dienstes viel gelernt und sind gewachsen. Es war ein Weg des Entdeckens oder, treffender ausgedrückt, ein Weg der Veränderung. Die erste Ausgabe befand sich in einem Ring-Ordner, den unsere Familie noch von Hand zusammenstellte. Diese erste Version verbreitete sich durch Mundpropaganda, ging um die ganze Welt und berührte das Leben unzähliger Menschen. Wir erlebten Gottes Segen und waren erstaunt, wie Er ein so unvollkommenes Werkzeug benutzte, um so vielen Menschen Wahrheit, Freiheit und Frieden zu bringen. Die Schulung wurde also im Lauf der Jahre mehrmals überarbeitet, und wir erwarten, dass die Verbesserungen in der vorliegenden Neuauflage eine noch größere Wirkung und Reichweite entfalten werden. Wird dies die letzte Überarbeitung sein? Wir hoffen es! Aber das hofften wir auch bei jeder bisherigen Ausgabe.

In den ersten Jahren empfanden viele Menschen die Inhalte als unübersichtlich, schwer verständlich und schwierig anzuwenden, und zum großen Teil hatten sie damit Recht. Jede Überarbeitung hat die Qualität und Klarheit insgesamt verbessert, und wir glauben, dass die Schulung sich in der vorliegenden Überarbeitung als leichter erlernbar und umsetzbar erweisen wird. Es gibt wesentliche Verbesserungen in Struktur und Abfolge der grundlegenden Konzepte und Prinzipien sowie hilfreiche Veränderungen im Prozess selbst.

Wenn Sie ältere Versionen der TPM-Schulung gelesen und genutzt haben, werden Sie in dieser Ausgabe eine Veränderung im Modus und in der Zielgruppe bemerken. Statt den Lesern beizubringen, wie sie anderen „dienen“ können, liegt der Fokus jetzt auf Ihnen und Ihrem persönlichen Weg mit dem Herrn. Das schließt nicht aus, dass Sie nicht auch mithelfen werden, andere für diesen Weg auszurüsten, denn zweifellos werden viele von Ihnen genau dazu berufen werden. Doch Sie können nur dann ein effektiver Mentor oder eine effektive Mentorin für andere sein, wenn Sie die Konzepte und die praktische Anwendung selbst beherrschen. Es lässt sich mit einem Sicherheitshinweis vergleichen, die Sie immer zu Beginn eines Fluges erhalten: „Setzen Sie im Notfall zuerst Ihre eigene Sauerstoffmaske auf, bevor Sie anderen helfen.“

Das vorliegende Handbuch ist umfassender, besser verständlich und systematischer als jede frühere Version. Der Fokus und die Absicht von TPM wurden präzisiert und erweitert. Die TPM-Prinzipien sind durch eine klarere Gliederung und genauere Definitionen leichter zu verstehen. Und der TPM-Prozess wurde wesentlich klarer und einfacher strukturiert. Gott hat auch durch die früheren Versionen viel im Leib Christi bewirkt, aber wir gehen stark davon aus, dass Er durch die neue noch weit mehr tun wird!

Diejenigen, die in den letzten Jahrzehnten mit uns unterwegs waren, sind wahrscheinlich mit den vielen signifikanten Verbesserungen vertraut, die ab 2015 entwickelt wurden. Etwa um diese Zeit übernahm mein

Sohn Joshua eine aktivere und umfassendere Rolle bei der Weiterentwicklung des TPM-Gebetsdienstes. Meine Frau und ich haben jedes unserer drei Kinder mit den TPM-Prinzipien großgezogen, und sie alle haben TPM zu einem wichtigen Teil ihres Lebens gemacht. Aber Joshua fühlte sich von Gott zu dieser Arbeit berufen und hat Klarheit, Präzisierung und ein tieferes Verständnis in die Entwicklung der Schulungsunterlagen eingebracht. Ich bin dankbar für seinen Beitrag, der ein Segen für diesen Dienst ist. Als Gründer von TPM kann ich ohne Einschränkung sagen, dass der Herr ihn gebraucht, um TPM auf eine neue Ebene zu bringen, und ich glaube, Sie werden dies an vielen Stellen der Schulung bemerken.

Da dieses Handbuch kooperativ verfasst wurde, werden Sie wahrscheinlich gelegentliche Unterschiede im Schreibstil und in der Art der Darstellung bemerken. Aber wenn Sie im Text auf die Pronomen „ich“, „mir“ oder „mein“ stoßen, können Sie davon ausgehen, dass diese Abschnitte aus meiner (Eds) Sicht geschrieben wurden, sofern nicht anders angegeben.



Zusätzliche Information (wichtig)

In diesem Handbuch werden Sie immer wieder Texte finden, die so wie hier grau unterlegt und vom Haupttext unterschieden werden. Sie vermitteln zusätzliche Einsichten und relevante Erörterungen über die vorgestellten Konzepte. Auch wenn wir diese ergänzenden Erörterungen für hilfreich halten und glauben, dass sie Ihr Verständnis der dargestellten Prinzipien und Konzepte festigen werden, sind diese Abschnitte nicht als „obligatorisch“ aufzufassen. Wenn Sie jedoch die Absicht haben, die Inhalte nicht nur zu lesen, sondern wirklich zu verstehen, empfehlen wir Ihnen sehr, auch diese zusätzlichen Hinweise zu lesen! Der „Schmetterling“ zeigt Ihnen, wo Sie zusätzliche Einsichten gewinnen können!

Wie lange dauert die TPM-Schulung?

Viele werden fragen: „Wie lange wird es dauern, die Schulung abzuschließen?“ Die Antwort hängt davon ab, wie Sie die Begriffe „Schulung“ und „abschließen“ definieren. Wenn „abschließen“ bedeutet, wie lange es dauern wird, das Buch zu lesen und alle Videos zu sehen, dann kommt es darauf an, wie schnell Sie das tun können. Wenn Sie mit „abschließen“ meinen, wann Sie die Inhalte wirklich „erfasst“ haben und „beherrschen“, dann wird die Arbeit mit diesem Material ein lebenslanger Weg und ein Lebensstil.

Um diese Sicht zu veranschaulichen, wenden Sie die Frage einmal auf die Kochkunst an: An welchem Punkt haben Sie Ihre kulinarische Ausbildung „abgeschlossen“? Sind Sie „ausgebildet“, sobald Sie Essensreste wieder aufwärmen können, oder müssen Sie weiter lernen, bis Sie als Spitzenkoch anerkannt sind? Die Antwort hängt ganz davon ab, was Sie zu erreichen hoffen. Sie können so weit gehen, wie Sie zu gehen bereit sind. Doch einfach eine gewisse Zeit in der Küche zu verbringen bedeutet nicht, dass Sie das Kochen „beherrschen“. Unser Ziel ist nicht, Sie „auszubilden“, sondern Sie zunehmend auszurüsten, damit Sie besser mit dem kooperieren können, was Gott in Ihrem Leben tut.

In diesem Sinne sind wir sicher, dass kein Mensch der Welt die TPM-Schulung je „absolviert“ hat. Manche verstehen TPM besser als andere, aber wir kennen niemanden, der alles, was es zu wissen gibt, völlig beherrscht (das würden wir nicht einmal von uns selbst behaupten). Tatsächlich werden diejenigen, die am meisten Erfahrung in einem bestimmten Bereich oder mit einer bestimmten Fähigkeit haben, am wenigsten behaupten, dass sie das Erlernte „beherrschen“. Zweifellos sind sie fortgeschrittener als andere, aber ihnen

ist auch klarer bewusst, wie viel es noch zu lernen gibt.

Wir könnten einen Vergleich mit dem Studium der Bibel heranziehen. Keiner von uns würde sagen, dass wir das Bibelstudium „abgeschlossen“ haben. Wer könnte alles wissen, was sie enthält? Wann erhalten wir unser „Abschlusszertifikat“ für unsere biblische Ausbildung? Wenn wir die Bibel von der ersten bis zur letzten Seite gelesen haben, haben wir sie dann abgeschlossen? Kennen wir sie wirklich? Natürlich steht die TPM-Schulung nicht auf einer Stufe mit der Bibel, aber die Prinzipien des Lernens sind dieselben.

Es besteht also kein Grund zur Eile. Wenn Sie Ihre Schulung als einen Weg betrachten und nicht als etwas, das es zu absolvieren gilt, gibt es keinen festen Zeitrahmen für diese Erfahrung. Sie können für Ihren Weg durch die verschiedenen Inhalte natürlich einen Plan erstellen und sich Lerneinheiten in Ihren Kalender eintragen, aber es ist auch wichtig, sich selbst gegenüber ehrlich zu beurteilen, wie weit Sie die Schulung „abgeschlossen“ haben. Wenn Sie ehrlich sagen können, dass Sie das gesamte Material wirklich beherrschen, dann könnte man sagen, dass Sie die Ausbildung „abgeschlossen“ haben.

Bis dahin empfehlen wir Ihnen, den Gedanken an das „Abschließen“ zu vergessen, und sich stattdessen darauf zu konzentrieren, „ausgerüstet“ zu werden. Wenn Ihre Frage dann lautet: „Wie lange wird es dauern, bis ich für TPM ausgerüstet bin?“, hängt die Antwort davon ab, wie gut Sie ausgerüstet sein möchten! Wir gehen dankbar davon aus, dass die vorliegende Version der TPM-Schulung am leichtesten zu erlernen, anzuwenden und zu evaluieren ist.

Statt mit dem Gedanken an diese „Schulung“ heranzugehen, Mentor für andere zu werden, empfehlen wir Ihnen, sie als Teil Ihres eigenen Weges mit Gott umzusetzen. Wir hoffen, dass Sie mit der nötigen Kenntnis und Perspektive ausgerüstet werden, um gezielt in die Position zu kommen, in der Sie vom Heiligen Geist empfangen können, der Ihren Glauben läutert, Ihr Denken erneuert und Ihr Leben nach dem Ebenbild Christi verwandelt. Konzentrieren Sie sich darauf, im Heiligen Geist zu leben, auf natürliche Weise Seine Frucht zu erfahren und in den „guten Werken“ zu wandeln, die Gott für Sie bereitet hat. Die Bibel gibt uns diese Zusage: „Denn seine Geschöpfe sind wir, in Christus Jesus zu guten Werken erschaffen, die Gott für uns im Voraus bestimmt hat, damit wir mit ihnen unser Leben gestalten“ (Epheser 2,10; EU).

Dieser neue Fokus könnte zunächst frustrierend für diejenigen sein, die auf einen zwölfwöchigen Studienführer für ihre Gruppe gehofft hatten, damit sie am Ende der „Schulung“ sagen können: „Gut gemacht! Hier ist euer Abschlusszertifikat.“ Uns ist bewusst, dass dies in anderen Lebensbereichen so üblich ist, aber können wir ehrlich behaupten, geschult und ausgerüstet zu sein?

Wenn wir zum Beispiel ein Studium absolviert haben und behaupten, ausgebildet zu sein, wie gut würden wir abschneiden, wenn jemand prüfen würde, wie gut wir tatsächlich mit allen Inhalten des Studiums vertraut sind? An wie viele könnten wir uns erinnern? Statt uns auf einen Studienabschluss zu berufen, wäre es vielleicht zutreffender zu sagen, dass uns eine Fülle von Informationen vermittelt wurde, von der wir aber nur wenig in Erinnerung behalten haben.

Wir hoffen, dass Sie TPM anders angehen. Bitte bilden Sie Ihre Lerngruppe aus, aber helfen Sie auch jedem Mitglied, in Erinnerung zu behalten, dass es nicht um einen „Abschluss“ geht, sondern um eine bessere Kooperation mit Gottes Werk der Transformation in unserem Leben. Fördern Sie auch bei jedem Mitglied das Bewusstsein, wie wichtig es ist, alles zu lernen, was wir nur können, um einen möglichst großen Nutzen daraus zu ziehen. Die Dauer der „Schulung“ ist völlig irrelevant. Verstehen, nicht „abschließen“ ist das Ziel! Nehmen Sie sich Zeit und arbeiten Sie den Text so durch, wie es in Ihrem Kontext am besten passt, und nehmen Sie sich vor, die Inhalte gründlich zu erlernen.



Wie oft lesen Sie dasselbe Buch?

Warum erkennen wir beim Lesen eines Buch zwar oft, dass es lohnende Gedanken enthält, die wir in Erinnerung behalten wollen, nur um es dann nie wieder zu lesen? Wir werden nur einen kleinen Teil des Gelesenen behalten und das Meiste vergessen, sofern wir es nicht in unseren Alltag integrieren. Tatsache ist, dass selbst die begabtesten Studierenden oft nur 15 bis 20 Prozent von dem erfassen und in Erinnerung behalten, was sie ein einziges Mal gelesen haben. Wenn Ihnen die Inhalte dieses Buchs beim Lesen wertvoll erscheinen, ermutigen wir Sie, sich die nötige Zeit zu nehmen, sie gründlich zu lernen und in Ihren Alltag zu integrieren.

Wenn der Gedanke, soviel Zeit für die Schulung aufzuwenden, Ihnen stressig oder abschreckend erscheint, dann gehen Sie aus einer falschen Perspektive an die Sache heran. Es besteht keine Eile und es gibt kein Zeitlimit für diesen Weg. Sie treten keinen Wettlauf an, sondern begeben sich auf eine Reise. Genießen Sie die Fahrt und halten Sie an den interessanten Stellen an. Wenn Sie mit einer Gruppe unterwegs sind, können Sie mit den anderen Schritt halten, wenn Sie das möchten, oder in Ihrem eigenen Tempo vorangehen. Keiner wird zurückbleiben, denn wir können als Gruppe an dieselben Orte zurückkehren und bestimmte Punkte gemeinsam erörtern und verarbeiten.

Setzen Sie sich das Ziel, gut ausgerüstet zu werden, statt das Kästchen „abgeschlossen“ abzuhaken. Wenn Sie TPM eine Weile angewendet haben, dann kehren Sie zurück und lesen Sie die Inhalte erneut. Wir glauben, dass Sie überrascht sein werden, wie viel mehr Sie gewinnen, wenn Sie das Handbuch nach einigen praktischen Erfahrungen noch einmal lesen. Hören Sie nicht auf, zu lernen und zu wachsen.



Was ist der Unterschied zwischen Mentor und Mentee im TPM-Gebetsdienst?

In den ersten Ausgaben der TPM-Schulung ging es vor allem darum, Menschen zu befähigen, anderen zu dienen, ähnlich wie Ärzte ihren Patienten oder Therapeuten ihren Klienten. Wir gingen von der falschen Vorstellung aus, dass eine Person die Gebetssitzungen leitet, während die andere den Gebetsdienst empfängt. Inzwischen haben wir jedoch erkannt, dass die Beziehungsdynamik und die jeweiligen Verantwortlichkeiten in Wirklichkeit sehr verschieden sind! Damit verlagerte sich auch der Schwerpunkt der Schulung. Statt „Gebetsbegleiter“ auszubilden, damit sie „Gebetsempfänger“ begleiten können, konzentrieren wir uns heute auf die Schulung aller Christen: Jedes Glied des Leibes Christi soll befähigt

werden, mit Gott zu kooperieren, wenn er unseren Glauben läutert¹, unser Denken erneuert und uns verwandelt. Heute benutzen wir die Begriffe „Mentor“ und „Mentee“ für die jeweilige Rolle der Beteiligten. Ein TPM-Mentor leistet keinen Dienst am Mentee und leitet auch nicht die TPM-Gebetssitzung. Mentoren haben vielmehr folgende Aufgaben:

- Mentees zu unterstützen und zu schulen,
- die Rolle eines Trainers einzunehmen, der beobachtet, wie ein Mentee den TPM-Prozess anwendet,
- darauf zu achten, dass das TPM-Konzept eingehalten wird,
- Mentees in ihrem Verständnis der Prinzipien und der Absicht von TPM zu fördern,
- das Bewusstsein der Mentees zu stärken, dass TPM ein Mittel ist, mit Gott in der Läuterung ihres Glaubens zu kooperieren.

In Wirklichkeit ist jeder ein Mentee, und einige Mentees sind auch Mentoren für andere. Im TPM-Gebetsdienst herrscht nicht die Einstellung „wir, die Mentoren“ und „sie, die Mentees“. Wir alle befinden uns auf dem Weg der Läuterung unseres Glaubens und der Erneuerung unseres Denkens durch Gott. Der einzige potentielle Unterschied zwischen Mentor und Mentee liegt in der Vertrautheit mit TPM und in der Erfahrung mit der Anwendung des Prozesses. Doch es gibt nichts, was ein Mentor über die Prinzipien, die Absicht und den TPM-Prozess weiß, das ein Mentee nicht selbst wissen und für sich anwenden kann. Dieses Konzept ist wichtig und sollte klar vermittelt werden.

Im TPM-Konzept ist immer der Mentee selbst die Person, die den Prozess anwendet; er oder sie lässt die eigenen Gefühle und Erinnerungen zu, identifiziert Herzensüberzeugungen, stellt fest, ob eine Transformation geschehen ist, usw. Er oder sie wendet den TPM-Prozess nach besten Fähigkeiten und Kenntnissen an. Der Mentor dagegen hilft seinen Mentees, die Umsetzung der einzelnen Schritte zu erlernen, erinnert sie an die jeweiligen Ziele, indem er die vorgesehenen Fragen stellt, und bietet bei Bedarf Orientierung und weiterführende Erläuterungen an.

Beide Rollen haben ihre eigene Bedeutung, sind wichtig und konzentrieren sich auf dasselbe Ziel: Mentees für ihren eigenen Weg mit dem Herrn auszurüsten, auf dem Gott ihren Glauben läutert. Entscheidend ist, dass der Mentee den Prozess versteht. Wie Sie bald sehen werden, verringern sich die meisten potentiellen „Probleme“ und „Hindernisse“, sobald der Mentee weiß, was zu tun ist. Aus diesem Grund

versucht jeder TPM-Mentor zuerst, selbst ein gut geschulter Mentee zu werden, um dann mit dem Erlernten ein guter Mentor für andere zu sein, die er anleitet, dasselbe zu tun.

Worin unterscheidet TPM sich von anderen geistlichen Diensten?

Die festgelegten Rollen und Verantwortlichkeiten von TPM-Mentoren und TPM-Mentees unterscheiden TPM deutlich von vielen anderen Formen geistlicher Dienste. TPM legt den Schwerpunkt darauf, Sie (den Mentee) auszurüsten, damit Sie besser mit Gott kooperieren können, wenn Er Ihren Glauben läutert, Ihr Denken erneuert und Ihr Leben verwandelt. Auch dieses Buch wurde nicht dazu verfasst, Mentoren in der Anwendung von TPM bei Mentees zu schulen. Es soll vielmehr jeden Leser selbst mit den Fähigkeiten und

¹ Läutern ist ein Begriff aus der Metallverarbeitung und bedeutet, Gold oder andere Metalle durch Erhitzen von Schlacken bzw. Verunreinigungen zu befreien. Siehe Kapitel 9.

Erkenntnissen ausrüsten, die er braucht, um bewusst mit Gott zu kooperieren, wenn Er Sein Werk in ihm tut.

Wenn Sie Mentor sein wollen, aber die hier vermittelten Inhalte nicht auf Ihr eigenes Leben anwenden, sondern nur versuchen, „problembelasteten Menschen“ zu helfen, die „emotional verwundet“ sind, dann haben Sie den wahren Wert und die eigentliche Absicht von TPM nicht verstanden. Außerdem werden Sie feststellen, dass Ihre Fähigkeit, Mentor für andere zu sein, negativ beeinflusst wird, wenn Sie *nicht* von eigenen lügenbasierten Überzeugungen frei werden und Gottes Perspektive gewinnen. Sie werden sich im Verlauf der TPM-Gebetssitzungen besorgt, frustriert oder ängstlich fühlen, wenn die Dinge nicht so laufen, wie Sie es sich vielleicht wünschen.

Einige werden beim Lesen dieses Buchs einen Ruf verspüren, selbst Mentoren zu werden und andere in der Anwendung des TPM-Prozesses zu schulen. Dies ist gut und notwendig, damit auch zukünftige Generationen in den Gemeinden diesen Weg praktizieren können. Doch diese Berufung gilt nicht allen und sollte auch nicht das primäre Ziel sein. Gott hat jedem von uns eine bestimmte Aufgabe im Leib Christi zugewiesen, und vielleicht ist die Rolle eines TPM-Mentors nicht das, was er für Sie im Sinn hat.

Ein weiterer Aspekt, in dem sich TPM grundlegend unterscheidet, ist unser Ansatz einer ehrlichen Auswertung der Ergebnisse einer TPM-Gebetssitzung. Wir setzen nicht einfach voraus, dass Gott im Leben der Person gewirkt hat, sondern prüfen immer, ob es so ist. Wie Sie bald sehen werden, suchen wir immer nach überprüfbaren Belegen, dass der Heilige Geist tatsächlich gewirkt hat, auch wenn das Geschehen zunächst noch so gut, positiv, produktiv oder sogar biblisch scheint. Wir verlassen uns nicht auf unsere subjektive Erfahrung, Intuition oder geistliche Unterscheidungsfähigkeit, sondern suchen nach unbestreitbaren

Beweisen. Denn wenn Gott etwas tut, gibt es immer nachprüfbare Beweise für Sein Wirken, die jeder noch so genauen Prüfung standhalten.

Einfach ausgedrückt suchen wir nach einer Veränderung im Glauben. Genau dazu wurde der Heilige Geist gesandt, und deshalb ist diese Veränderung auch der Maßstab, den wir zur Beurteilung einer TPM-Gebetssitzung verwenden. Wie wir später noch erörtern werden, können Sie sich von Ihrem Schmerz ablenken oder an etwas Erfreulicheres denken, ohne den Heiligen Geist einzubeziehen. Und vielleicht können Sie auch bessere, produktivere Entscheidungen treffen, ohne dass der Heilige Geist Sie zuvor „in die ganze Wahrheit“ leitet (Johannes 16,13). Nur weil Sie sich „besser“ fühlen oder „bessere“ Entscheidungen treffen, bedeutet das nicht, dass der Geist der Wahrheit für diese Veränderung verantwortlich war. Aus diesem Grund werden weder Gefühle noch Verhaltensweisen, sei es zusammen oder unabhängig voneinander, als Beweis für das Wirken Gottes angesehen. Denn wenn Sie nach einer TPM-Gebetssitzung immer noch glauben, was Sie zu Beginn geglaubt haben, ist die wahrgenommene „Veränderung“ keine Frucht des Geistes.

Wir haben ein ganzes Kapitel dafür vorgesehen, die Unterschiede zwischen TPM und anderen Formen geistlicher Dienste darzulegen, was in dieser Frage sicher hilfreich ist.

Wie finde ich einen Mentor oder eine Mentorin?

Wir empfehlen Ihnen, sich zumindest ein Grundverständnis des TPM-Konzepts anzueignen, bevor Sie

versuchen eine andere Person einzubeziehen. Und wenn Sie einen Mentor oder eine Mentorin suchen, gehen Sie nicht einfach davon aus, dass jemand sich an das Verlaufsschema hält, nur weil er dies behauptet. Der TPM-Prozess (das, was in einer TPM-Gebetssitzung geschieht) verläuft nach klaren und genauen Vorgaben, so dass leicht zu erkennen ist, ob er richtig angewendet wird oder nicht. Dazu ist wichtig, dass Sie das TPM-Konzept gut verstehen, damit Sie wissen, worauf Sie bei Ihrer Suche achten müssen. Bitte übernehmen Sie selbst die Verantwortung für Ihren eigenen Weg. Niemand auf der Welt weiß etwas über TPM, das Sie nicht auch selbst wissen können.

Manchmal werden wir gefragt, ob wir eine Referenzliste von Personen haben, die TPM praktizieren und als Mentoren angefragt werden können. Tatsache ist, dass es buchstäblich zehntausende Personen in aller Welt gibt, die von sich sagen, dass sie in TPM geschult sind. Diese Personen kennen wir aber nicht persönlich und wissen deshalb auch nicht, ob ihre Praxis genau dem entspricht, was hier vermittelt wird. Genauso, wie wir kein Restaurant oder Hotel empfehlen würden, das wir nie selbst besucht haben, behalten wir uns das Recht vor, keine Empfehlungen über Personen zu geben, die sich als TPM-Mentoren bezeichnen.

Wir empfehlen Ihnen einfach, alles zu lernen und sich anzueignen, was hier gelehrt wird, damit Sie gut unterscheiden können, was andere praktizieren. Statt nach einem Mentor zu suchen, den Sie nicht persönlich kennen, empfehlen wir Ihnen, mit anderen Menschen, die Sie schon kennen und denen Sie vertrauen, eine Lerngruppe zu bilden. So entwickeln Sie ein Team, das gemeinsam lernen, üben und miteinander beten kann. Dieses Vorgehen wird eine Weile dauern, aber die langfristigen Früchte werden der Mühe wert sein!

Wie kann ich TPM in meiner Gemeinde bekannt machen?

Einige von Ihnen werden den Wunsch verspüren, TPM in der eigenen Ortsgemeinde vorzustellen. Wenn die anderen Mitglieder Ihrer Gemeinde diesen Dienst noch nicht kennen, empfehlen wir Ihnen, dabei behutsam vorzugehen. Sprechen Sie zuerst mit dem leitenden Pastor und bitten Sie ihn freundlich, den Nutzen der TPM-Schulung zu beurteilen. Sie könnten ihm die Links zu den Einführungsvideos schicken, die auf unserer Webseite zu finden sind, oder ihm ein Exemplar dieses Handbuchs geben (in digitaler oder gedruckter Ausgabe). Sie könnten ihn auch an andere Pastoren verweisen, die TPM in ihrer Gemeinde anbieten. Ihr Pastor kann das TPM-Büro kontaktieren, um mit anderen Pastoren Kontakt aufzunehmen, die den Wert des TPM-Gebetsdienstes bezeugen können.

Wir empfehlen auch, dass Sie TPM anhand der *Prinzipien* und der *Absicht* vorstellen, statt zuerst über den *Prozess* zu sprechen (über das, was in einer Gebetssitzung geschieht). Das weckt normalerweise das Interesse der Anderen und macht sie neugierig, statt sie zu irritieren oder zu verwirren. Die *Absicht* und die *Prinzipien* zu verstehen, wird ihnen nützlich sein, selbst wenn sie sich nie dafür entscheiden werden, TPM näher kennenzulernen. Vielleicht werden manche fragen, wie man das, was Sie erklärt haben, anwenden kann; und dann können Sie vom *Prozess* erzählen.

Wenn Sie die Vorstellung von TPM versehentlich mit dem *Prozess* beginnen, werden Ihre Zuhörer Sie in der Regel falsch verstehen, so als würden Sie zu ihnen sagen: „Ich denke, Sie haben emotionale Probleme und brauchen TPM.“ Und selbst wenn sie keinen Anstoß an dem nehmen, was sie vermeintlich von Ihnen gehört haben, werden sie wahrscheinlich davon ausgehen, dass TPM etwas für emotional „belastete“ oder „verletzte“ Menschen ist.

TRANSFORMATIONSGEBET

Viele Gemeinden, die TPM nutzen, haben die eigentliche Absicht und den Platz dieses Konzepts in der Gemeinde missverstanden. Nicht selten wird TPM als ein Dienst an Menschen betrachtet, die emotional verletzt sind und besondere Fürsorge brauchen. TPM kann in solchen Situationen zwar sehr effektiv sein, aber das ist nicht die eigentliche Zielsetzung. Wenn TPM als ein Hilfsdienst für emotional belastete Personen verstanden wird, wird seine potentielle Wirksamkeit enorm eingeschränkt. Welcher Mensch im Leib Christi hätte es nicht nötig, dass sein Glaube geläutert, sein Denken erneuert und sein Leben nach dem Ebenbild Jesu umgestaltet wird? Dies ist das eigentliche Ziel von TPM.

Wir hoffen aber, dass Sie den TPM-Gebetsdienst und seinen beabsichtigten Zweck richtig einschätzen. Richtig verstanden und angewendet, bietet TPM ein systematisches und verlässliches Konzept, dem Sie folgen können, um mit Gott zu kooperieren, wenn er sein Werk an Ihnen tut. Wir hoffen, dass Gott dieses Buch gebrauchen wird, um Sie zu segnen und zu ermutigen. Er hat diesen Gebetsdienst benutzt, um das Leben sehr vieler Menschen radikal zu verändern, und wir sind zuversichtlich, dass er dasselbe auch für Sie tun kann!



KAPITEL 1

Wie der TPM- Gebetsdienst begann

„Herr Jesus, was willst du sie wissen lassen?“



vor der Gründung von TPM (1995) bot ich in meiner kleinen, ländlichen Gemeinde mitten in Kentucky, USA, seelsorgerische Beratung an. Ein beträchtlicher Teil der Menschen, die hilfesuchend zu mir kamen, waren Frauen, die in ihrer Kindheit sexuellen Missbrauch erlebt hatten. Mir wurde klar, dass ihr emotionaler Schmerz NICHT aus ihrer Vergangenheit und nicht einmal aus ihrer Erinnerung herrührte, sondern aus dem, was sie über sich selbst oder Gott glaubten. Diese inneren Überzeugungen, nicht ihre Erinnerungen oder die Erlebnisse selbst, waren der Grund für ihre gegenwärtigen Gefühle. Was mich am meisten verwirrte, war die Tatsache, dass sie die Wahrheit über ihren Missbrauch zwar verstandesmäßig erfasst hatten (sie waren jetzt in Sicherheit, es war nicht ihre Schuld, sie waren nicht schmutzig, sie brauchten sich nicht zu schämen, usw.), aber ihre emotionale Verfassung erkennen ließ, dass sie diese Wahrheit nicht in ihrem Herzen glaubten.

Obwohl sie mir in Bezug auf die Wahrheit intellektuell zustimmten, konnte ich sie nicht überzeugen, diese Wahrheit mit dem Herzen zu glauben. Ihr aktueller emotionaler Zustand zeigte, dass ihre Herzensüberzeugungen stärker waren als das, was sie vom Verstand her als wahr bestätigten. Auch wenn ich ihnen noch so oft die Wahrheit zusprach – dass der Missbrauch nicht ihr Fehler war, dass sie heute in Sicherheit waren, dass sie nicht schmutzig waren oder dass sie sich nicht zu schämen brauchten –, konnte ich sie nicht überzeugen, mir zu glauben. Sie fühlten weiter, was ihre lügenbasierte Herzensüberzeugung ihnen vorgab: Scham, Angst, Ohnmacht und vieles mehr.

Irgendwann war ich entmutigt, weil diese Menschen auch nach jahrelanger seelsorgerischer Beratung keine echte oder bleibende Linderung erlebten, obwohl ich ihnen immer wieder die Wahrheit zusprach. Einige entwickelten Fähigkeiten, besser mit dem Schmerz umzugehen, als sie den Zusammenhang zwischen ihren Störungen und dem erlittenen Missbrauch herstellten. Manche kamen nach vielen Sitzungen bei mir besser klar, doch es gab keine Anzeichen einer echten und dauerhaften Transformation.

Jedes Mal, wenn sie sich an den erlittenen Missbrauch erinnerten, war der Schmerz immer noch da. Meine „Seelsorge“ half ihnen, intellektuell zu verstehen, dass sie an unwahren Schlussfolgerungen festhielten, doch nichts, was ich tat, erreichte die falschen Überzeugungen in ihrem Herzen. Immer und immer wieder hatte ich ihnen die Wahrheit gesagt und ich wusste ehrlich nicht mehr, was ich sonst noch tun konnte. Ich ahnte nicht, dass der Herr kurz davorstand, meinen seelsorgerischen Ansatz völlig auf den Kopf zu stellen.

In einer meiner „Beratungssitzungen“ bat ich die Frau, die gekommen war, an eine ihrer Kindheitserinnerungen in Bezug auf den sexuellen Missbrauch zu denken und mir zu sagen, was sie fühlte. Sofort begann sie zu weinen und zu zittern, während sie Gefühle wie Scham, Angst und Schuld beschrieb. Ich fragte sie, warum sie diese Gefühle habe. Daraufhin äußerte sie mehrere innere Überzeugungen: „Es war meine Schuld“, „Ich bin schmutzig und schäme mich“, „Ich fühle mich wie in einer Falle“ und „Ich kann nichts dagegen tun“.

Mir war ganz klar, dass ihre inneren Überzeugungen nicht der Wahrheit entsprachen bzw. ihr in diesem Moment zumindest nicht wahr erschienen. Ihre Worte beschrieben, wie sie das, was ihr widerfahren war, interpretierte. Sie waren Ausdruck ihrer falschen Annahmen über sich selbst und ihren „Seinszustand“. In

anderen Sitzungen hatte ich ihr wiederholt die Wahrheit zugesprochen, doch obwohl sie mir intellektuell zustimmte, *fühlte* sich die Wahrheit für sie nicht wahr an. Sie war sich der Wahrheit bewusst, konnte sie aber nicht mit dem Herzen glauben. Und so sehr ich mich auch bemühte, gelang es mir nicht, sie davon zu überzeugen. Ich wusste ehrlich gesagt nicht, was ich tun sollte.

Und so holte ich in diesem Moment tief Luft und betete laut ungefähr so: „Herr Jesus, was willst du sie wissen lassen?“ Ich hatte wirklich keinerlei Erwartungen, dass etwas geschehen könnte; ich war einfach am Ende meiner Weisheit. Nach einigen Augenblicken hörte sie auf zu weinen, richtete sich auf und öffnete die Augen. Mit verwundertem, aber ganz entspanntem Blick sagte sie zu mir: „Es ist weg.“ Verblüfft fragte ich: „Was ist weg?“ Sie antwortete: „Die Scham und die Schuld; ich habe gespürt, wie das alles von mir weggenommen wurde!“ Ich hakte nach: „Wie denn das?“ Voller Freude erklärte sie: „*Er* hat gesagt, dass ich jetzt nicht mehr dort bin und dass das, was mir widerfahren ist, nicht meine Schuld war.“ Ich entgegnete: „Ich weiß. Das habe ich Ihnen ja die ganze Zeit gesagt.“ Sie meinte: „Ja, das haben Sie, aber diesmal hat *Er* es mir gesagt.“ Zögernd hakte ich nach: „Wer hat es Ihnen gesagt?“ Sie antwortete: „Der Herr hat mir gesagt, dass es nicht meine Schuld war! Ich bin jetzt in Sicherheit. Ich bin nicht mehr dort!“

In diesem Moment glaubte ich, dass ich gerade ein Wunder miterlebt hatte! Ich hatte mit eigenen Augen gesehen, wie der Heilige Geist ihre Herzensüberzeugungen verwandelte, indem er *ihrem Herzen* einfach Seine Wahrheit und Seine Perspektive offenbarte. Natürlich ahnte ich damals nicht, dass dies der Beginn eines weltweiten Dienstes war, der in den folgenden Jahren das Leben hunderttausender Menschen berühren würde. Ich dachte wirklich, dass dies eine besondere Begegnung mit Gott war, der auf einzigartige Weise in ihr gewirkt hatte.

Was ich in ihrem Leben beobachten konnte, war die Transformation, die daraus resultierte, dass der Heilige Geist ihr Denken durch die Wahrheit erneuert hatte (dieses Konzept werden wir später noch ausführlich erörtern). Wenn sie früher an ihre Missbrauchserfahrung dachte, sprach sie davon, dass sie sich schmutzig, beschämt, wie in einer Falle und schuldbeladen fühlte. Diese Gefühle empfand sie, weil sie glaubte, in einer Falle zu stecken, schmutzig zu sein und irgendwie für das, was ihr als Kind widerfahren war, verantwortlich zu sein. Doch als der Heilige Geist sie von seiner Perspektive überzeugte, nahm sie „*das eingepflanzte Wort mit Sanftmut auf*“ (Jakobus 1,21), was zu einer völlig veränderten Herzensüberzeugung führte.

Als sie die Wahrheit mit ihrem Herzen glaubte, erlebte sie die Früchte des Geistes, nämlich Freude und Frieden. Vorher entsprachen ihre Gefühle den lügenbasierten Überzeugungen in ihrem Herzen; doch als sie die Wahrheit glaubte, änderten sich auch ihre Gefühle der Wahrheit entsprechend. In den darauffolgenden Tagen fing ich an, bei den anderen ratsuchenden Personen dasselbe zu tun, und zu meinem Erstaunen zeigte sich der Herr und es geschah ein Wunder nach dem anderen.

Nachdem Sie diesen Erfahrungsbericht gelesen haben, denken Sie vielleicht, dass TPM nur für Menschen da ist, die ein Trauma erlebt haben. Doch in Wirklichkeit bietet TPM allen Menschen dieselbe Hoffnung an, ganz gleich welche Lebenserfahrungen sie gemacht haben. Wie schon gesagt, war das eigentliche Problem dieser Frau nicht, dass sie ein Trauma erlebt hatte. Ihr gegenwärtiges Leid beruhte vielmehr auf der Interpretation ihrer Erfahrungen. Sie hatte angefangen, Dinge über sich selbst und über Gott zu glauben, die falsch waren. Ihr Gefühlszustand wurde durch das verursacht, was sie glaubte, nicht durch ihre Erinnerung. Sie brauchte Gottes Perspektive. Sie war darauf angewiesen, dass Er ihr Denken erneuerte. Dasselbe gilt für uns alle, genau wie Paulus es beschrieb: „*Lasst euch verwandeln durch die Erneuerung des Denkens*“

(Römer 12,2; EÜ).

Ein Dienst des Heiligen Geistes

Ich staunte über das, was ich in dieser ersten (inoffiziellen) TPM-Gebetssitzung erlebt hatte, und fühlte mich gesegnet. Aber ich lief nicht sofort los, um aller Welt zu erzählen, was geschehen war. Bewusst wartete ich ab, praktizierte ein Jahr lang, indem ich das, was ich hinzulernte und bei vielen weiteren Menschen erlebte, anwendete. In einer Sitzung nach der anderen konnte ich miterleben, wie der Herr Menschen von ihren lügenbasierten Überzeugungen befreite, indem Er sie von Seiner Perspektive überzeugte. Nachdem ich ein Jahr lang beobachtet und Erfahrungen gesammelt hatte, entwickelte ich ein Schulungsseminar, das ich zunächst in meiner Ortsgemeinde anbot. Nach diesem ersten Seminar erzählten immer mehr Menschen es weiter, und so breitete sich TPM durch bloßes Weitersagen in über hundert Ländern aus. Täglich erhalten wir Erfahrungsberichte, die Gott für all das Gute ehren, das er in der ganzen Welt tut.

Zu Beginn nannte ich dieses Konzept *Theophostic Counseling* (Deutsch: Theophostische Beratung). Das Wort „theophostisch“ bildete ich, indem ich zwei griechische neutestamentliche Wörter kombinierte, die im Grunde „Gottes Licht“ bedeuten. Von „Beratung“ sprach ich, weil ich pastoraler Seelsorger war und die seelsorgerliche Beratung das einzige Paradigma war, das ich damals kannte. Es dauerte aber nicht lange, bis ich erkannte, dass das, was in einer TPM-Sitzung geschah, alles andere als Beratung war; ich bildete Menschen darin aus, durch Gebet mit dem Wirken des Heiligen Geistes in ihrem Leben zu kooperieren. Deshalb gab ich das Wort „Beratung“ schließlich auf und ersetzte es durch „Prayer Ministry“ (Deutsch: Gebetsdienst).

Die Bezeichnung *Theophostic Prayer Ministry* blieb bestehen, bis wir sie um 2015 durch den Namen *Transformation Prayer Ministry* (Deutsch: Transformations-Gebetsdienst) ersetzten. Die griechische Bezeichnung „theophostisch“ ließen wir vor allem deshalb fallen, weil wir es leid waren, das Wort immer wieder zu buchstabieren und seine Bedeutung zu erklären; außerdem fanden manche Menschen, dass es sich esoterisch anhörte. Den Begriff „Transformation“ wählten wir, weil er unserer Meinung nach am besten beschreibt, was Gott durch diesen Dienst tut. Diese Entscheidung erlaubte uns außerdem, das Akronym „TPM“ zu behalten, das viele Menschen bereits benutzten, wenn sie von TPM sprachen.

Worin besteht der „Dienst“ im „Transformations-Gebetsdienst“?

Der Begriff „Ministry“ (das englische Wort kann Ministerium oder Dienst bedeuten) hat je nach dem Kontext, in dem er verwendet wird, verschiedene Bedeutungen. In vielen Regierungen in der Welt gibt es zum Beispiel ein Finanzministerium, ein Bildungsministerium, ein Verteidigungsministerium, usw. Im allgemeinen Sinn bezieht es sich im Kontext einer Gemeinde auf die spezifische Berufung einzelner Christen zu einem geistlichen Dienst. In diesem Sinn wird Dienst als das verstanden, was jemand tut, um seine bzw. ihre Aufgabe im Leib Christi zu erfüllen: Er bzw. sie „leistet“ einen Dienst für, an oder mit einer anderen Person.

Manche haben diese Bedeutung irrtümlich auf TPM übertragen, aber das ist mit diesem Begriff nicht gemeint. In TPM werden Sie keine Person finden, die für oder an einer anderen Person einen Dienst leistet, sondern der Dienst in einer TPM-Gebetssitzung ist das, was der Heilige Geist tut. In TPM ist der Dienst das,

was Gott in uns wirkt. Genau betrachtet ist die Aufgabe von TPM-Mentoren ein ausrüstender „Dienst“ für ihre Mentees, doch jede Transformation im TPM-Prozess ist allein dem Heiligen Geist zuzuschreiben.

Wir alle sind berufen, einander zu dienen und zu lieben „*als gute Verwalter der vielfältigen Gnade Gottes, jeder mit der Gabe, die er empfangen hat!*“ (1 Petrus 4,10; EÜ). In TPM verstehen wir jedoch, dass allein der Heilige Geist die Transformation bewirkt, und nicht wir. Durch „Gebet“ tut der Heilige Geist Seinen „Dienst“ an uns, und das Ergebnis ist eine „Transformation“, daher der Name „*Transformations-Gebetsdienst*“. Wenn wir also das Wort „Dienst“ benutzen, wenn wir TPM beschreiben, beziehen wir uns damit auf einen spezifischen Aspekt des Dienstes, den der Heilige Geist im Leben aller Glaubenden tut. Im Kontext von TPM ist Er der Handelnde und es geht um Seinen „Dienst“.

Das Werk des Geistes

Die Bibel offenbart, dass der Heilige Geist im Leib Christi auf vielfältige Weise wirkt. Zum Beispiel führt Er die Glaubenden in alle Wahrheit (Johannes 14,26; 16,13; Epheser 1,17-18), teilt jedem Glied der Gemeinde Gaben zu (1. Korinther 12,4-7), bringt Seine Frucht im Leben der Glaubenden, indem Er ihrem Herzen die Wahrheit offenbart (Galater 5,22-23; Kolosser 1,9-10), und ist die verbürgte Garantie oder das Siegel des Vaters, das den Glaubenden ihre ewige Bestimmung zusichert (Epheser 1,13). Dies alles und viel mehr beschreibt die „Dienste“ des Heiligen Geistes.

Während einer TPM-Gebetssitzung wirkt der Heilige Geist an uns, wenn Er „die Augen unseres Herzens erleuchtet“ (siehe Epheser 1,18), damit wir die Wahrheit von ganzem Herzen glauben können. Das wiederum führt zu einer mühelosen Transformation unseres Glaubens und unseres daraus folgenden Verhaltens (die Frucht des Geistes). Dieses Werk der Erneuerung des Denkens ist das, worum Paulus Gott bat, als er sagte:

Deshalb hören wir auch seit dem Tag, da wir es vernommen haben, nicht auf, für euch zu beten und zu bitten, dass ihr erfüllt werdet mit der Erkenntnis seines Willens in aller geistlichen Weisheit und Einsicht, **damit** ihr des Herrn würdig wandelt und ihm in allem wohlgefällig seid: in jedem guten Werk fruchtbar und in der Erkenntnis Gottes wachsend (Kolosser 1,9-11; SLT; Unsere Hervorhebung).

Dieser Abschnitt offenbart, was Gott in uns und für uns tun möchte, *damit* wir ein Leben führen können, das unsere Transformation in das Ebenbild Christi widerspiegelt. Haben Sie beim Lesen dieses Abschnitts zweimal das kleine Wort „damit“ bemerkt? Es steht zwischen dem, was Gott zur Erneuerung unseres Denkens tut, und der daraus resultierenden Frucht Seines Geistes in unserem Leben. Die meisten Menschen lesen Vers zehn, ohne vorher Vers neun gelesen zu haben, und nehmen an, dass dieser Abschnitt ein Aufruf zum Handeln ist oder eine Liste von Anweisungen darstellt, die sie befolgen sollen. Aber wenn Gott nicht tut, was in Vers neun gesagt wird, kann Vers zehn nicht verwirklicht werden. Nur wenn Gott uns die „Erkenntnis seines Willens in aller geistlichen Weisheit und Einsicht“ schenkt, werden wir die herrlichen Ergebnisse erleben, die in Vers zehn genannt werden.

In den Versen elf und zwölf zeigt Paulus dann, woher die Kraft kommt, diese Erkenntnis und diese Weisheit auszuüben. Er schreibt:

...gekräftigt mit aller Kraft nach der Macht seiner Herrlichkeit, zu allem Ausharren und aller

TRANSFORMATIONSGEBET

Langmut, mit Freuden dem Vater danksagend, der euch fähig gemacht hat zum Anteil am Erbe der Heiligen im Licht (Kolosser 1,9-12; Unsere Hervorhebung).

Das kleine Wort „damit“ sagt uns, dass das, was folgt, abhängig ist von dem, was zuerst gesagt wurde. Weil Gott zuerst „dieses“ getan hat, können wir als Ergebnis „jenes“ erfahren. Gott muss uns zuerst mit der Erkenntnis Seines Willens in geistlicher Weisheit und Einsicht erfüllen, bevor wir ein verwandeltes Leben führen können. Lesen Sie diesen Vers noch einmal und achten Sie auf die sieben segensreichen Folgen, die wir erleben, wenn Gott uns mit Erkenntnis, Weisheit und Einsicht erfüllt.

Weil Gott getan hat, was nur er zu tun vermag, können wir:

- des Herrn würdig wandeln,
- Ihm in allem wohlgefällig sein,
- in jedem guten Werk fruchtbar sein,
- in der Erkenntnis Gottes wachsen,
- mit aller Kraft gekräftigt sein,
- Ausharren und Geduld erlangen,
- Freude haben.

Vers 10 ist keine To-do-Liste von Dingen, die wir für Gott erfüllen sollen. Jede genannte Eigenschaft ist vielmehr etwas, das wir als Ergebnis der Transformation erwarten dürfen, die Er in uns wirkt. Nichts von diesen Dingen erreichen wir durch eigene Anstrengung, Willenskraft oder ständiges bzw. erneutes Engagement. All dies ist vielmehr das Ergebnis, wenn Gott uns „*mit der Erkenntnis seines Willens in aller geistlichen Weisheit und Einsicht*“ erfüllt. Oder anders gesagt: Es sind Früchte Seines Heiligen Geistes.

Dieses verwandelnde Werk geschieht durch Seinen Heiligen Geist, wenn wir uns „*in Demut unter die mächtige Hand Gottes [beugen]*“ (1 Petrus 5,6; EÜ). Wenn die Augen unseres Herzens geöffnet werden und der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt, entdecken wir mehr und mehr, wie Gott wirklich ist und wer wir sind, seit wir zum Glauben gekommen sind (1 Korinther 13,12). Diese Bibelabschnitte beschreiben, was wir in jeder TPM-Gebetssitzung zu erfahren hoffen.

Die Ausbildung in diesem Handbuch ist für alle gedacht, die in der Wahrheit leben und ohne eigene Anstrengung die Frucht des Geistes Gottes tragen wollen. Einige, die diese Ausbildung absolvieren, können auch Mentoren für andere werden, aber das ist ein zweitrangiges Ziel von TPM. Die erste Priorität ist, dass Sie befähigt werden, die Absicht, die Prinzipien und den Prozess von TPM in Ihrem eigenen Leben effektiv anzuwenden. Das ist unser Gebet für Sie, wenn Sie diesen Gebetsdienst zu Ihrem Lebensstil und Ihrem täglichen Weg mit Gott machen.



KAPITEL 2

Die drei Elemente von TPM

Prinzipien, Absicht und Prozess

Die drei Elemente von TPM



Die drei Elemente von TPM sind die „*Prinzipien*“, die „*Absicht*“ und der „*Prozess*“. Sie sind das Thema dieses Buchs und der Fokus jeder TPM-Gebetssitzung. Ihre Fähigkeit, die hier vermittelten Inhalte effektiv anzuwenden, hängt unmittelbar davon ab, wie gut Sie diese drei Elemente kennen und verstehen. Jedes einzelne dieser Elemente kann nützlich für Sie sein, doch wenn Sie das TPM-Konzept optimal nutzen möchten, müssen Sie alle drei verstehen und anwenden.

Im Wesentlichen erklären die *Prinzipien*, wie alles zusammenhängt; die *Absicht* erläutert, warum diese Prinzipien wichtig sind; und der *Prozess* nennt Ihnen die praktischen Schritte, durch die Sie das Erlernte anwenden können. Die Prinzipien, die Absicht und der Prozess unterstützen und erklären sich gegenseitig. Und weil diese drei Elemente zusammen ein ganzheitliches System ergeben, ist jedes einzelne Element unzureichend, wenn es losgelöst angewendet wird.

Wenn Sie zum Beispiel nur die *Prinzipien* verstehen, sind Sie zwar in der Lage, Ihre Wahrnehmungen, Emotionen und Handlungsweisen zu erklären, wissen aber nicht, wie Sie sie ändern können. Wenn Sie nur die *Absicht* von TPM verstehen, erkennen Sie zwar, wie wichtig das ist, was Gott in Ihrem Leben tun möchte, aber Ihnen entgehen viele Gelegenheiten, die Er Ihnen schenkt, weil Sie nicht wissen, worauf Sie achten sollen oder wie Sie richtig reagieren können. Wenn Sie nur den *Prozess* verstehen, sind Sie vielleicht in der Lage, einige Lügen zu identifizieren und Wahrheit zu empfangen, aber Sie werden dieses Tool wahrscheinlich falsch nutzen, indem Sie es nur anwenden, wenn Ihr emotionaler Schmerz nicht mehr zu bewältigen ist. Und wenn Sie versuchen, Mentor bzw. Mentorin für andere zu sein, ohne jedes der *drei Elemente von TPM* zu verstehen, werden Sie unweigerlich schlecht ausgebildete Mentees hervorbringen, die ständig von Ihnen und Ihrer Unterstützung abhängig sind.

Wir empfehlen Ihnen, alles daran zu setzen, jedes der *drei Elemente von TPM* gut zu erlernen. Wie schon gesagt: Der Nutzen steigt exponentiell, wenn Sie alle drei Elemente verstehen und zusammen anwenden, statt nur eines einzusetzen. Nach diesen Vorbemerkungen wollen wir nun jedes einzelne Element kurz vorstellen, bevor wir es in einem späteren Kapitel ausführlich erörtern.

Die Prinzipien von TPM

Die Prinzipien von TPM bieten Erklärungen für alles, was im TPM-Kontext auftreten kann. Sie erklären, warum wir die Welt so wahrnehmen, wie wir es tun, warum wir fühlen, was wir fühlen, warum wir tun, was wir tun, und warum wir glauben, was wir glauben. Sie erklären auch die Rollen von Mentee und Mentor im TPM-Kontext.

Indem Sie sich mit den Prinzipien vertraut machen, verschwindet vieles von dem, was Ihnen am TPM-Konzept zuerst vielleicht rätselhaft erscheint. Eine gute Kenntnis der Prinzipien befähigt Sie, das hier Erlernte effektiver anzuwenden, und ist unverzichtbar, wenn Sie als Mentor oder Mentorin andere effektiv unterstützen wollen.

Die Prinzipien sind auch vielseitig anwendbar, um neuen Interessenten TPM vorzustellen. Sie bieten Ihnen die Möglichkeit, einzelne Teile der TPM-Schulung in kleineren, anwendbaren „Häppchen“ zu vermitteln, statt die Teilnehmenden mit einer Fülle von Informationen zu überfluten. So können Sie TPM gezielt erklären,

indem Sie sich auf Themen konzentrieren, die für die aktuelle Situation der Person relevant sind. Auch während der TPM-Gebetssitzungen werden die Prinzipien von Mentoren zur Orientierung verwendet, da sie jeden Aspekt des TPM-Prozesses effektiv erklären können.

Die Absicht von TPM

Die Absicht von TPM erklärt, *warum* wir die hier erörterten Inhalte erlernen und anwenden sollten. Sie bietet uns einen Bezugsrahmen, der uns die Schwierigkeiten des Lebens aus einer himmlischen Perspektive betrachten lässt. Sie erklärt, warum wir unser Leid, unsere Probleme und unser Missgeschick als Gelegenheiten für Gott sehen sollen, uns in das Ebenbild Christi zu verwandeln, und nicht als unwillkommene Schwierigkeiten, die wir irgendwie überwinden oder ertragen müssen. Ein Unglück, das wir normalerweise als sinnlos auffassen würden, wird als ein läuterndes Feuer verstanden, gelenkt von einem gütigen und barmherzigen Gott, der uns liebt und einen ewigen Plan für unser Wohlergehen hat (Jeremia 29,11).

Indem wir diese Perspektive einnehmen, können wir uns bewusst entscheiden, mit Gott zu kooperieren, wenn er mitten in unseren Schwierigkeiten unseren Glauben reinigt, unser Denken erneuert und unser Leben verwandelt. Unsere biblische Grundlage für diese Sicht beruht auf Abschnitten wie zum Beispiel den folgenden:

Wir wissen aber, dass denen, die Gott lieben, alle Dinge zum Guten mitwirken, denen, die nach (seinem) Vorsatz berufen sind. Denn die er vorher erkannt hat, die hat er auch vorherbestimmt, dem Bild seines Sohnes gleichförmig zu sein (Römer 8,28-29).

Geliebte, lasst euch durch die Feuersglut, die zu eurer Prüfung über euch gekommen ist, nicht verwirren, als ob euch etwas Ungewöhnliches zustoße! Stattdessen freut euch, dass ihr Anteil an den Leiden Christi habt; denn so könnt ihr auch bei der Offenbarung seiner Herrlichkeit voll Freude jubeln (1 Petrus 4,12-13).

In Ihm beteiligen wir uns an Seinem Werk der Läuterung unseres Glaubens und der Erneuerung des Denkens, indem wir uns unter Seine „mächtige Hand“ begeben, damit uns „der Gott aller Gnade, der [uns] berufen hat zu seiner ewigen Herrlichkeit in Christus“, nachdem wir „eine kurze Zeit gelitten [haben], vollkommen machen, stärken, kräftigen, gründen“ wird (siehe 1 Petrus 5,6-10).

Der TPM-Prozess

Der TPM-Prozess ist eine Reihe von Schritten oder Zielen, die Sie (als Mentee) während einer Gebetssitzung vollziehen. Damit bietet er Ihnen eine systematische Vorgehensweise, um vor Gott eine empfangende Position einzunehmen, damit Er Sie im Herzen überzeugen kann, die Wahrheit zu glauben. Der TPM-Prozess beruht auf einem klar definierten Verlaufsschema mit Fragen, die Ihnen helfen zu erkennen, was Sie glauben, und dann eine Position einzunehmen, in der Sie durch den Heiligen Geist Wahrheit und seine Sicht empfangen können. Dieser Prozess lässt sich praktisch von jeder Person an jedem Ort und zu jeder Zeit anwenden. Sobald Sie mit dem TPM-Prozess vertraut sind, können Sie ihn leicht in Ihren Alltag integrieren.

In der ersten Zeit, wenn ein Mentor oder eine Mentorin Sie begleitet, wird er oder sie beobachten, wie Sie den TPM-Prozess anwenden, und Ihnen durch Fragen in Erinnerung rufen, was das jeweilige Ziel ist und wie Sie es erreichen können. Es ist aber nicht der Mentor, der den Prozess anwendet. Er oder sie ist dazu da, Ihnen die nötigen Kenntnisse und Fähigkeiten zu vermitteln, damit Sie den Prozess selbst anwenden können. Zu diesem Zweck wird Ihr Mentor oder Ihre Mentorin Ihnen im Verlauf Ihrer TPM-Gebetssitzungen jeweils die nötige Orientierung über die drei Elemente von TPM geben.

Der TPM-Prozess unterscheidet sich wesentlich von einer beratenden Seelsorge oder anderen seelsorgerlichen Konzepten. Man sucht einen Arzt auf, um medizinisch behandelt zu werden, und einen Seelsorger, um seelsorgerliche Hilfe zu bekommen. Zu einer TPM-Gebetssitzung kommen Sie, um durch ein *Mentoring* unterstützt zu werden. Es ist Ihr Weg mit Gott. Mentoren sind einfach dazu da, Sie weiter auszurüsten, damit Sie diesen Weg bewusster und gezielter gehen können.



„Bring mir einfach bei, wie ich Menschen helfen kann“

Wir verstehen, dass viele, die an dieser Schulung teilnehmen, gern mit dem *Prozess* beginnen möchten, um ihn möglichst bald anzuwenden. Sie wollen die Schulung rasch „abschließen“, damit sie anfangen können, den „emotional belasteten Menschen“ ihrer Umgebung zu helfen, und denen Hoffnung zu vermitteln, die mit belastenden Verhaltensweisen zu kämpfen haben. Auch wenn sie gute Absichten haben mögen, ist es eine sehr enge und begrenzte Sicht.

Indem sie sich in erster Linie auf den Prozess konzentrieren, ohne sich mit den Prinzipien und der Absicht von TPM vertraut zu machen, beschränken diese angehenden Mentoren die Anwendung von TPM im Grunde auf eine Form der Schmerzbewältigung. Das wird wahrscheinlich zur Folge haben, dass sie einen großen Teil des Nutzens verlieren, den sie erfahren könnten. Wenn die „problembelasteten“ Menschen, um die sie sich kümmern, nur den TPM-Prozess erleben, ohne die Prinzipien und die Absicht zu verstehen, werden sie TPM wahrscheinlich falsch anwenden. Und sobald ihr Schmerz ein erträgliches Maß erreicht hat und sie ihr Verhalten scheinbar wieder unter Kontrolle haben, werden sie vermutlich nicht weiter versuchen, TPM zu erlernen und anzuwenden. Eine solche bedauerliche Folge wäre völlig vermeidbar.

TPM-Mentoren, die sich alle drei Elemente von TPM vollständig angeeignet haben, würden bestätigen, dass der Versuch, den TPM-Prozess anzuwenden, ohne auch seine Prinzipien und seine Absicht zu integrieren, alles andere als ideal ist. Das wäre so, als würde ein erfahrener Fischer versuchen, seine hungrigen Nachbarn mit frischem Fisch zu versorgen, ohne ihnen beizubringen, wie sie selbst fischen können. Seine unbeabsichtigte Selbstbezogenheit bringt die Nachbarn des Fischers um die Freiheit und den Segen, sich selbst versorgen zu können, indem sie direkt an die Nahrungsquelle gehen. In TPM möchten wir anderen beibringen, für sich selbst zu „fischen“. Gute Mentoren werden ihre Mitwirkung in wachsendem Maß überflüssig machen.

Wir ermutigen Sie deshalb, nicht in Eile zu geraten, sondern der Schulung zu folgen, so wie sie hier präsentiert wird. Wir haben die Konzepte bewusst in einer Reihenfolge eingeführt, von der wir glauben,

dass sie am sinnvollsten ist und das festigen wird, was Sie in der Vergangenheit gelernt haben. Dennoch empfehlen wir Ihnen, sich möglichst bald mit den Informationen vertraut zu machen, die Sie im TPM-Verlaufsschema und in den Flussdiagrammen (am Ende dieses Buchs) finden. Auch wenn Sie dann natürlich noch nicht wissen, wie diese Informationen angewendet werden, haben Sie so eine gute Grundlage für später, wenn es an der Zeit ist, den TPM-Prozess zu erlernen.

Wenn es nicht TPM ist, dann ist es nicht TPM

Wir möchten darauf hinweisen, dass Sie den *TPM-Prozess* auch dann effektiv anwenden können, wenn Sie den *Prinzipien* und der *Absicht* von TPM nicht in vollem Umfang zustimmen. Wenn Sie sich allerdings bei der Anwendung nicht an das hier vermittelte TPM-Protokoll (die Prinzipien, die Absicht und den Prozess) halten, wenden Sie den TPM-Prozess **nicht** wirklich an und sollten das, was Sie tun, anders nennen. Wir sehen es nicht als unsere Aufgabe an, das zu kritisieren, was andere praktizieren, aber es ist wichtig, klar zu definieren, was TPM ist und was es nicht ist. Wer nur einzelne Aspekte von TPM herausgreift oder TPM mit anderen Ansätzen zu kombinieren versucht, sollte diesen Dienst nicht TPM nennen. Er mag sehr effektiv und von Gott gesegnet sein, aber um die Integrität beider Dienste zu bewahren, sollte jeder einen eigenen Namen tragen.

Bevor Sie jemanden zu einer TPM-Gebetssitzung aufsuchen, der von sich behauptet, TPM zu praktizieren, sollten Sie sich zumindest die Grundzüge der drei Elemente von TPM aneignen. So sind Sie besser in der Lage, das Mentoring zu beurteilen, das Sie erhalten. Sie können nur dann unterscheiden, ob ein Mentor das authentische TPM-Protokoll befolgt, wenn Sie es selbst kennen.

Im hinteren Teil dieses Handbuchs finden Sie auch eine ausführliche Erörterung darüber, was TPM nicht ist. Dort werden Sie feststellen, dass TPM nicht auf seelsorgerliche Beratung, geistlichen Kampf oder eine Heilung von Erinnerungen zielt und den Schwerpunkt nicht darauf legt, „emotional verletzten Menschen“ zu helfen, von ihrem Schmerz frei zu werden. Zwar erwarten wir tatsächlich eine positive Veränderung unserer Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen durch das, was der Heilige Geist in unserem Leben tut, aber diese Transformation ist ein Ergebnis oder ein Nutzen und nicht der eigentliche Zweck oder Fokus. TPM ist vielmehr ein Hilfsmittel, durch das alle Gläubigen bewusst mit Gott kooperieren können, während Er unseren Glauben läutert, unser Denken erneuert und unser Leben verwandelt. Unser Herzenswunsch ist, dass Sie mit der Absicht an diese Schulung herangehen, für Ihren ganzen weiteren Weg mit Gott ausgerüstet zu werden, der in Ihrem Leben wirkt.



KAPITEL 3

Die TPM-Prinzipien

Sie erklären die Absicht und
den Prozess von TPM

Die grundlegenden Prinzipien von TPM



Die TPM-Prinzipien sind die grundlegenden Konzepte, auf denen dieser Ansatz beruht. Sie erklären, welche Perspektive wir in Bezug auf unsere Lebenserfahrungen haben; sie zeigen, warum wir in einer Situation das fühlen, was wir fühlen; sie beschreiben, was unser Verhalten motiviert und lenkt; und sie erörtern, warum wir glauben, was wir glauben. Es gibt eine kurze Liste fundamentaler Prinzipien, die die Basis für alle anderen Prinzipien bilden, die im TPM-Gebetsdienst Anwendung finden. Diese grundlegenden Konzepte sind universal. Sie lassen sich auf jede Person und überall anwenden und sind wahr, seit Adam und Eva im Garten Eden waren. Jedes Prinzip bezieht sich auf eine bestimmte Facette unseres Seins und auf die Art und Weise, wie Gott sie gebraucht, um Seinen Plan für unser Leben zu erfüllen. Wir glauben, dass diese grundlegenden Konzepte aus Gottes Sicht „gut“ sind (1 Mose 1,31) und von Ihm so gebraucht werden, dass „alle Dinge zum Guten mitwirken, denen, die nach seinem Vorsatz berufen sind“ (Römer 8,28).

Nachfolgend stellen wir jedes Prinzip kurz vor und geben einen Überblick über die damit verbundenen Konzepte, werden aber alle Prinzipien in späteren Kapiteln noch ausführlich behandeln. Behalten Sie dies beim Lesen in Erinnerung. Die folgenden Ausführungen sollen nur Ihren „Appetit“ wecken, einige Fragen aufwerfen und Sie zum Nachdenken anregen. Sie sind nicht dazu gedacht, irgendetwas zu lehren oder zu erklären (obwohl sie später als Gedächtnisstütze verwendet werden können).

Vielleicht werden Sie auf einige Konzepte stoßen, die Sie stutzig machen oder die Sie im ersten Moment ablehnen würden, aber wir bitten Sie, weiterzulesen und zunächst das zu behalten, was Sie annehmen können, während Sie alles Übrige offen lassen. Bevor Sie eines dieser Prinzipien verwerfen, lesen Sie die Erklärung noch einmal und denken Sie über die Aussagen nach (indem Sie berücksichtigen, dass jedes Konzept in einem späteren Kapitel ausführlich erörtert wird).

Sie können diesen Abschnitt zur Auffrischung wiederholen, nachdem Sie die Erläuterungen in den nachfolgenden Kapiteln gelesen haben. Wie bei allen Aspekten von TPM ermutigen wir Sie, darauf hinzuarbeiten, dass Sie die Inhalte wirklich *verstehen*, statt sie nur durchzulesen und dann *abzuhaken*. Nach diesen

Vorbemerkungen wollen wir nun einen kurzen Blick auf die grundlegenden Prinzipien von TPM werfen.

Das Prinzip von „Überzeugung und Wahrnehmung“: „Wir nehmen wahr, was wir glauben.“

Auch wenn es anders erscheinen mag, entspricht unsere Wahrnehmung nicht der Realität. Tatsächlich weichen beide oft stark voneinander ab. Wahrscheinlich haben Sie schon einmal gehört, dass man „glaubt, was man sieht“, doch treffender müsste es heißen, dass man „sieht, was man glaubt“. Was wir für wahr halten (auch wenn es nicht wahr ist), hat großen Einfluss darauf, wie wir das Leben oder das, was wir sehen, interpretieren. Die Wahrnehmungen, die wir von uns selbst, von unserer Umgebung und von Gott haben, sind das Ergebnis einer Interpretation, die unser Verstand aufgrund früherer Erfahrungen vornimmt.

Alle Erfahrungen in unserem Leben und auch unsere Erinnerungen daran werden auf diese Weise gedeutet. Unsere Überzeugungen bestimmen, wie wir die Realität wahrnehmen. Deshalb wird sich unsere

Wahrnehmung auch wahr anfühlen oder uns wahr erscheinen, aber unsere Überzeugung, dass etwas wahr ist, macht dieses „Etwas“ nicht wahr. Gottes Wort ist der Maßstab für die Beurteilung aller Überzeugungen, Perspektiven und Meinungen. Alles, was nicht vollkommen mit seiner Perspektive übereinstimmt, ist ungenau oder zumindest begrenzt.

Gottes Perspektive ist Wahrheit und Realität. Wenn das, was wir für wahr halten, nicht genau Gottes Perspektive entspricht, leben und urteilen wir im Dunkeln und werden die Konsequenzen tragen. Selbst wenn wir eine Wahrheit vom Verstand her kennen, verzerren falsche Überzeugungen in unserem Herzen unsere Wahrnehmung und *erscheinen* uns wahr. Wir werden unweigerlich gegen imaginäre, auf Unwahrheit beruhende Probleme kämpfen und dabei Gottes Lösungen für unsere realen Probleme verpassen. Wenn unsere Wahrnehmung jedoch wirklich Seine Sicht widerspiegelt, können wir klar sehen und werden mühelos im Licht dieser Wahrheit leben. Es gehört zu Gottes Plan, dass wir wahrnehmen, was wir glauben.

Das Prinzip von „Überzeugung und Emotion“: „Wir fühlen, was wir glauben.“

In der Regel suchen wir die Ursache für unseren emotionalen Schmerz und unser Unbehagen in unserer Umgebung, doch diese Vorgehensweise nimmt uns gefangen. Was unsere Gefühle bestimmt, sind weder Zufälle oder die Handlungen anderer Menschen, noch unsere Umstände oder unsere bewussten Versuche, ein bestimmtes Gefühl zu empfinden. Man kann ebenso wenig „entscheiden“, Freude zu empfinden, wie man „entscheiden“ kann, sich unglücklich zu fühlen. Unser emotionaler Zustand entsteht unwillkürlich und ohne unser Zutun durch die Wahrnehmung, die wir von uns selbst, von unserer Umgebung und von Gott haben. Unsere Gefühle sind ein natürlicher Ausdruck dessen, was wir in unserem Herzen glauben. Wenn wir in unserem Herzen die Wahrheit glauben, werden wir fühlen, wie sich die Wahrheit anfühlt. Wenn wir uns täuschen, werden wir emotionalen Schmerz empfinden. Wir können das, was wir fühlen, zwar verdrängen, aber wir können uns nicht entscheiden, etwas zu fühlen, das nicht mit unseren inneren Überzeugungen übereinstimmt. Unsere Gefühle zeigen einfach, was wir glauben. Das bedeutet nicht, dass wir unseren aktuellen Gefühlen auf Dauer ausgeliefert sind. Wenn unsere Überzeugungen sich ändern, ändern sich auch unsere Gefühle. Wir werden fühlen, was Gott versprochen hat (Frieden, Freude, Mitgefühl usw.), wenn unsere Überzeugungen mit Seiner Perspektive übereinstimmen. Es gehört zu Gottes Plan, dass wir fühlen, was wir glauben.

Das Prinzip von „Überzeugung und Entscheidung“: „Wir handeln nach dem, was wir glauben.“

Wir alle tun manchmal etwas, das wir lieber nicht getan hätten. Die naheliegende Lösung für dieses Problem wäre, bessere Entscheidungen zu treffen. Deshalb versuchen wir oft, unser Verhalten durch Einsatz, Entschlossenheit, Anstrengung und Verantwortungsbewusstsein zu ändern. Wer Schwierigkeiten überwindet und sich für das „Richtige“ entscheiden kann, bekommt Anerkennung. Wem es nicht gelingt, die unausgesprochenen Verhaltensnormen zu erfüllen, der wird als „schwach“, „unberechenbar“ oder „verletzt“ angesehen. Menschen, die sich selbst am unteren Ende dieser imaginären Rangliste einordnen, glauben oft,

dass sie „nicht anders können“. Aber unser Verhalten ist nicht zufällig und entzieht sich nicht unserer Kontrolle. Trotz unterschiedlicher Verhaltensweisen *gibt es keinen wesentlichen Unterschied zwischen Menschen, die den erwarteten Standard kaum erfüllen können, und Menschen, die in ihren äußeren Leistungen erfolgreich zu sein scheinen.*

Alles, was wir tun, geschieht mit einer Absicht und zu einem bestimmten Zweck, auch wenn unsere Absichten nicht offensichtlich sind. Oft ist das, was wir tun, ein Versuch, wahrgenommene Probleme zu lösen, von denen wir *glauben*, dass wir sie angehen müssen. Wir entscheiden uns, etwas Bestimmtes zu tun, weil wir glauben, dass es die geeignetste und hilfreichste Reaktion darauf ist, wie wir unsere aktuelle Situation wahrnehmen. Es kann sogar sein, dass wir mit unserer Handlungsweise selbst nicht einverstanden sind, doch unsere Handlungen sind eine automatische, unwillkürliche Reaktion auf das, was wir für wahr halten. Wenn ein Verhalten mit dem übereinstimmt, was wir glauben, sind wir motiviert dazu; widerspricht ein Verhalten jedoch dem, was wir für wahr halten, geraten wir in innere Konflikte und Widerstände.

Darin liegt zwar die Ursache für einen großen Teil der Schwierigkeiten, mit denen wir konfrontiert sind, wenn wir nach der Wahrheit der Heiligen Schrift zu handeln versuchen, aber das ist gar nicht schlecht! Denn wenn wir die Wahrheit der Bibel wirklich in unserem Herzen erkannt haben, hört der Kampf auf und wir erleben, wie die Frucht des Heiligen Geistes ohne eigene Anstrengung in unserem Leben zum Ausdruck kommt. Gott möchte, dass wir nach dem handeln, wovon wir im Herzen überzeugt sind, wenn diese Überzeugungen der Wahrheit entsprechen. Es gehört zu Gottes Plan, dass wir nach dem handeln, was wir glauben.

Das Prinzip von „Überzeugung und Glaube“: „Wir glauben das, wovon wir überzeugt wurden.“

Da unsere Wahrnehmungen, Emotionen und Verhaltensweisen aus dem resultieren, was wir glauben, kommt es entscheidend darauf an, dass unsere Überzeugungen Gottes Perspektive richtig widerspiegeln. Doch an diesem Punkt stoßen viele wohlmeinende Christen auf ein scheinbar unüberwindbares Hindernis. Viele sind nämlich der Meinung, dass wir selbst bestimmen, was wir glauben, und verstehen Glauben oft als eine bewusste Entscheidung, jemandem oder etwas zu vertrauen. Aber diese Auffassung hat einen wesentlichen Fehler! Haben Sie sich *entschieden* zu glauben, dass zwei plus zwei gleich vier ist? Haben Sie sich *entschieden* zu glauben, dass der Himmel blau ist? Nein, natürlich nicht! Genauso wenig können wir anfangen zu glauben, dass Gott uns liebt, indem wir einfach *beschließen*, diese Wahrheit zu glauben. Tatsache ist, dass wir uns nicht *entscheiden* können, irgendetwas zu glauben. Vielleicht wollen wir etwas wirklich glauben und bemühen uns, es zu studieren und auswendig zu lernen, aber die bloße Tatsache, dass wir Informationen mit dem Verstand erfasst haben, bedeutet noch nicht, dass wir diese Informationen auch glauben. Vielleicht können wir uns ein Konzept einprägen und es zitieren und versuchen sogar, so zu reagieren oder zu handeln, als würden wir daran glauben, aber das bedeutet noch nicht, dass wir von der Wahrheit dieses Konzepts wirklich überzeugt sind. Wir glauben, was wir glauben, weil wir davon überzeugt wurden. Und diese Überzeugungen werden sich erst dann ändern, wenn eine Person oder Gegebenheit, der wir vertrauen und die eine größere Autorität auf dem entsprechenden Gebiet zu haben scheint, uns von etwas anderem überzeugt. Dieser Überzeugungsprozess, der ohne unser Zutun und Bemühen geschieht, steht im Mittelpunkt dessen, was der Heilige Geist in uns wirkt. Er wurde dazu gesandt, uns in die ganze Wahrheit zu

führen (Johannes 16,13). Weil Er die Wahrheit ist und wir Ihm *vertrauen*, und weil Er das größte Maß an *Autorität* besitzt, werden wir ohne eigene Anstrengung für alle Ewigkeit glauben, wovon Er uns überzeugt! Es ist Gottes Absicht, dass wir glauben, wovon wir überzeugt worden sind.

Wahrnehmung, Emotion, Entscheidung und Überzeugung

Wir „*nehmen wahr*“, „*fühlen*“ und „*tun*“ etwas, weil wir „*überzeugt*“ wurden zu glauben, dass es wahr ist. Richtig verstanden, haben diese scheinbar einfachen Konzepte das Potential, unser Leben und Handeln völlig zu verändern. Sie sind sozusagen das Bindegewebe, das alle anderen TPM-Prinzipien verknüpft, bilden die Grundlage, auf dem der TPM-Prozess beruht, und helfen zu verstehen, warum die Absicht von TPM so wichtig ist.

Wenn wir diese Prinzipien verstehen, werden wir:

1. sowohl den TPM-Prozess als auch seine Absicht tiefer verstehen.
2. den TPM-Prozess effektiver und gezielter anwenden können.
3. erkennen, wie groß der Nutzen sein wird, wenn wir das hier Erlernte anwenden.
4. bessere Voraussetzungen haben, als potentielle Mentoren andere zu unterstützen.

Mentoring in Bezug auf die Prinzipien

Ihr TPM-Mentor sollte in jeder TPM-Gebetssitzung mit Ihnen über die *Absicht* und die *Prinzipien* von TPM sprechen. Das muss kein Vortrag sein, sondern soll als spontane Erörterung an dem anknüpfen, was gerade in Ihrem Leben geschieht. Mentoren bieten Ihnen Unterstützung an, indem sie Ihre Aufmerksamkeit auf verschiedene TPM-Prinzipien lenken, die für Ihre aktuelle Situation relevant sind. Damit leisten sie Ihnen einen wichtigen Dienst, während Sie selbst alles lernen, was Sie wissen müssen. Es gibt aber keinen Grund, sich allein auf die Mitwirkung von Mentoren zu stützen, denn alles, was ein Mentor über den TPM-Gebetsdienst weiß, ist auch Ihnen frei zugänglich. Der folgende Dialog veranschaulicht, wie ein solches Gespräch zwischen Mentee und Mentor im Kontext einer TPM-Sitzung aussehen könnte.

Mentor: Na, Jim, wie läuft es denn so?

Mentee: Ach, nicht besonders. Als ich heute Morgen aus dem Haus ging, sagte meine Frau zu mir: „Ich hoffe, du reißt dich heute endlich zusammen. Ich habe genug von deinen Allüren!“

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus?

Mentee: Wie soll ich mich dabei schon fühlen? Was würden Sie denn empfinden, wenn Sie mit jemandem zusammenleben müssten, der ständig an Ihnen herumnörgelt und Sie bevormundet? Wenn sie einfach mal aufhören und mich in Ruhe lassen würde, hätte ich auch keine Allüren. Sie ist diejenige, die sich mal zusammenreißen muss!

An diesem Punkt könnte der Mentor mit der nächsten Frage im TPM-Prozess fortfahren, er könnte die Gelegenheit aber auch dazu nutzen, einige TPM-Prinzipien zu erläutern.

Der Mentee bestimmt, was in einer Gebetssitzung über die Prinzipien, die Absicht und den Prozess von TPM besprochen werden sollte. Denn das, was ein Mentee sagt und tut, lässt

erkennen, wie gut er die drei Elemente von TPM verstanden hat.

Die Tatsache, dass der Mentee seine Frau für sein momentanes Verhalten verantwortlich macht, zeigt, dass er einige grundlegende biblische Konzepte von TPM nicht verstanden hat. Statt mit dem Prozess fortzufahren, könnte der Mentor deshalb ein paar Minuten darauf verwenden, einige hier passende Prinzipien zu besprechen, die der Mentee offenbar noch nicht verstanden hat.

Mentor: Ich verstehe, warum Sie das denken, aber es gibt einige wichtige biblische Prinzipien im TPM-Konzept, die Sie vielleicht in Betracht ziehen sollten. Wenn es zum Beispiel möglich wäre, ohne Anstrengung im Frieden Christi zu bleiben, statt sich über Ihre Frau aufzuregen, wären Sie daran interessiert?

Mentee: Ja, natürlich. Aber ich bezweifle sehr, dass das möglich wäre.

Mentor: Tatsächlich ist das nicht nur möglich, sondern eine Zusage von Gott. In der Bibel steht: „Er selbst aber, der Herr des Friedens, gebe euch den Frieden allezeit auf alle Weise!“ (2 Thessalonicher 3,16). Können wir uns ein paar Minuten Zeit nehmen, darüber zu sprechen?

Mentee: Klar.

Mentor: Es gibt einige wichtige Prinzipien, die hier anwendbar sind...

Der Mann in diesem Beispiel glaubte, dass die Gefühle, die er spürte, auf der Art und Weise beruhten, wie seine Frau ihn behandelt hatte. Wenn er in der TPM-Gebetssitzung Wahrheit von Gott empfängt, kann er das Verhalten seiner Frau in Zukunft vielleicht besser tolerieren, was einen gewissen Wert hat. Doch wenn er dabei nicht auch das Prinzip versteht, dass er *immer fühlt, was er glaubt*, wird er *wahrscheinlich* auch in Zukunft irrtümlich annehmen, das Verhalten seiner Frau sei der Grund für seine negativen Gefühle. Er wird den TPM-Prozess vermutlich als ein Mittel zur Bewältigung seines emotionalen Schmerzes betrachten und ihn erst dann anwenden, wenn er den Eindruck hat, die Anspannung und das Unbehagen nicht mehr bewältigen zu können.

Wenn Mentoren nur den *Prozess* erläutern, werden ihre Mentees unweigerlich von ihrer Begleitung abhängig bleiben und viele Gelegenheiten versäumen, in denen sie mit Gott kooperieren könnten, wenn Er ihren Glauben erneuern möchte. Das wäre sehr bedauerlich, ließe sich aber leicht vermeiden, indem Mentoren ihre Aufgabe verantwortlich erfüllen. Dass Mentees die *drei Elemente von TPM* kennen und verstehen, ist von größter Bedeutung! Deshalb ist es so wichtig, dass Sie die *Absicht* und die *Prinzipien* von TPM verstehen lernen, um das TPM-Konzept optimal nutzen zu können.

Einfach zusammengefasst, hier noch einmal die vier *grundlegenden TPM-Prinzipien* (die wir in den nächsten Kapiteln ausführlich erörtern werden):

- * Wir nehmen wahr, was wir glauben.
- * Wir fühlen, was wir glauben.
- * Wir handeln nach dem, was wir glauben.
- * Wir glauben das, wovon wir überzeugt wurden.



KAPITEL 4

Das Prinzip von „Überzeugung und Wahrnehmung“

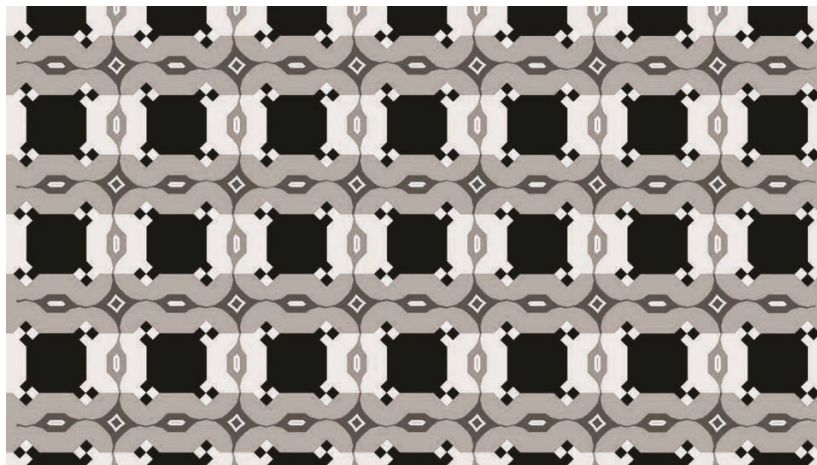
Wir nehmen wahr,
wovon wir überzeugt sind

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in fünf Teile gegliedert. Der erste Teil erörtert die Art und Weise, wie wir das Leben durch unsere Überzeugungen interpretieren. Der zweite Teil untersucht, wie wir uns selbst und Gott wahrnehmen. Der dritte Teil behandelt vor allem das Konzept der „wahrheitsbasierten wahrgenommenen Probleme“. Der vierte Teil beschäftigt sich mit den „lügenbasierten wahrgenommenen Problemen“. Und der fünfte Teil erklärt, dass Gott alle unsere Probleme gelöst hat (bzw. zu lösen versprochen hat).

Teil I

Wir nehmen wahr, wovon wir überzeugt sind

Betrachten Sie das folgende Bild. Sehen die horizontalen Linien aus, als wären sie gebogen, verschränkt oder diagonal geneigt? Das ist eine Täuschung. Wenn Sie alle Linien bis auf eine abdecken, erkennen Sie, was wahr ist: Die Linien verlaufen vollkommen parallel zueinander und kreuzen die vertikalen Linien immer im rechten Winkel. Dies ist wahr, wie auch immer Ihnen die Linien in Ihrer Wahrnehmung *erscheinen* mögen.



Diese Abbildung ist eine Schwarzweiß-Version der optischen Illusion „Skye Blue Café Wall“ von Victoria Skye. Es handelt sich um eine Neuauflage von Richard Gregorys klassischer „Café Wall“ Illusion.

Eigentlich erübrigt sich der Hinweis, aber der parallele Verlauf der Linien bleibt wahr, auch wenn unsere Wahrnehmung etwas anderes sagt. Auch wenn die Linien gekrümmt *aussehen*, heißt das nicht, dass sie tatsächlich gekrümmt *sind*. Und wenn die Linien geneigt zu sein *scheinen*, heißt das nicht, dass sie es tatsächlich *sind*. Die Wahrheit bleibt die Wahrheit, wie auch immer sie in unserer Wahrnehmung *erscheinen* mag.

Die Tatsache, dass Sie nicht verändern können, wie Ihr Verstand das Bild wahrnimmt, bedeutet nicht, dass Ihre Wahrnehmung korrekt wäre. Das Bild ist klar und unveränderlich, doch Ihr Verstand interpretiert das, was Ihre Augen sehen, falsch, und deshalb nehmen Sie etwas wahr, das nicht wahr ist. Ihr Verstand wurde dazu verleitet, etwas zu „sehen“, das nicht real ist. Die gekrümmten, kreuz und quer verlaufenden Linien, die Sie sehen, existieren nur in Ihrer fehlerhaften Wahrnehmung dessen, was wirklich da ist.

So sehr Sie sich auch bemühen, die Wahrheit zu „sehen“, die Linien werden so lange schräg erscheinen, wie Ihr Verstand das Bild falsch interpretiert. Sie können sich selbst die Wahrheit über das Bild sagen und sich sehr bemühen, es richtig wahrzunehmen, aber Sie werden weiter „sehen“, was Ihr Verstand zu sehen glaubt. Sie können das, was tatsächlich da ist, nur so wahrnehmen, wie Ihr Verstand es interpretiert. Im Gegensatz zu dem Sprichwort „Sehen heißt Glauben“ – wir glauben das, was wir mit eigenen Augen gesehen haben – sehen wir oft das, was wir glauben.

Unser Verstand ist darauf ausgelegt, die Eindrücke unserer Sinne aufzunehmen und ihre Bedeutung zu interpretieren. Das Ergebnis dieser Interpretation nehmen wir dann als unsere Erfahrung wahr. In gewissem Sinne erleben wir, was wir zu erleben *glauben*, und nehmen das wahr, was wir glauben. Derselbe Prozess der Interpretation, der Ihnen vermittelt hat, was auf dem Bild oben zu sehen ist, interpretiert praktisch jeden Aspekt Ihres Lebens.

Wenn Sie zum Beispiel am Flughafen sitzen und plötzlich in einiger Entfernung eine Person schreien hören, wird Ihr Erleben dieser Situation von dem bestimmt, was Sie darüber glauben. Ist jemand in Gefahr oder verletzt? War die Person nur überrascht oder hatte sie vor etwas Angst? Oder war sie einfach übergücklich, nach einer langen Reise einen geliebten Menschen wiederzusehen? Nachdem Sie Ihre Umgebung nach entsprechenden Hinweisen abgesucht haben, nimmt Ihr Verstand die gesammelten Informationen auf, vergleicht sie mit dem, was Sie aus früheren Erfahrungen gelernt haben, und entwickelt so Ihre Wahrnehmung des Schreis.

Die wahren Gegebenheiten der Situation sind das Eine; Ihre Wahrnehmung und Erfahrung dieser Situation ist etwas ganz anderes. Vielleicht war der Schrei ein Ausdruck der Begeisterung, aber wenn Sie glauben, dass er etwas Schlimmes signalisierte, stimmen Ihre Erfahrung und Reaktion nicht mit der Wahrheit überein. Falls der Schrei dagegen vor einer möglichen Bedrohung warnte, Sie ihn aber für harmlos hielten, werden Sie die Warnung vermutlich nicht beachten.

Alles, was wir wahrnehmen, ist eine Interpretation dessen, was tatsächlich um uns her geschieht. Ein großer Teil unserer fortwährenden Interpretation des Geschehens scheint korrekt zu sein, aber das ist nicht immer der Fall. In Wirklichkeit sind viele Aspekte unserer Sicht mangelhaft oder zumindest begrenzt. Normalerweise ist uns nur ein Teil des Geschehens bewusst, und wir neigen dazu, die wenigen Details, die wir tatsächlich wahrnehmen, falsch zu deuten. Das geht so weit, dass wir oft Dinge wahrnehmen, die gar nicht vorhanden sind, oder etwas übersehen, das sich direkt vor unseren Augen abspielt (das wird mir zum Beispiel vorgeworfen, wenn ich im Kühlschrank etwas nicht finde und meine Frau es dann auf magische Weise hervorzaubert).

Bei der Betrachtung dieses grundlegenden TPM-Prinzips ist entscheidend, den Unterschied zwischen dem, *was wir wahrnehmen*, und dem, *was ist*, zu verstehen. Dass die Linien in der optischen Illusion oben geneigt und gekrümmt erscheinen, bedeutet noch nicht, dass sie es auch wirklich sind; unser Verstand deutet das, was wir sehen, falsch. Dass der Schrei auf eine Gefahr hinzuweisen schien, bedeutet noch nicht, dass wirklich eine Gefahr bestand; es bedeutet nur, dass wir den Klang als Warnsignal interpretiert haben. Dass ich die Ketchup-Flasche im Kühlschrank nicht finden konnte, bedeutet nicht, dass sie nicht direkt vor meiner Nase stand; ich habe einfach noch nicht wahrgenommen, was schon da war.

Unser Verstand interpretiert alles durch das, was wir für wahr halten

Man kann diese Funktion unseres Verstandes mit der Rolle eines Dolmetschers vergleichen. Unser Verstand entschlüsselt die Bedeutung der Worte und Handlungen anderer Menschen, unserer aktuellen Situation, unserer vergangenen Erfahrungen und anderer Ereignisse unseres Lebens und übersetzt sie dann in eine „Sprache“, die wir verstehen können. Absolut alles, was wir verstehen, wird durch diese Interpretation beeinflusst! Deshalb ist es so wichtig, dass die Interpretation zutreffend ist.

Wie bei jeder Interpretation oder Übersetzung muss der „Übersetzer“ die entsprechenden Sprachen gut beherrschen und genau auf die beabsichtigte Bedeutung achten, die zu übertragen ist. Wenn er wichtige Details der Aussage nicht versteht oder nicht hört oder die Bedeutung bestimmter Wörter nicht genau kennt, wird die Interpretation oder Übersetzung bestenfalls fehlerhaft sein! Es kann auch sein, dass er versehentlich wichtige Aspekte bei der Übersetzung auslässt und damit die Bedeutung völlig verändert, oder dass er die Aussage ändert, indem er fälschlicherweise etwas vermittelt, was nie gesagt wurde.

Betrachten Sie zur Veranschaulichung das folgende Szenario:

Nehmen wir an, Sie besuchen ein Land, in dem Sie einen Dolmetscher brauchen, um sich mit den Einheimischen zu verständigen. Draußen ist es heiß, deshalb gehen Sie beide in ein Geschäft in der Nähe, um etwas zu trinken zu kaufen. Der Laden bietet eine große Auswahl gekühlter Getränke an, die Sie nicht kennen. Da Ihr Dolmetscher sich gerade am anderen Ende des Geschäfts befindet, wählen Sie Ihr Getränk nach dem Preis aus und hoffen das Beste.

Als Sie auf die Kassiererin am Ausgang zugehen und hallo sagen, scheint sie nicht zu reagieren. Ihr Dolmetscher kommt hinzu und begrüßt sie in der Landessprache; sie erwidert sein Lächeln und beginnt, Ihre Artikel einzuscannen. Als sie das Getränk in die Hand nimmt, das Sie gewählt haben, hält sie kurz inne, schaut Sie an und sagt dann etwas zu Ihrem Dolmetscher.

Er wirkt etwas abwesend, übersetzt aber ihre Aussage: *„Sie sagt, dass sie Sie nicht mag.“* Irritiert und ein wenig gekränkt, haken Sie nach: *„Wieso denn das?“* Er fragt sie und übersetzt die Antwort. *„Sie sagt, es liegt an dem Geruch. Ihr wird übel davon.“* Verlegen bezahlen Sie Ihre Einkäufe und verlassen das Geschäft. *„Rieche ich wirklich so unangenehm?“*, fragen Sie Ihren Dolmetscher draußen. Er ist verwirrt: *„Was? Nein. Wie kommen Sie denn darauf?“* *„Sie haben gesagt, dass sie mich nicht mag, weil ihr von meinem Geruch übel wird!“* Er kichert und sagt: *„Aber nein. Ich wollte sagen, dass sie Ihr Getränk nicht mag. Sie findet den Geruch ekelig. Tut mir leid, ich war bei dem Gespräch mit der Snack-Auswahl beschäftigt und war wohl abgelenkt.“*

Wenn Sie schon mal auf einen Übersetzer oder Dolmetscher angewiesen waren, können Sie sich mit

dieser Geschichte bestimmt identifizieren. In diesem Fall war der Dolmetscher abgelenkt, aber stellen Sie sich die Konsequenzen vor, wenn ein Übersetzer die Definition wichtiger Wörter noch nicht kennt (begrenztes Verständnis) oder, schlimmer noch, die Bedeutung dieser Wörter falsch versteht (fehlerhaftes Verständnis) und trotz dieses Handicaps eine Übersetzung fabriziert. In diesem Beispiel sind Sie in Bezug auf Ihre Wahrnehmung der Situation, Ihre Interaktion mit anderen Menschen und Ihre Fähigkeit, angemessen auf das Geschehen zu reagieren, von Ihrem Dolmetscher abhängig. Es ist also von entscheidender Bedeutung, dass er oder sie für diese Aufgabe qualifiziert ist.

Dies lässt sich auch auf die Rolle Ihres Verstandes als mentaler „Dolmetscher“ übertragen. Ist Ihr Verstand entweder nicht ausreichend geschult (weil er die Wahrheit noch nicht kennt) oder falsch informiert (weil er die Wahrheit falsch versteht), wird die Botschaft, die wir von unserer Umgebung aufnehmen, unvollständig oder unzutreffend oder beides sein. Wir haben dann keine andere Wahl, als unsere Situation aus einer mangelhaften oder begrenzten Perspektive zu betrachten. Wir werden wichtige Details nicht bemerken und falsche Schlussfolgerungen ziehen. Das Schlimmste ist, dass diese fehlerhaften Interpretationen uns wahr *erscheinen* werden, weil sie die einzigen Interpretationen sind, die uns zur Verfügung stehen.

In dem Beispiel oben hatte die unzulängliche Übersetzung zur Folge, dass Sie eine verletzende Bemerkung wahrnahmen, die gar nicht stattgefunden hatte. Ähnlich können auch unsere fehlerhaften mentalen Interpretationen dazu führen, dass wir uns selbst, unsere Situation und die Menschen in unserem Leben aus einer Perspektive betrachten, die uns in ihrer Begrenztheit den Blick verstellt und äußerst fehlerhaft ist. Doch so oder so ist unser „Dolmetscher“ die Ursache des Problems. Wenn unser Verstand das, was geschieht, nicht richtig interpretiert oder wichtige Details übersieht, werden auch unsere Wahrnehmung, unsere Erfahrung und unsere Reaktion fehlgeleitet.

Die Qualität der Interpretation durch unseren Verstand hängt von dem ab, was wir für wahr halten

Das alles soll nicht heißen, dass unser Verstand uns bewusst irreführt, die Personen unserer Umgebung absichtlich falsch interpretiert oder uns verleitet, Dinge zu „sehen“, die gar nicht da sind. Genau wie in dem geschilderten Beispiel tut unser mentaler Dolmetscher sein Bestes, um die Informationen zu verarbeiten, die er erhalten hat. Diese Informationen sind jedoch begrenzt und fehlerhaft, und deshalb ist auch die Interpretation, die er vermittelt, problematisch.

Die Genauigkeit unserer Wahrnehmung hängt also von der Genauigkeit unserer Interpretation ab, und die Genauigkeit unserer Interpretation wird durch die Genauigkeit unserer Überzeugungen bestimmt. Wie bei der optischen Illusion am Anfang dieses Kapitels können wir nur „sehen“, was unsere Überzeugungen uns „sehen“ lassen.

In der Bibel gibt es dafür unzählige Beispiele. Die Personen, die zur Zeit Jesu lebten und das Vorrecht hatten, Ihm zu begegnen, interpretierten Ihn durch das, was sie glaubten. Ihre Wahrnehmungen Seiner Lehren und Taten wichen erheblich voneinander ab, je nachdem, was sie über Ihn glaubten. Diejenigen, die Ihn als den Sohn des lebendigen Gottes erkannten, waren ergriffen, überwältigt, ehrfürchtig und voller Dankbarkeit, obwohl auch sie Mühe hatten, Seine Worte richtig zu interpretieren, bevor Er Seinen Geist

sandte, um sie in die ganze Wahrheit zu leiten (Johannes 16,13).

Diejenigen aber, die Ihn für einen unruhestiftenden Häretiker hielten, sahen in Ihm eine lautstarke und Verwirrung stiftende Bedrohung, die es auszuschalten galt. Menschen, die nichts von Seinen Worten und Wundern wussten, waren vermutlich über den ganzen Aufruhr verwirrt. Jede Gruppe sah nur einen Teil von dem, wer Jesus wirklich war, und viele interpretierten das, was sie hörten und sahen, falsch. Sie konnten nur das wahrnehmen, was sie für wahr hielten.

Unsere Perspektive ist nie vollständig oder exakt zutreffend

Wie bei den Menschen, die Jesus folgten und Seine Lehre hörten, bilden auch unsere Wahrnehmungen nie vollkommen ab, was tatsächlich geschieht. Nehmen wir zum Beispiel an, Sie finden heraus, dass jemand hinter Ihrem Rücken über Sie geredet hat. Selbst wenn Sie in der Lage wären, richtig zu verstehen, was die Person über Sie gesagt hat, warum sie es gesagt hat, wann sie es gesagt hat, zu wem sie es gesagt hat, wo sie war, als sie es sagte, was sie damit zu erreichen hoffte, was ihre Motive waren und sogar, was sie dachte und fühlte, als sie es sagte, hätten Sie damit nicht einmal ansatzweise den umfassenderen Kontext der Situation in den Blick genommen.

Auch wenn Sie jedes dieser Details in seinem vollen Umfang wahrnehmen könnten, hätten Sie damit weniger als 0,0001 Prozent der Perspektive Gottes erfasst, aus der Er Ihre Situation beurteilt. Er ist der Einzige, der alles richtig und vollständig „sieht“, was geschieht. Seine Perspektive ist allumfassend und immer genau zutreffend; unsere ist es nicht.

Das soll Ihre Fähigkeit, die Ereignisse in Ihrem Leben richtig zu interpretieren, nicht abwerten. Vielmehr wollen wir Sie einfach ermutigen, offen für die Möglichkeit zu sein, dass Sie nicht das ganze Bild wahrnehmen und dass manches, was im Augenblick völlig klar und offensichtlich zu sein scheint, in Wirklichkeit unzutreffend sein könnte (ähnlich wie bei der optischen Illusion am Anfang dieses Kapitels).

Noch komplizierter wird die Sache, wenn Ihnen bewusst wird, dass jene unverschämte Person die Antwort, die Sie ihr gegeben haben, wiederum durch ihren Verstand interpretieren und Ihre Reaktion durch die Brille ihrer eigenen Überzeugungen wahrnehmen wird. Was auch immer Ihre Intention, Ihre Wortwahl und Ihr Verhalten gewesen sein mögen: Ihre Botschaft wird durch den mentalen „Dolmetscher“ der anderen Person interpretiert, und dann wird Ihr mentaler „Dolmetscher“ wiederum die Reaktion der Person interpretieren. Sie verstehen die Anderen falsch, die Anderen verstehen Sie falsch, und so geht es immer weiter. Was für ein Chaos! Kommt Ihnen das bekannt vor? Wahrscheinlich trifft diese Beschreibung auf nicht wenige Ihrer Interaktionen zu, selbst mit Menschen, die Ihnen wirklich viel bedeuten und mit denen Sie aufrichtig kommunizieren möchten. Doch wie gesagt, hat es mit unserem mentalen „Dolmetscher“ zu tun, nicht mit unserer Umgebung oder den beteiligten Personen.

Wir müssen der Ursache auf den Grund gehen, warum unsere „Dolmetscher“ manchmal so sehr danebenliegen. Wir müssen herausfinden, auf welchen Überzeugungen unsere begrenzte und mangelhafte Perspektive beruht. Wenn wir unsere Situation aus einer umfassenderen und zutreffenden Perspektive richtig wahrnehmen, werden viele der Probleme, mit denen wir zu kämpfen haben, von selbst verschwinden. Die Wahrheit macht uns tatsächlich frei (Johannes 8,32).



Dass wir uns so wahrnehmen, wie wir es tun, liegt an dem, was wir für wahr halten

Bevor ich in die Stadt fahre, schaue ich normalerweise in den Spiegel, um sicher zu gehen, dass ich einigermaßen passabel aussehe. Auch wenn ich dann *glaube*, dass ich ordentlich aussehe, heißt das noch lange nicht, dass diese Einschätzung stimmt! Ich bin dafür berüchtigt, mit unterschiedlichen Socken, einem falsch zugeknöpften Hemd oder ungekämmten Haaren aus dem Haus zu gehen (hoffentlich nicht alles auf einmal!). Zum Glück ist meine Familie so nett, mich liebevoll auf solche Dinge aufmerksam zu machen, bevor sie mich gehen lässt.

Auch wenn wir im übertragenen Sinne in einen „Spiegel“ schauen, um einzuschätzen, wer wir sind, was wir wert sind, warum wir hier sind usw., ist unsere Wahrnehmung von dem geprägt, was wir über uns selbst glauben. Wenn wir *glauben*, dass wir wertvolle Menschen sind, wird uns das auch so *erscheinen*. Wenn wir aber *glauben*, wertlos zu sein, wird auch diese Einschätzung uns wahr *erscheinen*. Wir „sehen“ nicht uns selbst, sondern wir nehmen wahr, wer wir zu sein *glauben*. Doch wie bei der Selbsteinschätzung meiner äußeren Erscheinung ist auch unsere Wahrnehmung von uns selbst oft begrenzt und fehlerhaft.

Der Apostel Paulus erklärte dies so: „Denn wir sehen jetzt mittels eines Spiegels undeutlich, dann aber von Angesicht zu Angesicht. Jetzt erkenne ich stückweise, dann aber werde ich erkennen, wie auch ich erkannt worden bin“ (1 Korinther 13,12). Paulus benutzt das Bild eines schwach beleuchteten und trüben Spiegels, um zu beschreiben, wie wir uns selbst sehen. Der Spiegel soll uns zeigen, wie wir aussehen, kann aber nicht für eine perfekte Wahrnehmung sorgen. Je sauberer und glatter poliert der Spiegel ist, desto genauer wird er unser Abbild widerspiegeln.

Im ersten Jahrhundert nach Christus war ein Spiegel nach modernen Maßstäben sehr grob; oft diente eine Schale Wasser oder ein poliertes Stück Metall als Spiegel. Selbst wenn er sauber war, wies er vermutlich Unebenheiten oder Kratzer auf. Durch diese Beeinträchtigungen lieferte der Spiegel ein verzerrtes Bild des Betrachters. Zu beachten ist auch, dass Paulus' Spiegel wahrscheinlich durch eine Kerze beleuchtet wurde. Das Licht der kleinen, flackernden Flamme konnte nur einen Teil des Abbildes schwach beleuchten, während der Rest nicht zu sehen war.

Unter solchen Bedingungen (schwaches Licht und verzerrtes Bild) wäre es fast unmöglich, eine vollständige und genaue Vorstellung davon zu bekommen, wie wir wirklich aussehen. Mit den gleichen Einschränkungen sind wir konfrontiert, wenn wir uns selbst als Person beurteilen. Wenn unsere Selbstwahrnehmung auf einer fehlerhaften und begrenzten Perspektive beruht, können wir nur ein

schemenhaftes Zerrbild von der Person sehen, die wir wirklich sind.

Unser wahres Selbst ist die Person, die wir in Christus sind, doch der Spiegel unserer Überzeugung liefert oft ein ganz anderes Bild. Wenn unsere Überzeugung zutreffend ist, wird der „Spiegel“ dies abbilden. Ist unsere Überzeugung jedoch getrübt, werden wir diese Verzerrungen für negative persönliche Eigenschaften halten. Unsere Wahrnehmung von uns selbst (unsere „Selbstidentität“) ist einfach ein Ergebnis dessen, was wir für wahr halten. Wir können uns selbst nur in dem fehlerhaften und begrenzten Spiegelbild sehen, das unsere Überzeugungen uns bieten. Wir sind nicht in der Lage, alles zu sehen, was tatsächlich vorhanden ist, und das Wenige, das wir sehen, bildet oft falsch ab, wer wir wirklich sind. Wir wissen nur „undeutlich“ und „stückweise“ (1. Korinther 13,12), was Gott genau und vollständig sieht.

Zum Glück werden wir, wenn wir Christus „von Angesicht zu Angesicht“ sehen, richtig erkennen, wer wir sind, und das ist nach Aussage der Bibel die Person, die wir immer gewesen sind. Wir werden uns selbst sehen, wie wir von Ihm „erkannt worden“ sind. Als der Apostel schrieb: „Dann aber werde ich erkennen, wie auch ich erkannt worden bin“ (1 Korinther 13,12), drückte er damit aus: *„Ich werde mich endlich so sehen, wie Gott mich schon die ganze Zeit gesehen hat!“*

Gott möchte unsere unzutreffende Selbstwahrnehmung korrigieren, sodass wir uns selbst so sehen, wie Er uns sieht. Er möchte, dass wir richtig erkennen, wer wir wirklich sind. Und wenn Sein herrliches, vollendetes Werk in uns offenbar wird, werden wir „vor Freude jubeln“ (siehe 1 Petrus 4,13)! Je mehr unser „Spiegel“ gereinigt und poliert wird, desto genauer wird er widerspiegeln, was immer schon wahr gewesen ist, seit wir an Jesus glauben.

Dass wir Gott so wahrnehmen, wie wir es tun, liegt an dem, was wir für wahr halten

Dieselbe Dynamik gilt auch in unserer Wahrnehmung Gottes. Wir können nicht alles sehen, was Er ist, und das, was wir wahrnehmen, interpretieren wir vielleicht nicht richtig. Wir können nur das sehen, was unser „Spiegel“ uns erlaubt. Wenn die Beleuchtung zu schwach ist oder die Unreinheiten das Bild zu sehr trüben, werden wir nicht erkennen können, wer Er wirklich ist. Wenn Gott uns zum Beispiel kalt, abwesend oder gleichgültig erscheint, dann ist unsere Wahrnehmung Gottes ein verzerrtes und unvollständiges Abbild Seiner wahren Identität und Seines wahren Wesens. Denn Er ist tatsächlich liebevoll, nahe, teilnehmend und engagiert!

Gott hat Sein Herz und Seine Absichten deutlich gezeigt, aber unsere mangelhafte und begrenzte Perspektive beeinträchtigt unsere Fähigkeit, uns an Ihm zu freuen und auf Sein vollendetes Werk zu vertrauen. Vielleicht kennen wir die Wahrheit in unserem Verstand, doch solange wir sie nicht auch mit unserem Herzen glauben, werden wir Seine Worte und Taten weiter falsch interpretieren. Er liebt uns, sorgt für uns und ist bei uns, wo immer wir auch sind, doch unsere Überzeugungen und falschen Interpretationen führen dazu, dass unsere Erfahrung diese Tatsachen oft nicht wiedergibt. Wir nehmen wahr, was wir glauben.

Auch hier möchte Gott, dass wir die Wahrheit kennen. Er möchte uns wissen lassen, wer und wie Er wirklich ist. Wenn wir Ihn richtig wahrnehmen und Sein liebevolles Handeln selbst in den kleinen Dingen unseres täglichen Lebens erkennen, werden wir auch in unserer Erfahrung wahrnehmen, dass Er alles weiß,

alles sieht und alles vollkommen in der Hand hat. Solange wir nicht von dieser Wahrheit überzeugt sind, wird sie uns aus unserer Perspektive nicht wahr *erscheinen*.

Das Bild in unserem „Spiegel“ wird nicht besser werden, solange wir an dem zu schwachen Licht und der trübe widerspiegelnden Oberfläche nichts ändern. Wir können weder uns selbst noch Gott klar sehen, ohne uns zuerst mit unserer begrenzten und mangelhaften Perspektive zu befassen.

Die Wahrheit ist die Wahrheit, was immer wir auch glauben

Es ist nicht gut, dass wir verleitet wurden, unwahre Dinge zu glauben, doch glücklicherweise macht unser Glaube an etwas dieses „Etwas“ nicht wahr. Wir können ehrlich glauben, dass wir im Lotto gewonnen haben, doch wenn unser Lottoschein nicht die Gewinnziffern aufweist, werden wir den Gewinn nicht bekommen, auch wenn wir noch so sehr daran glauben. Die Wahrheit ist die Wahrheit, was immer wir auch glauben.

Wir alle kennen Momente, in denen wir felsenfest von einer „Tatsache“ überzeugt waren, nur um später herauszufinden, dass es ein Irrtum war. Unsere Überzeugungen bestimmen nicht die Realität, sondern bestimmen das, was wir wahrnehmen. Wenn wir glauben, dass Gott distanziert und lieblos ist, wird diese Überzeugung Ihn weder vertreiben noch Seine Liebe zu uns ändern. Er ist tatsächlich der, der Er zu sein behauptet (2 Mose 3,14), und was Er sagt, das ist die Wahrheit (Psalm 119,160). Wenn wir aber von uns selbst zum Beispiel glauben, dass wir keinen Wert haben, sehen wir nicht klar. Und wenn wir glauben, dass wir allein sind, verkennen wir die Tatsache, dass Gott gegenwärtig ist. Wenn Sie „durch den Glauben gerettet“ sind (Epheser 2,8), sich aber schämen, wenn Sie an vergangene Sünden denken, bedeutet das nicht, dass Er Ihnen nicht tatsächlich vollständig vergeben und „Ihre Sünden weggenommen“ hat (siehe 1 Johannes 3,5). Es bedeutet einfach, dass Sie die Wahrheit dieser Tatsache noch nicht glauben.

Es gibt Milliarden verschiedene Meinungen, aber nur Gottes Perspektive ist sowohl vollständig als auch genau richtig. So wie Gott die Dinge sieht, so sind sie wirklich. Einiges von dem, was wir glauben, mag die Wahrheit *widerspiegeln*, doch kein Mensch ist in der Lage, die ganze Wahrheit wahrzunehmen; ein beträchtlicher Teil von dem, was wir sehen können, ist entweder eine Fehlinterpretation oder völlig unzutreffend.

Wenn unsere Perspektive mit Gottes Perspektive übereinstimmt, haben wir unsere Situation richtig interpretiert. Wenn unsere Auffassung von Gottes Auffassung abweicht, ist unsere falsch. Gottes Perspektive ist nicht subjektiv, sondern die absolute, auf Autorität beruhende, objektive Wahrheit. Und Seine Wahrheit ist DIE Wahrheit, unabhängig davon, was wir vielleicht glauben.

Gewiss würde jeder Gläubige zustimmen, dass Gottes Selbstbeschreibung zutreffender ist als das, was wir von Ihm wahrnehmen. So klar oder vollständig unsere Wahrnehmungen *erscheinen* mögen: Wenn wir Gott anders „sehen“, als Er zu sein behauptet, dann ist unsere Wahrnehmung über Ihn falsch. Und wenn wir uns selbst nicht so „sehen“, wie Gott uns sieht, dann ist unsere Wahrnehmung über uns selbst begrenzt und fehlerhaft. Wie bei der optischen Illusion zu Beginn dieses Kapitels interpretieren wir die Wirklichkeit fehlerhaft und nehmen Dinge wahr, die nicht wahr sind.

Unsere Perspektive „fühlt“ sich für uns wahr an oder „erscheint“ uns als wahr

Unsere Perspektive wird sich auch dann wahr anfühlen oder wahr zu sein scheinen, wenn sie es gar nicht ist. Als ich zum Beispiel einmal aus unserem örtlichen Baumarkt kam, ging ich über den Parkplatz zu meinem Auto, öffnete die Tür und setzte mich ans Lenkrad. Eine spöttische Stimme hinter mir machte mir plötzlich klar, dass meine Wahrnehmung falsch war. „Hey, was machen Sie da? Das ist doch nicht Ihr Auto!“ Ich drehte mich um und blickte in die fragenden Gesichter von zwei kleinen Jungen, die auf ihre Eltern warteten. Das war offensichtlich nicht mein Auto! Zum Glück war allen Beteiligten klar, dass es sich nicht um einen versuchten Diebstahl oder eine Entführung handelte. Wir lachten alle, als ich aus ihrem Wagen ausstieg und mich zu erinnern versuchte, wo ich geparkt hatte.

Die *Tatsache*, dass es nicht mein Auto war, hatte keinen Einfluss auf meine Erfahrung, bis ich schließlich *wusste*, dass es sich nicht um mein Auto handelte. Dass ich etwas Falsches glaubte, hatte dieselben Folgen, als wenn es wahr gewesen wäre. Es *schien* mein Wagen zu sein, also verhielt ich mich so, als wäre es meiner. Meine Wahrnehmung erschien mir richtig, bis sie von zwei verwunderten Jungen korrigiert wurde.

Wenn wir etwas für wahr halten, wird es uns wahr erscheinen, auch wenn es nicht wahr ist. Wenn wir zwar intellektuell wissen, dass Jesus gesagt hat, er würde „bis ans Ende der Zeit“ bei uns sein, aber in unserem Herzen glauben, dass wir allein sind, wird diese unzutreffende Wahrnehmung sich wahr *anfühlen* und uns wahr *erscheinen*. Wenn Gott lieblos zu sein scheint, ist unsere Wahrnehmung falsch, auch wenn es sich wahr *anfühlt*. Wenn unsere Situation außer Kontrolle zu sein scheint, interpretieren wir sie falsch, auch wenn es so *scheint*, als würden wir klar sehen.

Die Genauigkeit unserer Perspektive hat überhaupt keinen Einfluss darauf, wie wahr sie uns erscheint. Genauso haben auch unsere Überzeugung und Wahrnehmung keinen Einfluss darauf, ob etwas wahr ist oder nicht. Unsere Wahrnehmung über uns selbst, über andere Menschen, über Gott und über unsere Situation wird sich für uns wahr anfühlen, ganz gleich wie „richtig“ oder „falsch“ sie ist.

Vor dem Aufkommen von GPS-Navigation und Smartphones kam es zum Beispiel mehrmals vor, dass ich irgendwohin fuhr und völlig überzeugt war, in die richtige Richtung zu fahren, nur um dann einige Minuten (oder auch, ehrlich gestanden, Stunden) später herauszufinden, dass ich mich immer weiter von meinem Ziel entfernte. Ich erinnere mich besonders an eine Fahrt nach Indiana mit meiner Frau. Wir waren frisch verheiratet und lebten in Kentucky, in der Mitte zwischen Tennessee und Indiana. Sobald wir auf der Interstate waren, fuhren wir etwa eine Stunde lang vermeintlich in nördlicher Richtung zur Grenze nach Indiana. Doch als wir am Grenzpunkt ankamen, wunderte mich ein sehr großes Schild mit der Aufschrift „Willkommen in Tennessee“. Sofort rief ich aus: „Das macht doch keinen Sinn! Warum haben die dieses Schild hier aufgestellt?“ Ich hielt an der nächsten Abzweigung an, um mich zu erkundigen. „Können Sie mir sagen, wo ich hier bin?“, fragte ich einen der Anwohner. „Wie Sie auf dem Schild gelesen haben: WILLKOMMEN IN TENNESSEE“, antwortete er. Die Wahrheit ist die Wahrheit, ganz gleich was wir darüber empfinden oder denken. Wir befanden uns in Tennessee, obwohl ich absolut überzeugt war, ganz woanders zu sein. Bis zu dieser ernüchternden Entdeckung schien ich in die richtige Richtung zu fahren und freute mich über unser

Vorankommen, aber die Wahrheit sah trotzdem ganz anders aus.

Ihre Wahrnehmung wird sich wahr *anfühlen* oder wahr *erscheinen*, ganz gleich ob sie auf einer Unwahrheit oder auf Gottes Perspektive beruht. Wenn Sie etwas Falsches glauben, wird sich die tatsächliche Wahrheit für Sie nicht wahr *anfühlen* bzw. Ihnen nicht wahr *erscheinen*, weil sie nicht mit Ihrer Überzeugung übereinstimmt. Sie nehmen wahr, was Sie glauben.



„Wahrheitsbasierte“ Probleme scheinen ungelöst zu sein, weil unsere Perspektive begrenzt ist

Bei der Interpretation unserer Lebensumstände übersehen wir oft wichtige Details und nehmen nicht das „große Ganze“ wahr. Was wir sehen, mag wahr sein, aber es ist nicht die ganze Wahrheit. Da uns ein umfassenderes Verständnis unserer Situation fehlt, erscheint unsere begrenzte Wahrnehmung uns oft problematisch. Mit anderen Worten: Wir empfinden unsere Situation als beunruhigend, weil uns eine umfassendere Perspektive fehlt.

Ein einfaches Beispiel dafür sind Situationen, in denen eines meiner Kind zu mir lief und das Fehlverhalten seiner Geschwister beklagte. *„Sie hat mich gerade geschlagen!“* *„Er will nicht mit mir teilen!“* *„Sie lassen mich nicht mitspielen!“* Jede dieser Aussagen mochte zum Teil stimmen, bildete aber vermutlich nicht die ganze Geschichte ab. Fast ausnahmslos wurden wichtige Einzelheiten in der Beschwerde strategisch ausgelassen.

Wenn der kleine Joshua sich zum Beispiel bei mir über seine Schwestern beschwerte, die nicht mit ihm spielen wollten, *schien* er zunächst ein Opfer ihres egoistischen Verhaltens zu sein. Doch wenn ich der Sache auf den Grund ging und fragte: *„Ihr Mädchen, was ist da los? Joshua sagt, dass ihr beide nicht mit ihm spielt“*, antworteten sie zum Beispiel: *„Na ja, das liegt daran, dass er ständig unsere Puppen an die Wand schmeißt!“* Dieser wichtige Umstand klärte den ursprünglichen Vorwurf. Solange meine Wahrnehmung der Situation nur auf der Aussage beruhte: *„Sie lassen mich nicht mitspielen“*, urteilte ich aus einer begrenzten Perspektive, ohne es zu merken. Doch als meine Töchter meine Perspektive erweiterten, hatte ich eine umfassendere Sicht und konnte die Situation angemessener beurteilen.

Ohne die nötigen Details und den Kontext können wir unsere Situation nicht richtig beurteilen. Vielleicht nehmen wir die Ereignisse in unserem Leben faktisch richtig wahr, doch wenn wir diese Tatsachen aus einer zeitlichen, begrenzten Perspektive betrachten, werden wir unsere Situation nicht richtig interpretieren. Vielleicht können wir korrekt wahrnehmen, was wir direkt vor Augen haben, doch uns fehlt der Blick für das größere Ganze.

Betrachten wir als weiteres Beispiel für dieses Konzept den Konflikt zwischen David und Goliath. Zum größten Teil nahmen beide Kämpfer (so wie die beobachtenden Truppen) die Begegnung richtig wahr. Es war für alle offensichtlich, dass ein unbewaffneter Teenager im Begriff stand, einen kriegserfahrenen Soldaten herauszufordern, dessen Körpergröße David bei weitem übertraf. Es stimmte, dass der Riese gut bewaffnet und erfahren war. Und es stimmte auch, dass David nur ein Hirtenjunge war. Doch diese Fakten allein erzählten noch nicht die ganze Geschichte!

David war fähig, eine höhere Wahrheit zu sehen, die ihm erlaubte, die Situation aus einer angemessenen Perspektive zu betrachten. Zuerst bestätigte er das Offensichtliche: „Du kommst zu mir mit Schwert, Lanze und Kurzschwert“, doch dann versuchte David auch, allen anderen eine weitere Sicht zu ermöglichen, indem er eine höhere Wahrheit aussprach: „Ich aber komme zu dir mit dem Namen des Herrn der Heerscharen, des Gottes der Schlachtreihen Israels, den du verhöhnt hast. Heute wird der Herr dich in meine Hand ausliefern, und ich werde dich erschlagen und dir den Kopf abhauen. Und die Leichen des Heeres der Philister werde ich heute noch den Vögeln des Himmels und den wilden Tieren der Erde geben. Und die ganze Erde soll erkennen, dass Israel einen Gott hat. Und diese ganze Versammlung soll erkennen, dass der Herr nicht durch Schwert oder Speer rettet. Denn des Herrn ist der Kampf, und er wird euch in unsere Hand geben!“

(1 Samuel 17,45-47, Unsere Hervorhebung).

Die Israeliten übersahen diese höhere Wahrheit und konnten Gottes Lösung für ihr Problem nicht wahrnehmen. Den Riesen beurteilten sie zwar richtig, doch die Situation schätzten sie aus ihrer begrenzten Sicht falsch ein. Ihre Sicht war nicht unbedingt eine Täuschung, aber ihnen fehlten wichtige Tatsachen über Gottes Eingreifen. Auch Goliaths Sicht war nicht falsch oder ungenau. Er war tatsächlich größer, stärker, besser ausgerüstet und erfahrener als David. Der Knabe war kein ebenbürtiger Gegner für Goliath. Doch der mächtige Philister glaubte nicht an Gottes Eingreifen, und diese begrenzte Sicht hatte verheerende Konsequenzen!

David vertraute Gott und beurteilte den größeren Kontext des Konflikts richtig. Es ging nicht um einen Kampf zwischen einem jungen Israeliten und einem Riesen. Eigentlich war es überhaupt kein Kampf! Der Gott, der das Universum erschaffen hatte, stand im Begriff, an einem ignoranten Philister ein Exempel zu statuieren. Der Allmächtige hatte einen Ort vorgesehen, an dem er einen bezwungenen Riesen in die Hände eines jungen Schafhirten geben würde, denn „die ganze Erde soll erkennen, dass Israel einen Gott hat“ (1 Samuel 17,46). Goliath hatte nicht die geringste Chance!

Genauso werden auch wir unsere Situation unweigerlich fehlinterpretieren, wenn wir Gottes Wirken in unserem Leben nicht berücksichtigen und deshalb eine begrenzte Sicht haben. Es kann sein, dass jemand Sie schlecht behandelt hat, dass Sie offene Rechnungen haben und Ihre Kreditkarte überzogen ist, dass Sie Ihren Job verloren haben oder dass Ihre Ehe vor einer Scheidung steht, doch diese Fakten beschreiben nur einen Teil der Wahrheit. Trotzdem wird diese begrenzte Sicht Ihnen als die ganze Wahrheit *erscheinen* (denken Sie an meine petzenden Kinder), sodass wir Probleme wahrnehmen, die scheinbar ungelöst sind (wie das Problem des lästernden Riesen).

Wenn Sie erfahren, dass Sie unheilbar an Krebs erkrankt sind, ist dieses wahrheitsbasierte Problem kein Hirnspinnst oder eine Täuschung. Die Krankheit existiert wirklich und hat reale Konsequenzen. Doch wenn Sie das Problem wie Goliath aus einer begrenzten und zeitlichen Perspektive betrachten, werden Sie Gottes Wirken, Absicht oder Plan nicht erkennen. Ohne den größeren Kontext einer ewigen Perspektive wird Ihre Situation problematisch erscheinen. Der „Riese“ erscheint unanfechtbar und für das Problem scheint es keine

Lösung zu geben.

Mit solchen wahrheitsbasierten Problemen haben wir es zu tun, wenn wir mit einer Kündigung, Verletzungen, Krieg, Krankheit, körperlichen Beschwerden, schlechten Entscheidungen, sündigen Verhaltensweisen, dem Tod geliebter Menschen und vielem mehr konfrontiert sind. Weil wir diese schwierigen Herausforderungen aus unserer begrenzten, zeitlichen Perspektive betrachten, erkennen wir Gottes Wirken oder Antwort oft nicht, sodass diese wahrgenommenen Probleme ungelöst erscheinen und für uns problematisch bleiben.

Auf den ersten Blick erkennen wir nicht, dass Gott involviert ist und Lösungen bereithält, aber das heißt nicht, dass er unbeteiligt wäre oder keine Lösungen hätte (fragen Sie Goliath!). Die Wahrheit bleibt die Wahrheit, was immer wir auch glauben. Wir müssen diese höhere Perspektive nur erkennen.

In schwierigen Situationen sollten wir nach Gottes Perspektive fragen

Jesus sagte, dass wir mit Problemen rechnen sollen: „In der Welt habt ihr Bedrängnis...“ (Johannes 16,33b). Er möchte, dass wir die gefallene, sündige, problembelastete Welt sehen, wie sie ist. Aber er will nicht, dass wir dabei stehenbleiben. Wir sollen auch die „höhere“ oder „zusätzliche“ Tatsache erkennen, dass Er diese Probleme für uns gelöst hat. Seine vollständige Aussage lautet: „Dies habe ich zu euch geredet, damit ihr in mir Frieden habt. In der Welt habt ihr Bedrängnis; aber seid guten Mutes, ich habe die Welt überwunden“ (Johannes 16,33; Unsere Hervorhebung). Wenn wir in unserem Herzen wissen, dass er „die Welt überwunden“ hat, werden wir trotz unserer „Bedrängnis“ in ihm „Frieden“ haben. Die eine Tatsache wirft Licht auf ein Problem, und die andere nennt die Lösung. Wenn wir nur die „Bedrängnis“ kennen, sind wir ohne die Hoffnung und den Frieden, die wir in dem Wissen haben, dass Christus darüber gesiegt hat.

Vielleicht kann auch ein banales Beispiel aus dem Alltag helfen, dieses Konzept zu erklären. Bei vielen Gelegenheiten habe ich *blind* nach meiner Brille gesucht, ohne zu merken, dass ich sie mir auf dem Kopf geschoben hatte. Ich hatte ein echtes und legitimes wahrheitsbasiertes Problem, weil ich praktisch blind war! Das war eine Tatsache mit sehr realen Konsequenzen. Je länger ich ohne meine Brille umherging, desto mehr merkte ich, wie sehr ich sie brauchte. Doch mein Problem blieb nur bestehen, weil ich (buchstäblich!) die Lösung nicht sehen konnte. Ich hatte ein Problem, und eine echte Lösung war greifbar, aber durch meine begrenzte Wahrnehmung blieb meine „Blindheit“ bestehen.

Hätte jemand meine Verlegenheit bemerkt und mich auf die Brille auf meinem Kopf aufmerksam gemacht, hätte ich sofort die Hand ausgestreckt und die Lösung für mein Problem gefunden. Meine Brille war die ganze Zeit in greifbarer Nähe, aber meine begrenzte Perspektive hinderte mich daran, diese Tatsache wahrzunehmen, was meine „Blindheit“ in die Länge zog. Ganz wie die eingeschüchterten Israeliten konnte ich wegen meiner begrenzten Sicht die verfügbare Lösung nicht anwenden, und mein wahrheitsbasiertes Problem blieb problematisch.



Wir müssen uns zu eigen machen, was Gott uns gegeben hat

Was wir hier beschrieben haben, ist das Konzept der Aneignung – dass wir das für uns anwenden können, was wir schon besitzen. Ich war die ganze Zeit im Besitz meiner Brille und ging doch blind umher. Als mir bewusst wurde, wo meine Brille war, nahm ich sie sofort vom Kopf und setzte sie auf. Sobald ich erkannte, was ich schon besaß, machte ich es mir zu eigen. Auch wenn ich die ganze Zeit kaum hatte sehen können, fehlte mir nicht die Brille, sondern die richtige Perspektive.

Petrus schreibt, dass Gott „uns alles zum Leben und zur Gottesfurcht geschenkt hat durch die Erkenntnis dessen, der uns berufen hat durch seine eigene Herrlichkeit und Tugend“ (2 Petrus 1,2-3). Miles Stanford, der das großartige kleine Buch „Green Letters“ verfasste, drückte es so aus: „Aneignung bedeutet nicht unbedingt, etwas Neues zu gewinnen, sondern etwas, das uns bereits gehört, für uns nutzbar zu machen.“

Gott hat uns schon alles gegeben, was wir für unser Leben in Christus brauchen; wir müssen es uns allerdings aneignen. Petrus zeigt uns, wie wir das tun sollen, indem er sagt: „durch die Erkenntnis dessen, der uns berufen hat“. „Erkenntnis“ ist nicht etwas, das wir selbst wählen oder erreichen können. Wie unsere Erlösung ist sie ein unverdientes Geschenk von Gott. Wir werden das in einem späteren Kapitel ausführlicher behandeln.

Gott möchte, dass uns Sein Handeln in unserem Leben bewusst ist und wir auf Seine Lösungen vertrauen

Dieselbe Dynamik gilt auch bei unseren „wahrheitsbasierten Problemen“. Ein besonders folgenreiches ist unser Zustand als sündige, ungerechte, verdorbene Menschen, die einen Erlöser brauchen. Dieser Zustand ist ein wahrheitsbasiertes Problem (wenn nicht DAS größte wahrheitsbasierte Problem), das Konsequenzen für die Ewigkeit hat! Gottes Wort zeigt, dass wir Seine Gebote verletzt und Seine Autorität missachtet haben und Bestrafung, Tod und Vernichtung verdienen (Matthäus 25,46; Jakobus 2,10; Römer 3,23; 6,23; 2 Thessalonicher 1,9; Judas 1,7; Offenbarung 14,11). Das ist die ernste Realität, mit der wir in unserem natürlichen Sein und in unserem Zustand der Sünde konfrontiert sind.

Für dieses wahrheitsbasierte Problem gibt es nur zwei gültige Lösungen. Entweder wir akzeptieren unsere Bestrafung oder wir machen von „Gottes Lösung“ für unser Problem Gebrauch. Wir können versuchen, das Problem selbst zu lösen, oder wir lassen zu, dass Gott es für uns löst. So wie für jedes wahrheitsbasierte Problem hat Gott auch hier eine Lösung geschaffen, die uns frei zugänglich ist (Römer 5,15; 6,23). Genau wie bei der Suche nach meiner Brille ist auch hier nur eines nötig: Wir müssen nach oben schauen!

Seit dem Garten Eden war Gottes Volk mit einem Problem nach dem anderen konfrontiert. Doch Gott war immer da, um den Israeliten Seine Lösung anzubieten. Nehmen wir zum Beispiel den Auszug der Israeliten aus Ägypten. Sie konnten ihrer Gefangenschaft und Sklaverei nicht entfliehen, doch Gott hatte einen Plan, sie durch Sein übernatürliches Eingreifen herauszuholen (2 Mose 7-12). Als sie dann zwischen dem Roten Meer und dem nahenden ägyptischen Heer in der Falle zu stecken schienen, stellte Gott eine Lösung bereit, mit der niemand gerechnet hätte (2 Mose 14). Als die Israeliten keine Vorräte mehr hatten und dringend

Nahrung und Wasser brauchten, versorgte Gott sie (2 Mose 16-17; 4 Mose 11,19-35; 20,10-13). Gottes Volk war nicht im Geringsten fähig, diese echten Bedürfnisse selbst zu stillen; die Israeliten waren auf Gottes Lösung für ihre Probleme angewiesen. Wir befinden uns oft in der gleichen Lage!

Nachdem wir die Geschichte der Israeliten gelesen haben und wissen, wie Gott ihre Probleme löste, würden wir am liebsten in ihre Zeit zurückreisen und ihnen zurufen: *„Ihr uneinsichtigen Israeliten, erkennt ihr immer noch nicht, wozu Gott fähig ist? Er hat die Macht, euch aus Ägypten herauszuholen, das Rote Meer zu teilen, Manna vom Himmel fallen zu lassen, genügend Wachteln für Millionen hungrige Menschen zu schicken und sogar Wasser aus einem Felsen fließen zu lassen. Wo ist euer Glaube?“* Doch aus ihrer heutigen himmlischen Perspektive würden die Israeliten uns vielleicht dieselben zwei Fragen stellen!

Gott ist bei jedem Aspekt unseres Lebens involviert und kann jeder Herausforderung begegnen, mit der wir konfrontiert sind, auch wenn es aus unserer Perspektive nicht danach aussieht. Wenn wir aber von dieser Tatsache nicht in unserem Herzen überzeugt sind, wird sie uns nicht wahr *erscheinen*. Wir sind dann nicht in der Lage, Seine Lösungen für unsere wahrheitsbasierten Probleme zu erkennen und anzunehmen. Die „Riesen“ in unserem Leben werden weiter unangefochten *erscheinen*, bis wir in der Lage sind, sie durch die richtige „Brille“ zu betrachten.

Gott möchte unsere begrenzte Sicht erweitern, sodass wir sehen, schätzen und uns schließlich zu eigen machen können, was Er uns anbietet. Er möchte, dass wir Seine Liebe erfahren, Seine Nähe spüren und Sein Handeln in unserem Leben erkennen. Wenn wir fähig sind, das große Ganze aus Seiner ewigen Perspektive zu sehen, werden wir uns aneignen, was uns schon immer gehörte, und endlich in Seinem vollendeten Werk ruhen.

Wir müssen zumindest erkennen, dass Gott selbst unsere größten und schwierigsten Probleme zu unserem Besten dienen lässt (Römer 8,28). Egal wie schwierig, überwältigend oder verheerend unsere Umstände zu sein scheinen, sie ruhen sicher in der Hand eines liebenden Gottes. Wenn wir wie David von dieser Realität völlig überzeugt sind, werden wir unsere „Goliats“ nur noch als Gelegenheiten für Gott betrachten, sich zu verherrlichen und Seinen Charakter zu offenbaren.



Wir nehmen „lügenbasierte Probleme“ wahr, weil unsere Perspektive mangelhaft ist

Die Probleme, die wir wahrnehmen, beruhen normalerweise nicht auf unserem Mangel an Wahrheit, sondern darauf, dass wir etwas Unwahres (eine „Lüge“) glauben. Wir ziehen dann falsche Schlussfolgerungen über uns selbst, über unsere Situation oder sogar über Gott, die dazu führen, dass wir uns selbst als wertlos oder hilflos, Gott als distanziert oder grausam und unsere Situation als hoffnungslos und außer Kontrolle betrachten. Obwohl diese fehlerhaften Perspektiven nicht wahr sind, werden sie sich für diejenigen, die sie für wahr halten, wahr *anfühlen* oder ihnen wahr *erscheinen*.

Mit anderen Worten nehmen wir aufgrund unserer fehlerhaften Perspektive Dinge wahr, die nicht existieren: eine falsche „Realität“, die der echten, von Gott geschaffenen Realität widerspricht und ihr entgegenwirkt. Wir werden eine Welt wahrnehmen und erleben, die wir selbst geschaffen haben. Per Definition ist diese falsche „Realität“ eine imaginäre, aber sie wird sich für uns wahr *anfühlen* oder uns wahr *erscheinen*, und wir sind dann gezwungen, uns den Problemen zu stellen, die sie hervorruft, mit sehr realen Konsequenzen!

Stellen Sie sich zur Veranschaulichung ein kleines Mädchen vor, das wirklich glaubt, dass ein Monster unter seinem Bett lauert. Diese falsche Überzeugung führt dazu, dass das Mädchen sich in seinem Zimmer unsicher fühlt und wahrscheinlich Mühe haben wird, einzuschlafen oder auch nur im Bett liegenzubleiben. Die Tatsache, dass sich überhaupt kein Monster in dem Zimmer befindet, hat wenig oder gar keinen Einfluss auf das Mädchen. Es könnte genauso gut eines unter dem Bett lauern, denn aus der Sicht des Mädchens wären die Konsequenzen dieselben!

Die unzutreffende Überzeugung des Mädchens und seine falsche Perspektive rufen Probleme hervor, mit denen es zu kämpfen hat, bis es die Wahrheit glaubt. Solange die Täuschung bestehen bleibt, wird das Mädchen Verhaltensweisen entwickeln oder Rituale ausführen, die ihm notwendig erscheinen, um sich sicher zu fühlen. Vielleicht stapelt das Mädchen Dutzende Stofftiere auf das Bett, die ihm Gesellschaft leisten, und bittet seine Eltern, das Licht die ganze Nacht über anzulassen. Solche verzweifelten Maßnahmen sind völlig unnötig und unbegründet, weil sie ein nicht existierendes Problem „lösen“. Das Mädchen muss einfach die Wahrheit erkennen: Es ist in Sicherheit; es gibt kein Monster unter dem Bett.

Dasselbe gilt auch für uns! Unsere lügenbasierten Probleme sind nicht real, auch wenn sie uns noch so realistisch und bedrohlich erscheinen. Zum Beispiel sind wahrgenommene Probleme wie „Ich habe keinen Wert“ nicht wahr. Das beweist Gottes Wort, gesprochen durch Seinen Sohn Jesus: „Werden nicht zwei Sperlinge für eine Münze verkauft? Und nicht einer von ihnen wird auf die Erde fallen ohne euren Vater. Bei euch aber sind selbst die Haare des Hauptes alle gezählt. Fürchtet euch nun nicht! Ihr seid wertvoller als viele Sperlinge“ (Matthäus 10,29-31). Wenn wir aber irrtümlich glauben, dass wir keinen Wert haben, wird diese verzerrte Sicht der Wirklichkeit uns trotzdem wahr *erscheinen*, und wir müssen uns mit den Konsequenzen auseinandersetzen, die der irrtümliche Glaube an dieses „Monster“ hat.

Zu diesen lügenbasierten Problemen kommt es, weil unsere Herzen irrtümlich Dinge glauben, die unwahr sind, und unsere Situation dann aufgrund dieser lügenbasierten Überzeugungen interpretieren. Wenn wir Lügen über uns selbst, über Gott oder über unsere Situation glauben, werden wir unweigerlich irgendein lügenbasiertes Problem wahrnehmen. Überzeugungen wie „Mit mir stimmt etwas nicht“, „Ich bin nicht liebenswert“ oder „Ich bin dumm“ erzeugen Probleme in Bezug auf unsere „Selbst-Identität“, während Überzeugungen wie „Ich stecke in der Falle“, „Ich bin allein“ oder „Meine Situation ist außer Kontrolle“ Probleme beschreiben, die wir im Blick auf unseren „Seinszustand“ und Gottes Eingreifen in unserem Leben wahrnehmen. (*Wir werden diese beiden Formen lügenbasierter Herzensüberzeugungen später genauer erörtern.*)

Solche lügenbasierten Überzeugungen spiegeln sich in unserer fehlerhaften Perspektive. Wenn wir zum Beispiel glauben, dass wir allein sind, werden wir uns allein gelassen vorkommen, obwohl der Herr immer mit uns ist (siehe Matthäus 28,20). Wenn wir glauben, dass wir mit einem Makel behaftet sind, werden wir uns auch makelhaft vorkommen, obwohl wir „staunenswert und wunderbar gestaltet“ sind (Psalm 139,14;

EU). Wenn wir glauben, dass unsere Situation außer Kontrolle ist, wird uns diese verzerrte Sicht der Realität wahr erscheinen, solange wir die Lügen glauben, die zu dieser Sicht führen.

So wie das ängstliche Kind einige Taktiken entwickelte, um mit dem imaginären Monster klarzukommen, entwickeln auch wir Lösungen für die Probleme, die durch unsere Überzeugungen entstehen. Das Verhalten des kleinen Mädchens beruhte auf der Überzeugung, dass es in Sicherheit war, wenn es sich tief genug in einem Stapel von Stofftieren verstecken konnte. Ähnlich reagieren auch wir auf unsere lügenbasierten Probleme mit Verhaltensweisen, von den wir *glauben*, dass sie hilfreich sind, und wir setzen diese Verhaltensweisen fort, wenn sie zu funktionieren *scheinen*. Doch wie das ängstliche kleine Mädchen brauchen wir eigentlich nur die Wahrheit.

Wenn wir die Wahrheit darüber wüssten, wer wir sind und wer Gott ist und wie sehr Er in unserem Leben wirkt, würden die meisten Probleme verschwinden, mit denen wir im Augenblick kämpfen. Sie sind nichts als Hirngespinnste unserer Phantasie. Das soll nicht heißen, dass wir diese Probleme absichtlich hervorrufen würden (denn das tun wir nicht!); sie sind einfach das Ergebnis unserer fehlerhaften Perspektive. Wie das imaginäre Monster unter dem Bett erscheinen die lügenbasierten Probleme, die wir wahrnehmen, uns nur deshalb real, weil wir sie für real halten. Wenn wir die Wahrheit wüssten, hätten diese Lügen überhaupt keinen Einfluss auf uns.

Die Konsequenzen unserer lügenbasierten Probleme sind sehr real

Es ist wichtig, noch einmal darauf hinzuweisen, dass die Folgen der Lügen, die wir glauben, fast genauso sind, als wären diese falschen Überzeugungen wahr. Unsere Überzeugungen beeinflussen nicht nur unsere **Wahrnehmung**, sondern haben auch einen direkten Einfluss auf das, was wir fühlen und zu tun beschließen. Wenn wir einer Lüge glauben wie „Ich bin unerwünscht“, „Ich kann nichts richtig machen“ oder „Ich bin eine Enttäuschung“, dann wird diese Lüge unser Leben so beeinflussen, als wäre sie wahr. Die lügenbasierte Überzeugung wird sich in unserer Wahrnehmung über uns selbst und unsere Situation ebenso niederschlagen wie in unserer Wahrnehmung über **Gott**.

Wenn wir glauben, nicht liebenswert zu sein, wird es uns so erscheinen, als wären wir nicht liebenswert, und es wird sich auch so anfühlen, als wären wir nicht liebenswert; und diese Sicht wird natürlich auch unsere Beziehungen beeinträchtigen.

Diese negativen Auswirkungen sind nur einige wenige der sehr realen Konsequenzen, wenn wir etwas glauben, das nicht wahr ist. Nicht liebenswert zu sein ist ein **lügenbasiertes** wahrgenommenes Problem, das weder wahr, noch real oder legitim ist, doch die problematischen Folgen, die dadurch entstehen, sind in der Tat sehr real!



Was wäre, wenn Jesus nicht gewusst hätte,
wer Er war?

Zur Veranschaulichung einiger Schlüsselpunkte dieser Erörterung laden wir Sie ein, ein paar Fragen zu beantworten und dann ein hypothetisches Szenario zu betrachten. Lesen Sie die folgenden Fragen und überlegen Sie sich Ihre Antworten genau. Wenn wir von den Aussagen der Bibel ausgehen:

1. War Jesus der Sohn Gottes? ☐ Ja ☐ Nein
2. Wurde Jesus von Seinem himmlischen Vater geliebt? ☐ Ja ☐ Nein
3. Hatte Jesus eine uneingeschränkte Beziehung mit Gott? ☐ Ja ☐ Nein
4. Hatte Jesus den Geist Gottes? ☐ Ja ☐ Nein
5. Spiegelte das Herz Jesu den Charakter Gottes wider? ☐ Ja ☐ Nein
6. War Jesus so heilig, wie Gott heilig ist? ☐ Ja ☐ Nein
7. Hatte Jesus eine besondere Aufgabe? ☐ Ja ☐ Nein

Hoffentlich haben Sie alle diese Fragen mit „Ja, natürlich!“ beantwortet. Aber nehmen Sie sich einen Augenblick Zeit, über die folgenden häretischen Hypothesen nachzudenken:

1. Was wäre, wenn Jesus nicht gewusst hätte, dass alle diese Tatsachen wahr sind?
2. Was wäre, wenn Jesus diese Aussagen zwar gekannt, aber nicht völlig geglaubt hätte, dass sie wahr sind?
3. Was wäre, wenn Er Lügen geglaubt hätte, die diesen Tatsachen widersprechen?

Uns ist bewusst, dass wir uns hier in scheinbar trübe Gewässer begeben, aber es dient dazu, einen wichtigen Punkt deutlich zu machen. Jesus kannte natürlich die Wahrheit, Er *ist* die Wahrheit (Johannes 14,6) und kann sich nicht täuschen. Doch hätte irgendeines dieser rein hypothetischen Szenarios etwas an der wahren Identität Jesu, an Seinem Wert oder Seinem Auftrag geändert? Hätten sie Seinen himmlischen Vater veranlasst, Ihn weniger zu lieben? Hätten sie den Heiligen Geist dazu gebracht, Ihn zu verlassen? Hätten sie dazu geführt, dass Jesus weniger heilig gewesen wäre? Nein, nichts von alledem!

Doch stellen Sie sich vor, welche dramatischen Auswirkungen jedes dieser hypothetischen Szenarios darauf gehabt hätte, wie Jesus sich selbst, Seinen Vater und die Welt um Ihn her wahrgenommen hätte. Sein Dienst wäre beeinträchtigt worden, Seine Beziehungen wären belastet worden und Sein Gebetsleben hätte sich wahrscheinlich leer und fruchtlos angefühlt. Die Wahrheit wäre immer noch die Wahrheit gewesen, aber sie hätte sich für Ihn einfach nicht wahr angefühlt.

Auch wenn es unangenehm sein mag, sich diese Szenarios auch nur vorzustellen, meinen wir, dass sie ein anschauliches Bild normaler Christen zeichnen. Denn jede dieser Aussagen, die wir oben auf Jesus bezogen haben, gilt auch für jeden, der an Ihn glaubt und Seinen Heiligen Geist hat. Natürlich ist keiner von uns Gottes „eingeborener Sohn“, wie nur Jesus es ist (Johannes 3,16), doch wenn Sie aus Gottes Heiligem Geist geboren sind, dann sind Sie, wie Jesus, ein heiliges (*hagios*) Kind Gottes, das der himmlische Vater innig liebt und das in ungehinderter Beziehung mit Ihm lebt (Johannes 1,12; Römer 1,7; 8,14; Galater 3,26; Hebräer 4,16; 1 Johannes 3,1).

Wenn irgendeine dieser Tatsachen sich nicht wahr anfühlt oder Ihnen nicht wahr erscheint, ändert dies nichts an ihrer Wahrheit, sondern bedeutet einfach, dass Sie sie noch nicht völlig glauben. Wenn Sie von Ihrer Identität in Christus völlig überzeugt wären, würde sie Ihnen auch wahr erscheinen. Wenn Sie voll und ganz glauben würden, dass Sie von Ihm geliebt und angenommen sind, würde diese Realität sich auch wahr anfühlen. Sie nehmen die Wahrheit noch nicht vollständig wahr, weil Sie sie noch nicht vollständig glauben. Denn wenn Sie in der Lage sind, Ihr Leben aus Seiner Perspektive zu betrachten, werden Sie vollständig erkennen, wie Sie vollständig erkannt worden sind (1 Korinther 13,12).

Eine Lüge, die sich wahr „anfühlt“, zeigt, dass wir Gottes Perspektive brauchen

Unsere wahrgenommenen lügenbasierten Probleme haben offensichtliche, echte Konsequenzen, sind

aber nicht das eigentliche Problem, mit dem wir konfrontiert sind. Das Problem ist nicht einmal die Tatsache, dass wir uns täuschen. Unser wirkliches Problem ist, dass uns Gottes Perspektive fehlt. Wir brauchen die Wahrheit. Wenn wir die Wahrheit kennen würden und Seine Perspektive hätten, würden wir erkennen, dass die lügenbasierten Probleme, die wir wahrnehmen, nichts als Einbildungen unserer Phantasie sind.

Was immer Sie auch glauben: Sie sind nicht wertlos. Sie haben großen Wert! Wenn Sie jedoch glauben, wertlos zu sein, wird es sich so anfühlen, als wären Sie wertlos. Ihr wirkliches Problem ist weder die „Realität“ Ihrer Wertlosigkeit (denn die Wahrheit ist, dass Sie großen Wert haben), noch die Tatsache, dass Sie irrtümlich glauben, wertlos zu sein. Denn selbst wenn jemand auf magische Weise diese Überzeugung aus Ihrem Herzen ausradieren könnte, würden Sie Ihren großen Wert dann kennen? Nein! Ihnen würde immer noch Gottes Perspektive fehlen. Das ist unser wirkliches Problem: uns fehlt Gottes Perspektive.

Denken Sie daran: Was immer Sie glauben, wird sich für Sie wahr *anfühlen* oder Ihnen wahr *erscheinen*. Wenn also eine Lüge wie „Ich bin verlassen“, „Ich bin schmutzig und schändlich“ oder „Meine Situation ist hoffnungslos“ sich wahr *anfühlt*, dann weist dies darauf hin, dass Sie sie in Ihrem Herzen für wahr halten. Und die Tatsache, dass Sie eine Lüge glauben, zeigt, dass Sie Gottes Perspektive brauchen. Wenn eine lügenbasierte Überzeugung oder ein unwahrer Gedanke also wahr zu sein *scheint* oder sich wahr *anfühlt*, brauchen Sie Gottes Perspektive. Und wenn eine Wahrheit (wie die Realität Ihres Wertes, der Liebe Gottes zu Ihnen oder der Sicherheit, die Sie durch Sein vollendetes Werk haben) nicht wahr zu sein *scheint* oder sich nicht wahr *anfühlt*, dann glauben Sie sie noch nicht völlig in Ihrem Herzen und wurden vermutlich verleitet, etwas anderes zu glauben, das dieser Wahrheit widerspricht. Auch das zeigt, dass Sie Gottes Perspektive brauchen.



Gott möchte unsere wahrgenommenen Probleme lösen

Gott möchte unsere ungenaue, fehlerhafte Perspektive korrigieren, denn Er will, dass wir die Wahrheit erkennen. Wenn wir die Wahrheit kennen, lösen sich die Probleme auf, die durch unsere lügenbasierten Überzeugungen entstanden sind, und wir erkennen richtig, dass sie imaginär, unbegründet und haltlos sind (und immer waren). So werden wir Ruhe und Frieden finden, weil wir wissen, dass die „Monster“ unter unseren Betten nie real waren.

Der Gedanke „Ich bin wertlos“ hat keinen Einfluss auf uns, wenn wir die Wahrheit in unserem Herzen kennen. Wenn wir wissen, wie wir Gottes Perspektive gewinnen (was später noch ausführlich erörtert wird), dann ist es eine gute Sache, wenn wir darauf aufmerksam gemacht werden! Wir sagen nicht, dass es gut wäre, *Lügen zu glauben*, sondern dass es gut ist, wenn uns *bewusst* wird, dass wir sie glauben. Solche Momente sind für uns eine Gelegenheit, Gottes Perspektive zu gewinnen!

Die Konsequenzen unserer fehlerhaften und begrenzten Perspektive werden zu unserem Wohl genutzt. Sie zeigen uns etwas sehr Wichtiges: dass wir Gottes Perspektive brauchen! Ohne die negativen Auswirkungen, die es für uns hat, eine Lüge zu glauben oder eine Wahrheit nicht zu erkennen, würden wir nie wissen, dass wir Seine Hilfe brauchen. Sie sind dazu da, uns den Weg zu Gott zu weisen.

Behalten Sie in Erinnerung: Wenn es sich für Sie so anfühlt, als wären Sie schmutzig, wertlos oder unzulänglich, bedeutet das nicht, dass Sie es sind. Es bedeutet einfach, dass Sie sich selbst nicht so sehen, wie Gott Sie sieht. Wenn Ihre Situation außer Kontrolle oder hoffnungslos zu sein scheint, bedeutet das nicht, dass diese Einschätzung Ihrer Situation stimmt. Ihre Wahrnehmung spiegelt einfach wider, was Sie glauben. Wenn Sie Seine Perspektive haben, wird die Wahrheit Ihnen auch wahr erscheinen und sich für Sie wahr *anfühlen*, und Sie werden ganz ohne Mühe in dieser Wahrheit leben. Ihre Wahrnehmung wird dann der Realität entsprechen, sodass Sie sich selbst so sehen, wie Er Sie sieht, und Ihn als den erkennen, der Er wirklich ist.

Gott hat alle unsere Probleme gelöst (oder versprochen, es zu tun)

Tag für Tag sehen wir uns mit Problemen konfrontiert, die gelöst werden müssen, aber nicht alle Probleme, die wir wahrnehmen, sind real. Viele sind einfach eine Folge unserer fehlerhaften Perspektive. Wir wurden verleitet, Probleme zu sehen, die gar nicht existieren. Wir glauben, wertlos zu sein, obwohl wir großen Wert haben. Wir glauben, dass wir allein sind, obwohl Gott bei uns ist. Und wir wurden verleitet zu glauben, dass Gott zornig auf uns ist, obwohl diejenigen, die durch das Blut seines Sohnes gerechtfertigt wurden, auch vor seinem Zorn gerettet sind (Römer 5,8-9). Gott hat versprochen, diese Probleme zu „lösen“, indem Er uns von der Wahrheit überzeugt (Johannes 16,13).

Auch in unserer Reaktion auf wahrheitsbasierte Probleme liegen wir oft falsch, denn viele müssen wir gar nicht selbst lösen. Triviale Probleme – Flecken aus einem Hemd entfernen, regelmäßig den Rasen mähen, ein passendes Rezept für das Abendessen finden, hinter dem Hund aufwischen, der den Mülleimer umgestoßen hat, oder mit einem schwierigen Kollegen klarkommen – sind im Wesentlichen unsere Sache (obwohl sie uns ziemlich schwerfallen würden, wenn Gott uns nicht zuerst Luft zum Atmen verschafft hätte). Aber viele der wichtigen und dringenden Probleme, mit denen wir konfrontiert sind, liegen eigentlich in Gottes Verantwortung.

Gott sei Dank, dass Er alle unsere realen Probleme entweder schon gelöst *hat* oder sie noch lösen *wird*. Die kleinen Probleme mit dem Hemd oder dem Abendessen lässt Er uns normalerweise selbst lösen, aber Er hat versprochen, sich um die meisten übrigen Angelegenheiten zu kümmern. Wenn wir jedoch diese ernsteren Probleme zwar sehen und verstehen, aber Gottes Lösung dafür nicht wahrnehmen, werden wir unsere Lage als hoffnungslos empfinden und wahrscheinlich nach Wegen suchen, sie selbst zu „lösen“.

Was wir in diesen Fällen brauchen, ist nicht, dass Gott kommt und unsere Probleme löst; wir müssen erkennen, dass Er es bereits getan hat! Unsere wahrheitsbasierten Probleme scheinen nur deshalb problematisch zu sein, weil wir noch nicht völlig von Gottes Eingreifen und Seinen Absichten überzeugt sind. Wenn wir sowohl unser Problem als auch Seine Lösung aus Seiner Perspektive sehen, verwandelt sich unsere Hoffnungslosigkeit in Zuversicht und Dankbarkeit.

Betrachten wir ein weiteres Beispiel für dieses Konzept. Jeder von uns hat gesündigt (hat Gottes Gebote

übertreten und ist an seinen Maßstab der Vollkommenheit gescheitert) und ist völlig unfähig, dieses Problem selbst zu beheben (Römer 3,23). Das ist die Wahrheit, und diese Wahrheit stellt uns vor ein Problem. Es ist außerordentlich wichtig, dass wir diese Wahrheit so schnell wie möglich erkennen! Denn wenn unser Sündenproblem uns nicht bewusst ist oder wir in dieser Frage nicht mit Gott übereinstimmen, gehen wir dem ewigen Verderben entgegen, denn „*die Wahrheit ist nicht in uns*“ (1 Johannes 1,8). Und selbst wenn uns unser Sündenproblem mit Gott bewusst ist, sind wir nicht besser dran, solange wir Gottes gnädige und befriedigende Lösung für dieses Problem noch nicht kennen.

Gott hat aus freien Stücken Seinen Sohn Jesus als stellvertretendes Opfer für uns hingegeben zur „Sühnung für unsere Sünden, nicht allein aber für die unseren, sondern auch für die ganze Welt“ (1 Johannes 2,2). Der Tod Christi ist ein Opfer, das für jede Sünde ausreicht, die von irgendeinem Menschen, der je auf dieser Erde lebte oder noch leben wird, jemals begangen wurde oder noch begangen werden wird (Johannes 3,16; 2 Korinther 5,19).

Jesus hat schon alles Nötige zu unserer Errettung getan, aber noch immer glauben die meisten Menschen Ihm nicht. Entweder haben sie noch nicht davon erfahren oder sie wurden verleitet, Lügen über Ihn und ihren sündigen Zustand zu glauben. Gott möchte, dass alle Menschen zu einer Sinnesänderung (im Bibelgriechischen: *metanoia*) kommen, die zum ewigen Leben führt (2 Petrus 3,9). Doch nur diejenigen, die in ihrem Herzen an Ihn glauben, werden gerettet werden (Johannes 3,15; Markus 16,16). Diejenigen, die nicht glauben, werden verurteilt werden, obwohl Christus auch für sie starb (Römer 5,8; 2 Korinther 5,14-15).

Christus starb für die Menschen, die später die Gemeinde des ersten Jahrhunderts bilden sollten, als sie noch Sünder waren (Römer 5,8), und Er starb auch für uns, die erst Jahrtausende später geboren wurden. Was wir brauchen, ist also nicht, dass Er unser Sündenproblem löst; wir müssen vielmehr erkennen, dass Er es schon getan hat. Jetzt kommt es darauf an zu glauben, dass es wahr ist, was Er über unser Sündenproblem und Seine Lösung dafür gesagt hat. Einfach ausgedrückt müssen wir mit Gott übereinstimmen, dass wir ein Problem hatten und Er es gelöst hat. Alles andere würde bedeuten, weiter in einer Täuschung zu leben und Sein Leben spendendes Geschenk abzulehnen. Wenn wir in unserem Herzen glauben, das Er für uns genau das getan hat, was Er angekündigt hatte, wird uns vergeben und wir werden als Neuschöpfung in Christus wiedergeboren.

Hören Sie noch einmal, was Jesus über unser Sündenproblem sagte: „Wer mein Wort hört und glaubt dem, der mich gesandt hat, der hat ewiges Leben und kommt nicht ins Gericht, sondern er ist aus dem Tod in das Leben übergegangen“ (Johannes 5,24). Wenn Sie also die Wahrheit glauben (d.h. mit Gottes Perspektive übereinstimmen), dass Sie das vollkommene Opfer Jesu unbedingt brauchen, haben Sie ewiges Leben und kommen nicht ins Gericht. Wenn Sie die Wahrheit aber nicht glauben (oder etwas anderes glauben als das, was Gott als wahr bezeichnet hat), haben Sie das ewige Leben nicht und kommen ins Gericht.

Diese Betonung des Glaubens sehen wir auch im Leben von Abraham. Er vertraute, dass Gott tun würde, was Er versprochen hatte, denn Abraham „war völlig gewiss, dass er, was er verheißen hat, auch zu tun vermag“ (Römer 4,21). Gottes Treue und Seine Zusagen waren unabhängig von Abrahams Überzeugungen wahr, doch weil Abraham „völlig gewiss“ an diese Zusagen glaubte, „ist es ihm auch zur Gerechtigkeit gerechnet worden“ (Römer 4,21-22)

Wie Abraham werden auch wir „gerettet durch Glauben“ (Römer 4,3, Epheser 2,8). Ungläubige werden also nicht von Gott gerichtet werden, weil ihnen ein Erlöser fehlte, sondern weil ihnen der Glaube an ihren Erlöser fehlte. Das Sündenproblem eines Menschen bleibt nur dann ein Problem, wenn er darüber nicht mit Gott übereinstimmt. Doch wenn dieser Mensch in Bezug auf sein Sündenproblem und den göttlichen Erlöser mit Gott übereinstimmt (im Bibelgriechischen: *homologeō*), wird er gerettet werden (Römer 10,9-11). Wenn wir dieses Konzept verstehen, gibt es uns auch bei der Anwendung auf andere wahrgenommene Probleme Hoffnung und Klarheit.

Wenn Sie zum Beispiel ein scheinbar ungelöstes Problem haben, liegt es nicht daran, dass Ihnen „ein Erlöser fehlt“, sondern es bedeutet einfach, dass Ihnen die richtige Perspektive fehlt. Sie sehen noch nicht richtig, was Er schon für Sie getan hat. Was Sie zum Beispiel brauchen (und hören Sie genau hin), ist nicht, dass Jesus für Ihre Sünden stirbt (denn das hat er bereits getan); sondern Sie müssen „in Ihrem Herzen glauben, dass Gott ihn aus den Toten auferweckt hat“ (siehe Römer 10,9).

Wenden Sie dieses Konzept jetzt einmal auf die folgenden Beispiele an:

Was Sie nötig haben ist nicht, dass Gott Sie segnet (denn das tut Er bereits); Sie müssen vielmehr *erkennen*, dass Er uns schon „gesegnet [hat] mit jeder geistlichen Segnung in der Himmelswelt in Christus“ (Epheser 1,3).

Was Sie nötig haben ist nicht, dass Er für alles sorgt, was Sie brauchen (denn das tut Er bereits); Sie müssen vielmehr *erkennen*: Gott wird „alles, wessen ihr bedürft, erfüllen nach seinem Reichtum in Herrlichkeit in Christus Jesus“ (Philipper 4,19).

Was Sie nötig haben ist nicht, dass Er Ihre Schritte lenkt (denn das tut Er bereits); Sie müssen vielmehr *erkennen*, dass Er „Ihre Schritte lenkt“ (siehe Sprüche 16,9).

Was Sie nötig haben ist nicht, dass Er immer bei Ihnen ist (denn das ist Er bereits); Sie müssen vielmehr *erkennen*, dass Er versprochen hat, „alle Tage bis zur Vollendung des Zeitalters“ bei Ihnen zu sein (Matthäus 28,20).

Was Sie nötig haben ist nicht, dass Er Sie aus der Finsternis rettet (denn das hat Er bereits getan); sondern Sie müssen *erkennen*, dass Er Sie in das Reich des Sohnes Seiner Liebe versetzt hat (Kolosser 1,13-14).

Was Sie nötig haben ist nicht, dass Er Sie heiligt (denn das hat Er bereits getan); Sie müssen vielmehr *erkennen*, dass Er Sie „geheiligt [hat] durch das ein für alle Mal geschehene Opfer des Leibes Jesu Christi“ (Hebräer 10,10).

Was Sie nötig haben ist nicht, dass Er Sie heilig macht (denn das hat Er bereits getan); Sie müssen vielmehr *erkennen*, dass Sie an dem Wesen Ihres himmlischen Vaters teilhaben und Seinen Heiligen Geist besitzen (Johannes 1,12-13; 3,5-6; 1 Petrus 1,23; 2,9; Offenbarung 22,11).

Hoffentlich erkennen Sie hier allmählich ein Muster...

Auch wenn es anders erscheinen mag: Sie haben keine unerfüllten Bedürfnisse und keine ungelösten Probleme. Wenn es doch so *scheint*, liegt es daran, dass Ihre Perspektive fehlerhaft ist oder Sie Seine zugesagte Fürsorge nicht wahrnehmen (2 Petrus 1,3-4). In beiden Fällen ist Ihr wirkliches Problem ein

TRANSFORMATIONSGEBET

Glaubensproblem; Ihnen fehlt Gottes Perspektive. Gott will, dass Sie die Wahrheit über Ihre Probleme kennen (siehe zum Beispiel 1. Johannes 1,10), aber Er will auch, dass Sie Seine Perspektive haben, damit Sie Seine Lösung für Ihre Probleme sehen können (siehe zum Beispiel 1. Johannes 1,9). Die Wahrheit zu kennen (mit Gott übereinzustimmen) bringt Freiheit (Johannes 8,32). Dieses Buch soll Sie ausrüsten, genau dabei mit Gott zu kooperieren!



KAPITEL 5

Das Prinzip von „Überzeugung und Emotion“

Wir fühlen, was wir glauben

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in sieben Teile gegliedert. Der erste Teil erörtert vor allem die Tatsache, dass wir fühlen, was wir glauben. Der zweite Teil unterscheidet „Kopf-“ und „Herz“-Überzeugungen und führt den Begriff des „zwiespältigen Denkens“ ein. Der dritte Teil erklärt, dass Jesus der Maßstab dafür ist, was als „normale“ emotionale Reaktion gelten kann. Der vierte Teil betrachtet, welcher Absicht es dient, dass wir fühlen, was wir glauben. Im fünften Teil geht es speziell um das Konzept des „wahrheitsbasierten Schmerzes“. Der sechste Teil erläutert, warum wir unseren „wahrheitsbasierten Schmerz“ oft unnötig lange mit uns tragen. Und im siebten Teil geht es um „lügenbasierten Schmerz“.



Wir fühlen, was wir glauben



tellen Sie sich vor, Sie liegen schlafend im Bett, als Sie plötzlich durch ein Geräusch geweckt werden, als würde im Nebenzimmer Glas auf dem Boden zerbrechen. Normalerweise ist keiner im Haus so spät noch wach. Deshalb glauben Sie, dass jemand eingebrochen ist! Wie fühlen Sie sich, sobald Ihnen dieser Gedanke in den Sinn kommt? Ängstlich? Nervös? Beunruhigt? Hilflos? Verletzlich? Sie verdrängen diese Gefühle und fassen den Mut, der Sache auf den Grund zu gehen. Als Sie um die Ecke spähen, bemerken Sie eine schattenhafte Gestalt in der Mitte des Raumes. Der unbekannte Einbrecher wühlt auf dem Boden herum. Sie schalten das Licht ein, um den Täter zu identifizieren, und machen eine ärgerliche, aber willkommene Entdeckung. Da ist kein Einbrecher! Das Geräusch kam von Ihrem ungestümen Hund, der in den Küchenabfällen herumschnüffelt. Das Glas einer zerbrochenen Flasche liegt auf dem Boden. Zwar müssen Sie sich jetzt um den Hund kümmern und hinter ihm aufräumen, aber Sie wissen, dass Sie in Sicherheit sind. Wie fühlen Sie sich jetzt? Erleichtert? In Sicherheit? Dankbar? Wütend auf den Hund? Die ängstlichen Gefühle, die Sie noch vor wenigen Augenblicken spürten, sind offenbar verflogen und werden von Gefühlen der Erleichterung abgelöst. Als Sie durch das Geräusch geweckt wurden, fühlten Sie etwas ganz anderes als in dem Moment, als Sie Ihren Hund erkannten. Wie kam es zu dieser Gefühlsveränderung? Sie haben sich weder für Angstgefühle noch für das Gefühl der Erleichterung entschieden, sondern einfach die emotionalen Folgen Ihrer Überzeugung gespürt. Wir bezeichnen dieses wichtige Konzept als das Prinzip von „Überzeugung und Emotion“.

Wie schon erörtert, agiert unser Verstand wie eine Art Dolmetscher, der unsere Umgebung untersucht, einen Bezug zu dem herstellt, was wir in vergangenen Erfahrungen gelernt haben, und uns Erklärungen für das anbietet, was nach unserer Wahrnehmung gerade geschieht. Außerdem benutzt unser Verstand unsere Überzeugungen, um zu bestimmen, wie wir emotional auf diese Interpretation reagieren. In dem Beispiel

oben wurde die sehr emotionale Reaktion nicht durch das Geräusch selbst ausgelöst, sondern durch Ihre Interpretation, was dieses Geräusch vermutlich bedeutete.

Ihr Verstand erfasste die Situation („*Ich habe etwas gehört*“), interpretierte anhand vergangener Erfahrungen, was geschehen sein könnte („*Es klang wie Glas, das auf dem Boden zerbricht*“), und bestimmte Ihre emotionale Reaktion („*Ich könnte in Gefahr sein und habe Angst*“). Die Gefühle, die Sie spürten, beruhten auf Ihrer Interpretation des Geräuschs. Dieser mentale Prozess der Assoziation und Interpretation prägte Ihre Wahrnehmung und rief Ihre emotionale Reaktion hervor.

Der Anblick Ihres Hundes, der den aufgerissenen Müllbeutel durchwühlte, änderte Ihre Wahrnehmung und Interpretation der Situation (das Geräusch kam vermutlich von dieser Glasflasche, die zerbrach, als mein Hund im Abfall wühlte). Da Sie sich nun in Sicherheit glaubten (der Hund und nicht ein Einbrecher hat die Geräusche verursacht), hatten Sie keine Angst mehr, sondern fühlten sich sicher, erleichtert und vielleicht ein wenig frustriert. Im ganzen Verlauf dieses Szenarios spiegelten Ihre Emotionen wider, was Sie glaubten. Deshalb sagen wir: „Wir fühlen, was immer wir glauben.“

Unsere Emotionen sind also die Folge der Interpretation unseres Verstandes, die wiederum auf dem beruht, was wir für wahr halten. Wir reagieren emotional nicht auf das *tatsächliche* Geschehen, sondern auf das, was wir über dieses Geschehen *glauben* und was es unserer Überzeugung nach *bedeutet*.

In dem Beispiel oben entsprach die anfängliche Überzeugung, die Gefühle der Nervosität und Alarmiertheit auslöste, nicht der Wahrheit. Wurde *tatsächlich* in Ihr Haus eingebrochen? Vielleicht ja, vielleicht aber auch nicht. Sie *glaubten*, dass da ein Einbrecher war, und reagierten entsprechend. Als Sie Ihren Hund entdeckten, der im Abfall wühlte, wandelten sich Ihre Gefühle durch das, was *diese Entdeckung Ihrer Meinung nach bedeutete*. War es *tatsächlich* Ihr Hund, der das Geräusch verursacht hatte? Wahrscheinlich schon. Möglich wäre aber auch gewesen, dass ein Einbrecher sich im Nebenzimmer versteckt hielt, während Sie hinter dem Hund aufräumten! In beiden Fällen drückten Ihre Emotionen jedenfalls einfach aus, was Sie über den Verursacher des Geräuschs *glaubten*.

Diese Unterscheidung mag auf den ersten Blick unerheblich erscheinen, aber sie hat weitreichende Konsequenzen. Viele Menschen meinen, dass ihre Gefühle durch das ausgelöst werden, was ihnen gerade widerfährt. Sie führen ihre emotionalen Reaktionen auf das zurück, was andere Menschen tun oder sagen, oder auf ein Problem, das ihnen zu schaffen macht. Sie sagen dann zum Beispiel „Sie macht mich so glücklich“, „Er bringt mich auf die Palme“, „Mein Job stresst mich total“, „Das hat mich in Panik versetzt“ oder „Ich habe heute einen echt schlimmen Tag“. Sie nehmen irrtümlich an, dass ihr emotionaler Zustand durch andere Menschen oder durch ihre Situation bestimmt wird, als ob irgendein Mensch oder irgendeine Situation sie glücklich, ärgerlich oder ängstlich „machen“ könnte.

Auch wenn unsere emotionale Reaktion unmittelbar auf das folgt, was jemand tut oder zu uns sagt, wird sie nicht durch die Taten oder Worte dieser Person hervorgerufen, sondern wir reagieren auf unsere *Interpretation* dessen, was unserer *Überzeugung* nach gerade passiert ist. Das ist der Grund, weshalb es in einer Gruppe von Personen unterschiedliche emotionale Reaktionen auf dieselbe Situation geben kann. Warum genießen manche es, mit dem Flugzeug zu fliegen, während andere Angst davor haben? Warum weckt der Gedanke an ein Familienfest bei manchen positive Gefühle, während er bei anderen Panik, Angst und Wut auslöst? Das alles hat mit Überzeugung und Interpretation zu tun!

Stellen Sie sich vor, dass zwei Personen gemeinsam in eine Achterbahn einsteigen und nebeneinander Platz nehmen. Als die Sicherheitsgurte einrasten, hören beide ein deutliches Klicken. Die eine Person glaubt, dass das Klicken einen funktionierenden Schließmechanismus anzeigt; die andere Person führt das Klicken darauf zurück, dass etwas gebrochen ist. Als die erste Schussfahrt beginnt, kreischt die eine Person vergnügt, während die andere in Panik gerät. Obwohl beide dieselbe Achterbahnfahrt erleben und dasselbe Geräusch gehört haben, sind ihre emotionalen Reaktionen völlig verschieden! Ihr emotionaler Zustand wird durch das bestimmt, was sie über das Klickgeräusch glaubten.

In der Realität sind die zwei Personen entweder in Sicherheit oder in Gefahr. In beiden Fällen hat eine Person Recht, während die andere sich täuscht. Doch die jeweilige Perspektive der beiden Personen wird sich für sie wahr anfühlen oder ihnen wahr erscheinen, ganz gleich was tatsächlich wahr ist. Wäre die Fahrt vollkommen gesichert, hätte diese Tatsache keinen Einfluss auf die panisch reagierende Person, die weiter *glaubt*, in Gefahr zu sein. Wären die Gurte dagegen wirklich defekt, sodass beiden eine schwere Verletzung oder sogar ein tödlicher Unfall droht, würde das nichts am Vergnügen der Person ändern, die sich völlig in Sicherheit *glaubt*. Unwissenheit kann manchmal von Vorteil sein! Doch wenn die Person, die eine falsche Perspektive hat, schließlich doch die Wahrheit der Situation erkennt, ändern sich damit auch ihre entsprechenden Gefühle.

Da beide Personen das fühlen, was ihrer Interpretation des Geräuschs entspricht, wäre es für beide falsch, ihre Emotionen der Achterbahn zuzuschreiben. Weder die Fahrt noch das Geräusch verursacht das, was sie fühlen. Wenn das Geräusch für sie *keine Bedeutung* hätte, würden sie nichts fühlen. Aber weil es (aus ihrer jeweiligen Perspektive) eine bestimmte *Bedeutung hatte*, reagierten sie emotional darauf.

Genauso werden auch unsere Gefühle nicht durch das verursacht, was uns passiert, sondern durch das, was das Geschehen unserer Meinung nach *bedeutet*. Wenn uns etwas begegnet, das (aus unserer Perspektive) etwas „Schlechtes“ *bedeutet*, reagieren wir mit einer negativen Emotion. Wenn es (wiederum aus unserer Perspektive) etwas „Gutes“ zu *bedeuten* scheint, spüren wir irgendeine positive Emotion als Reaktion. Wir werden fühlen, was immer wir glauben.

Das alles führt mich zurück zu den Missbrauchsopfern, denen ich vor der Entwicklung von TPM zu helfen versuchte. Ihr emotionaler Schmerz war keine Folge ihrer Missbrauchserfahrung und wurde auch nicht durch ihre Erinnerung an die wirklich schlimmen Ereignisse verursacht, die sie durchmachen mussten. Ihr emotionaler Schmerz entsprang aus dem, was sie glaubten. Ihre gegenwärtige Wahrnehmung über sich selbst und über ihren wahrgenommenen Zustand waren die Quelle ihres Schmerzes. Sie fühlten sich gefangen, außer Kontrolle, schmutzig und wertlos, weil sie in ihren Herzen glaubten, dass es so war. Als der Heilige Geist sie in ihren Herzen von der Wahrheit überzeugte, änderten sich ihre Emotionen schlagartig so, wie es der Wahrheit entsprach.



Wir fühlen nicht das, woran wir uns erinnern

Manche gehen davon aus, dass unsere „problembelastete Vergangenheit“ oder unsere „schmerzhaften Erinnerungen“ der Grund sind, warum wir fühlen, was wir fühlen. Sie behaupten, dass unsere

Emotionen aus unseren Erinnerungen hervorgehen oder selbst in unserem Gedächtnis gespeichert sind. Diese Theorien beruhen jedoch auf einem falschen Verständnis der Beziehung zwischen dem, was wir fühlen, und dem, woran wir uns erinnern.

Stellen Sie sich einmal vor, wie Sie ein altes Familienalbum durchblättern. Seite für Seite zeigt es Bilder, die an Ihr Leben bis zum heutigen Tag erinnern. Einige Fotos scheinen Sie zum Lächeln zu bringen, während Sie sich bei anderen verlegen oder peinlich berührt fühlen. Warum ist das so? Es ist natürlich nicht das Fotoalbum selbst, das Sie verlegen *macht* oder peinlich berührt. Ihr Verstand assoziiert das, was Sie sehen, mit vergangenen Erfahrungen und interpretiert sie durch das, was Sie aus diesen Erfahrungen gelernt haben. Ihre Gefühle sind ein Ergebnis dieser Interpretation; Sie fühlen, was Sie *glauben*.

So wie diese Fotos die Gefühle nicht „machen“, die wir bei ihrer Betrachtung spüren, so sind auch unsere Erinnerungen an Erfahrungen unseres Lebens nicht der Grund für den Schmerz, den wir in der Gegenwart empfinden. Wir haben keine „schmerzhaften“ Erinnerungen, genauso wie wir auch keine „schmerzhaften“ Fotoalben haben. Wir können zwar Schmerz spüren, während wir das Album durchblättern, so wie wir uns bei der Erinnerung an vergangene Erfahrungen schlecht fühlen können, aber weder das Album noch die Erinnerung „macht“ die Gefühle, die wir spüren. In Wirklichkeit interpretieren wir das, woran wir uns aus der Vergangenheit erinnern, durch das, was wir in der Gegenwart glauben. Diese auf unseren Annahmen beruhende Interpretation ist die Quelle für das, was wir fühlen.

Die Fotos sind nicht schuld an der Emotion, die Sie spüren, während Sie sie betrachten. Genauso sind auch Ihre Erinnerungen nicht die Ursache für Ihren emotionalen Schmerz. Wie in einem Fotoalbum sind Ihre Erinnerungen einfach eine mentale Dokumentation Ihres bisherigen Lebensweges. Dass Sie fühlen, was Sie fühlen, beruht auf der Art und Weise, wie Sie die Dinge interpretieren, an die Sie sich erinnern. *Wir fühlen nicht, woran wir uns erinnern; wir fühlen, was wir glauben.*

Dieses Prinzip gilt nicht nur für Ihre Wahrnehmung der Vergangenheit und der Gegenwart, sondern auch für Ihre Gedanken über die Zukunft. Fühlen Sie sich zum Beispiel ängstlich oder besorgt, wenn Sie über Ihre ungewisse Zukunft nachdenken? Wenn ja, wird diese emotionale Reaktion nicht durch das bestimmt, was passieren könnte; sie spiegelt vielmehr wider, was Sie über die möglichen Ereignisse *glauben*. Ihre Wahrnehmung über Ihre potentielle Zukunft ist ein Ergebnis dessen, was Sie für wahr halten. Und Ihre emotionale Reaktion entspricht diesen Überzeugungen.

Wir fühlen, was wir glauben, nicht aufgrund von Dingen, die uns in der Vergangenheit passiert sind, die gegenwärtig passieren oder die uns in der Zukunft widerfahren könnten. In allen drei Fällen interpretieren wir sie durch das, was wir gegenwärtig glauben, und unsere emotionale Reaktion beruht auf dieser Interpretation.

Niemand bringt uns dazu, irgendetwas zu fühlen

Wie bereits besprochen, gehen viele Menschen von der falschen Annahme aus, dass ihre Umstände, die Menschen ihrer Umgebung, ihre schwierige Vergangenheit, der Teufel oder sogar Gott für ihre Gefühle verantwortlich sind. Diese Annahme bringt sie jedoch in ein schwieriges Dilemma. Denn würde diese falsche Annahme tatsächlich zutreffen, wäre ihr emotionaler Zustand völlig von ihrer Situation und den Menschen ihrer Umgebung abhängig. Aus dieser falschen Perspektive scheinen angenehme Umstände positive Gefühle zu erlauben, doch wenn auch nur ein Aspekt der Situation aus dem gewünschten Rahmen fällt, wird uns die Freude „geraubt“ und unser innerer Frieden gestört.

Indem wir andere Menschen für unsere Gefühle verantwortlich machen, stecken wir uns selbst, ohne es zu wollen, in ein emotionales Gefängnis. Denn wenn das Verhalten anderer tatsächlich die Ursache unseres emotionalen Kammers ist, dann bliebe uns nichts anderes übrig, als diese negativen Gefühle zu behalten, bis sich unsere ganze Situation ändert. Diese Sicht zwingt uns, in einer Welt zu leben, in der es keine Hoffnung auf positive Veränderung gibt, solange nicht alle beteiligten Personen und Umstände sich entsprechend ändern. In einer solchen alternativen Wirklichkeit müssen wir andere bitten oder zwingen, sich so zu verhalten, wie es unserer Meinung nach nötig ist, damit wir glücklich sein können. Man darf wohl annehmen, dass jeder von uns einen Menschen kennt, der versucht hat, diese unmögliche Aufgabe zu erfüllen!

Diese Dynamik lässt sich im Leben kleiner Kinder gut beobachten. Wir brauchen den Kleinen nicht erst beizubringen, anderen die Schuld dafür zu geben, dass sie verärgert sind. Alle Kinder tun das. Es ist ganz natürlich und sollte uns nicht überraschen, beruht aber ebenfalls auf einem Irrtum. Wenn der kleine Johnny zu seiner Schwester Suzie geht und ihr ein Spielzeug aus der Hand reißt, wird das Mädchen wahrscheinlich wütend reagieren. Und wenn man Suzie nach dem Grund fragt, wird sie wahrscheinlich mit dem Finger auf ihren Bruder zeigen und sagen: „Weil er mein Spielzeug weggenommen hat!“

Die kleine Suzie ist nicht wütend, *weil* Johnny ihr Spielzeug weggenommen hat. Der Grund ist vielmehr die Art und Weise, wie sie das Ereignis durch ihre fehlerhafte und begrenzte Sicht interpretiert hat. Sie glaubt vielleicht, machtlos, hilflos und vernachlässigt zu sein, und mag den Eindruck haben, dass Johnny mit seinem Verhalten davonkommt. Diese Deutung hat zur Folge, dass sie verärgert ist.

Auch wenn Johnnys Verhalten *nicht* für Suzies Wutausbruch verantwortlich ist, bedeutet das nicht unbedingt, dass sein Verhalten harmlos war. Er hat vielleicht wirklich etwas Falsches, Gemeines und Unzulässiges getan. Wenn ja, ist er für sein schlechtes Benehmen verantwortlich und sollte darauf hingewiesen und korrigiert werden. Doch sein schlechtes Benehmen ist nicht die Ursache für Suzies emotionalen Kummer. Sie fühlt, was sie glaubt.

Dies ist ein weiteres Beispiel einer Situation, in der wir intuitiv einen Teil der Wahrheit verstehen. Es ist höchst unwahrscheinlich, dass wir so empfinden würden wie Suzie, wenn Johnny uns ein Spielzeug wegnähme. Warum reagieren wir anders? Weil wir eine andere Perspektive haben als ein Kind. Wir würden Johnnys Verhalten mit anderen Augen wahrnehmen. Wir sind besser in der Lage, die Situation richtig zu deuten, weil wir einen besseren Einblick in die Wahrheit haben.

Und doch, wie oft sind wir in die Falle getappt, anderen die Schuld für den Schmerz zu geben, den wir fühlen? Wir versuchen, die Schuld auf unseren Ehepartner, unseren Beruf, unsere Familiengeschichte, unsere wirtschaftliche Situation oder sogar auf Gott zu schieben. Das ist nicht anders, als der Achterbahn die

Schuld zu geben oder dem kleinen Johnny vorzuwerfen, uns zum Weinen zu bringen.

Wenn wir weiterhin anderen die Schuld für unsere Situation oder unsere Gefühle geben, geraten wir unweigerlich in einen unauflösbaren Kreislauf von Niederlage und Enttäuschung. Noch schlimmer, wir werden *wahrscheinlich* versuchen, das Problem selbst zu lösen, indem wir vor der vermeintlichen Quelle unseres Schmerzes weglaufen, uns durch Ablenkung von unseren Gefühlen selbst therapieren oder einfach ganz aufgeben. Wir können weglaufen, werden aber feststellen, dass am neuen Ort schon dieselben lügenbasierten Überzeugungen auf uns warten und wir uns schon bald wieder genauso fühlen. Wie gesagt, wenn andere Menschen oder unsere Situation wirklich der Grund für unsere Gefühle sind, können wir uns nicht anders fühlen, solange nicht die anderen Menschen oder die Situation sich ändern. Wenn wir aus dieser fehlerhaften Perspektive handeln, gibt es keine Hoffnung, frei zu werden.

Frieden und Freiheit sind nicht das Ergebnis von Schuldzuweisungen und Anschuldigungen. Wenn wir dauerhaft von Stress, Unruhe, Sorge und Angst frei werden wollen, müssen wir zuerst den genauen Grund für die negativen Gefühle feststellen. Wir fühlen uns nicht wegen einer ungewissen Zukunft besorgt; wir fühlen uns nicht wegen unserer Kinder machtlos; wir fühlen uns nicht wegen unseres Ehepartners einsam; wir fühlen uns nicht wegen unserer Finanzen gestresst; und wir fühlen uns nicht wegen unserer Eltern verärgert. Unabhängig von unseren Umständen oder den beteiligten Personen fühlen wir immer nur, was wir glauben. Richtig verstanden bietet dieses Prinzip uns Hoffnung, Ermutigung und Freiheit. Die Tatsache, dass wir fühlen, was wir glauben, bedeutet, dass kein Mensch und keine Umstände uns dazu *bringen* können, etwas zu fühlen! Wir fühlen, was wir glauben.



Wir fühlen, was wir „im Herzen“ glauben

Wir fühlen, was wir glauben, aber nicht alles, was wir glauben, ruft Emotionen hervor. Tatsächlich rufen die meisten Dinge, die wir glauben, keine Gefühle hervor. Welches Gefühl weckt es zum Beispiel, wenn wir glauben, dass Zwei plus Zwei Vier ergibt? Wahrscheinlich gar keines. Die Daten, Fakten, Zahlen und allgemeinen Kenntnisse, die wir unser ganzes Leben hindurch benutzen, wecken überhaupt keine Gefühle bei uns. Aber das liegt nicht allein an der sachlichen Ebene; dass diese Überzeugungen keine Gefühle bei uns wecken, liegt an der Art und Weise, *wie* sie geglaubt werden. Anders ausgedrückt: Es kommt darauf an, *wo* sie geglaubt werden.

In der Heiligen Schrift wird oft das bibelgriechische Wort „nous“ verwendet, um unseren Verstand zu bezeichnen. Wir gebrauchen unseren „nous“, um zu denken, wahrzunehmen, zu verstehen und zu überlegen.

In unserer heutigen Sprache ausgedrückt glauben wir das, was wir mit unserem „nous“ glauben, in unseren „Köpfen“. Die Information, die wir in unseren „Köpfen“ speichern, kann nützlich sein und sogar die Wahrheit widerspiegeln, aber unser Kopf ist nicht der einzige Ort, wo wir etwas glauben, und er ist auch nicht die Quelle dessen, was wir fühlen. Unsere Emotionen sind offenbar an anderer Stelle verortet. Der Grund, weshalb wir fühlen, was wir fühlen, ist das, was wir in unserem „Herzen“ glauben.

Ein einfaches Beispiel dafür findet sich im letzten Kapitel des Lukasevangeliums. Kurz nach der Auferstehung Jesu sprachen zwei Seiner Jünger über das enttäuschende Schicksal ihres Erlösers, während sie

von Jerusalem zu einem Dorf wanderten, das „Emmaus“ hieß (Lukas 24,13-35). Während sie miteinander sprachen, erschien Jesus und ging mit ihnen, doch Er hinderte sie daran, Seine wahre Identität zu erkennen. Er fragte sie, worüber sie gerade gesprochen hatten (als ob Er es nicht schon gewusst hätte). Die Beiden sind zuerst verwundert, dass der Fremde offenbar nichts über die kürzlichen Ereignisse in Jerusalem weiß, aber dann beschreiben sie die Identität Jesu, Seine Absicht, Seine ungerechte Verurteilung und Seinen Tod. Und als sie von einigen Frauen berichten, die das inzwischen leere Grab besucht haben, unterbricht Jesus sie abrupt: „Ihr Unverständigen, deren Herz zu träge ist, um alles zu glauben, was die Propheten gesagt haben. Musste nicht der Christus das erleiden und so in seine Herrlichkeit gelangen?“ (Lukas 24,22-25; EU; Unsere Hervorhebung).

Es war klar, dass diese Jünger die Fakten genau kannten, denn sie konnten sie ihrem Mitreisenden darlegen. Sie kannten die Hinweise, dass Jesus der Erlöser Israels war, und wussten, dass Er am dritten Tag von den Toten auferstehen sollte (Lukas 24,21). Sie hatten sogar gehört, dass Sein Grab nachweislich leer war (Lukas 24,22-24). Sie kannten die Wahrheit in ihren „Köpfen“, aber für Jesus war klar, dass sie die Wahrheit nicht in ihren „Herzen“ glaubten (Lukas 24,25).

Jesus nannte ihr Problem beim Namen; sie waren träge darin, mit dem Herzen zu glauben. Dann zeigte Er, dass ihr intellektuelles Verständnis der Heiligen Schrift nicht ausreichte, indem Er die rhetorische Frage stellte: „Musste nicht der Christus das erleiden und so in seine Herrlichkeit gelangen?“ Sie wussten bereits, was die Propheten über den Messias gesagt hatten, und Jesus wusste, dass sie es wussten. Im Grunde fragte Er sie: „Warum brauchen eure Herzen so lange, bis sie glauben, was ihr in euren Köpfen schon wisst?“

Obwohl sie die Wahrheit in ihren „Köpfen“ glaubten, reagierten sie enttäuscht und entmutigt auf Seinen Tod. Sie fühlten, was sie fühlten, weil sie im „Herzen“ etwas anderes glaubten. Doch als Jesus ihnen die Schriften erläuterte, fingen ihre „Herzen“ an zu „brennen“ (Lukas 24,32). Durch Seine Worte fingen sie an, die Wahrheit auf neue, tiefere Weise zu glauben. Sie fingen an, nicht nur mit dem Verstand, sondern auch mit dem Herzen zu glauben. Die veränderte „Herzensüberzeugung“ führte zu einer Veränderung ihres emotionalen Zustands. Sie waren nicht länger enttäuscht, sondern freuten sich und waren ermutigt (Lukas 24,41).

Eine veränderte Herzensüberzeugung hat auch starke Auswirkungen auf das Verhalten eines Menschen. Nach ihrer Begegnung mit Jesus blieben die beiden Jünger nicht in Emmaus, sondern eilten nach Jerusalem zurück, um die gute Nachricht weiterzusagen (Lukas 24,33-35). Diese Transformation sowohl ihrer Emotionen als auch ihres Verhaltens geschah, als sie die Wahrheit endlich in ihren „Herzen“ glaubten.

Das biblische Wort für „Herz“ ist von dem griechischen Wort *kardia* abgeleitet; es bezeichnet „die Quelle und den Sitz der Gedanken, Leidenschaften, Wünsche, Begierden, Neigungen, Absichten, Bestrebungen (...)

das Herz, der innere Mensch usw.“ (Strong's Concordance – 2588). Unsere Gefühle und Motivationen kommen aus unserer *kardia*, unserem „Herzen“. Genauer gesagt fühlen wir, was wir fühlen, aufgrund der Dinge, die wir in unseren „Herzen“ glauben.

Während wir in unseren „Köpfen“ alle möglichen Dinge glauben, werden in unsere „Herzen“ zwei Arten von Überzeugungen gepflanzt: darüber, wer wir sind und wer Gott ist. Diese „Herzensüberzeugungen“ beschreiben entweder unsere „Selbst-Identität“ (wer oder was wir zu sein glauben) oder unseren „Seinszustand“ (unser Verständnis von Gott und Seiner Beteiligung in unserem Leben). Solche Überzeugungen können zum Beispiel sein: „Ich bin wertlos, ein Niemand, unwichtig, ungeliebt usw.“ (Selbst-Identität) oder: „Ich bin allein, hilflos, machtlos, gefangen, ohne jede Kontrolle usw.“ (Seinszustand – unsere Wahrnehmung von Gottes Beteiligung in unserem Leben). Zusammenfassend sehen wir, dass unsere Gefühle das widerspiegeln, was wir in unseren *Herzen* über uns selbst und über Gott und Seine Beteiligung in unserem Leben glauben.

Als die Emmausjünger noch nicht in ihren Herzen glaubten, dass Jesus von den Toten auferstanden war, *fühlten* sie sich ängstlich, entmutigt und enttäuscht. Doch als sie die Wahrheit Seiner Auferstehung in ihren Herzen glaubten, waren sie voller Freude. Ähnlich ist es bei Ihnen: Solange Sie nicht in Ihrem Herzen glauben, dass Gott Sie liebt, werden Sie sich nicht von Ihm geliebt *fühlen* (Johannes 3,16; Römer 8,35). Solange Sie nicht in Ihrem Herzen wissen, dass Gott Ihr Schutz ist, werden Sie sich nicht sicher *fühlen* (1 Johannes 5,18). Solange Sie nicht in Ihrem Herzen wissen, dass Sie Sein geliebtes Kind sind, werden Sie sich nicht von Ihm angenommen *fühlen* (Johannes 1,12). Solange Sie nicht in Ihrem Herzen wissen, dass der Herr Ihr Helfer ist, werden Sie weiter ängstlich sein (Hebräer 13,6). Vielleicht kennen Sie diese Tatsachen schon in Ihrem „Kopf“, aber solange Sie sie nicht in Ihrem Herzen glauben, werden sie sich nicht wahr *anfühlen*. Wir fühlen, was wir in unseren Herzen glauben.

Wenn Kopf und Herz nicht übereinstimmen, sind wir „zwiespältig“

Wie die Jünger auf dem Weg nach Emmaus (Lukas 24,13) können wir die Wahrheit in unserem „Kopf“ glauben, und doch zugleich in unserem „Herzen“ etwas anderes glauben. Tatsächlich kommt es oft vor, dass Dinge, die wir mit dem „Kopf“ glauben, nicht mit dem übereinstimmen, was wir im „Herzen“ glauben. Der Apostel Jakobus beschreibt Menschen, die auf diese Weise gegensätzliche Dinge glauben, als „in sich gespalten“ (Jakobus 1,8; NeÜ) oder als Menschen „mit zwei Seelen“ (Jakobus 1,8; EU), die innerlich aufgewühlt und „vom Wind bewegt und hin und her getrieben“ sind (Jakobus 1,6).

Das griechische neutestamentliche Wort, das mit „in sich gespalten“ oder „mit zwei Seelen“ wiedergegeben wird, ist *dipsuchos*. Es bedeutet, zwei „Seelen“ oder „Gesinnungen“ zu haben. Wir sind zwiespältig,

wenn wir die Wahrheit zwar vom Verstand her kennen, aber in unseren Herzen etwas glauben, das dem widerspricht. In diesem Fall wird sich eine Unwahrheit wahr *anfühlen* oder uns wahr *erscheinen*, obwohl wir aus logischer Sicht wissen, dass das nicht stimmt. Und auch wenn wir einer Wahrheit vom Verstand her völlig zustimmen, wird diese Wahrheit sich solange nicht wahr *anfühlen* oder uns wahr *erscheinen*, bis wir sie auch in unserem Herzen glauben. Die Folge ist, dass wir in zwei verschiedene Richtungen gezogen werden (d.h., wie Jakobus sagte, „vom Wind bewegt und hin und her getrieben“ sind).

Wenn Sie in Ihrem Herzen glauben, ein sündiger Versager zu sein, wird Ihnen diese Sicht wahr *erscheinen*

oder sich wahr *anfühlen*, selbst wenn Sie vom Verstand her wissen, dass Sie aus Gottes Geist geboren sind (Johannes 3,6). In diesem Fall glauben Sie die Wahrheit zwar in Ihrem „Kopf“, aber nicht in Ihrem „Herzen“. Vielmehr widerspricht das, was Sie in Ihrem Herzen glauben, Ihrer verstandesmäßigen Überzeugung.

Vielleicht haben Sie gelesen und sogar auswendig gelernt, dass Gott Sie „erwählt hat, zu seinen Heiligen und Geliebten zu gehören“ (Kolosser 3,12; NL). Aber Sie werden sich nur dann erwählt, heilig und geliebt *fühlen*, wenn Sie das auch in Ihrem Herzen glauben. Vielleicht sind Sie vom „Kopf“ her aufrichtig von der Wahrheit überzeugt, doch wenn diese sich nicht wahr anfühlt oder wahr erscheint, sind Sie dazu verleitet worden, in Ihrem „Herzen“ etwas anderes zu glauben. Wenn das so ist, sind Sie zwiespältig.

Mit anderen Worten: Wenn Sie sich so fühlen, als wären Sie wertlos, fehlerhaft oder nicht liebenswert (obwohl Sie es intellektuell besser wissen), zeigt dies, was Sie wirklich in Ihrem Herzen glauben. Vom Verstand her mögen Sie die Wahrheit wirklich glauben, doch Ihre Emotionen zeigen, was Sie auf der Ebene Ihres Herzens glauben. Unsere Emotionen spiegeln manchmal die Wahrheit nicht richtig wider, aber sie spiegeln genau wider, was wir in unserem Herzen glauben!

Diese Dynamik lässt sich in jeder TPM-Gebetssitzung beobachten. Ich (Ed) erinnere mich an meine erste TPM-Gebetssitzung, in der ich jener Frau gegenüber saß, die als Kind missbraucht worden war. Sie konnte wahre Aussagen wie: „Ich bin jetzt in Sicherheit“, „Es war nicht meine Schuld“, „Ich bin nicht schmutzig oder schändlich“, „Ich bin nicht machtlos“ oder „Ich werde nicht sterben“ klar aussprechen. Doch jedes Mal, wenn sie sich an den Missbrauch in ihrer Kindheit erinnerte, zeigte sich ihre „Herzensüberzeugung“ in ihren Emotionen. Sie fühlte sich unsicher, schuldig, schmutzig, schändlich, machtlos und dem Tode nahe. Sie kannte die Wahrheit in ihrem Verstand, aber sie glaubte sie noch nicht in ihrem Herzen. Sie war zwiespalten.

Sie konnte ihr zwiespältiges Denken nicht lösen, indem sie sich bemühte zu glauben, leugnete, was sich wahr anfühlte, sich entschloss, der Wahrheit zu gehorchen, oder sich weitere Bibelkenntnisse aneignete. Wie die Jünger auf dem Weg nach Emmaus brauchte sie den Herrn, der sie in die Wahrheit leitete. Sie war darauf angewiesen, dass er ihr Herz überzeugte, das zu glauben, was sie in ihrem Verstand schon wusste. Als Er dies schließlich tat, erlebte sie eine großartige Transformation!

Wie wir in späteren Kapiteln erörtern werden, ist es nichts Schlechtes, schmerzhaftes Emotionen zu erleben, die im Gegensatz zu den Wahrheiten stehen, die wir mit dem Verstand glauben. Solche schmerzhaften Emotionen sind sogar hilfreich, wenn wir ihren Zweck verstehen und richtig darauf reagieren. Sie spielen eine wichtige Rolle auf unserem Weg der Erneuerung des Denkens durch den Herrn. Doch im Augenblick genügt es zu wissen, dass alles, was wir fühlen, immer auf dem beruht, was wir in unserem Herzen glauben. Unsere Emotionen sind klare Hinweise auf das, was wir in unseren Herzen glauben.



Es ist möglich, in jeder Situation inneren Frieden zu haben

Die Bibel sagt: „Der Friede des Christus regiere in euren Herzen“ (Kolosser 3,15) und „Er selbst aber, der Herr des Friedens, gebe euch den Frieden allezeit auf alle Weise!“ (2 Thessalonicher 3,16). Gott möchte, dass Sein Friede in unseren Herzen regiert. Er möchte, dass wir „allezeit auf alle Weise“ Seinen Frieden erfahren. Sofern Paulus sich nicht getäuscht hat, liegt es also nicht an unseren Lebensumständen, wenn uns der innere Friede fehlt.

Manchmal sagen wir Dinge wie: „Du machst mich wahnsinnig“, „Wenn du bloß damit aufhören könntest, würde ich mich nicht so fühlen“, „Ich fühle mich immer nervös und angespannt, wenn sie in der Nähe ist“ oder „In seiner Gegenwart fühle ich mich wie gefangen und hilflos“. Solche Aussagen zeigen, dass wir ein wichtiges Prinzip nicht verstanden haben: *Wir fühlen, was wir glauben*. Wir interpretieren das Leben durch das, was wir für wahr halten, und unsere Emotionen ändern sich automatisch im Einklang mit unserer Interpretation (denken Sie an das Beispiel mit dem Hund/Einbrecher zu Beginn dieses Kapitels). Unsere Umstände decken auf, was wir in unseren Herzen glauben. Wenn uns je der Friede Gottes fehlt, zeigt es, dass uns Seine Perspektive fehlt.

Dieses Prinzip ist vielleicht auf den ersten Blick nicht leicht anzunehmen, weil es sehr weitreichend ist. Wenn unsere Gefühle durch unsere eigenen Überzeugungen hervorgerufen werden, müssen wir Verantwortung für das übernehmen, was wir fühlen. Oft scheint es leichter oder naheliegender zu sein, unsere Gefühle anderen Personen, unserer Situation, dem Teufel oder sogar Gott zuzuschreiben. Ein Opfer zu sein fällt manchmal leichter, als persönliche Verantwortung zu übernehmen, doch diese zwei Verhaltensweisen führen in völlig verschiedene Richtungen. Die eine ist der Weg der Wahrheit und des Lebens, während die andere uns veranlasst, die Rolle eines Opfers einzunehmen, und in einen endlosen Kreislauf von Niederlage und Frustration mündet.

Wie schon gesagt, soll ungerechtes Verhalten damit nicht verharmlost werden. Wenn jemand sich unangemessen verhält, ist das eine Tatsache. Aber unsere emotionale Reaktion auf diese Ungerechtigkeit beruht darauf, wie wir sie aufgrund unserer Überzeugungen interpretieren. Menschen können schreckliche und

ungerechte Dinge tun, doch wenn wir Gottes Perspektive haben, werden wir so reagieren, wie Er es tun würde. Hier erinnern wir uns wieder daran, dass Jesus uns aufgefordert hat, unsere Feinde zu lieben, denen Gutes zu tun, die uns hassen, und die zu segnen, die uns verfluchen (vgl. Matthäus 5,44; Lukas 6,27-28). Zu so einer Reaktion sind wir allerdings nicht fähig, bis wir Gottes Perspektive gewinnen und die Wahrheit in unseren Herzen glauben.

Dieses Prinzip soll auch nicht verharmlosen, wie ernst oder schwierig unsere Umstände sein können, denn wahrheitsbasierte Probleme sind ebenso wie die Auswirkungen lügenbasierter Probleme sehr real. Es zeigt aber, dass der Herr uns mitten in unseren schwierigen Herausforderungen Seinen Frieden geben möchte. Statt uns darauf zu konzentrieren, wie wir unsere Umstände ändern können, sollte unser erstes Ziel sein, Gottes Perspektive und Seine Lösungen für unsere wahrgenommenen Probleme zu erfahren. Denn wenn wir die Wahrheit in unseren Herzen glauben, wird die Wahrheit uns frei machen (Johannes 8,32) und wir werden in jeder Situation Frieden haben (2 Thessalonicher 3,16)!

Der Prophet Jesaja beschreibt Jesus mit dem Bild eines Lammes, das zur Schlachtung geführt wird (siehe

Jesaja 53,7). Schafe können zum Schlachthof geführt und geschlachtet werden, ohne irgendein äußeres Zeichen von Stress oder Angst zu zeigen. Natürlich wissen sie nicht, was mit ihnen passieren wird, sonst sähe ihre Reaktion vermutlich anders aus! Jesus dagegen wusste genau, was mit Ihm passieren würde, und ging diesen Weg trotzdem so gelassen und vertrauensvoll wie ein Lamm. Wie konnte Jesus das tun? Er kannte die Wahrheit und handelte im Einklang mit dem Willen Seines Vaters.

Dasselbe lässt sich von Stephanus am Tag seiner Steinigung sagen. Als die Augen seines Herzens geöffnet wurden und er Jesus neben dem himmlischen Vater stehen sah, äußerte Stephanus echte Freude und Barmherzigkeit, obwohl er gerade zu Tode gesteinigt wurde. Wie bei Jesus war Stephanus' Reaktion eine Folge der Wahrheit, die er in seinem Herzen kannte, und nicht das Ergebnis seiner schwierigen Lage. Dasselbe gilt für uns! Unsere Umstände bestimmen nicht, wie wir uns fühlen; wir fühlen, was wir glauben.

Jesus fühlt, was Er glaubt

Manche argumentieren, dass unsere negativen Emotionen berechtigt sind, weil auch Jesus negative Emotionen empfand und zum Ausdruck brachte. Es stimmt zwar, dass Jesus „negative“ Gefühle erlebte, doch dieses Argument bedarf einer genaueren Untersuchung. Ein auffälliges Detail wird leicht übersehen, nämlich die Tatsache, dass die Evangelien Jesus nie mit Emotionen wie Sorge, Angst, Unruhe, Machtlosigkeit, Hilflosigkeit, Niedergeschlagenheit oder Hoffnungslosigkeit zeigen. Selbst am Tag seiner Kreuzigung zeigte Jesus eine ruhige Gewissheit, Geduld, Empathie und Barmherzigkeit für Seine Peiniger. Kein einziges Mal fühlte Er sich ängstlich, panisch oder hilflos (wie viele von uns sich in Seiner Situation fühlen würden).

In den wenigen Momenten, in denen Jesus negative Emotionen zeigte, war Er entweder zornig oder betrübt oder beides (siehe zum Beispiel Markus 3,5). Manche meinen, dass Jesus im Garten Getsemane am Abend vor Seiner Kreuzigung immensen Stress und Angst spürte; das ist aber nicht der Fall. Jesus sagte zu Seinen Jüngern: „Meine Seele ist sehr betrübt, bis zum Tod. Bleibt hier und wacht mit mir!“ (Matthäus 26,38; Unsere Hervorhebung). Er fühlte eine große Betrübnis, sodass Blut aus Seinen Poren trat, aber Er war nicht ängstlich oder gestresst. Angst und Stress haben mit Ungewissheit und unbegründeten Erwartungen zu tun. Jesus war weder unsicher, noch zweifelte Er an der Absicht des Vaters; Er wusste genau, was passieren würde und worum Sein Vater Ihn bat. Jesus nahm das volle Gewicht der Bitte Seines Vaters wahr, und dies betrübte Ihn. Dies ist ein Beispiel für *wahrheitsbasierten Schmerz*.

Haben Sie sich je gefragt, warum Jesus Seinen Vater in Getsemane dreimal bat, der „Kelch“ möge an Ihm „vorübergehen“? Irgendetwas musste nach Seiner dritten und letzten Bitte geschehen sein, denn da stand Er auf, ging zu Seinen schlafenden Jüngern und sagte: „Steht auf... die Stunde ist gekommen“ (siehe Matthäus 26,38-47; EU). Persönlich sehe ich darin ein Beispiel dafür, dass Jesus nach der größeren Perspektive Seines himmlischen Vaters fragte.

Jesus zog sich oft zurück, um allein zu beten. Warum? Die meisten würden sagen, um vom Vater Weisung zu empfangen. Im fünften Kapitel des Johannesevangeliums erklärte Jesus in einer längeren Rede Seine Gleichheit mit Gott und sagte dann: „Ich kann nichts von mir selbst tun; so wie ich höre, richte ich, und mein Gericht ist gerecht, denn ich suche nicht meinen Willen, sondern den Willen dessen, der mich gesandt hat“ (Johannes 5,30). Jesus war ständig von dem abhängig, was Sein Vater Ihm offenbarte.

Die Frage ist hier: „Wie viel wusste Jesus?“ War er allwissend wie Sein Vater im Himmel? Wenn ja, warum

musste Er den Vater überhaupt irgendetwas fragen? Warum sollte er bitten, dass der „Kelch“ an Ihm vorübergehe, wenn Er den Willen des Vaters schon kannte? Wir meinen, dass Seine große Betrübnis, die Ihn Blut schwitzen ließ, wahrheitsgemäß von den Leiden herrührte, die Ihm bevorstanden. Wir glauben auch, dass der Vater Ihm offenbar erst, nachdem Er dreimal gefragt hatte, die größere Perspektive offenbarte, die Seine Betrübnis in Freude verwandelte. Denn im Hebräerbrief steht, dass Jesus „um der vor ihm liegenden Freude willen ... das Kreuz erduldet“ (Hebräer 12,2).

Jesus hatte durchgängig die richtige Perspektive, weil Er in jeder Situation den Willen des Vaters suchte. So erklärte Er: „Wahrlich, wahrlich, ich sage euch: Der Sohn kann nichts von sich selbst tun, außer was er den Vater tun sieht; denn was der tut, das tut ebenso auch der Sohn“ (Johannes 5,19). Er interpretierte Seine Situation immer richtig; Er wusste, wer er war; Er kannte Seinen himmlischen Vater; und Er konnte das Wirken Seines Vaters in Seinem Leben erkennen. Er kannte die Wahrheit, nahm die Wahrheit wahr und wandelte in der Wahrheit. Die Perspektive Gottes erschien Ihm immer wahr und fühlte sich für Ihn immer wahr an. Tatsächlich war und ist Er die Wahrheit in Person (Johannes 14,6). Aus diesem Grund reagierte Er emotional immer angemessen auf Seine Situation.

Jesus trug Seine Leiden, Prüfungen und Anfechtungen mit Frieden, Gewissheit und sogar Freude. Obwohl Er in Getsemane unvorstellbare Betrübnis spürte, konnte Er „um der vor ihm liegenden Freude willen“ das Kreuz erdulden (Hebräer 12,2; Unsere Hervorhebung). Auch als Er große körperliche Schmerzen durchmachte, behielt Er die richtige Perspektive. Er war tief betrübt, aber Er war nicht gestresst, unruhig, ängstlich, besorgt oder entmutigt. Von Seinen Jüngern oder uns kann man das nicht sagen.

Der starke Kontrast zwischen den emotionalen Reaktionen Jesu und denen Seiner Jünger beruhte auf der Tatsache, dass Er Gottes Perspektive hatte, sie dagegen oft nicht. Die Jünger reagierten anders, weil sie etwas anderes glaubten. Jesus handelte immer in der Wahrheit; Seine Jünger taten das nicht.

Dasselbe sehen wir auch in dem Moment, als Jesus während des Sturmes im Boot schlief, während Seine Jünger in Panik gerieten (Matthäus 8,24). Die Jünger betrachteten ihre Situation aus einer fehlerhaften und begrenzten Perspektive, während Jesus die Wahrheit sah. Und als Jesus im Garten gefangengenommen wurde, war Er nicht ängstlich oder besorgt. Seine Jünger dagegen ergriffen ängstlich die Flucht (Markus 14,50). Die emotionalen Reaktionen Jesu zeigten, was Er glaubte; die Emotionen der Jünger zeigten, was sie glaubten; und auch unsere Emotionen zeigen, was wir glauben.

Jesus ist der Maßstab für das, was „normal“ ist

Das Merriam Webster-Wörterbuch definiert „normal“ als „einem Typ, Standard oder regelmäßigen Muster entsprechend; gekennzeichnet durch das, was als üblich, typisch oder gewohnt angesehen wird.“ Wenn Sie also zum Beispiel erfahren, dass mit Ihrer Kreditkarte in einem Geschäft eingekauft wurde, das Sie noch nie betreten haben, oder dass Ihr Anschlussflug nach Hause wegen des Wetters gestrichen wurde, oder dass ein Kollege gemeine Dinge über Sie verbreitet hat, was wäre dann die „normale“ emotionale Reaktion? Ist es „normal“, beleidigt, irritiert, gestresst oder verärgert zu reagieren?

Viele würden argumentieren: „Ja, natürlich! Jeder würde so reagieren. Das sind völlig normale Reaktionen auf schwierige Situationen.“ Zweifellos entsprechen solche Reaktionen den Gefühlen, die die meisten Menschen in solchen Situationen *normalerweise* empfinden würden. Aber ist es deshalb tatsächlich „normal“,

in dieser Weise zu reagieren? Drücken solche Gefühle die normale Reaktion Gottes aus? Ist Seine Normalität auch unsere Normalität? Wenn nicht, wie oft ist unsere „normale“ Reaktion dann in Wirklichkeit *unnormal*?

Gottes normale Reaktion auf ein Lebensereignis ist in der Wahrheit und in der Realität verwurzelt. Damit unsere Reaktion im göttlichen Sinn normal ist, muss sie die logisch zu erwartende Folge der Tatsache sein, dass wir unsere Situation aus Gottes Perspektive richtig wahrnehmen. Jesus reagierte immer in dieser Weise. Er kannte immer die Wahrheit, hatte einen klaren Blick für die Realität und handelte aus dieser Perspektive. Die Folge war, dass Er immer normal auf alles reagierte, was um Ihn her geschah. Wir glauben, dass Seine Reaktion für alle, die in Christus sind, der Maßstab für Normalität ist. Alles andere greift zu kurz und ist *unnormal*.

Wie Jesus zum Beispiel auf die römischen Soldaten reagierte, die in den Garten kamen, um Ihn zu verhaften, beruhte auf einem genauen Verständnis der Situation und war „normal“. Die Jünger dagegen taten, was die meisten von uns normalerweise tun würden: Sie reagierten nicht normal, sondern ergriffen aus Angst um ihr Leben die Flucht (Markus 14,50).

Jesus reagierte auch auf den Sturm „normal“ (Matthäus 8,24). Die Jünger dagegen, denen diese Perspektive fehlte, wurden von Angst erfüllt und reagierten *unnormal*. Sie waren in dem Boot genauso sicher wie Jesus, doch aus ihrer fehlerhaften und begrenzten Sicht nahmen sie die Situation ganz anders wahr. Jesus hatte Überzeugungen, die Ihn *normal* reagieren ließen, während die Überzeugungen der Jünger bei ihnen Angst und Panik auslösten. Wenn wir unser eigenes Leben nach diesem Maßstab beurteilen, werden wir feststellen, dass unsere Reaktionen zum großen Teil „unnormal“ sind.

Wenn wir uneingeschränkt die Wahrheit glauben und unsere Situation aus einer himmlischen Perspektive betrachten, werden unsere Reaktionen normal sein. Doch wenn uns Gottes Perspektive fehlt, werden wir *unnormal* reagieren. Gemessen an der Reaktion der meisten Menschen mag unsere Reaktion „normal“ erscheinen, doch das bedeutet nicht, dass sie nach dem Maßstab der Wahrheit normal ist.

Wenn wir auf Situationen unseres Lebens mit Emotionen wie Furcht, Angst, Stress und Sorge reagieren, ist das eine *unnormale* Reaktion. So würde Jesus (und jeder, der aus Seiner Perspektive handelt) nicht reagieren. Unsere Furcht, Angst oder Sorge zeigt, dass uns die richtige Perspektive fehlt. Entweder haben wir die Wahrheit unserer Situation noch nicht ganz verstanden, oder wir wurden dazu verleitet, Lügen zu glauben. So oder so brauchen wir Gottes Perspektive.

Das alles wirft die Frage auf: „Wie sollte unsere normale Reaktion auf die Schwierigkeiten des Lebens aussehen?“ Es gibt viele Bibelabschnitte, die uns bei dieser Frage weiterhelfen. Zum Beispiel sollen wir es „*voll Freude aufnehmen*“, wenn etwas „Schlechtes“ geschieht (siehe Jakobus 1,2; EU), und „uns auch dann freuen, wenn uns Sorgen und Probleme bedrängen“ (siehe Römer 5,3; NL). Wir werden aufgefordert: „Freut euch im Herrn allezeit [in guten und schlechten Zeiten]!“ (Philipper 4,4). Biblisch gesprochen ist Freude die *normale* Reaktion auf alles, was uns begegnet. Schwierigkeiten in diesem Leben sind unvermeidlich (siehe Johannes 16,33), und wenn sie auftreten, empfinden wir oft emotionalen Schmerz. Diese schlechten Gefühle werden jedoch nicht durch die Probleme selbst verursacht, sondern wir fühlen, was wir glauben. Die einzige Möglichkeit, uns wirklich „allezeit im Herrn zu freuen“, besteht darin, Gottes Perspektive einzunehmen. Wenn wir uns selbst, Gott und unsere Situation aus einer ewigen Perspektive betrachten, werden wir uns freuen!

Zweifellos gibt es böse Menschen, die Böses tun; aber Gott hat uns, die wir glauben, versprochen, alles

so zu lenken, dass es zu unserem Wohl dient (Römer 8,28). Wenn eine Situation also wirklich „schlecht“ für einen Christen ist, wirkt Gott daraus etwas, das wirklich „gut“ ist. Ein deutliches Beispiel dafür sehen wir am Kreuz. Der Tag, an dem Jesus starb, war zweifellos ein „schlechter“ Tag. Doch für die Gläubigen war es ein sehr guter Tag! Das macht die „schlechten“ Taten „schlechter“ Menschen nicht gut; aber es bringt allen, die die Wahrheit verstehen und daraus leben, große Hoffnung und inneren Frieden. Paulus erklärte: „Wenn Gott für uns ist, wer kann da noch gegen uns sein?“ (Römer 8,31 NL; Psalm 56,10; 118,6).



Schmerz wurde mit einer bestimmten Absicht von Gott geschaffen

Keiner von uns möchte die Auswirkungen zu spüren bekommen, die unsere fehlerhaften und begrenzten Perspektiven nach sich ziehen. Warum also hat Gott uns überhaupt mit der Fähigkeit geschaffen, emotionalen Schmerz zu spüren? Um diese Frage zu beantworten, stellen Sie sich folgende Situation vor: Sie gehen an einem warmen Sommertag draußen spazieren. Sie ziehen die Schuhe aus, um das weiche, kühle Gras unter Ihren nackten Füßen zu spüren. Plötzlich treten Sie auf einen Dorn, der sich in Ihre Fußsohle bohrt. Möchten Sie in diesem Moment, dass Ihr Fuß weh tut? Nun sagen Sie sich vielleicht: „*Aber nein! Natürlich nicht! Warum sollte ich den Schmerz in meinem Fuß wollen?*“ Doch betrachten Sie die Frage noch einmal. Sie lautete nicht: „*Gefällt es Ihnen, wenn Ihr Fuß weh tut?*“ sondern: „*Möchten Sie, dass Ihr Fuß weh tut, wenn Sie auf einen Dorn treten?*“ Überlegen Sie einmal, welche Folgen es hätte, wenn Ihr Fuß in einer solchen Situation nicht schmerzen würde. Ohne den unangenehmen Schmerz, den der Dorn auslöst, würden Sie die Verletzung wahrscheinlich nicht bemerken und weitergehen. Die Verletzung könnte sich verschlimmern und die Gefahr einer Infektion würde steigen. Das wollen Sie definitiv NICHT.

Schmerz ist ein von Gott geschaffener Mechanismus, der uns warnt, dass irgendetwas nicht stimmt. Ohne dieses schmerzhaftes Alarmsystem würden wir täglich Gefahr laufen, uns die Füße zu verletzen, uns die Finger zu verbrennen, uns auf die Zunge zu beißen und uns unwissentlich auf jede erdenkliche Art und Weise selbst zu schaden. Schmerz ist wichtig und dient einer Absicht. Er fühlt sich nicht gut an, hat aber ganz offensichtlich seine Vorteile!

Wenn wir unseren emotionalen Schmerz als das *Problem* betrachten, statt ihn als ein *Symptom* für unser Problem zu verstehen, handeln wir ähnlich wie ein Mann, der zum Zahnarzt geht, weil er schlimme Zahnschmerzen hat. Der Zahnarzt macht eine Röntgenaufnahme und kommt zu dem Schluss: „Sie haben Schmerzen, weil ein Zahn faul ist.“ Der Mann erwidert: „Ich bin nicht wegen meiner Zähne hergekommen. Damit kann ich leben. Ich möchte einfach den Schmerz loswerden!“ Der Zahnarzt antwortet: „Aber, hören Sie, der Schmerz kommt doch von dem faulen Zahn. Er ist nicht zu retten und muss gezogen werden.“ „Bloß nicht!“, sagt der Mann, „Dann tut es noch mehr weh! Geben Sie mir einfach etwas gegen die Schmerzen, damit ich nach Hause gehen kann!“ Das ist natürlich ein absurdes Beispiel, aber genauso unlogisch ist der

Versuch, uns von Gefühlen abzulenken, die wir nicht spüren wollen.

Emotionaler Schmerz erfüllt in vielen Fällen dieselbe Absicht wie physischer Schmerz. Keiner von uns spürt ihn gern, aber er wurde von Gott geschaffen und erfüllt einen wichtigen Zweck. Je eher wir das verstehen, desto eher können wir anfangen, angemessen auf den unausweichlichen Schmerz in unserem Leben zu reagieren und Nutzen daraus zu ziehen.

Unser emotionaler Schmerz ist hilfreich, weil er uns auf etwas aufmerksam macht, das uns fehlt: Wir brauchen Gottes Perspektive. Schmerzhafte Emotionen sind wie verlässliche Freunde, die uns ehrlich sagen, was wir hören *müssen*, statt uns nur zu sagen, was wir gern hören *wollen*. Sie sind nicht immer angenehm, aber es sind „gute“ Freunde!

Emotionaler Schmerz zeigt, dass wir Gottes Perspektive brauchen

Vielleicht missfällt es uns, emotionalen Schmerz zu spüren, aber wir brauchen ihn. Die Angst, die wir spüren, wenn wir eine Unwahrheit glauben, dient einem Zweck und ist genauso nützlich wie der Schmerz im Fuß, wenn wir auf einen Dorn getreten sind. Beide Arten von Schmerz lassen uns erkennen, dass etwas nicht so ist, wie es sein sollte, und weisen uns auf das hin, was unserer Aufmerksamkeit bedarf. Emotionaler Schmerz zeigt, dass unsere gegenwärtige Perspektive begrenzt oder fehlerhaft ist. Er soll es uns bewusst machen, wenn uns Gottes Perspektive fehlt, und motiviert uns, Ihn zu suchen.

Ohne physischen Schmerz würden wir es nicht bemerken, wenn wir uns selbst verletzt haben, und ohne emotionalen Schmerz werden wir wahrscheinlich nicht erkennen, wann wir Gottes Perspektive brauchen. In diesem Sinn sind sowohl der physische als auch der emotionale Schmerz Geschenke Gottes, die zu einer bestimmten Absicht geschaffen wurden. Beide sind nicht angenehm, aber außerordentlich wichtig. Keiner von uns würde ernsthaft ohne die Fähigkeit leben wollen, physischen Schmerz zu spüren, weil wir seinen Nutzen verstehen. Es ist gut, dass unsere Verletzungen Schmerzen auslösen. Genauso ist es gut, dass wir uns schlecht fühlen, wenn wir eine Unwahrheit glauben, auch wenn uns der emotionale Schmerz nicht gefällt. Wenn wir erkennen, welchen Zweck unser emotionaler Schmerz erfüllt, können wir ihn als einen aufrichtigen „Freund“ annehmen, statt ihn als Feind oder Hindernis zu betrachten, die es zu überwinden gilt.

Wie Sie sehen, haben wir nicht gesagt, dass es gut ist, ängstlich, besorgt oder niedergeschlagen zu sein. Schließlich hat Gott uns oft gesagt: „Fürchte dich nicht“. Tatsächlich gehört diese Aufforderung zu den häufigsten Anweisungen in der Bibel. Doch wenn Gott uns anweist, keine Angst zu haben, fügt Er normalerweise eine Erklärung hinzu, warum wir uns nicht zu fürchten brauchen. Er teilt uns die Wahrheit mit, die unserer Perspektive gefehlt hat. Hier einige Beispiele: „Fürchte dich nicht ... ich helfe dir“ (Jesaja 41,14). „Fürchtet sie nicht! Denn der Herr, euer Gott, er ist es, der für euch kämpft“ (5 Mose 3,22; 2 Chronik 20,15-17).

„Erschrick nicht und fürchte dich nicht! Denn mit dir ist der Herr, dein Gott, wo immer du gehst“ (Josua 1,9). „Fürchtet euch nicht! Denn siehe, ich verkündige euch große Freude“ (Lukas 2,10). Jesus forderte uns auf, keine Angst zu haben, und sagte: „Seid guten Mutes, ich habe die Welt überwunden“ (Johannes 16,33).

Die Menschen, die hier ermuntert wurden, sich nicht zu fürchten, hatten zuerst Angst, weil ihnen die Wahrheit fehlte. Sie glaubten noch nicht ganz, dass Gott ihnen helfen, für sie kämpfen, sie begleiten oder sie retten würde. Das gilt auch für uns: Wenn eine Situation bei uns Furcht, Unruhe, Sorge, Stress usw. auslöst, zeigt unsere emotionale Reaktion, dass wir die Wahrheit noch nicht ganz glauben. Denn sobald wir die

Wahrheit erkannt haben, werden wir uns „nicht fürchten“.

Statt emotionalen Schmerz als etwas Schlechtes, einen Fehler, einen Fluch oder eine Last zu betrachten, die wir zu tragen haben, müssen wir lernen, ihn als eine Funktion der Schöpfungsordnung zu verstehen, die Gott zu unserem Wohl eingesetzt hat. Gott möchte tatsächlich, dass wir uns schlecht fühlen, wenn uns die Wahrheit fehlt und wir Seine Perspektive brauchen (*Vielleicht wollen Sie diesen letzten Satz noch einmal lesen*). Es ist Gottes Plan und Absicht, dass wir fühlen, was wir glauben.

Wenn wir also glauben, wertlos und ungeliebt zu sein, dann will Gott, dass wir uns auch wertlos und ungeliebt fühlen. Es gefällt Ihm nicht, dass wir uns so fühlen, aber noch weniger gefällt Ihm, dass wir einer Lüge glauben. Er möchte nicht, dass wir ständig mit emotionalem Schmerz leben, aber Ihm geht es primär um den Grund, warum wir diesen Schmerz spüren. Er möchte, dass wir die Wahrheit über unseren Wert und Seine Liebe kennen.

Emotionaler Schmerz wurde von Gott geschaffen, damit er uns auf ein Problem aufmerksam macht und uns motiviert, das Problem anzugehen. Der Schmerz zeigt uns, dass wir Gottes Perspektive brauchen. Nach Gottes Absicht macht der Schmerz uns bewusst, dass unsere gegenwärtige Perspektive mangelhaft oder begrenzt ist, und Gott hofft, dass wir verantwortlich darauf reagieren. Er möchte, dass wir uns selbst, unsere Situation und Ihn mit Seinen Augen sehen.

„Positives Denken“ kann negative Folgen haben

Leider verstehen die meisten Menschen ihre negativen Emotionen nicht als ein Geschenk Gottes oder als Gelegenheiten, Seine Perspektive zu erlangen. Sie betrachten Schmerz als etwas Feindliches und versuchen aktiv, ihn aus ihrem Leben zu verbannen. Manche gehen noch einen Schritt weiter, indem sie ihre Aufmerksamkeit von ihrem Schmerz abwenden, positive Gefühle aufbauen und „fröhlichen“ Gedanken nachgehen oder indem sie irgendeine Gewohnheit entwickeln, die sie von ihren schmerzhaften Gefühlen ablenkt. Ihre Argumentation lautet zum Beispiel: „Wenn ich mich gestresst, nervös oder überfordert fühle, suche ich bewusst nach den positiven Seiten der Situation. Ich entscheide mich, nicht um das Schlechte zu kreisen, und richte meine Aufmerksamkeit auf das, was gut, hoffnungsvoll und wahr ist. Ich entscheide mich, auf die himmlischen Dinge zu schauen. Wenn ich das tue, fühle ich mich besser! Die negativen Gefühle treten in den Hintergrund, und ich kann mit besseren Gefühlen vorwärtsgehen!“ Typischerweise wird diese Strategie dann mit Bibelversen wie Kolosser 3,2 begründet: „*Sinnt auf das, was droben ist, nicht auf das, was auf der Erde ist!*“

Oberflächlich betrachtet scheint diese Argumentation vernünftig, effektiv und sogar biblisch zu sein, aber sie ist eine falsche Anwendung dieses Bibelverses. Zweifellos sollten wir unsere Gedanken eher auf die himmlischen Dinge richten und weniger auf die irdischen, doch zu welchem Zweck sollen wir das tun? Warum weist Paulus uns an: „Sinnt auf das, was droben ist“? Wenn man den Kontext hinzunimmt, lautet der Vers:

Seid ihr nun mit Christus auferweckt, so strebt nach dem, was oben ist, wo Christus zur Rechten Gottes sitzt! Richtet euren Sinn auf das, was oben ist, nicht auf das Irdische! Denn ihr seid gestorben, und euer Leben ist mit Christus verborgen in Gott. Wenn Christus, unser Leben, offenbar wird, dann werdet auch ihr mit ihm offenbar werden in Herrlichkeit (Kolosser 3,1-4; EU; Unsere Hervorhebung).

Wir sollen unsere Gedanken auf das richten, was droben ist, weil wir (nach Aussage der Bibel) dort sind! Unser Leben ist mit Christus verborgen in Gott, und wir sind mit Ihm in die Himmelswelt versetzt (siehe Epheser 2,6). Wir sollen ständig nach oben schauen, damit wir die Wahrheit unseres neuen Lebens und unserer Stellung in Christus erkennen. Paulus ermutigt uns zu entdecken, wer wir in Christus sind.

Indem er uns auffordert, unsere Gedanken auf das Himmlische zu richten, sagt Paulus zu uns: „Hebe den Blick! Schau, wo du deinen Platz hast! Erkenne, wer du bist und wer neben dir seinen Sitz hat! Schau, was Gott getan hat!“ Wir sollen unsere Gedanken auf die himmlischen Dinge konzentrieren, damit wir die Wahrheit unseres Leben und unserer Identität erkennen, die mit Christus verborgen sind. Wir glauben, dass die Augen unseres Herzens jedes Mal ein wenig geöffnet werden, wenn der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt. Und wenn das geschieht, erkennen wir mehr von der himmlischen Wirklichkeit unseres in Christus verborgenen Lebens.

Paulus' Aufforderung, auf die himmlischen Dinge zu schauen, ist keine Form der Verdrängung oder Ablenkung. Denn wenn wir unsere Gedanken nur auf den „Himmel“ richten, um uns von emotionalem Schmerz abzulenken, ist das kontraproduktiv, weil wir Paulus' Anweisungen falsch anwenden und den Zweck unseres Schmerzes nicht verstanden haben. Tatsächlich widerspricht alles, womit wir uns vom Schmerz ablenken, dem von Gott geschaffenen Warnsystem, das uns zeigen soll, dass wir Seine Perspektive brauchen. Auch wenn unsere Ablenkungen noch so spirituell erscheinen mögen, sind sie kontraproduktiv.

Dennoch könnte jemand sagen: „Ich entscheide mich einfach, keine schlechten Gefühle zu haben. Ich entscheide mich, stattdessen an das Positive zu denken und mich zu freuen!“ Das klingt gut und lobenswert, ist aber in Wirklichkeit nicht möglich. Wir *entscheiden* uns nicht zu irgendwelchen Gefühlen, die wir spüren (ob positive oder negative). Entscheiden wir uns zum Beispiel, uns deprimiert, ängstlich oder besorgt zu fühlen? Nein. Diese Gefühle spüren wir automatisch als Reaktion auf die Art und Weise, wie wir unsere Situation interpretieren. Genauso fühlen wir auch Liebe, Freude oder Frieden nicht, indem wir uns dazu *entscheiden*. Emotionen stellen sich automatisch ein: *Wir fühlen einfach das, was wir glauben*.

Wenn unsere Perspektive fehlerhaft oder begrenzt ist, werden wir automatisch schmerzhaftige Emotionen spüren. Wenn wir aber die Wahrheit in unseren Herzen glauben, werden wir genauso leicht Frieden spüren und von Freude erfüllt werden. Unsere Überzeugungen rufen unsere Emotionen hervor, und unsere Emotionen sind ein Hinweis auf unsere Überzeugungen. In diesem von Gott geschaffenen Prozess gibt es kein „Entscheiden“ oder „Wählen“. Menschen, die sagen, dass sie sich einfach „entscheiden, keine schlechten Gefühle zu haben“, entscheiden in Wirklichkeit, sich von ihrem Schmerz abzulenken. Das ist einfach eine Form der Unterdrückung oder Verdrängung, die den Absichten Gottes entgegenwirkt.

Es mag uns gelingen, unseren emotionalen Zustand zu verändern, indem wir unsere Aufmerksamkeit auf etwas anderes richten, aber das ist nicht dasselbe, wie sich zu einem Gefühl zu „entscheiden“. Wenn überhaupt, handelt es sich um die „Entscheidung“, irgendetwas nicht zu fühlen! Es ist eine bewusste Entscheidung, die Auswirkungen unserer fehlerhaften und begrenzten Perspektive zu ignorieren, um uns in dem Moment „besser“ zu fühlen. Diese Taktik ist einfach eine gut gemeinte Form der mentalen Ablenkung, durch die wir Gefühle unterdrücken, die wir nicht spüren wollen, aber sie hat keine Auswirkungen auf das, was wir glauben. Die Konzentration auf das „Gute“ lässt das „Schlechte“ nicht verschwinden. Wir glauben weiter, was wir glauben, und ignorieren dabei die Anzeichen und Konsequenzen unserer Überzeugungen. Tatsächlich ist der einzige Schmerz, den wir ignorieren *können*, der Schmerz, den wir *bereits spüren*, und wir

spüren ihn nur aufgrund der Dinge, die wir *glauben*. Wenn wir nicht glauben würden, was wir glauben, würden wir nicht fühlen, was wir fühlen. Die Tatsache, dass es einen Schmerz gibt, den wir zu ignorieren versuchen, bedeutet, dass unser Überzeugungsproblem bleibt.

Zur Veranschaulichung dieser Zusammenhänge betrachten Sie einmal die folgende (wenn auch etwas derbe) Illustration:

Kaum haben Sie das Wohnzimmer betreten, fällt Ihr Blick auf ein warmes, feuchtes „Geschenk“, das Ihr Hund für Sie auf dem Boden hinterlassen hat. Der penetrante Geruch hat sich im ganzen Haus ausgebreitet. Es würde Sie nicht überraschen, wenn auch Ihre Nachbarn schon riechen könnten, was Ihr Hund angerichtet hat, doch statt sich um die Ursache zu kümmern, entscheiden Sie sich, „sich auf das Positive und Gute zu konzentrieren“. Während Sie sich die Nase zuhalten, um die unangenehme Wahrnehmung zu reduzieren, suchen Sie in dem Zimmer nach „positiven“ Dingen. Sie beginnen damit, Gott für den Vorrat an Duftkerzen zu danken, von denen Sie einige anzünden, um den Gestank zu überdecken. Dann betrachten Sie die herrlichen

Blumen auf dem Tisch, die Freunde Ihnen mitgebracht haben. Sie gehen zur anderen Seite des Raumes weiter, um die verschiedenen Familienfotos an der Wand zu betrachten, und schwelgen dankbar in nostalgischen Erinnerungen. Schließlich kuscheln Sie sich in die weiche, warme Quiltdecke ein, die Ihre Mutter selbst gemacht hat, und nippen an einer Tasse heißer Schokolade. Sie genießen jede dieser Aktivitäten wirklich und fühlen sich getröstet, doch der Haufen auf dem Boden liegt weiter da und verströmt seinen strengen Geruch im ganzen Raum. Vielleicht gelingt es Ihnen zeitweise, dem Geruch auszuweichen oder ihn zu überdecken; vielleicht gewöhnen Sie sich an die unangenehme Atmosphäre, bis sie Ihnen als das neue „Normal“ erscheint. Tatsache bleibt aber, dass da ein Hundehaufen im Wohnzimmer liegt!

Im wirklichen Leben würde niemand mit solchen Verhaltensweisen auf das Geruchsproblem reagieren. So unangenehm die Maßnahme auch sein mag, jeder von uns würde die Beseitigung des „Haufens“ zur Top-Priorität machen. Denn wir verstehen ja, dass der Gestank (so unerträglich er auch sein mag) nicht das eigentliche Problem ist und dass jeder Versuch, den unangenehmen Geruch zu lindern, vergebens ist, solange die Sauerei nicht behoben wird.

Da wir das wirkliche Problem erkennen, verstehen wir sofort, dass jeder Versuch, den Geruch zu ignorieren oder zu überdecken, unproduktiv wäre und das Vorhandensein des stinkenden Haufens nur verlängern würde. Selbst wenn Sie den Gestank unterdrücken könnten und so leben würden, als existiere die Hinterlassenschaft des Hundes nicht, wären Ihre Geburtstagspartys zweifellos ein Desaster, denn kein Gast würde sich von Ihrer positiven Einstellung oder Ihrer Gelassenheit angesichts des Hundehaufens beeindruckt zeigen.

Dasselbe gilt für unser richtiges Verständnis der Beziehung zwischen dem, was wir fühlen, und dem, was wir glauben. Vielleicht gelingt es uns, uns „besser“ zu fühlen, indem wir uns auf die „positiveren“ Aspekte unserer Situation konzentrieren und den Schmerz ignorieren. Aber es besteht wenig Hoffnung auf eine echte, bleibende Lösung, solange wir uns nicht um den tatsächlichen Grund für den „Geruch“ kümmern. Den Schmerz ignorieren und uns „auf das Gute konzentrieren“ mag zu besseren Gefühlen führen, doch wenn der

dampfende Haufen bleibt und die unangenehmen Gefühle weiter hervorruft, haben wir das Problem dann gelöst?

Der „Gestank“ des Hundehaufens macht deutlich, was da auf dem Boden liegt. Er hilft uns auch, die Quelle des Problems zu lokalisieren, und motiviert uns, etwas dagegen zu unternehmen. Wir sind der Meinung, dass unser emotionaler Schmerz dasselbe bewirkt! Selbst ein ganz banaler emotionaler Schmerz entsteht dadurch, dass uns Gottes Perspektive fehlt. Entweder spüren wir die emotionalen Folgen einer lügenbasierten Überzeugung oder wir waren bisher nicht in der Lage, Gottes Handeln und Seine Lösungen für unsere Probleme zu erkennen. In beiden Fällen gilt: Indem wir uns auf das konzentrieren, was sich gut anfühlt, und die unangenehmen Gefühle ignorieren, blockieren wir absichtlich das Alarmsystem, durch das Gott uns aufmerksam machen möchte, dass uns Seine Perspektive fehlt. Ohne es zu wollen, verhindern wir dann selbst, dass wir Seine Wahrheit empfangen und Seine Perspektive gewinnen. Die meisten Menschen zeigen dieses Verhalten unwissentlich und in guter Absicht, doch das ändert nichts an den Tatsachen. Die Wahrheit ist die Wahrheit, was immer wir auch glauben.

Freiheit kommt durch Ehrlichkeit, nicht durch Verleugnung

Im Grunde geht es um Ehrlichkeit. Wir ermutigen Sie, sich Ihre Gefühle einzugestehen und ehrlich zu prüfen, *warum* Sie sie haben, statt einfach zu versuchen, sich „besser“ zu fühlen. Statt unsere negativen Gefühle zu ignorieren und die Absicht zu untergraben, in der Gott sie in uns angelegt hat, müssen wir sie ehrlich zugeben und herausfinden, warum sie da sind. Wenn das stimmt, was Sie hier lesen, dann weist unser emotionales Unwohlsein auf unsere fehlerhafte Sichtweise hin. Wir brauchen die Wahrheit. Wir alle! Gott wartet geduldig darauf, dass wir den „Geruch“ und seine Quelle anerkennen, damit Er in seiner Gnade das Problem bereinigen kann.

Nachdem das gesagt ist, gibt es gute Neuigkeiten! Wie bei allem, was Gott tut, geht Er weit über unsere Erwartungen hinaus (siehe Epheser 3,20). Wenn wir Ihn einladen, in unserem stinkenden Wohnzimmer aufzuräumen, beseitigt Er nicht nur unser Problem, sondern beschenkt uns darüber hinaus in vielfältiger Weise mit Seinem Segen! Gleich nachdem der Herr sorgfältig beseitigt hat, was nicht da sein sollte, gibt Er uns Anteil an dem Wertvollsten in unserem Leben: dass wir Ihn aus eigener Erfahrung persönlich kennen lernen. Nichts ist so kostbar und wichtig wie die Erkenntnis Gottes. Wir müssen dahin kommen zu verstehen, dass jeder stinkende „Haufen“ in unserem Leben eine Gelegenheit ist, tiefer zu erkennen, wer wir sind und wer Er ist. Es sind Gelegenheiten, uns demütig einzugestehen, dass wir Ihn brauchen, Ihn um Seine Perspektive zu bitten und das zu empfangen, was kostbarer ist als Gold: einen geläuterten Glauben (1 Petrus 1,77).

Wir ermutigen Sie, Ihre Emotionen als vertrauenswürdigen Freund zu betrachten, der Sie darauf hinweist, dass Sie Gottes Perspektive brauchen. Negative Emotionen fühlen sich nicht gut an, gehören aber zu den „allen Dingen“, die Gott uns zum Guten dienen lässt (Römer 8,28). Nicht der emotionale Schmerz ist unser Problem, sondern die Tatsache, dass wir Seine Perspektive noch nicht haben.

Wenn wir mit den emotionalen Folgen unserer fehlerhaften und begrenzten Perspektiven konfrontiert sind, müssen wir uns die Grundprinzipien bewusst machen. Wir fühlen nicht, was wir fühlen, weil etwas um uns herum geschieht, sondern wir fühlen, was wir glauben. Der Schmerz, den wir empfinden, ist nichts Schlechtes, sondern zeigt uns, dass wir Gottes Perspektive brauchen, und motiviert uns, Seinen Weg zu

gehen. Statt zu versuchen, dem Schmerz auszuweichen oder ihn loszuwerden (denken Sie an das Bild vom Zahnarzt), brauchen wir die Perspektive Gottes. Wenn wir die Wahrheit in unserem Herzen glauben, wird die Wahrheit uns frei machen (Johannes 8,32), und wir werden ohne eigene Anstrengung in jeder Situation seinen Frieden erfahren (2 Thessalonicher 3,16). Wir sollen uns auf die „Dinge des Himmels“ konzentrieren, wo wir „mit Christus in Gott verborgen sind“, nicht um uns abzulenken, sondern um zu entdecken. Wenn Sie Ihren emotionalen Schmerz so verstehen und wissen, wie Sie darauf reagieren sollen, können Sie beständig gezielte Schritte tun, um mehr Wahrheit, Frieden und dauerhafte Freiheit zu finden!



Wir fühlen „wahrheitsbasierten Schmerz“, wenn wir „wahrheitsbasierte Probleme“ wahrnehmen

Jeder emotionale Schmerz entspringt aus dem, was wir glauben, aber nicht alle unsere Überzeugungen sind unwahr. Manchmal ruft die Wahrheit ihren eigenen Schmerz hervor. Wie im vorangegangenen Kapitel erörtert, gibt es in dieser Welt sehr viele Tatsachen und Lebenswirklichkeiten, die wahrhaft problematisch und schmerzhaft sind. Jesus sprach die Wahrheit, als Er sagte, dass wir „auf der Erde ... viel Schweres erleben“ werden (Johannes 16,33; NLB). Salomo, der weiseste Mensch, der je lebte, kam zu dem Schluss, dass unsere Leiden zunehmen, je mehr Wahrheit wir erkennen. Er schrieb: „Mit viel Weisheit kommt auch viel Verdruss. Wer seine Erkenntnis mehrt, mehrt auch den Schmerz“ (Prediger 1,18; NeÜ). Schmerz und Leid sind unausweichliche Tatsachen in dieser Welt. Und wenn wir vor schwierigen und schmerzhaften Herausforderungen stehen, spüren wir darüber ein gewisses Maß an „wahrheitsbasiertem Schmerz“.

Wahrheitsbasierter Schmerz umfasst keine Gefühle wie Sorge, Furcht, Angst, Verlassenheit, Hilflosigkeit, Ohnmacht usw. Es ist nie berechtigt, uns besorgt, beunruhigt oder ängstlich zu fühlen (Matthäus 6,25; Philipper 4,6), doch es gibt Zeiten, in denen wir zu Recht Zorn, Trauer, Enttäuschung oder Bedauern empfinden.

Hier sind einige Beispiele für wahrheitsbasierte Probleme:

Szenario 1:

Als Dan in die Einfahrt zu seinem Haus einbiegt, sieht er zwei Polizisten vor seiner Haustür stehen und mit seiner Frau sprechen. Sie hat eine Hand auf ihren Mund gelegt und stützt sich mit der anderen Hand auf den Türrahmen. „Gibt es ein Problem, Wachtmeister?“, fragt Dan zögernd. „Wir haben sie verloren, Dan!“, weint seine Frau. „Wir haben unser Baby verloren!“ Schockiert und verwirrt murmelt Dan leise: „Was redest du da? Was ist los?“ Einer der Polizisten kommt einen Schritt auf ihn zu: „Ihre Tochter wurde heute Nachmittag bei einem Verkehrsunfall verletzt. Sie wurde sofort ins Krankenhaus gebracht, aber die Sanitäter konnten sie nicht mehr

retten. In der Notaufnahme konnte nur noch ihr Tod festgestellt werden.“ Der Polizist schluckt. „Es tut mir so leid.“ Dan dreht sich der Magen um; seine Knie werden schwach und Tränen laufen ihm über das Gesicht. Er drängt sich an den Polizisten vorbei und umarmt seine Frau. Ihnen wurde gerade ein wahrheitsbasiertes Problem bewusst gemacht, das einen immensen wahrheitsbasierten Schmerz auslöst.

Szenario 2:

Tabea meidet die Babyabteilungen in ihren Lieblingsgeschäften. Sie fühlt sich dort unwohl und schämt sich, wenn sie an den winzigen Schuhen, den kleinen Pyjamas und den weichen, rosa Decken vorbeigeht. Tiefe Reue nagt an ihr, wenn sie an die Abtreibungsklinik denkt, die sie aufsuchte. Erinnerungen an kalte medizinische Geräte und übereilte Entscheidungen wirbeln ihr durch den Kopf. Ihr wird übel. Damals verstand sie nicht, was sie tat, und würde es so gern ungeschehen machen. Aber sie weiß, dass sie es nicht ändern kann, und diese Tatsache nagt an ihr. Rückblickend erkennt sie, dass sie damals irrtümlich glaubte, keine andere Wahl zu haben, und möchte nie wieder in eine so verletzte Lage kommen. Die Mitglieder ihrer Gemeinde versuchten damals aufrichtig, sie zu trösten, aber sie weiß, dass sie sie enttäuscht hat. Vor allem aber ist sie von sich selbst zutiefst enttäuscht. Tabea hat ihre „Entscheidung“ immer wieder gebeichtet und glaubt aufrichtig an Gottes Vergebung, aber sie scheint immer noch die Last ihres wahrheitsbasierten Schmerzes zu tragen.

Szenario 3:

Alison liebte ihren Beruf. Sie war eine engagierte Grundschullehrerin mit dem innigen Wunsch, in die nächste Generation zu investieren. Aber es brach ihr das Herz, als sie Kratzer und blaue Flecken im Gesicht und an den Armen eines ihrer Schüler entdeckte. Zaghaft sah der Junge sie an und meinte: „Er wollte das nicht. Er war einfach müde. Bitte sagen Sie es nicht weiter!“ Alison war sehr betroffen. Sie hatte schon den Verdacht gehegt, dass im Elternhaus des Kindes etwas nicht stimmte, aber dies war wohl der unumstößliche Beweis. Nachdem sie sich an den Schulsanitäter gewandt hatte, erfuhr sie von der Schulleiterin, dass der Vater des Kindes gerade verhaftet worden war. Sie hatte Mitleid mit dem armen Schüler, war aber auch wütend auf den Vater des Kindes. Der wahrheitsbasierte Schmerz, den sie spürte, war eine Reaktion auf dieses wahrheitsbasierte Problem.

Manchmal tut die Wahrheit weh. Der tiefe Schmerz, den wir über unsere wahrheitsbasierten Probleme spüren, ist oft angemessen. Auch Gott empfindet so. Doch Er ist fähig, die Last solcher Emotionen zu tragen; wir sind es nicht. Wenn wir sie selbst zu tragen versuchen, werden wir unweigerlich irgendwann unter dieser Last zusammenbrechen.

Dankbar können wir uns in Erinnerung rufen, dass Er alle unsere Lasten trägt (Jesaja 53,4), und wenn wir diese Tatsache in unserem Herzen glauben, werden wir Befreiung und Linderung von dem Schmerz erfahren, den sie verursachen. Wir müssen lernen, Petrus' Anweisung zu befolgen: „Werft alle eure Sorge [Angst, Not] auf ihn, denn er kümmert sich um euch!“ (1 Petrus 5,7; EU; Unsere Hervorhebung). Manche Menschen, die tragische Erfahrungen in ihrem Leben machen, tragen ihren wahrheitsbasierten Schmerz ihr Leben lang mit sich und erkennen nie, dass Gott diese Last für sie trägt und nicht von ihnen verlangt oder auch nur erwartet, dass sie ihn selbst tragen. Das ist sehr bedauerlich und entspricht nicht dem, was Gott für

Seine Kinder will.

Wenn wir tragische Erfahrungen durchmachen, haben wir zunächst keine andere Wahl, als die Gefühle zu spüren, die unsere wahrheitsbasierten Probleme auslösen. Das ist nichts Schlechtes; es ist verständlich und wir müssen damit rechnen. Denn wie Salomo weise schrieb: „Alles hat seine Stunde. Für jedes Geschehen unter dem Himmel gibt es eine bestimmte Zeit ... eine Zeit zum Weinen und eine Zeit zum Lachen, eine Zeit für die Klage und eine Zeit für den Tanz“ (Prediger 3,1.4). Weinen und Trauern sind genauso natürlich und zum Leben gehörend wie Lachen und Tanzen.

In gleicher Weise erwartet Gott auch, dass wir zornig werden, wenn wir Zeugen von Unrecht und Ungerechtigkeit werden, denn die Bibel sagt klar: „Zürnet, und sündigt (dabei) nicht!“ (Epheser 4,26a). Selbst Jesus wurde in verschiedenen Situationen zornig (Matthäus 21,12-17; Markus 3,5; Johannes 2,13-22). Die Frage bei solchen Emotionen ist, wie lange wir sie in uns tragen (Epheser 4,26b) und was wir tun sollten, wenn sie in uns aufsteigen.

Das Problem ist nicht, dass wir zuerst mit Zorn, Trauer, Enttäuschung oder Bedauern reagieren, sondern Gott geht es vor allem um das, was wir anschließend mit diesen Emotionen tun. Wahrheitsbasierter Schmerz dient genauso einer konkreten Absicht wie jede andere Form von emotionalem oder körperlichem Schmerz. Er kann uns motivieren, uns an Gott zu wenden, damit Er unsere Perspektive erweitert. Und wenn Er unser Denken durch eine *umfassendere* Perspektive verändert, finden wir in dieser größeren Wahrheit Freiheit.

Gott möchte, dass wir die Wahrheit kennen und die guten oder schlechten Gefühle spüren, die sie hervorruft. Wie bereits erörtert, sollen wir nach Seiner Absicht den Schmerz fühlen, der mit unseren lügenbasierten Überzeugungen verbunden ist, damit wir motiviert sind, zu Ihm zu kommen und Seine Wahrheit zu empfangen; und genauso möchte Er, dass wir auch den wahrheitsbasierten Schmerz über die Tatsachen des realen Lebens spüren, damit wir nach Seinen Lösungen dafür suchen und sie aus einer ewigen Perspektive betrachten. Wenn wir nur einen Teil der Wahrheit sehen können, scheint es, als hätten wir keine andere Wahl, als unseren wahrheitsbasierten Schmerz zu tragen und weiter nach Wegen zu suchen, wie wir ihn bewältigen können.

Gott hat uns so geschaffen, dass wir fühlen, was wir glauben, aber Er will auch, dass wir die Wahrheit kennen, und zwar die ganze Wahrheit, nicht nur einige begrenzte Aspekte davon. Wenn wir nur einen Teil der Wahrheit kennen, spüren wir zu Recht den damit verbundenen Schmerz, erkennen aber nicht die größere Wahrheit, die uns von dem Schmerz befreien würde. Doch wenn wir von Seinem Standpunkt aus das gesamte Bild sehen, entdecken wir vielleicht, dass Er „unsere Leiden und Schmerzen“ trägt, und können endlich in Ihm Ruhe finden.

Wenn wir nur einen Teil der schmerzhaften Wahrheit kennen und uns die umfassendere Perspektive Gottes fehlt, werden wir anhaltend Trauer, Kummer, Enttäuschung und Bedauern spüren. Doch wenn wir aufrichtig glauben, dass Gott unsere Lasten trägt und eine ewige Lösung für alle unsere Nöte hat, werden wir uns „darüber freuen“ (Römer 5,3; NGÜ), es „voll Freude aufnehmen, wenn wir in mancherlei Versuchungen geraten“ (siehe Jakobus 1,2; EU) und uns „allezeit im Herrn freuen“ (siehe Philipper 4,4). Doch diese Art der Reaktion auf unsere Schwierigkeiten ist ohne eine echte, biblische „*metanoia*“ (ein Umdenken/eine Änderung unseres Denkens) nicht möglich.

Gott möchte, dass wir von Seinem treuen Handeln in unserem Leben völlig überzeugt sind. Er will nicht, dass wir ständig mit Schmerz leben, doch wenn unser vorübergehender Schmerz uns motiviert, Ihn zu suchen, um eine umfassendere Perspektive zu empfangen, dann wurde unser Leid zum Guten genutzt. Denn wir wissen: „Das schnell vorübergehende Leichte unserer Bedrängnis bewirkt uns ein über die Maßen überreiches, ewiges Gewicht von Herrlichkeit“ (2 Korinther 4,17). Abschließend kommen wir noch einmal auf das zurück, was Paulus über die von Gott gewollte Traurigkeit (wahrheitsbasierte Emotion) sagt, die zur „Umkehr“ (das bibelgriechische Wort bedeutet „Änderung des Glaubens oder der Sichtweise“) führt. Er sagte: „Ein Schmerz, wie Gott ihn haben will (der auf der Wahrheit beruht), bringt eine Umkehr (eine Änderung unseres Glaubens oder unserer Perspektive) hervor, die zur Rettung führt und die man *nie bereut*“ (2 Korinther 7,10; NLB; Unsere Hervorhebung).



Wahrheitsbasierter Schmerz ist die Folge unserer Wahrnehmung

Zur Verdeutlichung hilft es vielleicht zu wiederholen, dass unser wahrheitsbasierter Schmerz nicht durch das ausgelöst wird, was uns passiert ist; der Grund für unsere Gefühle ist vielmehr das, was wir in unseren Herzen glauben. Unsere *Wahrnehmung* der Wirklichkeit und nicht die Wirklichkeit selbst ist der Grund, weshalb wir Trauer, Enttäuschung, Bedauern und Wut empfinden. Wenn unser Haus niederbrennt, ohne dass wir etwas von dieser Tragödie wissen, spüren wir keinen emotionalen Schmerz. Erst wenn wir von dem Brand erfahren, nehmen wir das wahrheitsbasierte Problem wahr und empfinden wahrheitsbasierten Schmerz. Und wenn jemand uns einreden würde, dass unser Haus abgebrannt ist, obwohl das gar nicht stimmt, würden wir dennoch als Reaktion auf dieses *wahrgenommene* Problem Schmerz empfinden. Wenn wir glauben, dass das, was wir wahrnehmen, eine Tatsache ist, wird unsere Wahrnehmung sich auch wahr anfühlen und uns wahr erscheinen. Wir *nehmen wahr* und wir *fühlen*, was wir *glauben*.



Unser „wahrheitsbasierter Schmerz“ wird uns belasten, bis wir in unseren „Herzen“ glauben, dass Gott ihn für uns trägt

Solange wir nicht erkennen, dass Gott unsere emotionalen Lasten trägt, werden wir weiter versuchen, sie selbst zu tragen. Betrachten Sie einmal folgendes Beispiel.

Ein Händler fuhr mit seinem Pferdewagen in eine nahegelegene Stadt. Unterwegs traf er einen

Mann am Straßenrand, der offensichtlich Mühe hatte, seinen großen Rucksack zu schleppen. Jeder Schritt schien ihm schwerzufallen. Der Händler zügelte sein Pferd und kam neben dem erschöpften Mann zum Stehen. *„Mir scheint, Sie könnten Hilfe brauchen“*, rief der Händler ihm zu. *„Ja, wirklich. Ich weiß nicht, wie weit ich noch gehen kann, bis ich schon wieder eine Pause einlegen muss!“*, antwortete der Mann niedergeschlagen. Mitleidig fragte der Händler: *„Wollen Sie nicht hinten auf meinen Wagen steigen? Mein Pferd ist stark und kann das zusätzliche Gewicht leicht bewältigen.“* Dankbar ging der Mann auf das Angebot ein und kletterte hinten auf den Wagen. *„Vielen Dank, mein Herr. Ich komme von der Beerdigung meines Onkels und bin nun auf dem Heimweg. Bevor ich aufbrach, schenkte meine verwitwete Tante mir die Tischlerwerkzeuge, die mein Onkel in seiner Werkstatt benutzte. Ich weiß zwar sehr zu schätzen, dass sie an mich gedacht hat, aber diese Werkzeuge sind ziemlich schwer. Und da ich nicht mit diesem Geschenk gerechnet hatte, war ich nicht darauf vorbereitet, mit einer solchen Last heimzukehren. Es ist fast mehr, als ich tragen kann.“* In diesem Moment fiel dem Händler auf, dass der Mann den Rucksack noch nicht abgesetzt hatte, und antwortete: *„Glücklicherweise können Sie sich jetzt ausruhen und den Rucksack absetzen.“* „Aber nein“, erwiderte der Mann, *„ich bin überaus dankbar, dass Sie so freundlich sind und mich mitfahren lassen. Keineswegs will ich Ihnen zumuten, auch noch meinen Rucksack für mich zu tragen!“*

So wie dieser erschöpfte Wanderer werden auch wir weiter versuchen, unsere „Lasten“ zu tragen, wenn wir nicht erkennen, dass sie schon längst getragen werden. Das Gewicht unserer wahrheitsbasierten Probleme und unsere Probleme selbst sind schon in Gottes Hand. Er kümmert sich bereits um die Probleme und trägt ihre volle Last! Doch wenn wir diese Tatsache nicht erkennen oder überzeugt sind, dass wir unsere Lasten selbst tragen müssen, wird es uns so *scheinen*, als hätten wir keine andere Wahl, als uns mit Traurigkeit, Trauer, Bedauern, Enttäuschung und Wut abzufinden.

Vielleicht nehmen wir unsere Situation richtig wahr, aber wenn wir Gottes Handeln nicht erkennen, werden unsere wahrheitsbasierten Probleme scheinbar ungelöst bleiben und wir werden den wahrheitsbasierten Schmerz spüren. Und wir werden diese Lasten weiter mit uns tragen, bis unsere Perspektive erweitert wird, sodass wir das „große Ganze“ sehen. Es gibt gewiss eine Zeit, *„mit den Weinenden zu weinen“* (Römer 12,15), doch solange wir nicht erkennen, dass Jesus unsere Lasten trägt (Jesaja 53,4), wird es so scheinen, als hätten wir keine andere Wahl, als uns selbst mit der Last abzumühen.

Wir sagen in keiner Weise, dass Trauer und Traurigkeit unangebracht oder unangemessen wären; denn das genaue Gegenteil stimmt! Wir *sollten* Trauer empfinden, wenn wir einen geliebten Menschen verlieren. Wir *sollten* traurig sein, wenn etwas Tragisches passiert. Wir *sollten* Zorn empfinden, wenn wir eine echte Ungerechtigkeit beobachten. Doch wir sagen auch, dass diese Emotionen nur dann anhalten, wenn uns eine ewige Perspektive dazu fehlt.

Auch hier richten wir den Blick wieder auf das Kreuz. Es war in der Tat schrecklich, dass unser Erlöser verspottet, gefoltert und ermordet wurde. Unsere Vorstellung von Seinen Leiden kommt vermutlich nicht einmal annähernd an die krasse, herzerreißende Wahrheit heran! Jesus litt große Qualen und starb einen entsetzlichen Tod. Das war damals die Wahrheit und wird in alle Ewigkeit wahr bleiben; und die angemessene Reaktion auf die Erkenntnis dieser Wahrheit ist wahrheitsbasierter Schmerz.

Wie kann unser Kummer gelindert werden? Wie fanden die Jünger damals Erleichterung in ihrer Trauer?

Denn auch sie waren betrübt über die Kreuzigung Christi. Und die Last ihrer Trauer wurde ihnen nicht dadurch von den Schultern genommen, dass eine gewisse Zeit verging. Frei wurden sie auch nicht dadurch, dass sie ihre Trauer verarbeitet oder ihre Traurigkeit an Gott abgegeben hätten. Sie mussten nicht irgendetwas *tun* oder *aufgeben*; sie mussten vielmehr etwas *empfangen* und *wahrnehmen*. Was sie von Gott empfangen mussten, war eine ewige Perspektive im Blick darauf, dass Gott der Vater alles in der Hand behielt, dass Er einen Plan für unsere Erlösung hatte und dass der Tod Christi die Grundlage dafür war. Erst als die Jünger diese größere Wahrheit erkannten, wurde ihr wahrheitsbasierter Schmerz gelindert.

Es war (und ist immer noch) wahr, dass Jesus starb, und Sein Tod war wirklich grausam und ungerecht, aber das ist nur eine Seite der Geschichte. Auch in unserem Leben nehmen wir, wenn uns wahrhaft tragische Situationen bewusst werden, nur einen Teil der Geschichte wahr. Wir brauchen Seine größere Perspektive. Wir müssen von Gottes Eingreifen, Seiner Absicht und Seinem Plan überzeugt werden. Es muss uns bewusst werden, dass unser himmlischer Vater unsere Probleme lösen kann, egal wie groß oder schmerzhaft sie sein mögen. Wenn wir den Verlust, die Enttäuschung oder die Ungerechtigkeit aus Seiner ewigen Perspektive sehen können, finden wir Erleichterung von dem wahrheitsbasierten Schmerz, den sie auslösen, weil wir erkennen, dass Er unsere Lasten trägt. Weil die Last auf Seinen Schultern ruht, braucht sie nicht auch auf unseren Schultern zu lasten.

Wir müssen auf Gottes Lösungen für unsere wahrheitsbasierten Probleme vertrauen

Wenn uns eine schmerzhaft Wahrheit bewusst wird, tragen wir die Last des wahrheitsbasierten Schmerzes so lange, bis uns eine größere oder zusätzliche Wahrheit bewusst wird, die Gottes umfassendere und vollständige Perspektive ist. Wir hatten zum Beispiel eine Schaukel in unserem Garten, die unsere Enkelkinder liebten. An einem ihrer Geburtstage wollte ich sie mit etwas Besonderem überraschen. Ich baute eine kleine Seilrutsche für sie und wollte ihre geliebte Schaukel als Sitz verwenden. Als meine älteste Enkelin (damals 6 Jahre alt) sah, wie ich die Schaukel abmontierte, geriet sie in Panik! „*Nicht!*“, rief sie, „*Wir lieben diese Schaukel!*“ Ich konnte die Bestürzung und das Entsetzen in ihren Augen sehen. „*Vertrau mir einfach, Ruby*“, beruhigte ich sie. „*Nein, lass das! Häng sie wieder auf! Bitte, Opa!*“ Sie sah, was ich tat, verstand aber nicht, warum es geschah. Ihr fehlte der Durchblick. Ja, ich baute ihre Schaukel ab. Wenn das alles war, hatte sie wohl das Recht, sich bestürzt und übergangen zu fühlen. Aber das war nicht die ganze Geschichte. Sie sah nur einen kleinen Teil der Wahrheit.

Ich versuchte sie mit der Erklärung zu ermutigen, dass eine Seilrutsche noch mehr Spaß machen würde als eine Schaukel. Aber das brachte sie erst recht aus der Fassung und sie protestierte: „*Aber Opa, wir haben doch gar keine Seilrutsche! Und jetzt haben wir noch nicht mal eine Schaukel!*“ Misstrauisch folgte sie mir zu dem Drahtseil, dass ich zwischen zwei großen Bäumen aufgehängt hatte. Sobald ich die Schaukel an dem Seil aufhängte, erkannte sie, wie vielversprechend ihr neues Spielgerät war, und ihre Proteste und Tränen wandelten sich in begeistertes Jauchzen. Sie erkannte, *warum* ich ihre Schaukel abgenommen hatte. Nun hatte sie das ganze Bild vor Augen. Das tatsächliche Abmontieren der Schaukel tat weh, solange das alles war, was sie wahrnehmen konnte. Doch als zu dieser Wahrheit die größere Wahrheit der Seilrutsche hinzukam, fiel die Last von ihren Schultern.

Genauso werden auch wir Freude in unseren schmerzhaften Erfahrungen empfinden, sobald wir Gottes

Plan und Sein Wirken bei unseren wahrheitsbasierten Problemen wahrnehmen können. Paulus sagte: *„Wir freuen uns auch dann, wenn uns Sorgen und Probleme bedrängen, denn wir wissen, dass wir dadurch lernen, geduldig zu werden. Geduld aber macht uns innerlich stark, und das wiederum macht uns zuversichtlich in der Hoffnung auf die Erlösung. Und in dieser Hoffnung werden wir nicht enttäuscht werden. Denn wir wissen, wie sehr Gott uns liebt, weil er uns den Heiligen Geist geschenkt hat, der unsere Herzen mit seiner Liebe erfüllt“* (Römer 5,3-5; NLB). Paulus wusste, dass er in seinen Leiden jubeln konnte, weil er sie aus einer himmlischen Perspektive betrachtete. Er wusste, dass seine Nöte, wie schmerzhaft sie auch sein mochten, von Gott benutzt wurden, um Seinen Plan zu erfüllen. Und er ermutigt uns, dieselbe Perspektive einzunehmen, damit auch wir uns so freuen können wie er!

Wenn wir in unserem Herzen überzeugt sind, dass Gott eine Lösung für unsere wahrheitsbasierten Probleme hat, werden wir uns freuen und jubeln. Wir können weiter weinen, bis wir in die Ewigkeit eintreten, wo Gott unsere Tränen abwischen wird (siehe Offenbarung 21,4), oder wir können auf Gott schauen und uns von Seiner Perspektive überzeugen lassen, damit wir schon jetzt anfangen können zu feiern!

Der Grund, warum so viele Menschen bis zum Himmel warten, um ihre Tränen abwischen zu lassen, ist, dass ihnen eine himmlische Perspektive fehlt. Sie kennen den Teil der Wahrheit, der schmerzhaft, traurig, enttäuschend und bedauerlich ist, aber ihnen fehlt die restliche Wahrheit, die Freude auslösen würde. Sie kennen die Tatsache, dass ihre „Schaukel“ abmontiert wurde, aber ihnen fehlt die größere Tatsache, dass sie nur abmontiert wurde, um eine himmlische „Seilrutsche“ zu bauen! In dem Moment, in dem sie von dieser Tatsache überzeugt sind, werden ihre Tränen versiegen, und ihre Freude wird vollkommen werden.

Wenn wir im Himmel ankommen, werden alle unsere Tränen abgewischt werden. Aber wir müssen nicht bis dahin warten, um eine himmlische Perspektive zu gewinnen. Heute fließen unsere Tränen noch, weil wir die Dinge noch nicht mit Seinen Augen sehen. Wenn der Heilige Geist uns jetzt Seine Perspektive gibt, können wir schon auf dieser Seite der Herrlichkeit anfangen, uns zu freuen.

Unser wahrheitsbasierter Schmerz wird gelöst, wenn wir eine größere oder umfassendere Wahrheit erkennen

Bei zahlreichen Gelegenheiten bot Jesus Menschen, die mit wahrheitsbasiertem Schmerz zu kämpfen hatten, eine umfassendere oder größere Wahrheit an (so wie ich meine Enkelin über ihre Schaukel zu trösten versuchte). Er stellte die Dinge in einen ewigen Kontext und sprach über Gottes Motivation hinter dem Geschehen. So machte Er es bei seiner Verhaftung im Garten Getsemane für Petrus, als Er sagte: „Stecke dein Schwert wieder an seinen Ort! Denn alle, die das Schwert nehmen, werden durchs Schwert umkommen. Oder meinst du, dass ich nicht meinen Vater bitten könne und er mir jetzt mehr als zwölf Legionen Engel stellen werde? Wie sollten denn die Schriften erfüllt werden, dass es so geschehen muss?“ (Matthäus 26,52-54). Petrus reagierte aus seiner begrenzten Wahrnehmung der Situation. Ihm fehlte der Blick für das größere Ganze. Er konnte den unmittelbaren Augenblick nicht in den richtigen ewigen Kontext einordnen. Jesus versuchte, Petrus' Wahrnehmung zu erweitern, damit er das Wirken Seines himmlischen Vaters erkennen konnte.

Ein weiteres einfaches Beispiel dafür war die Beunruhigung der Jünger, als Jesus ankündigte, dass Er sie verlassen würde; Jesus erklärte ihnen, warum Seine Abwesenheit notwendig war (Johannes 16,5-15),

schilderte seine Absicht (Johannes 14,2-3) und versprach Seine spätere Rückkehr (Johannes 14,18-20. 28). Jede dieser zusätzlichen Wahrheiten bot den Jüngern, wenn sie sie im Herzen glaubten, Trost und Zuversicht im Blick auf die ansonsten schmerzliche Tatsache, dass Jesus weggehen würde.

Ohne diese Erklärungen, die den Jüngern eine erweiterte Perspektive und den ewigen Kontext vermittelten, wäre der angekündigte Weggang Jesu nichts als bedrückend gewesen. Das war Jesus bewusst, als Er sagte: „*Doch weil ich dies zu euch geredet habe, ist euer Herz voll Trauer*“ (Johannes 16,6). Seine Jünger mussten erfahren, dass Jesus weggehen würde, aber sie mussten auch den Rest der Geschichte kennen. Sie brauchten den Blick auf das große Ganze. Wenn wir nur einen Teil der Wahrheit sehen, bleiben wir mit den schmerzhaften wahrheitsbasierten Problemen zurück. Und Freiheit kommt nur, wenn wir in unserem Herzen von einer größeren Wahrheit überzeugt werden.

Um noch einen Schritt weiter zu gehen, stellen Sie sich die Perspektive der Jünger vor, als sie die Kreuzigung Jesu hilflos mitansehen mussten. Sie sahen die Wahrheit des Todes Christi mit eigenen Augen. Sie wussten in ihren Herzen, dass Er getötet worden war. Das war die Wahrheit, und sie war niederschmetternd! Wie wir inzwischen wissen, ist diese einzelne Tatsache glücklicherweise nicht die ganze Geschichte. Sie ist ein einzelner Faden in einem großen Wandteppich, der von einem liebevollen und allwissenden Schöpfer gewebt wird. Doch aus ihrer begrenzten Perspektive konnten die Jünger Jesu dieses Gesamtbild noch nicht sehen, und blieben mit ihrem wahrheitsbasierten Schmerz und ihren verzweifelten Fragen zurück.

Oft finden wir uns in einem ähnlichen Zustand wieder, wenn wir mit wahrheitsbasierten Problemen konfrontiert sind, aber Gottes Wirken nicht klar erkennen können. Doch so wie die Trauer und Bestürzung der Jünger sich in Freude verwandelte, als sie ihren auferstandenen Erlöser sahen (Lukas 24,52-53), wird auch unser wahrheitsbasierter Schmerz gelöst, wenn wir Gottes größere oder umfassendere Wahrheit über unser wahrgenommenes Problem erkennen. Der reale Tod Christi bleibt wahr, aber die größere Wahrheit Seines Auferstehungslebens erschließt uns den ewigen Kontext, in dem wir Sein Opfer richtig interpretieren können. Genauso werden wir auch unsere eigene Situation richtiger wahrnehmen, wenn wir Gottes Absicht, Plan und Mitwirkung in unserem Leben erkennen können.

Wahrheitsbasierte Probleme wie „Bedrängnis oder Angst oder Verfolgung oder Hungersnot oder Blöße oder Gefahr oder Schwert“ (Römer 8,35) können in unserem Leben noch vorkommen, aber die Tatsache, dass wir „in diesem allen ... mehr als Überwinder [sind] durch den, der uns geliebt hat“ (Römer 8,37), bringt unverkennbar Trost, Sicherheit und Sinn in unsere Situation. Wir können immer noch *bedrängt, verfolgt* und *hungrig* sein, aber wenn wir das umfassendere Bild sehen können und wissen, dass nichts uns je „*von der Liebe Gottes trennen kann*“ (Römer 8,39), können wir uns trotz alledem mitten in unserem Leid freuen (Römer 5,3). Wahrheitsbasierte Emotionen werden durch die Wahrheit hervorgerufen, doch wenn sie anhalten, liegt es an unserer mangelnden Perspektive. Sobald wir das umfassendere Bild sehen, wird diese Wahrheit uns von unserem wahrheitsbasierten Schmerz frei machen.

Das alles sollte Sie zusätzlich ermutigen, Ihren emotionalen Schmerz als wirklichen Freund zu betrachten und nicht als erbarmungslosen Feind. Er zeigt nämlich auf, was Sie in Ihrem Herzen glauben. Selbst wenn Ihre Perspektive in mancher Hinsicht zutreffend ist, bleibt sie doch oft begrenzt. Und wenn sie begrenzt ist, spiegelt sie nicht die ganze Wahrheit über Ihre Identität, Ihre Situation und Gottes Handeln in Ihrem Leben

wider. Sie brauchen eine „größere“ oder „umfassendere“ Wahrheit, die Ihre Perspektive weitet. Doch wenn Sie wissen, was hier zu tun ist, können Sie eine tiefere Erkenntnis der Wahrheit gewinnen, die einen ewigen Nutzen hat (Hebräer 12,11). Auch das geschieht nach Gottes Plan und ist gut.

Gottes Perspektive bringt Frieden und Erleichterung

Wenn wir mit wahrheitsbasierten Problemen konfrontiert sind, müssen wir erkennen, dass Gott die Kontrolle hat und nichts Seinen Plan vereiteln kann. Wie die Jünger, die sich nach der Kreuzigung Jesu fassungslos und verwirrt zusammenkauerten, müssen wir begreifen, dass unser himmlischer Vater Gutes in unserem Leben wirkt, egal wie tragisch oder aussichtslos unsere derzeitige Situation erscheinen mag. Wenn wir unsere Situation aus Seiner Perspektive betrachten können, werden wir erkennen, dass „denen, die Gott lieben, alle Dinge zum Guten mitwirken, denen, die nach seinem Vorsatz berufen sind“ (Römer 8,28).

Die Erkenntnis einer größeren Wahrheit bewirkt nicht, dass Sie Ihre Arbeitsstelle zurückbekommen oder in die Vergangenheit zurückkehren können, um Fehler zu korrigieren, oder einen geliebten Menschen wieder lebendig machen können, aber sie bietet Ihnen den ewigen Kontext, den Sie brauchen, um das Geschehene richtig zu verstehen. So wie die Auferstehung Christi Seinen schlimmen Tod in den richtigen Kontext stellt, Trost spendet und Gottes Absicht deutlich macht, gibt die Erkenntnis der Wahrheit über unsere wahrheitsbasierten Probleme auch uns die Möglichkeit, die ganze Wahrheit über die Ereignisse in unserem Leben zu erkennen. Wenn wir Gottes Lösungen für unsere Probleme wahrnehmen und akzeptieren können, sind wir wirklich in der Lage, „allezeit und auf jede Weise seinen Frieden“ zu haben (2 Thessalonicher 3,16; NeÜ).

Indem wir Gottes Absichten und Sein Wirken erkennen, finden wir die Erleichterung, Sicherheit und Ruhe, die wir alle so sehr brauchen. Schon bald wird der Moment kommen, in dem wir das vollständige Bild in seiner ganzen Herrlichkeit aus einer ewigen Perspektive betrachten können; dann wird jede Träne getrocknet werden und es wird „keinen Tod und keine Trauer und kein Weinen und keinen Schmerz mehr geben. Denn die erste Welt mit ihrem ganzen Unheil ist für immer vergangen“ (Offenbarung 21,4; NLB). Komme bald, Herr Jesus!



Der Tod meines Kindes war ein „wahrheitsbasiertes Problem“

Zu den bedrückendsten wahrheitsbasierten Problemen, die meine Frau und ich durchmachten, gehörte der Verlust unserer kleinen Tochter. Es war nur wenige Tage vor ihrem ersten Geburtstag, als Sarah Michelle plötzlich an einem Aneurysma im Gehirn starb. Wir waren tief erschüttert und unsere Trauer schien unerträglich. Einige wohlmeinende Unterstützer warnten uns, dass wir nie ganz über den Verlust unseres Kindes „hinwegkommen“ würden. Wir sind Gott dankbar, dass dies nicht stimmte.

In einer Reihe von Gebetssitzungen wurden meine Frau und ich von mehreren wichtigen Wahrheiten überzeugt, die den Schmerz unseres Verlustes lösten. Heute, wenn wir an Sarah denken, spüren wir nur Seine Freude und Seinen Frieden. Die Trauer, die wir fühlten, war real, erdrückend und für eine gewisse Zeit angemessen, aber jetzt belastet sie uns nicht mehr. Die Tatsache, dass unsere Tochter

starb, war und ist traurig; aber es ist keine Bürde mehr, die wir tragen. Als wir ihren Tod aus Gottes Perspektive betrachten konnten, wurden wir von dieser schweren Last völlig befreit. Wir werden Sarah erst in der Ewigkeit wiedersehen, aber die Trauer, der Kummer und der Verlust lasten nicht mehr auf unseren Schultern.

Wenn wir mit einem wahrheitsbasierten Problem konfrontiert sind (wie die Kündigung unserer Arbeitsstelle, der Verrat eines Freundes, der Verlust eines geliebten Menschen usw.) werden wir ein gewisses Maß an wahrheitsbasiertem Schmerz spüren. Dieser Schmerz kommt aus unserer Wahrnehmung der Situation, doch diese Perspektive ist begrenzt. Wir können nicht alles, was vor sich geht, richtig wahrnehmen. Die größere Wahrheit ist, dass Gott auf vielfältige Weise am Werk ist, mehr als wir uns überhaupt vorstellen können.



Wir spüren „lügenbasierten Schmerz“, wenn wir „lügenbasierte Probleme“ wahrnehmen

Unsere begrenzte, zeitliche Perspektive kann es uns erschweren, Gottes Wirken in unserem Leben zu sehen, und hinterlässt dann ein gewisses Gefühl von Trauer, Kummer, Bedauern, Enttäuschung oder Zorn. Wenn wir diese Emotionen aus berechtigten Gründen spüren (wie Jesus es tat), dann erlaubt die Bibel sie uns, allerdings nur für eine gewisse Zeit (siehe Epheser 4,26; Prediger 3,4; Römer 12,15). Doch wie Sie aus Kapitel 4 wissen, ist unsere Perspektive nicht nur begrenzt, sondern auch fehlerhaft.

Durch diese Fehlerhaftigkeit unserer Perspektive nehmen wir Probleme wahr, die bei uns ein ängstliches Gefühl hinterlassen, obwohl wir klar angewiesen werden: „Sorgt euch um nichts“ (Philipper 4,6; Unsere Hervorhebung). Wir fühlen Angst, obwohl Gott Seinem Volk immer wieder sagte: „Fürchtet euch nicht“ (1 Mose 15,1; Jesaja 41,10; Daniel 10,12; Haggai 2,5; Matthäus 10,31; Lukas 12,32; Offenbarung 1,17, um nur einige wenige Beispiele zu nennen) und obwohl Er erklärt hat, dass „die vollkommene Liebe alle Angst vertreibt“ (1 Johannes 4,18; NLB; Unsere Hervorhebung). Wir machen uns Sorgen über die Zukunft, obwohl Jesus ausdrücklich sagte: „So seid nun nicht besorgt um den morgigen Tag!“ (Matthäus 6,34). Warum fällt es uns so schwer, diese einfachen Anweisungen zu befolgen?

Das liegt nicht an diesen Geboten oder an der Wirklichkeit, in der wir leben. Es liegt auch nicht an den Machenschaften des Teufels oder an den Neigungen unserer alten Natur. Unser Ungehorsam wurzelt

in dem, was wir in unserem Herzen glauben. Unsere Herzensüberzeugungen enthalten lügenbasierte Unreinheiten. Unsere emotionalen Reaktionen sind einfach das Ergebnis unserer Interpretation der Ereignisse in unserem Leben. Wenn diese Interpretationen auf unrichtigen Informationen beruhen, sind sie fehlerhaft, und unsere Reaktion ist unbegründet. Das ist der Grund, warum unsere Gefühle so oft der Wahrheit widersprechen, die uns in der Bibel vermittelt wird. Nichts, was *wir* tun können, wird etwas an der Tatsache ändern, dass wir fühlen, was immer wir glauben.

Ich bin schon um die ganze Welt geflogen. Die meisten meiner Flüge verliefen ereignislos und entspannt. Es gab aber einige wenige Flüge, die die Reinheit meines Glaubens auf die Probe stellten. Ein Flug insbesondere deckte auf, dass es mir im Blick auf Gottes Fürsorge und Schutz an Wahrheit mangelte. Der Flug wurde irgendwann durch Turbulenzen ziemlich holprig, und einmal verlor die Maschine abrupt an Höhe. Mein erster Gedanke war, dass ich sterben würde! Panik und Furcht stiegen in mir hoch. Die anderen Passagiere schrien und einige fingen an zu weinen. Ich packte die Armlehnen an meinem Sitz und fing an, laut zu mir selbst zu sprechen: „Es ist okay. Es sind nur ein paar Turbulenzen. Der Pilot hat alles im Griff. Atme! Fokussiere dich! Der Herr ist mein Hirte...“ Doch nichts, was ich mir selbst zusprach, schien zu helfen.

Offensichtlich bin ich an jenem Tag nicht gestorben. Ich wurde nicht einmal verletzt. Die Maschine fing sich schließlich wieder und landete sicher an unserem Zielflughafen. Meine Wahrnehmung spiegelte diese Tatsachen nicht wider. Ich glaubte nicht, dass ich in Sicherheit war. Ich glaubte, dass ich sterben würde. Mein Glaube an diese unzutreffende Voraussage weckte Angst in mir. Die Panik und Furcht wurden durch meine Überzeugungen hervorgerufen, nicht durch die abrupten Bewegungen des Flugzeugs. Ich fühlte, was ich glaubte. Ich frage mich, was Jesus wohl in dem Augenblick gemacht hätte, als das Flugzeug an Höhe verlor? Es ist mehr als wahrscheinlich, dass Er einfach geschlafen hätte.

Wenn wir das Leben anhand der Lügen interpretieren, die wir glauben, werden wir lügenbasierte Probleme wahrnehmen und infolgedessen lügenbasierten Schmerz fühlen. Wir werden Emotionen spüren wie Sorge, Stress, Angst, Furcht, Ohnmacht, Hoffnungslosigkeit und Verlassenheit, wenn wir das Leben aus unserer verzerrten Perspektive wahrnehmen. Ähnlich wie bei dem physischen Schmerz, den ein Dorn im Fuß hervorruft, ist lügenbasierter Schmerz die natürliche und automatische Folge einer Unwahrheit, die wir in unserem Herzen glauben. Wenn wir in unserem Herzen eine Lüge glauben, werden wir als Ergebnis schmerzhaftes Emotionen spüren.

EIN KURZER HINWEIS: Die folgenden unterschiedlichen Szenarien sollen den Zusammenhang zwischen lügenbasierten Problemen und lügenbasiertem Schmerz weiter veranschaulichen. Sie sind dazu gedacht, verständlich zu machen, wie wir Lebensereignisse aufgrund unwahrer Überzeugungen fehlinterpretieren. Statt den Kontext der Situation zu untersuchen oder zu überlegen, inwieweit die Reaktion der Person berechtigt ist, beachten Sie einfach, dass die Person mit einem lügenbasierten Problem konfrontiert ist, wenn sie ihre Situation aus einer fehlerhaften Perspektive betrachtet, und deshalb lügenbasierten Schmerz fühlt.

Szenario 1:

Markus musste wieder einmal unerwartete Überstunden machen. Die Situation an seinem Arbeitsplatz erlaubte ihm nicht, seine Frau telefonisch über die Planänderung zu informieren. Als er endlich Zeit für einen Anruf hatte, überzog sie ihn mit Fragen und Vorwürfen. „Wo warst du? Ich habe dir doch gesagt, dass ich die Kinder heute nicht von der Schule abholen kann! Sie

haben zwei Stunden dagesessen und auf dich gewartet! Schließlich musste ich früher Feierabend machen, um sie abzuholen. Was soll ich jetzt meinem Chef sagen?“ Markus' Verstand interpretierte die Worte seiner Frau sofort durch seine inneren Überzeugungen: „Ich bin ein Versager“, „Mit mir stimmt etwas nicht“ und „Ich bin nicht gut genug“. Deshalb wirkten ihre Worte wie Stiche, und er hatte starke Scham- und Schuldgefühle. Aber seine emotionale Reaktion war nicht auf die Klagen seiner Frau zurückzuführen, sondern auf seine lügenbasierte falsche Wahrnehmung seiner Identität. Ihre Worte deckten einfach auf, was Markus über sich selbst glaubt.

Szenario 2:

Elisabeth arbeitete ehrenamtlich in der örtlichen Schwangerschaftsberatung, leitete das Planungskomitee ihrer Gemeinde, stand jedes Wochenende zur Begrüßung der Gottesdienstbesucher zur Verfügung und hatte sich den Ruf erworben, verlässlich, fleißig und selbstlos zu sein. Wenn jemand Hilfe brauchte, fragte er Elisabeth. Aber in den ruhigen Momenten zwischen ihren vielen Aufgaben fühlte Elisabeth sich unwohl und unruhig. Viele ihrer Verhaltensweisen wurden von diesem emotionalen Schmerz ausgelöst. Im Gegensatz zu der Wahrheit, die ihr vom Verstand her bewusst war, fühlte sie sich abgelehnt, übersehen und ungeliebt. Und wenn sie in den Spiegel schaute, sah sie nicht das, was alle anderen sahen. Sie hatte den Eindruck, nicht wichtig zu sein, doch auch das war eine Folge ihrer lügenbasierten Herzensüberzeugung. Vielleicht war sie wirklich überarbeitet und zu sehr eingespannt, doch ihre ständigen negativen Gefühle waren nicht auf ihre vielen Verpflichtungen zurückzuführen, sondern auf ihre fehlerhafte Perspektive. Wenn Elisabeth die Wahrheit in ihrem Herzen kennen würde, würde sie sich wahrgenommen und wertgeschätzt fühlen und könnte ihre Zeit verantwortungsvoll nutzen, anstatt sich gezwungen zu fühlen, alles zu tun, was von ihr verlangt wird.

Szenario 3:

Widerstrebend öffnete Aaron eine weitere Kreditkartenrechnung. Er lebte von einem Monatsgehalt zum anderen und war kaum in der Lage, die Zinsen für seine aufgelaufenen Schulden zu zahlen. Er konnte keinen Ausweg sehen. Aaron erinnerte sich immer wieder an die Zusage in Philipper 4,19, hatte aber nie das Gefühl, dass Gott für seine Bedürfnisse sorgte. Er fühlte sich hilflos, und dieser lügenbasierte Schmerz lenkte ihn ständig davon ab, fundierte finanzielle Ratschläge umzusetzen. Seine Situation erschien ihm überwältigend und hoffnungslos. Doch seine Gefühle der Hilflosigkeit, Entmutigung und Sorge deckten nur seine inneren Überzeugungen auf und beruhten nicht auf seiner finanziellen Situation. Wenn er in seinem Herzen von der Wahrheit überzeugt wäre, könnte er seine finanziellen Probleme mit Gelassenheit und Zuversicht neu bewerten.

Szenario 4:

Elaine wusste einfach nicht mehr weiter. Sie hatte den Eindruck, fast den ganzen Tag hinter ihren vier Kindern aufzuräumen, ihnen mit Anweisungen hinterherzurennen und sie irgendwie dazu zu bringen, folgsam zu sein. Sie las Bücher und Blogbeiträge über Erziehung. Sie folgte allen möglichen Experten in den sozialen Medien. Sie versuchte verzweifelt, Hilfe und Rat zu bekommen, wie sie ihren Alltag bewältigen konnte. Trotzdem hatte sie ständig das Gefühl, kaum

den Kopf über Wasser halten zu können. Jede Aufgabe nahm mehr Zeit in Anspruch, als sie sollte, und die Kinder schienen mit jedem Jahr unaufmerksamer und respektloser zu werden. Sie fühlte sich entmutigt und machtlos. Es gab viele Momente, in denen sie am liebsten das Handtuch geworfen hätte. Sie hatte das Gefühl, dass ihre Situation nicht mehr in den Griff zu bekommen war. Doch ihre Entmutigung und Machtlosigkeit waren eine Folge ihrer fehlerhaften Perspektive, nicht ihres chaotischen Haushalts. Wenn sie ihre Situation aus Gottes Perspektive betrachten und Sein Wirken in ihrem Alltag wahrnehmen könnte, wäre sie in der Lage, den Herausforderungen mit innerer Ruhe, Liebe, Geduld und Verständnis zu begegnen und mit klarem Verstand gute Entscheidungen zu treffen.

Szenario 5:

Allie war überzeugt, vom Teufel bedrängt zu werden. Sie spürte eine ständige Schwere und Depression, die auf ihr lasteten. Sie konnte sich nicht durchringen, die Bibel zu lesen oder an ihrer wöchentlichen Kleingruppe teilzunehmen. Sie würde doch nur unreine Gedanken haben und zur Sünde versucht werden. Sie fühlte sich schmutzig und beschämt. Sie wollte wirklich um Hilfe bitten, hatte aber das Gefühl, irgendwie davon abgehalten zu werden. Aus ihrer Perspektive war es eine Anfechtung, in der sie sich gefangen fühlte. Doch sie wurde weder von Satan gefangen gehalten, noch rief er ihren emotionalen Schmerz hervor, denn dazu ist er gar nicht in der Lage (wie wir später erläutern werden). Allie spürte die Auswirkungen der Dinge, die sie in ihrem Herzen glaubte. Die Schuld auf den Teufel zu schieben bedeutet nicht, dass die Situation tatsächlich ihm zuzuschreiben ist. Ihre fehlerhafte Sicht der Situation schien wahr zu sein, nicht weil sie wahr gewesen wäre, sondern weil sie sie für wahr hielt. Sie täuschte sich. Wenn sie in ihrem Herzen die Wahrheit darüber glauben würde, wer sie in Christus ist und was Er für sie bereit hält, würde sie ihre Freiheit erkennen und sich weder unterdrückt noch gefangen fühlen.

In jedem dieser einfachen Beispiele war der emotionale Zustand der Personen ein Ergebnis der Dinge, die sie in ihrem Herzen glaubten. Sie interpretierten ihre Situation durch das, was sie für wahr hielten, und spürten die emotionalen Konsequenzen. Ihre lügenbasierten Überzeugungen riefen lügenbasierten Schmerz hervor. Sie waren überzeugt, dass Lügen wie *„Ich bin nicht gut genug“*, *„Ich habe nichts zu geben“*, *„Ich stecke fest“*, *„Ich bin hilflos“* oder *„Es wird mich umbringen“* tatsächlich wahr waren und spürten die emotionalen Konsequenzen. Vielleicht kannte jede dieser Personen die Wahrheit vom Verstand her, aber ihr lügenbasierter Schmerz deckte ihre fehlerhafte Perspektive auf. Sie alle nahmen lügenbasierte Probleme wahr und fühlten den daraus folgenden lügenbasierten Schmerz.

Wir fühlen, was wir glauben, aber die Wahrheit bleibt die Wahrheit

Indem wir mehrere der erörterten Prinzipien kombinieren, stellen wir fest, dass wir wahrnehmen und fühlen, was wir in unseren Herzen glauben, während die Wahrheit trotzdem die Wahrheit bleibt. Darin liegt Hoffnung für alle, die das verstehen! Diese Tatsache bedeutet, dass wir selbst dann Zuversicht haben können, wenn unsere Situation düster, hoffnungslos oder außer Kontrolle zu sein scheint, denn wir erkennen dadurch einfach, dass uns Gottes Perspektive fehlt. Wir sehen und erfahren noch nicht die Wahrheit, sondern nehmen einfach wahr, was wir glauben.

Genauso bringen auch unsere Emotionen zum Ausdruck, was wir in unseren Herzen glauben, und nicht,

was tatsächlich wahr ist! Wenn wir zum Beispiel das Gefühl haben, unzulänglich, wertlos, „schmutzig“ oder ohne Vergebung zu sein, obwohl wir in Christus sind, nehmen wir uns selbst nicht richtig wahr. Es ist ein Symptom unserer fehlerhaften Perspektive. Unsere Herzensüberzeugung wird offenbar; wir glauben etwas zu sein, das wir in Wirklichkeit nicht sind.

Wenn wir in Christus sind, dann sind wir eine „neue Schöpfung“ und „das Alte ist vergangen“ (2 Korinther 5,17; Unsere Hervorhebung). Wenn wir uns also sündig, zerbrochen oder verdorben fühlen, bedeutet das einfach, dass wir die Wahrheit noch nicht in unserem Herzen glauben. Wenn wir die Wahrheit unserer Identität in Christus auf der Ebene unseres Herzens kennen, wird sie sich für uns auch wahr anfühlen und Gefühle der Zuversicht, des Friedens und der Dankbarkeit hervorrufen (Hebräer 4,16; Römer 5,1; Kolosser 3,15). Das Problem ist nicht, wer wir tatsächlich sind, sondern was wir über unsere Identität glauben. Wir „erkennen nur stückweise“ (1 Korinther 13,12). Es ist eine Frage der Herzensüberzeugung und Wahrnehmung, nicht der Identität!

Wenn Sie das Gefühl haben, dass Gott Sie verlassen hat oder dass Ihre Situation außer Kontrolle ist, beschreibt dieses Gefühl nur Ihre *Überzeugung*, Ihre *Wahrnehmung* und Ihre *Gefühle*, aber nicht die *Realität*. Gott hat Sie nicht verlassen, doch wenn Sie das glauben, wird es Ihnen wahr *erscheinen* und sich für Sie auch so *anfühlen*, als wäre Er abwesend. Gott ist bei uns, auch wenn wir Ihn nicht sehen, und Er wirkt in unserem Leben, auch wenn wir es nicht bemerken. Er ist der Gott, der Er zu sein behauptet, unabhängig von dem, was wir glauben und wie Er uns vorkommt. Wir können nur ein schwach beleuchtetes Spiegelbild von uns selbst und von Gott sehen (1 Korinther 13,12). Das Problem liegt bei unserem „Spiegel“ und beim Mangel an Licht, nicht in der Realität.

Unsere fehlerhaften Wahrnehmungen spiegeln die Wirklichkeit nicht genau wider; es sind nur trügerische Vorstellungen. Doch die Konsequenzen unserer fehlerhaften Wahrnehmungen und der lügenbasierte Schmerz, den sie hervorrufen, sind nichtsdestoweniger sehr real! Wenn wir glauben, dass wir wertlos sind, wird es uns so scheinen, als wären wir es tatsächlich, und wir werden den entsprechenden lügenbasierten Schmerz spüren.

Wenn wir die beabsichtigte Funktion unserer Emotionen richtig verstehen, können unsere lügenbasierten Emotionen hilfreich und konstruktiv sein. Sie sollen uns auf etwas aufmerksam machen. Sie zeigen, dass wir Gottes Perspektive brauchen. Wenn wir demütig zum Herrn kommen und zu seinen Füßen sitzen, damit Er unsere fehlerhafte Perspektive korrigieren kann, dann hat der lügenbasierte Schmerz seinen Zweck erfüllt und wird verschwinden. Wenn der „Dorn“ aus unserem „Fuß“ beseitigt ist, hört der Schmerz auf.



Ein „Trigger“ zeigt uns, dass wir Gottes Perspektive brauchen

Für den TPM-Prozess haben wir einen Begriff aus der Psychologie übernommen, der beschreibt, wie Worte oder Taten einer anderen Person, ein Ereignis, eine Situation oder sogar ein flüchtiger eigener Gedanke für uns zu einem emotionalen „Auslöser“ oder „Anstoß“ werden können. Es sind „Trigger“. Dieser Begriff tauchte zuerst nach dem Ersten Weltkrieg auf und beschrieb die emotionale Reaktion einiger Soldaten auf die Erfahrung der „Kriegsmüdigkeit“ (heute bekannt als

„Posttraumatisches Stresssymptom“).

Im TPM-Konzept gehen wir davon aus, dass ein Triggerzustand durch den natürlichen, von Gott geschaffenen Prozess der mentalen Assoziation hervorgerufen wird. Wenn etwas passiert und wir es durch eine oder mehrere Herzensüberzeugungen interpretieren, werden wir sofort fühlen, was wir glauben. Diese auffallenden Emotionen sind die Folge von Herzensüberzeugungen, die berührt oder „getriggert“ wurden.

Die meisten Menschen, die dieses Konzept kennenlernen, sind zunächst überrascht, wie oft sie getriggert zu werden scheinen. Man kann tatsächlich davon ausgehen, dass wir alle regelmäßig getriggert werden. Leider leben manche Menschen dauernd in einem Triggerzustand, da sie ständig ein gewisses Maß an Angst, Stress, Sorge oder Furcht empfinden und leicht wütend, ungeduldig oder frustriert werden.

Diese unwillkürlichen emotionalen Reaktionen auf Lebenssituationen fühlen sich für den Moment negativ an, aber es sind auch sehr wertvolle Gelegenheiten. Sie gehören zu dem von Gott geschaffenen Warnsystem, das uns darauf aufmerksam macht, dass wir Seine Perspektive brauchen. Wenn wir richtig darauf reagieren, kann das außerordentlich nützlich für uns sein. Indem wir dieses Prinzip annehmen und anwenden, werden wir die Handlungen und Verhaltensweisen anderer weniger als Bedrohung wahrnehmen und erkennen, dass sie einfach als „Werkzeuge“ in den Händen Gottes dienen.

Wir neigen normalerweise dazu, unsere Gefühle zu leugnen, sie zu entschuldigen, andere Menschen dafür verantwortlich zu machen oder uns durch irgendeine „Selbstmedikation“ abzulenken. Oft scheint es einfacher zu sein, sich mit Ausreden zu entschuldigen wie: „Ich habe nur einen schlechten Tag“ (die Schuld auf die Umstände schieben), „Er treibt mich einfach zum Wahnsinn“ (anderen Menschen die Schuld geben) oder: „Ich bin heute einfach nicht ich selbst“ (persönliche Verantwortung von sich weisen). Wir müssen erkennen, dass jeder emotionale Schmerz ein Anzeichen dafür ist, dass wir aus einer fehlerhaften und/oder begrenzten Perspektive handeln.

Wenn unsere Emotionen ausgelöst werden, müssen wir einen Gang herunterschalten und versuchen, uns selbst eine ehrliche Antwort auf die Frage zu geben: „Warum fühle ich, was ich gerade fühle?“ Wenn wir richtig verstehen, was Gott in uns bewirken will, während wir „getriggert“ werden, dann können wir „uns allezeit freuen, unablässig beten und in allem Dank sagen“ (siehe 1 Thessalonicher 5,16-18).



KAPITEL 6

Das Prinzip von „Überzeugung und Entscheidung“

„Wir handeln nach dem,
was wir glauben.“

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in sieben Teile gegliedert. Der erste Teil erläutert das Konzept, dass wir nach dem handeln, was wir glauben. Der zweite Teil untersucht die Beziehung zwischen unseren Emotionen und unserem Verhalten. Im dritten Teil folgt eine allgemeine Betrachtung darüber, wie wir Verhaltensweisen als „Lösung“ für unsere wahrgenommenen Probleme benutzen. Der vierte Teil erklärt die verschiedenen Gründe, die uns zu einem Lösungsverhalten veranlassen. Im fünften Teil geht es um die Bedeutung der Motive hinter unserem Verhalten. Der sechste Teil erläutert, warum selbst unsere „guten“ Verhaltensweisen aus unreinen Motiven entspringen können. Und im siebten Teil kehren wir noch einmal zu dem Gedanken zurück, warum zwischen denen, die leistungsstark zu sein scheinen, und denen, die nur mit Mühe zurechtkommen, kein wesentlicher Unterschied besteht.



Wir handeln nach dem, was wir glauben



Warum haben Sie sich heute die Zähne geputzt oder Ihren Pullover angezogen oder angefangen, dieses Buch zu lesen? Warum sind Sie zur Arbeit gegangen oder haben in der Bibel gelesen oder sich etwas im Fernsehen angeschaut? Warum tun Sie das, was Sie tun? Einfach ausgedrückt: Sie tun etwas, weil Sie sich dazu entschieden haben. Ihr Handeln ist die Folge einer Entscheidung.

Diese einfache Erklärung wirft mehrere wichtige Fragen auf: „Warum treffen Sie Ihre Entscheidungen?“ „Worauf beruhen Ihre Entscheidungen?“ „Und könnten Sie auch ganz anders handeln, wenn Sie es wollten?“ Betrachten Sie folgendes Beispiel, um über mögliche Antworten auf diese Fragen nachzudenken.

Stellen Sie sich vor, Sie nehmen an einer TV-Show teil. Nach dem Zufallsprinzip wird Ihnen ein Spiel zugeteilt, bei dem Sie nur entscheiden sollen, ob Sie „Tür 1“ oder „Tür 2“ öffnen wollen. Sie erhalten dann den Preis, der sich hinter der gewählten Tür verbirgt. Auf den ersten Blick scheint die Wahl der Tür völlig willkürlich zu sein. Doch nachdem der Moderator die Spielregeln erklärt hat, fügt er hinzu: „Nur damit Sie es wissen, hinter Tür 1 sind 10.000 Euro in bar versteckt.“ Für welche Tür würden Sie sich nach dieser Information entscheiden? Wenn Sie anschließend aber hören würden: „Und hinter Tür 2 befindet sich eine Million“, würde sich Ihre Entscheidung dann ändern? Hätte der Moderator seinen Satz aber mit „... ja, Sie haben richtig gehört, hinter Tür 2 befindet sich eine Million ... winziger Ameisen“ beendet, würde diese Ergänzung Ihre Entscheidung natürlich beeinflussen!

Mit den Informationen, die wir erhalten, ändern sich sowohl unsere Perspektive als auch unsere Präferenzen. Unsere Entscheidung hängt ganz von den Informationen ab, die wir haben. Oder genauer gesagt: Sie hängt davon ab, was wir für wahr halten. Beachten Sie aber die wichtige Tatsache, dass Sie nicht bewusst *entschieden* haben, die eine Tür der anderen vorzuziehen. Das geschah automatisch, als Sie mehr

Informationen erhielten und sich Ihre Perspektive änderte.

Sie werden die Tür wählen, von der Sie *glauben*, dass sich dahinter der wertvollste und attraktivste Preis befindet. Sie haben konkrete Gründe, „Tür 2“ zu öffnen, und auch Gründe, „Tür 2“ geschlossen zu lassen. Würden Sie sich wissentlich entscheiden, auf das Geld zu verzichten und die vielen Ameisen als Preis anzunehmen? Wohl kaum! Wahrscheinlich würden Sie „Tür 2“ nur wählen, wenn Sie entweder nicht gehört hätten, was sich dahinter befindet, oder irrtümlich angenommen hätten, dass ein größerer, wertvollerer Preis dahinter auf Sie wartet. In beiden Fällen hätte Ihre begrenzte oder fehlerhafte Sicht dazu geführt, dass Sie die falsche Tür geöffnet und den besseren Preis verloren hätten.

Wir wollen das Thema nicht überstrapazieren; wichtig ist nur, dass Ihre Entscheidung auf dem beruhen würde, was Sie *für wahr halten*, nicht unbedingt auf dem, was *tatsächlich wahr* ist. Können Sie sicher sein, dass der Moderator Ihnen die Wahrheit sagt? Es könnte natürlich sein, dass er die Unwahrheit sagt oder falsch informiert ist. Genauso gut könnte es sein, dass Sie ihn falsch verstanden haben. Wie auch immer: Wenn Sie *glauben*, was Sie gehört haben, wird diese Überzeugung Ihre Entscheidung beeinflussen.

Sie werden entscheiden, das zu tun, was aus Ihrer aktuellen Perspektive am besten zu sein *scheint* (Sprüche 21,2). Doch nur weil etwas die „beste“ Wahl zu sein scheint, heißt das noch nicht, dass es tatsächlich „das Beste“ ist. Es *scheint* nur deshalb die beste Wahl zu sein, weil es dem entspricht, was wir für das Beste halten. Unsere Entscheidung entspricht unserer Überzeugung. Das ist der Grund, warum wir sagen: „Wir handeln nach dem, was wir glauben.“

Dieses Konzept bezeichnen wir oft als „das Prinzip von Überzeugung und Entscheidung“. Und dieser Zusammenhang zwischen der Überzeugung, die wir glauben, und der Entscheidung, was wir tun, ist eine Grundlage für viele wichtige Aspekte, die in diesem Buch erörtert werden. Die Entscheidungen, die wir treffen, und die Verhaltensweisen, die wir an den Tag legen, beruhen auf dem, was wir für wahr halten. Wie gesagt: Wir handeln nach dem, was wir glauben.

Wir „gehorschen“ dem, was wir glauben

Eine andere Betrachtungsweise zum Verständnis dieses Konzepts ergibt sich, wenn wir das Wort „handeln“ durch „gehorschen“ ersetzen. Wir *gehorschen* dem, was wir glauben. Auch in diesem Fall haben wir vielleicht immer noch die Wahl, aber unsere Entscheidung, wem oder was wir „gehorschen“, wird stark durch das beeinflusst, was wir für wahr halten. Würde der Moderator der TV-Show aus dem Beispiel oben Sie auffordern, „Tür 1“ zu öffnen, würden Sie wahrscheinlich nicht zögern, seiner Aufforderung zu „gehorschen“, weil seine Aufforderung mit dem übereinstimmt, was Sie selbst für das Beste halten.

Dagegen würde es Ihnen ziemlich schwerfallen, ihm zu „gehorschen“, wenn er Sie auffordern würde, die Tür zu öffnen, die Sie für weniger ideal halten. Es wäre schwer, ihm „zu vertrauen und zu gehorchen“, wenn Sie glauben würden, dass Sie dadurch auf 10.000 Euro verzichten, um stattdessen Ameisenfarmer zu werden! Doch wie leicht oder schwer es Ihnen fällt, seiner Aufforderung zu folgen, hat in beiden Fällen kaum etwas mit der Schwierigkeit der Aufgabe an sich zu tun. Wie schwierig es für Sie ist, seiner Aufforderung zu folgen, hängt unmittelbar von dem ab, was Sie für wahr halten.

Bei diesem Konzept denke ich an die unzähligen Situationen, in denen ich nur Murren und Jammern

hörte, wenn ich meine Kinder zu irgendetwas aufforderte. Meinen Kindern fiel es zum Beispiel schwer zu gehorchen, wenn sie ihr Zimmer aufräumen sollten, weil es nicht dem entsprach, was sie für das „Beste“ hielten. Wenn ich sie aber zu etwas aufforderte, das sie für gut, richtig und lohnend hielten – wie: „Kids, zieht euch die Schuhe an und steigt ins Auto, wir holen uns ein Eis“ –, dann „gehorchten“ sie sofort und mühelos. Es fiel ihnen nicht schwer, zu gehorchen; sie gehorchten sogar mit Begeisterung und Freude!

Schmutzige Klamotten vom Boden aufzuheben und in den Wäschekorb zu legen, ist kaum schwieriger, als sich die Schuhe anzuziehen und ins Auto zu steigen. Doch die erste Aufgabe *erschien* meinen Kindern schwieriger, und deshalb hatten sie Mühe, meiner einfachen Anweisung Folge zu leisten. Ihre Reaktionen auf meine Bitten zeigten, was sie jeweils glaubten. Das war offensichtlich, wenn meine Aufforderungen mit dem übereinstimmten, was ihnen selbst „am besten“ erschien; doch es war genauso offensichtlich, wenn meine Worte dem widersprachen, was sie glaubten.

Sie brachten mürrisch ihre Einwände vor und versuchten dann, mit mir zu verhandeln, weil sie hofften, ich würde es mir anders überlegen oder eine andere Aufforderung äußern. Sie hatten Gründe, nicht zu folgen, und deshalb fiel ihnen der Gehorsam schwer. Doch ihre Schwierigkeit beruhte auf ihrer Überzeugung und nicht auf meiner Anweisung oder der Aufgabe selbst.

Wären meine Kinder in der Lage gewesen, richtig wahrzunehmen, was meine Beweggründe waren, auf welchen Überlegungen meine Aufforderungen beruhten und wie sehr es ihnen persönlich nützen würde, mir zu gehorchen, wären sie meiner Aufforderung ganz von selbst, augenblicklich und ohne Schwierigkeit gefolgt. Die Mühe bei der Umsetzung wäre die gleiche gewesen, aber es hätte keine gedankliche Hürde zwischen ihnen und ihrem Gehorsam gegeben. So aber stützten sie sich auf ihren eigenen Verstand (Sprüche 3,5), und ihre begrenzte, fehlerhafte Sicht über mich und meine Anweisungen machten es ihnen ziemlich schwer, ihrem Vater zu gehorchen!

Gehorsam ist mühelos, wenn wir der Aufforderung zustimmen

In unseren Entscheidungen und Handlungen spiegelt sich, was wir für wahr halten. Dieses Konzept hilft uns, einen großen Teil unseres Verhaltens zu erklären. Es wirft Licht auf die Frage, warum es einigen von uns schwerfällt, die vorgeschriebene Geschwindigkeit nicht zu überschreiten oder uns nach *jeder* Toilettenbenutzung die Hände zu waschen oder uns darauf zu einigen, welchen Film wir uns im Kino ansehen. Es kann uns aber auch helfen zu verstehen, warum wir mit wichtigeren Entscheidungen zu kämpfen haben.

Warum fällt es uns zum Beispiel schwer, Gottes Anweisungen zu folgen? Gott zu gehorchen fällt uns in den meisten Fällen aus denselben Gründen schwer, aus denen meine Kinder mir nur ungern Folge leisteten. An irgendeinem Punkt und in unterschiedlichem Maß widersprechen Seine Worte unseren aktuellen Überzeugungen. Unsere fehlerhafte und begrenzte Perspektive macht es uns unmöglich, richtig wahrzunehmen und zu verstehen, was Er gesagt hat und warum Er es gesagt hat. Vielleicht wissen wir in unserem Verstand tatsächlich, dass Seine Wege „gut“ sind, aber aufgrund anderer Überzeugungen, die wir auch
haben,
erscheinen sie uns nicht als „das Beste“.

In Wirklichkeit dienen Seine Pläne unserem Wohl (Jeremia 29,11), und diejenigen, die Seinem Wort gehorchen, sind gesegnet (Lukas 11,28). König David nannte klare Fakten, als er schrieb (Psalm 19,8-12; EU):

Die Weisung des Herrn ist vollkommen, sie erquickt den Menschen.
Das Zeugnis des Herrn ist verlässlich, den Unwissenden macht es weise.
Die Befehle des Herrn sind gerade, sie erfüllen das Herz mit Freude.
Das Gebot des Herrn ist rein, es erleuchtet die Augen.
Die Furcht des Herrn ist lauter, sie besteht für immer.
Die Urteile des Herrn sind wahrhaftig, gerecht sind sie alle.
Sie sind kostbarer als Gold, als Feingold in Menge.
Sie sind süßer als Honig, als Honig aus Waben.
Auch dein Knecht lässt sich von ihnen warnen; reichen Lohn hat, wer sie beachtet.

Jede Aussage in diesem Psalm ist absolut wahr. Wenn wir ihre Wahrheit aber nicht völlig in unserem Herzen glauben, werden sich diese Fakten für uns nicht wahr *anfühlen* oder uns nicht wahr *erscheinen*. Auf irgendeiner Ebene werden wir uns sträuben und zögern, Seinen Geboten zu folgen, obwohl sie rein, erleuchtend, gerecht und kostbarer als Gold sind. Das gilt insbesondere dann, wenn wir verleitet wurden zu glauben, dass irgendein ungutes Verhalten wünschenswerter ist als das, was Gott angeordnet hat!

Vielleicht stimmen Sie vom Verstand her mit Gott überein, doch wenn Ihre Herzensüberzeugung der Wahrheit widerspricht, werden Seine Wege sich für Sie nicht „richtig“ und „vollkommen“ *anfühlen* oder Ihnen nicht gut *erscheinen*. Oder noch schlimmer: Eine andere Strategie scheint einen besseren Gewinn zu versprechen, als der „reiche Lohn“, den David beschreibt. In diesem Fall werden Sie sich – ganz ähnlich wie in der hypothetischen Fernsehshow – gedrängt und motiviert fühlen, eine andere „Tür“ zu öffnen, als Gott sie Ihnen anbietet.

Niemand außer uns selbst ist für unseren Ungehorsam verantwortlich

Ähnlich wie meine *gelegentlich* ungehorsamen Kinder werden Sie einige Schwierigkeiten haben, wenn Sie einem „Gebot“ zu gehorchen versuchen, mit dem Sie nicht völlig einverstanden sind. Doch wenn das, wozu Sie aufgefordert werden, Ihrer eigenen Überzeugung entspricht, werden Sie automatisch, mühelos und ohne Zögern der Aufforderung folgen. In beiden Fällen ist das, was Sie für wahr halten, der Grund für die Entscheidung, was Sie tun werden.

Einige werden vielleicht protestieren und behaupten, dass ihr Handeln ein Ergebnis ihrer Umstände, ihrer Familiengeschichte, ihrer Erziehung, der Ungerechtigkeiten in ihrem Leben oder sonstiger äußerer Einflüsse ist. Obwohl wir tatsächlich auf alle diese Faktoren reagieren, ist keiner davon der Grund für unser Handeln. Keiner von uns hat vor, eines Tages vor Gott das eigene Verhalten mit dem Hinweis zu rechtfertigen: „Der Teufel hat mich dazu gebracht.“ Doch genauso unbegründet und unlogisch ist es, anderen die Schuld für unsere Schwachheit zu geben. Wenn wir andere für unser Verhalten verantwortlich machen, ist das eine haltlose und schwache Verteidigungsstrategie.

Schulduweisungen gleichen den kindischen Argumenten, die wir im vorigen Kapitel angesprochen

haben. *Nehmen wir einmal an*, ich würde merken, wie zwei meiner Enkel sich streiten, und sie fragen: „*Was ist los?*“ Meine Enkelin würde vielleicht sagen: „*Er hat mich an den Haaren gezogen!*“ Empört würde ich meinen Enkel fragen: „*Elijah, warum hast du deine Schwester an den Haaren gezogen?*“ „*Weil sie mich getreten hat!*“ „*Penelope, warum hast du deinen Bruder getreten?*“ „*Weil er mich mit Dreck beworfen hat!*“ „*Warum hast du deine Schwester mit Dreck beworfen?*“ „*Weil sie mir ständig hinterhergelaufen ist.*“ Irgendwann wurde genug Schuld hin und her geschoben, um beiden eine verdiente Strafe zu geben, und ich stehe da und frage mich, wo denn bloß ihre Eltern geblieben sind.

So macht es die Menschheit seit dem Garten Eden. Adam gab seiner Frau die Schuld und Eva der Schlange (1 Mose 3,12-13), und so beschuldigen auch wir andere, um unser eigenes schlechtes Verhalten zu verteidigen. „Das hätte ich ja nicht getan, wenn sie nicht jenes getan hätte!“, behaupten wir. Diese „Auge um Auge“-Mentalität führt nie zu einem Verhalten, das Gott wohlgefällig ist, und hält uns davon ab, das wahre Problem zu erkennen.

Natürlich ändert das alles nichts an der Tatsache, dass Menschen zu Grausamkeit, Gemeinheit und Bosheit fähig sind und ihr Verhalten unentschuldig ist. Doch auch wenn wir noch so ungerecht behandelt wurden: Für die Entscheidungen und Verhaltensweisen, mit denen wir reagieren, sind wir selbst verantwortlich. Je eher wir die Verantwortung für unser Handeln und für die Gründe unseres Verhaltens übernehmen, desto eher können wir erwarten, Freiheit zu finden und das eigentliche Problem loszuwerden.

Es gibt einen Unterschied zwischen „Wille“ und „Wunsch“

Es kann sein, dass wir den aufrichtigen Wunsch haben, Gottes Weisungen zu folgen; was wir aber wirklich „wollen“, zeigt sich in dem, was wir tun. Unser „*Wunsch*“ ist das, was wir tun *möchten*, aber unser „*Wille*“ *entscheidet*, was wir tatsächlich tun. Wir *möchten* aufhören zu fluchen, sind aber *willens*, gewisse Worte fallen zu lassen, wenn der Kontext es zu erfordern scheint. Wir *möchten* aufhören, im Internet nach bestimmten Bildern zu suchen, sind aber *willens*, „*nur noch ein letztes Mal*“ zu schauen. Wir *möchten* denen vergeben, die uns Unrecht getan haben, sind aber nicht *willens*, ihnen die Schuld zu erlassen. Wir *möchten* mehr Zeit im Gebet verbringen, sind aber nicht *willens*, die kostbaren Momente zu investieren, die dazu nötig wären. Wir *möchten* die Wahrheit sagen, sind aber nicht *willens*, öffentlich zu bekennen, dass gewisse Sünden Sünde sind. Wir *möchten* in Wahrheit und Freiheit leben, sind aber nicht *willens*, für unsere Emotionen oder Entscheidungen die Verantwortung zu übernehmen.

Wir *möchten* das, was Gott für uns will, doch schon eine kurze Betrachtung unseres Verhaltens zeigt klar, dass wir oft nicht bereit sind, entsprechend zu handeln. Solange wir unsere Situation nicht mit Seinen Augen sehen, werden wir uns ablenken lassen und uns zu Verhaltensweisen gedrängt fühlen, die dem widersprechen, was wir uns ehrlich wünschen. Die Schwierigkeiten, die wir erleben, wenn wir Gottes Anweisungen zu folgen versuchen, haben wenig mit den jeweiligen Aufgaben zu tun. Sie zeigen vielmehr, dass wir ein Glaubensproblem haben! Das Verhalten oder Handeln, zu dem wir uns in einem bestimmten Moment entscheiden, spiegelt wider, was wir glauben.

Diese Dynamik lässt sich in praktisch jeder TPM-Gebetssitzung beobachten. Unsere gewohnten Verhaltensweisen widersprechen oft dem, was wir uns ehrlich *wünschen* und tun *möchten*. In solchen Momenten fühlen sich Menschen, die dieses Prinzip noch nicht kennen, oft „festgefahren“. Selbst wenn sie

ihr Bestes geben, um das zu tun, was sie als richtig erkannt haben, fühlen sie sich blockiert. Der Grund ist, dass sie etwas zu tun versuchen, das dem widerspricht, was sie im Herzen glauben, ohne dass ihnen diese Tatsache bewusst ist. In Wirklichkeit wählen sie gezielt ein Verhalten, das mit ihren gegenwärtigen Überzeugungen und Sichtweisen übereinstimmt.

Unsere Mühe, Gott zu gehorchen, zeigt, dass wir seine Perspektive brauchen

Hoffentlich sehen Sie jetzt, wie wichtig es ist, Gottes Perspektive zu haben, wenn wir Seine Gebote befolgen wollen. Wenn unsere Überzeugungen Seinen Weisungen entsprechen, werden wir mühelos mit der gleichen Begeisterung gehorchen wie meine Kinder, als sie hörten, dass sie ein Eis bekommen. Wenn wir Gottes Beweggründe und Absichten richtig und vollständig wahrnehmen und das Wesen Seiner Anweisungen erkennen, werden wir Freude an Seinen Geboten haben.

Diesen Zusammenhang zwischen unserem Verständnis der Gebote Gottes und unserer Fähigkeit, sie zu befolgen, sehen wir auch in der Bibel. Dort heißt es (Psalm 119,33-40; NLB):

Lehre mich, Herr, nach deinen Ordnungen zu leben.

Schenk mir Einsicht, und ich will deinem Gesetz gehorchen, ich will es von ganzem Herzen halten.

Hilf mir nach deinen Geboten zu leben, denn das erfüllt mich mit Freude.

Lass mich deine Weisungen lieben und mach mich frei von Habgier!

Wende meine Augen von nutzlosen Dingen ab, lass mich durch dein Wort leben.

Erfülle deinem Diener deine Zusage, die denen gilt, die dir gehorchen.

Lass nicht zu, dass man mich verlacht, denn deine Gesetze sind gut.

Ich sehne mich danach, deinen Geboten zu gehorchen! Erneuere mein Leben durch deine Güte.

Wenn wir Gottes Gebote verstehen, werden wir wie der Psalmist von ganzem Herzen danach leben und Freude daran finden (Psalm 119,34-35). Im Umkehrschluss können wir deshalb folgern, dass es uns an Einsicht fehlt, wenn wir Gottes Weisungen nicht mit ganzem Herzen befolgen und uns daran freuen. In diesem Fall haben wir ein Glaubensproblem, und kein Problem mit dem Gehorsam!

Was wir brauchen, ist nicht so sehr, dass Gott uns hilft zu gehorchen, sondern dass Er uns hilft, die Wahrheit zu sehen und zu verstehen. Was wir brauchen, ist, dass Er unser Herz und unsere Augen von den materiellen und wertlosen Dingen abwendet und auf das lenkt, was recht ist und Leben spendet. Wenn das geschieht, werden wir gehorchen.

Indem wir lernen, unsere Schwierigkeiten und unseren Ungehorsam als Hinweise zu verstehen, dass wir Gottes Perspektive brauchen, gehen wir Schritte hin zu wahren Gehorsam. Doch bevor wir Seine Perspektive gewinnen können, müssen wir zuerst ehrlich wahrnehmen, dass wir sie brauchen. Wenn wir unsere Bedürftigkeit zugeben und die Haltung (Position) einnehmen, in der wir empfangen können, wird Er uns gern Seine Wahrheit geben. Und sobald wir Seine Wahrheit im Herzen haben, wird unsere Liebe zu Ihm darin zum Ausdruck kommen, dass wir Seine Gebote befolgen (Johannes 14,15).



Unsere Gefühle motivieren unser Verhalten

Der Drang, „etwas zu tun“, ist nie stärker als in einem Zustand starker Emotionen. Wenn Ihnen zum Beispiel jemand ein nagelneues Auto schenkt, würden Sie dann nicht den Drang verspüren, Ihre Dankbarkeit zu zeigen? Wenn bei einem Ihrer Freunde Krebs im Endstadium diagnostiziert würde, hätten Sie dann nicht den starken Wunsch, ihm Trost und Hilfe anzubieten? Wie oft haben Sie schon das Bedürfnis verspürt, anderen „die Meinung zu sagen“, auf die Sie wütend sind? Wenn wir solche Gefühle haben, drängen sie uns dazu, irgendetwas zu tun. Denn unsere Emotionen sind eine starke Triebfeder, die uns treibt, etwas zu unternehmen. So überraschend es auch klingen mag, ist das keine schlechte Sache. Die Beziehung zwischen dem, was wir fühlen, und dem, was wir tun, wurde von Gott geschaffen und in uns angelegt.

Gott erschuf uns so, dass wir durch unsere Emotionen motiviert werden, so wie Er durch Seine motiviert wird. Er gab Seinen einzigen Sohn hin, weil Er uns liebt (Johannes 3,16). Jesus gehorchte Seinem himmlischen Vater und nahm bereitwillig Leiden und Tod auf Sich, weil Freude über das, was daraus folgen würde, Sein Herz erfüllte (Hebräer 12,2). Und Gottes Zorn, der durch die Sünde der Menschheit provoziert wird (Römer 1,18), verlangt von Ihm, Gerechtigkeit herbeizuführen (Prediger 3,17).

Wie Gott werden auch wir durch das motiviert, was wir fühlen; doch anders als bei Gott entsprechen unsere Gefühle nicht immer der Wahrheit. Oft ist Sein Handeln ein Ausdruck der Liebe, der Freude, des Friedens, der Traurigkeit oder des Zorns, die Er spürt, weil Er die Wahrheit kennt (und ist). Unser Verhalten dagegen ist oft ein Ausdruck unseres lügenbasierten Schmerzes. Wir versinken in Niedergeschlagenheit, lassen uns aus Sorge zu unbedachten Reaktionen hinreißen oder verkriechen uns vor Angst. Wenn diese schmerzhaften Emotionen getriggert werden, verspüren wir sofort ein Bedürfnis, diesen Gefühlen Ausdruck zu geben. Wenn wir etwas fühlen, dann tun wir etwas.

Auch hier kann ein Vergleich mit unserem physischen Schmerz hilfreich sein. Im Lauf meines Lebens besaß ich die verschiedensten Nutztiere, deren Haltung in einigen Fällen einen Elektrozaun erforderlich machte. Als meine Kinder jünger waren, mussten meine Frau Sharon und ich sie ständig an die unsichtbare Gefahr erinnern, die in diesem dünnen Metalldraht lauerte. Zugegeben: Die „Gefahr“ war nur ein geringer und kurzer Stromschlag, der aber doch recht unangenehm war. Trotz unserer eindringlichen Warnungen hat es immer wieder jemanden „erwischt“.

Ich erinnere mich noch an den Tag, als Joshua, der damals acht oder neun Jahre alt war, aus eigener Erfahrung lernte, den Zaun zu respektieren. Ich hatte gerade eine neue Litze am hinteren Zaun unseres Grundstücks angebracht. Joshua traf sich mit einem Nachbarjungen, der auf der anderen Seite des Zauns stand. Weil es in Kentucky so warm war, trug mein Sohn kein Hemd, und als sein nackter Bauch die

stromführende Litze berührte... zack! Er sprang zurück, gab einen schrillen Laut von sich, und sein nicht gerade mitfühlender Freund lachte auf seine Kosten.

So unangenehm der Schmerz für Joshua auch war, sollte er ihm doch eine Hilfe sein. Der Stromschlag, als er den Draht berührte, machte ihm bewusst, dass es da ein Problem gab. Instinktiv sprang er zurück, um der wahrgenommenen Bedrohung zu entkommen. Das unangenehme Gefühl motivierte ihn, auf das Problem zu reagieren. Hätte der Stromschlag nicht weh getan, wäre er nicht zurückgewichen. Weil es weh tat, sprang er zurück. Er spürte etwas, also tat er etwas.

So wie Joshua vom Elektrozaun zurücksprang, werden auch wir instinktiv vor dem „zurückspringen“, was den Stress, die Sorge oder die Angst, die wir fühlen, zu verursachen *scheint*. Unsere automatische, unwillkürliche Reaktion wird durch die Gefühle ausgelöst, die unsere *Herzensüberzeugungen* mit sich bringen. Mit anderen Worten: Unsere Überzeugungen führen zu unseren Wahrnehmungen und den Emotionen, die wir spüren, und als Reaktion darauf treffen wir eine emotional aufgeladene Entscheidung, irgendetwas zu tun.

Wie diese Dynamik abläuft, sehen wir bei den Jüngern, unmittelbar bevor Jesus zu ihrem fassungslosen Erstaunen die stürmischen Wellen stillt (Matthäus 8,23-27; Lukas, 8,22-25). Jesus war mit Seinen Jüngern auf einem Boot unterwegs und war eingeschlafen. Während Er schlief, kam ein heftiger Sturm auf, der das Boot immer stärker ins Schaukeln brachte, sodass es sich mit Wasser füllte. Die Jünger waren entsetzt! Sie weckten Jesus auf und sagten: „Rette uns, wir kommen um!“ Jesus sprach aus, dass sie „Kleingläubige“ waren (Matthäus 8,26), bedrohte Wind und Wellen, stillte den Sturm und fragte erneut: „Wo ist euer Glaube?“ (Lukas 8,25).

Er geriet in denselben Sturm und befand sich auf demselben Boot wie Seine Freunde, aber sie reagierten ganz anders auf die Situation. Weil sie die Wahrheit darüber, wer sich in ihrem Boot befand, nicht kannten, glaubten sie sich in tödlicher Gefahr. Aus ihrer begrenzten Perspektive *schiene* der Wind und die Wellen außer Kontrolle zu sein. Deshalb waren sie voller Angst, und ihre Panik veranlasste sie, ihren schlafenden Heiland zu wecken. Sie weckten Ihn auf, weil sie Angst hatten, aber diese Angst hatten sie, weil ihnen Gottes Perspektive fehlte!

Hätten diese Männer wirklich in ihrem Herzen gewusst, dass es der Sohn des lebendigen Gottes war, der sich bei ihnen im Boot befand, wäre es ihnen dann immer noch so vorgekommen, als wäre die Situation außer Kontrolle? Wären sie von derselben Angst und Panik erfüllt worden? Hätten sie immer noch den Drang verspürt, Jesus zu wecken? Die Antworten auf diese Fragen liegen eigentlich auf der Hand. Ihre Wahrnehmung des Sturms, ihre entsetzliche Angst und ihr zwanghaftes Verhalten zeigen, was sie in ihrem Herzen für wahr hielten. Dasselbe Prinzip lässt sich auch an der Reaktion Jesu ablesen.

Als Jesus geweckt wurde, reagierte Er nicht damit, Seinen Jüngern zu danken oder ihre rasche Entscheidungsfindung zu loben. Sie erwarteten vielleicht, dass Er sagen würde: „Wie gut, dass ihr mich geweckt habt. Das war echt knapp!“ Doch Er erkannte, dass ihr emotionaler Zustand und ihr dadurch motiviertes Verhalten ein Ausdruck ihrer mangelhaften und begrenzten Perspektive war. Darauf wies Er hin, indem Er fragte: „Wo ist euer Glaube?“ Im Grunde fragte Er damit: „Seid ihr immer noch nicht davon überzeugt, wer Ich bin?“ Denn wären sie von Seiner Identität überzeugt gewesen, hätten sie sich anders verhalten.

Jesus betrachtete die Reaktion der Jünger auf die Situation als *unnormal*, denn genau das war sie! Sie handelten so, als wäre die Situation außer Kontrolle geraten, obwohl das nicht stimmte (Matthäus 8,25). Sie sahen die Dinge nicht klar. Den Sturm interpretierten sie falsch, weil sie noch nicht wirklich erkannt hatten, wer mit ihnen im Boot saß. Ihnen fehlte es an der richtigen Perspektive. Von ihrem Standpunkt aus *schien* Jesus die Kontrolle über die Situation zu ergreifen, die in Wirklichkeit nie außerhalb Seiner Kontrolle lag!

Die Wahrnehmung, die emotionale Reaktion und das Verhalten der einzelnen Jünger beruhten auf dem, was sie für wahr hielten. Die emotionale Reaktion Jesu und Sein anschließendes Verhalten unterschieden sich drastisch von der Reaktion Seiner Freunde, weil Er die stürmischen Gegebenheiten ihrer Situation aus der richtigen Perspektive wahrnahm. Ihnen fehlte Gottes Perspektive, und sie litten unter den Konsequenzen. Jesus dagegen betrachtete die Situation aus der Sicht Seines Vaters und erlebte den Frieden und die Selbstbeherrschung, die damit einhergehen.

Das Wirken und die Vollmacht unseres himmlischen Vaters haben sich seit jenem stürmischen Tag nicht verringert. Doch wenn Sie etwas glauben, das dieser Tatsache widerspricht, wird es für Sie so *scheinen* oder sich so *anfühlen*, als wäre Ihre Situation außer Kontrolle, und Ihre Emotionen werden Sie antreiben, auf dieses wahrgenommene Problem zu reagieren. Sie spüren die emotionalen Folgen einer Lüge, die Sie glauben, und dieser Schmerz wird unweigerlich Ihr anschließendes Verhalten beeinflussen.

Vielleicht versuchen Sie dem Schmerz zu entkommen, indem Sie eine unangenehme Situation meiden, sich eine andere Arbeitsstelle suchen, den Partner wechseln oder sich in einen Roman vertiefen. Vielleicht versuchen Sie auch, sich vor zukünftigen „Tiefschlägen“ zu schützen, indem Sie sich schwören, so etwas nie wieder zuzulassen, Ihre äußere Erscheinung verändern oder wütend auf die Person werden, die Sie verletzt hat. Vielleicht versuchen Sie dem „Sturm“ zu entgehen, indem Sie sich mehr anstrengen, vergangene Sünden bereuen und sich fest entschließen, in Zukunft das „Richtige“ zu tun. Doch was immer Sie zu tun beschließen, wird durch den Schmerz motiviert sein, den Sie empfinden, weil Ihnen Gottes Perspektive fehlt.

Wäre Joshua vom Zaun zurückgesprungen, wenn er den Stromschlag nicht gespürt hätte? Hätten die Jünger Jesus im Schlaf gestört, wenn sie keine Angst gehabt hätten? Würden die Lügen, die wir glauben, dieselbe Auswirkung auf unser Verhalten haben, wenn sie keinen emotionalen Schmerz in uns auslösen würden? Wahrscheinlich nicht! Unsere Emotionen motivieren unser Verhalten. Wir gehen so weit zu sagen: Wenn Ihre *Herzensüberzeugungen* anfangen, merklichen emotionalen Schmerz auszulösen, dann werden Sie reagieren und irgendetwas tun.

Nun wird jemand einwenden: „Ich lasse mich nicht von meinen Gefühlen beherrschen. Ich ignoriere sie einfach. Ich lasse nicht zu, dass meine Gefühle meine Entscheidungen beeinflussen!“ Man kann allerdings nur etwas ignorieren, das gerade vorhanden ist. Die Tatsache, dass Sie jetzt entscheiden, Ihren emotionalen Schmerz zu ignorieren, ist eine unmittelbare Auswirkung des vorhandenen Schmerzes. Wäre er Ihnen nicht tatsächlich bewusst, brauchten Sie ihn nicht zu ignorieren. Ihr Versuch, Ihre Emotionen zu kontrollieren, ist die von Ihnen gewählte Art, „zurückzuspringen“. Statt „Jesus aufzuwecken“, haben Sie einfach beschlossen, das zu ignorieren, was Sie fühlen. Ihre Entscheidung, den Schmerz zu ignorieren, zeigt in Wirklichkeit klar, dass er Sie beherrscht.

Der kleine Joshua hätte entscheiden können, den Elektroschock zu ignorieren und nicht von dem stromführenden Draht zurückzuweichen. Genauso hätten die Jünger versuchen können, ihre Angst zu unterdrücken, und bewusst entscheiden können, Jesus schlafen zu lassen. Und Sie können entscheiden,

den Schmerz zu ignorieren, den Sie fühlen, und versuchen, Ihr Verhalten nicht davon beeinflussen zu lassen. Hoffentlich sehen Sie, wie unlogisch und selbstzerstörerisch diese Strategien sind. Die bessere Option ist, das Problem direkt anzugehen. Wie im letzten Kapitel erörtert, finden wir Freiheit durch Ehrlichkeit, nicht durch Verleugnung. Wir müssen uns eingestehen, was wir fühlen, und ehrlich zugeben, dass auch wir „Kleingläubige“ sind (Matthäus 8,26). Statt zu versuchen, unseren emotionalen Schmerz zu ignorieren, zu unterdrücken oder ihm zu entfliehen, müssen wir nach dem Grund suchen, warum er überhaupt vorhanden ist. Wenn wir in unserem Herzen wissen, dass Jesus bei uns im Boot ist, brauchen wir solche kurzsichtigen „Lösungen“ nicht, denn dann werden wir keine Angst haben!

Durch emotionalen Schmerz bedingte Verhaltensweisen zeigen, dass wir Gottes Perspektive brauchen

Wir sollten nicht versuchen, die Auswirkungen unserer Gefühle zu ignorieren, sondern müssen unsere Gefühle als das anerkennen, was sie sind, und lernen, verantwortlich damit umzugehen. Wenn wir unsicher, besorgt, ängstlich oder gestresst sind, werden wir uns gezwungen fühlen, etwas dagegen zu unternehmen. Doch statt diese Emotionen oder unsere zwanghafte Reaktion als das Problem zu betrachten, sollten wir sie als zusätzliche Komponenten des von Gott geschaffenen Warnsystems erkennen, das uns bewusst macht, wann wir Seine Perspektive brauchen.

Wenn Sie sich wütend fühlen und den Drang verspüren, jemandem die Meinung zu sagen, brauchen Sie die Perspektive des Herrn. Wenn Sie sich Sorgen machen und sich gedrängt fühlen, für jede Eventualität Vorsorge zu treffen, brauchen Sie die Perspektive des Herrn. Wenn Sie ängstlich sind und das Bedürfnis haben, Ihre Verteidigungsmechanismen aufrechtzuerhalten, brauchen Sie die Perspektive des Herrn.

Wenn Sie nur in der Lage wären, die Wahrheit in Ihrem Herzen zu glauben, würden Sie keine lügenbasierten Probleme wahrnehmen und keinen lügenbasierten Schmerz fühlen, und Sie würden auch nicht das Bedürfnis verspüren, mit bestimmten Verhaltensweisen zu reagieren. Die Tatsache, dass Sie solche Probleme wahrnehmen und emotionalen Schmerz spüren und sich zu einer Reaktion gedrängt fühlen, zeigt also, dass Sie Lügen glauben. Somit brauchen Sie Gottes Perspektive.

Der starke Drang, als Reaktion auf Ihre Gefühle etwas zu unternehmen, kann Konsequenzen haben, ist aber auch eine wertvolle Gelegenheit, Gottes Perspektive zu gewinnen. Wenn Sie diesen Aspekt Ihrer menschlichen Natur als Teil des göttlichen Warnsystems verstehen, das Sie aufmerksam macht, wenn Ihnen Gottes Perspektive fehlt, kann selbst dieser unerwünschte Drang oder Zwang für Sie zum Besten dienen (Römer 8,28).

Wir müssen von der bedrückenden, irrtümlichen Sicht frei werden, dass unser emotionaler Schmerz und unser ungutes Verhalten irgendwie Gottes Plan vereiteln. Was immer Sie auch denken, fühlen oder tun: Gott wird jeden Aspekt jeder Facette jedes Augenblicks in Ihrem Leben benutzen, um das Werk zu vollenden, das Er in Ihnen angefangen hat (Römer 8,28; Philipper 1,6). Die Gedanken, die Sie haben; der Schmerz, den Sie fühlen; die Entscheidungen, die Sie treffen; und die Situationen, in denen Sie sich wiederfinden, werden alle zu Ihrem Besten genutzt!

Das heißt nicht, dass sie *in sich* gut wären. Ganz im Gegenteil ist vieles von dem, was wir denken, fühlen

und tun, ziemlich schlecht, und die Menschen unserer Umgebung handeln oft aus unreinen oder noch schlimmeren Motiven! Doch das alles liegt in Gottes Händen (Hiob 12,10; Psalm 31,16). Selbst wenn wir mit orkanartigen Stürmen und hohen Wellen konfrontiert sind, behält Gott alles völlig unter Kontrolle (Hebräer 2,8; Psalm 8,7; Lukas 8,22-25). Wenn wir diese Tatsache erkennen und auf Seine Absichten vertrauen, werden wir an der Seite von Jesus Ruhe finden, und zwar bei jedem Wetter (Hebräer 4,10).



Auch TPM-Mentoren brauchen Gottes Perspektive

Oft nehmen Menschen an einer TPM-Schulung teil, weil sie diesen Gebetsdienst nutzen möchten, um anderen zu helfen. Auch wenn das ein gutes Anliegen ist, ist ihr Bemühen, anderen auf ihrem Weg zu helfen, nicht annähernd so wichtig wie ihre Bereitschaft, Gottes läuterndes Wirken in ihrem eigenen Leben zuzulassen. Unser Wunsch, anderen zu „helfen“, ist manchmal durch unseren eigenen emotionalen Schmerz getrübt. Jeder Mentor und jede Mentorin muss sich bewusst bemühen, ein Vorbild für das zu sein, was andere mit ihrer Hilfe lernen sollen. Oft erkennen wir leicht, wo andere getriggert werden, doch unsere eigenen Gelegenheiten zur Glaubensläuterung übersehen wir manchmal.

Das kann besonders problematisch sein, wenn wir andere in einer TPM-Gebetssitzung als Mentor oder Mentorin begleiten möchten. Wann immer während einer TPM-Gebetssitzung der unreine Glaube eines Mentors aufgedeckt wird, wird der damit verbundene emotionale Schmerz ihn oder sie wahrscheinlich veranlassen, etwas zu tun, was nicht geschehen sollte. So fühlt ein getriggelter Mentor sich vielleicht gedrängt, zu lenken, zu leiten, etwas geschehen zu lassen, in irgendeiner Weise „geistlich zu kämpfen“, persönliche Ansichten zu äußern oder „geistliche“ Einsichten auszusprechen. Solche Verhaltensweisen verletzen das TPM-Protokoll und werden von dem, was in der Gebetssitzung geschehen sollte, ablenken oder es verhindern. Darüber hinaus beruhen sie wahrscheinlich auf emotionalem Schmerz und Selbsttäuschung.

Das bedeutet nicht, dass wir anderen erst dann dienen können, wenn wir Gottes Perspektive voll und ganz erfasst haben und nicht mehr „getriggert“ werden. Denn wer darauf wartet, wird nie dienen können. Wenn Mentoren jedoch in einer TPM-Gebetssitzung getriggert werden, sollten sie sobald wie möglich das angehen, was aufgedeckt wurde (bevor sie versuchen, eine andere Person in einer anderen Gebetssitzung als Mentor zu begleiten). Wenn sie das unterlassen, wird Gott unweigerlich eine andere TPM-Gebetssitzung benutzen, um erneut aufzudecken, was Er ansprechen möchte.

Betrachten Sie zur Veranschaulichung die folgende alltägliche Situation von Flugpassagieren. Vor dem Start gibt ein Flugbegleiter unter anderem folgende Anweisung: „Setzen Sie bei einem plötzlichen Druckabfall zuerst Ihre eigene Sauerstoffmaske auf, bevor Sie versuchen, anderen zu helfen.“ Es gibt einen Grund für diese Anweisung. Denn wenn Sie durch Sauerstoffmangel das Bewusstsein verlieren, werden andere Passagiere, die eigentlich Ihre Hilfe brauchen, wahrscheinlich auch ohnmächtig werden oder sterben. Derselbe Zusammenhang gilt auch für Mentoren in einer TPM-Gebetssitzung.

Ausnahmslos alle Mentoren werden Sitzungen erleben, in denen sie durch das Geschehen getriggert werden. Die ausgelöste Sorge, Anspannung, Angst, Panik oder Frustration wird beeinflussen, was der Mentor oder die Mentorin als Nächstes tut. In solchen Momenten müssen Mentoren erkennen, dass sie selbst „Sauerstoff“ (Wahrheit) brauchen und sich um ihre eigene „Sauerstoffmaske“ kümmern müssen, bevor sie andere unterstützen.

Wenn wir getriggert werden und dann eine unangemessene Reaktion wählen oder einfach beschließen, nicht auf das einzugehen, was in uns aufgedeckt wurde, bringen wir uns selbst um die

Läuterung unseres Glaubens und die Erneuerung unseres Denkens, die Gott sich für uns wünscht. Wir versäumen eine Gelegenheit, in unseren Herzen von der Wahrheit überzeugt zu werden. Ungewollt entziehen wir uns selbst den „Sauerstoff“, während wir versuchen, anderen atmen zu helfen. Das ist unnötig und kontraproduktiv. Stattdessen sollten wir anerkennen, dass der Triggermoment zu dem Warnsystem gehört, das Gott in uns angelegt hat, damit wir merken, wann wir Seine Perspektive brauchen. Wenn wir darauf eingehen, nutzen wir die Gelegenheit, Wahrheit zu empfangen, und geben ein Beispiel, dem andere in unserem Umfeld folgen können.



Wenn wir mit Problemen konfrontiert sind, suchen wir nach Lösungen

Wenn Sie merken, dass Ihre Fahrradreifen zu wenig Luft haben, werden Sie sie vermutlich aufpumpen. Wenn Sie Ihr Getränk verschüttet haben, werden Sie das Missgeschick wahrscheinlich mit einem Tuch beseitigen. Wenn Sie sich beim Gemüseschneiden den Finger verletzt haben, werden Sie die Wunde mit einem Verband schützen. Wenn wir mit einem *Problem* konfrontiert sind, werden wir nach einer *Lösung* suchen. Das ist ganz natürlich und entspricht genau dem, was Gott für uns beabsichtigt. Allerdings schauen wir bei der Suche nach einer Lösung oft in die falsche Richtung.

Wenn wir vor Schwierigkeiten stehen, suchen wir nach einem Weg, sie zu beseitigen. Wenn wir Schmerz spüren, bemühen wir uns, ihn loszuwerden. Wenn wir ungerecht behandelt werden, versuchen wir, unser Recht selbst in die Hand zu nehmen. Wenn wir zum Opfer wurden, errichten wir starke Schutzmechanismen, um uns vor weiteren Übergriffen zu schützen. Wenn emotionaler Schmerz spürbar wird, versuchen wir ihn dadurch zu lindern, dass wir uns etwas zu essen suchen. Wenn wir uns machtlos oder verletztlich fühlen, suchen wir nach einer „sicheren“ Umgebung, in der wir kaum getriggert werden können. Zu dieser Art von „Lösungsverhalten“ greifen wir, um die Probleme zu „lösen“, mit denen wir konfrontiert zu sein glauben.

Wie schon erörtert, beruhen einige der Probleme, die wir wahrnehmen, auf der Wahrheit und sind völlig legitim; das gilt so sehr, dass sie Gottes besondere Aufmerksamkeit bekommen. Wenn zum Beispiel Ihr Traumhaus niederbrennt oder Sie durch einen tragischen Unfall gelähmt werden oder ein geliebter Mensch sich das Leben nimmt, sind das sehr reale Probleme mit sehr realen Konsequenzen. Doch wenn wir die „größere“ Wahrheit in Gottes Plan und Wirken nicht erkennen, neigen wir zu unangemessenen Reaktionen.

Wir verhalten uns wie Petrus in der Nacht, als Jesus gefangen genommen wurde (Matthäus 26,47-56; Markus 14,43-49; Lukas 22,47-53; Johannes 18,1-11). Als er den bewaffneten Mob kommen sah und merkte, was diese Männer vorhatten, interpretierte er die Situation als bedrohlich und suchte nach einem Weg, dieses Problem zu lösen. Er zog sein Schwert und versuchte die Männer abzuwehren, die Jesus ergreifen wollten. Es gelang ihm, einem von ihnen ein Ohr abzuschlagen, doch leider waren seine Bemühungen fehlgeleitet, nicht hilfreich und völlig unnötig.

Jesus reagierte, indem Er zuerst aufdeckte, wie sinnlos Petrus' Versuche waren. Er sagte: „Stecke dein

Schwert wieder an seinen Ort! Denn alle, die das Schwert nehmen, werden durchs Schwert umkommen. Oder meinst du, dass ich nicht meinen Vater bitten könne und er mir jetzt mehr als zwölf Legionen Engel stellen werde?“ (Matthäus 26,52-53). Dann vermittelte Er durch einige rhetorische Fragen die richtige Perspektive: „Den Kelch, den mir der Vater gegeben hat, soll ich den nicht trinken?“ (Johannes 18,11) und: „Wie würden dann aber die Schriften erfüllt, dass es so geschehen muss?“ (Matthäus 26,54). Und zum Schluss stellte Er klar: „Aber dies alles ist geschehen, damit die Schriften der Propheten erfüllt wurden“ (Matthäus 26,56).

Petrus griff zu seinem Schwert, weil seine Perspektive unzulänglich war. Er konnte weder den ewigen Kontext seiner aktuellen Situation noch Gottes Lösung für das Problem sehen und sorgte deshalb selbst für eine Lösung. Hätte er diese herausfordernde Situation aus der Perspektive Jesu wahrnehmen können, hätte er ganz anders gehandelt.

Wie Petrus ziehen auch wir unser „Schwert“, wenn uns eine Situation bedrohlich erscheint. Unsere Lösungen mögen zwar das zeitlich begrenzte Problem angehen, aber sie decken auch auf, dass wir das große Ganze nicht erkennen. Wir sehen nicht, wo Gott ist, was Er gerade tut oder welche Absicht Er im Sinn hat. Deshalb bleiben wir zum Beispiel bei unserer Wut über Ungerechtigkeiten und versuchen auf diese Weise, eine Bestrafung oder Zurechtweisung zu bewirken. Oder wir halten an unserer Trauer fest, um unsere Liebe zu den Menschen zu beweisen, die wir verloren haben. Oder wir benutzen bedauerliche und enttäuschende Erfahrungen aus der Vergangenheit als Motivation, um unsere Sache in Zukunft besser zu machen. Dabei möchte Gott vielmehr, dass wir den größeren Zusammenhang erkennen, damit wir Ihm vertrauen und unser „Schwert“ ablegen (Matthäus 26,52).

Noch schlimmer ist, dass die Probleme, die wir zu „lösen“ versuchen, in vielen Fällen gar nicht real sind. Sie sind Ergebnisse unserer lügenbasierten Herzensüberzeugungen. Wir reden uns selbst ein, wir wären wertlos, zerbrochen oder nicht liebenswert und es wäre an uns, diese Probleme zu lösen. So wie Petrus die Situation falsch deutete, so betrachten wir unsere Situation irrtümlich als hoffnungslos, bedrohlich oder unkontrollierbar. Diese Sicht ist zwar fehlerhaft, aber sie *fühlt* sich wahr an oder *scheint* wahr zu sein. Und wir werden uns bei diesen lügenbasierten Problemen genauso stark gedrängt fühlen, sie zu „lösen“, wie bei unseren wahrheitsbasierten Problemen.

Wir versuchen, an Bedeutung und Wert zu gewinnen, indem wir uns einen gut bezahlten Job sichern. Wir suchen Liebe und sinnvolle Beziehungen bei Menschen, die sie uns nicht geben können. Strikte Disziplin, Terminkalender und Checklisten sollen uns helfen, die Kontrolle über unser Leben zu bekommen. Wir stürzen uns in Hobbys, Sport, politische Parteien und sogar Gottesdienste, um Sinn und Identität zu finden. Doch jeder dieser Ansätze ist eine ungeeignete Lösung für ein nicht vorhandenes Problem. Wenn die Probleme, die wir zu lösen versuchen, auf Lügen beruhen, beruht auch jeder Lösungsansatz, den wir wählen, auf Lügen.

Unsere Lösungen schaffen weitere Probleme

Die Situation wird noch dadurch verschärft, dass unsere eigenen Lösungen die Dinge komplizierter machen, verschlimmern oder ganz neue Probleme aufwerfen! Unser zorniges Verlangen nach Rache und Gerechtigkeit nagt an uns und hat wenig oder gar keine Auswirkungen auf den Übeltäter. Unsere Versuche, schmerzhaftes Emotionen zu verdrängen, hindern uns daran, die positiven Gefühle zu genießen. Unser verzweifeltes Streben nach Erfüllung und Akzeptanz führt uns auf düstere Abwege der Sucht und des

Bedauerns. Unser eifriges Bemühen, Christus nachzuahmen und Seinem Vorbild mehr zu entsprechen, lässt uns selbstgerecht und verurteilend werden. Wir geben unser Bestes, um unsere Probleme selbst zu lösen, aber das führt unweigerlich dazu, dass wir hoffnungslos werden oder – schlimmer noch – auf unsere eigenen Anstrengungen vertrauen.

Petrus griff nach seinem Schwert, weil er dachte, dass es helfen würde, aber es machte alles noch komplizierter. Jesus musste unterbrechen, was Er gerade tat, und das abgetrennte Ohr wieder heilen. Jesus folgte dem Plan Seines Vaters, indem Er sich falschen Anschuldigungen, Misshandlungen und schließlich der Kreuzigung unterwarf.

Trotz der falschen Beurteilung der Situation durch Petrus ging alles nach Gottes Plan weiter. Jesus brauchte Petrus' Hilfe nicht. Gott hatte einen vollkommenen Plan, den Er genau zur richtigen Zeit ausführte. Gelegentlich hält Er jedoch inne, um die „abgetrennten Ohren“ zu heilen, die durch unsere „Hilfe“ abgeschlagen wurden.

Stellen Sie sich vor, wie anders dieser Abend verlaufen wäre, wenn Petrus seine Angst einfach zugegeben und Jesus um Perspektive und Orientierung gebeten hätte. Jesus hätte Petrus Zuversicht gegeben und vielleicht gesagt: „Petrus, hier geht es nicht um dich. Es wird alles gut. Du brauchst nichts für mich zu tun. Vertraue mir einfach und geh nach Hause. In einigen Tagen sehen wir uns wieder!“

Petrus tat, was er für das „Beste“ hielt. Da ihm die größere Perspektive über die Absicht, Macht und Position des Herrn fehlte, handelte er unangemessen. Seine Absichten mögen nobel gewesen sein, aber sie beruhten auf einer fehlerhaften und begrenzten Perspektive. Das soll natürlich kein Vorwurf gegen Petrus sein, denn wenn ich dabei gewesen wäre, hätte ich den überstürzten Rückzug aus dem Garten angeführt! Was wir sagen wollen, ist, dass Petrus' Lösung mehr Schaden als Gutes verursachte (sowohl buchstäblich wie auch im übertragenen Sinn).

Unser Umgang mit „Lösungen“ lässt sich mit dem Verhalten meiner Enkelin vergleichen, als sie entdeckte, dass ihre Hände voll Traubengelee waren. Sobald sie das Zeug auf ihren Fingern bemerkte, suchte sie nach einer Lösung für das klebrige Problem. Sie probierte alles aus, was Abhilfe versprach: Sie wischte sich die Hände an ihrem T-Shirt ab, schleuderte den Gelee auf den Boden, versuchte ihn abzulecken (wobei sie ihn zusätzlich auf ihrem Gesicht verteilte) und schließlich – was am schlimmsten war – wischte sie ihre Hände an Opas Hose ab. Doch je mehr sie sich zu säubern versuchte, desto klebriger wurde das Ganze für sie (und für mich).

Auch unsere Versuche, unsere Probleme selbst zu lösen, enden normalerweise damit, dass wir eine schwierige Situation noch schlimmer machen. Und oft behalten wir unsere selbst gewählten Lösungen selbst dann noch bei, wenn wir ihre unausweichlichen Konsequenzen schon erlebt haben.

Wir bleiben an einer TV-Show hängen, obwohl wir wissen, dass ein Berg Arbeit auf uns wartet; wir kramen in unseren Taschen nach ein bisschen Kleingeld, damit wir noch ein Lotterielos kaufen können, obwohl die letzten 32 Rubbellose Nieten waren; wir verteilen bissige Bemerkungen, obwohl wir wissen, dass sie die angespannte Situation noch verschärfen; wir suchen online nach gewissen Inhalten, obwohl wir die zerstörerischen Auswirkungen kennen, die sie auf unser seelisches Befinden und auf unsere Beziehungen haben; wir lügen in Bezug auf unser Verhalten, obwohl uns bewusst ist, dass Unehrlichkeit uns nur in die Klemme bringt; und wir schlucken unsere Gefühle herunter und setzen ein gespieltes Lächeln auf, als wäre alles in Ordnung, obwohl wir wissen, dass ein solches Verhalten nie zu einer wirklichen Klärung oder Freiheit

führt.

Auf einer gewissen Ebene nehmen wir die Folgen unserer Entscheidungen wahr und lehnen unser eigenes Verhalten ab. Und zwar so sehr, dass wir oft andere davor warnen, dasselbe zu tun, weil wir aus eigener Erfahrung wissen, welchen Preis man dafür zahlen muss. Aber wir befolgen unseren eigenen Rat nicht. Wir rauchen Zigaretten, um unsere Nerven zu beruhigen, obwohl wir die gesundheitlichen Risiken kennen. Wir essen mehr, als wir tatsächlich brauchen, weil es uns von unseren Gefühlen ablenkt; aber jeder Blick in den Spiegel erinnert uns an die Konsequenzen. Wir verbringen zahllose Stunden im Fitness-Studio auf der Suche nach einem Gefühl der Leistungsstärke und der Kontrolle und vernachlässigen darüber unsere Familie und unsere häuslichen Pflichten. Wir verspüren den Drang, etwas zu kaufen, das uns Befriedigung verspricht, obwohl unser Bankkonto leer und unsere Kreditkarte fast ausgeschöpft ist. Fieberhaft arbeiten wir in einem Tempo, das nicht durchzuhalten ist, nur damit wir uns nicht nutzlos oder abgehängt fühlen.

Wir *möchten* nicht so handeln, aber wir tun es trotzdem. Wir würden unser Verhalten gern ändern, aber wir fühlen uns getrieben, weiter so zu handeln. Oft *fühlt* es sich so an oder *scheint* es so zu sein, als wären wir mit uns selbst im Krieg und würden in zwei Richtungen gezogen. Etwas Ähnliches schilderte der Apostel Paulus, als er schrieb: „Ich begreife mich selbst nicht, denn ich möchte von ganzem Herzen tun, was gut ist, und tue es doch nicht. Stattdessen tue ich das, was ich eigentlich hasse.“ (Römer 7,15; NLB). Wie Paulus fühlen wir uns oft unfähig, das zu tun, was wir ehrlich möchten. Warum also tun wir fortwährend Dinge, die wir eigentlich nicht tun wollen? Die Antwort ist einfacher, als Sie vielleicht meinen!



Wir greifen zu einem Lösungsverhalten, weil wir Lügen darüber glauben

Die Tatsache, dass wir zu einem Lösungsverhalten neigen, zeigt, dass wir die Probleme, mit denen wir konfrontiert sind, für lösbar und unsere Bemühungen für hilfreich halten. Würden wir wirklich glauben, dass unsere Probleme unlösbar sind, würden wir nicht nach einer Lösung suchen. Und würden wir davon ausgehen, dass wir nichts Hilfreiches tun können, würden wir nicht versuchen, unsere Probleme selbst zu lösen. Aber weil wir *tatsächlich* glauben, dass unsere Probleme sich lösen lassen und wir in der Lage sind, sie selbst zu lösen, greifen wir zu einem Lösungsverhalten. Was wir glauben, zeigt sich an dem, was wir tun.

Wir bezahlen unsere Stromrechnungen, weil wir *glauben*, dadurch sicherstellen zu können, dass uns das Licht im Haus nicht ausgeht. Und wir schließen nachts unsere Türen ab, weil wir *glauben*, dadurch in Sicherheit zu sein. Viele von uns wurden veranlasst zu *glauben*, dass unser Zorn dafür sorgt, dass Menschen, die uns Unrecht getan haben, zur Rechenschaft gezogen werden. Und wir entscheiden uns, nicht an bestimmte Ereignisse unserer Vergangenheit zu denken, weil wir *glauben*, uns auf diese Weise davor schützen zu können, von Erinnerungen überwältigt zu werden. Wir bezahlen unsere Rechnungen und

schließen unsere Türen ab, weil wir *glauben*, dass diese Maßnahmen uns helfen; und wir halten an unserem Zorn fest und blockieren bestimmte Erinnerungen, weil wir auch hier *glauben*, dass unsere „Lösungen“ funktionieren werden. Wichtig zu beachten ist hier, dass wir *glauben*, dass unsere Lösungen hilfreich sein werden. Natürlich bedeutet das nicht, dass sie tatsächlich helfen, sondern nur, dass wir veranlasst wurden, dies zu *glauben*.

Die Lügen, die wir glauben, haben weitgehend dieselben Konsequenzen, die sie hätten, wenn sie wahr wären. Auch Lösungsverhaltensweisen sind ein perfektes Beispiel für diesen Zusammenhang! Denken Sie zum Beispiel an die abergläubischen Verhaltensweisen von Sportfans vor einem wichtigen Spiel. Sie tragen bei jedem Spiel ihrer Mannschaft ein besonderes Trikot. Sie haben das Bedürfnis, bestimmte Dinge zu essen oder an einem bestimmten Platz zu sitzen, während sie ihre Mannschaft vom Sofa aus anfeuern. Warum tun sie das? Haben diese Verhaltensweisen irgendeine Auswirkung auf das Ergebnis des Spiels? Natürlich nicht! Doch weil diese begeisterten Fans *glauben*, dass sie erforderlich sind, fühlen sie sich dazu gedrängt.

Wie diese abergläubischen Fans versuchen wir, unsere wahrgenommenen Probleme durch Verhaltensweisen zu lösen, die uns hilfreich, produktiv oder effektiv erscheinen. Wir vermeiden Gespräche über bestimmte Themen, weil wir glauben, dadurch unsere Beziehungen zu schützen. Wir errichten gesellschaftliche Barrieren, weil wir glauben, dass es unserer Sicherheit dient. Wir unterdrücken unsere Gefühle, weil wir glauben, dass sie uns sonst überwältigen würden. Wir wiederholen ständig bestimmte Lieder und Gebete, weil wir glauben, dass dies unsere geistliche Realität beeinflusst. Wir bestrafen uns selbst, weil wir glauben, unser Verhalten dadurch bessern zu können. Selbst Menschen, die einen Selbstmord versuchen, tun dies in der Annahme, dass es ihr Problem „lösen“ wird.

Wir tun, was wir tun, weil wir glauben, dass es helfen wird. Keiner von uns würde eine „Lösung“ umsetzen, von der wir ohne jeden Zweifel wüssten, dass sie nicht funktionieren wird. Schon die bloße Tatsache, dass wir ein bestimmtes Verhalten an den Tag legen, zeigt, dass wir glauben, es könnte (in irgendeiner Weise) doch funktionieren.

Wir nehmen „Probleme“ wahr, weil unsere Perspektive begrenzt und fehlerhaft ist, und wir praktizieren „Lösungen“, weil wir verleitet wurden zu glauben, dass sie helfen werden. Diese trügerische Strategie hat der Feind von Anfang an benutzt. Wie wir später erörtern werden, gehört es sogar zu seinen primären Taktiken, uns kurzsichtige *Lösungen* für unsere wahrgenommenen Probleme anzubieten.

Die Schlange verleitete Eva zu *glauben*, dass sie ein Problem hatte, das sich nur durch andere Möglichkeiten lösen ließ, als Gott sie ihr zur Verfügung gestellt hatte. Listig brachte sie Eva dazu, an Gottes Ehrlichkeit und Autorität zu zweifeln (1 Mose 3,4-5), sodass es den Anschein hatte, als müsste sie sich auf ihren eigenen Verstand verlassen, um herauszufinden, was sie tun sollte (Sprüche 3,5-7). Satan verleitete Eva, das erste Lösungsverhalten der Menschheit zu entwickeln. Seine trügerischen Machenschaften waren damals wirksam und sind es bis heute! Wir können viel über unser heutiges Verhalten lernen, wenn wir uns anschauen, wie wir Menschen im Garten Eden unseren ersten Versuch unternahmen, allein klarzukommen.



Die Notwendigkeit der „Buße“ bei unseren sündigen Verhaltensweisen

Wenn wir gesündigt haben, folgt darauf hoffentlich Buße, aber damit ist etwas anderes gemeint, als viele glauben. Paulus schrieb in seinem Brief an die Gemeinde in Korinth über eine von Gott gewirkte Traurigkeit, die zu einer „nie zu bereuenden Buße“ führt. Wenn wir hier die unzutreffende Definition „Umkehr von Sünde“ einsetzen, wird die Aussage missverständlich. Er schrieb:

„Jetzt freue ich mich, nicht dass ihr betrübt worden, sondern dass ihr zur Buße betrübt worden seid; denn ihr seid nach Gottes Sinn betrübt worden, damit ihr in keiner Weise von uns Schaden erlittet. Denn die Betrübnis nach Gottes Sinn bewirkt eine nie zu bereuende Buße zum Heil; die Betrübnis der Welt aber bewirkt den Tod“ (2 Korinther 7,9-10; Unsere Hervorhebung).

Das Wort, das in diesem Vers mit „Buße“ übersetzt wird, ist das griechische Wort *metanoia*. Vergessen Sie für einen Moment den Begriff „Umkehr von Sünde“ und ersetzen Sie ihn durch „eine von Gott geschenkte Änderung des Denkens“. Wenn Sie den Abschnitt dann mit dieser Bedeutung noch einmal lesen, werden Sie sehen, dass der Sinn klarer und umfassender zum Ausdruck kommt.

Es klingt seltsam, wenn Paulus schreibt: „die Betrübnis nach Gottes Sinn bewirkt eine nie zu bereuende Buße“. Hier ist das richtige Verständnis des Wortes *metanoia* (Buße – Änderung des Denkens) wichtig. Denn warum sollten wir eine „Umkehr von Sünde“ (missverstandene Bedeutung von *metanoia*) je bereuen? Paulus erklärte hier, dass die „Betrübnis“ nach Gott Absicht dazu dienen soll, uns zur Wahrheit zu führen. Die „Buße“ der Korinther (Änderung ihres Denkens) würde sie nicht enttäuschen oder ihnen Anlass geben, die Änderung zu bereuen.

Metanoia bedeutet also nicht, von irgendetwas „umzukehren“, sondern bezeichnet eine Änderung der Perspektive oder des Denkens. Wenn unser Denken sich ändert, werden wir von unserer Sünde umkehren, ohne je zurückzublicken oder es zu bereuen! Wenn wir von der Wahrheit über unsere Sünde überzeugt sind, wird die Umkehr ein natürlicher und müheloser Schritt. Wir bereuen es nicht, weil eine Rückkehr zur Sünde im Licht der Wahrheit keinen Sinn ergibt. Jede Sünde, die wir je begehen, wird im Kontext einer Täuschung veranlasst und begangen.

Ich kenne aber Menschen, die „von ihrer Sünde umgekehrt sind zu Gott“ und dies später bereut haben. Wie konnte das sein? Es war nie zu einer Änderung des Denkens (*metanoia*) gekommen. Der Grund, weshalb sie es später bereuten, ist, dass es nie zu einer wahren „Buße“ kam. Mit der Entscheidung, nicht zu sündigen, und dem Bemühen, Jesus nachzufolgen, kommt man nicht weit. Irgendwann bedauert man die Entscheidung wie die Israeliten, die sich wünschten, in ihre ägyptische Gefangenschaft zurückzukehren (2 Mose 16,3). Ohne eine Änderung des Denkens werden irgendwann Bedauern und Enttäuschung im Leben eines Menschen Einzug halten. In seiner Umkehr von der Sünde vollzieht er dann vielleicht eine volle 360 Grad-Drehung und stellt fest, dass er wieder an den Punkt zurückgekehrt ist, an dem er angefangen hat.

Zur weiteren Veranschaulichung dieses Konzepts sei folgendes Beispiel angeführt. Die meisten meiner Enkelkinder spielen gern mit Fröschen. Sie drehen jeden Stein um und schauen unter jeden Busch, bis sie genug kleine, schleimige Kreaturen für jedes Mitglied des Suchtrupps gefunden haben. Die Kinder behandeln die Amphibien gut, während sie (wie sie glauben) perfekte Behausungen und Biotope für ihre neuen Freunde bauen. Diese Aktivität im Freien nimmt viele Stunden ihrer Freizeit in Anspruch, zur Freude der Kinder wie auch ihrer Eltern!

Zum Glück müssen wir uns in unserer Gegend keine Sorgen über gefährliche Froscharten machen. Würden wir im Amazonasgebiet leben, sähe die Sache ganz anders aus! Nehmen wir zum Beispiel den Goldenen Giftfrosch. Diese winzigen Geschöpfe sind zwar klein im Vergleich zu unseren heimischen Fröschen, aber mit ihrer leuchtenden Färbung sind sie hübsch anzuschauen. Meine Enkel würden sie sofort aufheben und mit ihnen spielen, doch das könnte tödlich ausgehen! Das Gift in der Haut dieser

Frösche reicht aus, um mehrere Menschen zu töten. Schon eine einfache Berührung kann tödlich sein! Auch wenn meine Enkel zuerst liebend gern mit dieser faszinierenden Kreatur spielen würden, wäre ihre Begeisterung sofort verflogen, sobald sie von dem tödlichen Gift erfahren hätten. Diese Änderung ihres Denkens (metanoia – „Buße“) würde augenblicklich ihren Wunsch ändern, sich auf diese „Sünde“ einzulassen, die zum Tod führt!

Genauso werden auch wir uns wahrscheinlich zu unserem Lösungsverhalten hingezogen fühlen, bis wir von den damit verbundenen Gefahren, Risiken und Konsequenzen (oder zumindest ihrer Ineffizienz) überzeugt sind. Diese Verhaltensweisen können wirklich wünschenswert erscheinen, aber in dieser Versuchung sind wir nur, weil uns die Nachteile und Gefahren nicht bewusst sind oder weil wir verleitet wurden zu glauben, dass sich das Risiko lohnt. Wenn wir Gottes Perspektive über unsere kurzsichtigen „Lösungen“ haben, verlieren sie ihre Anziehungskraft!

Auch wenn es uns nicht bewusst ist, überlegen wir immer, bevor wir handeln

Behalten Sie in Erinnerung, dass wir nach dem handeln, was wir für wahr halten. Das bedeutet, dass auch unser unangemessenes Verhalten eine Folge unserer Überzeugungen ist. Auch wenn es nicht danach aussieht, sind unsere Entscheidungen und Verhaltensweisen kalkuliert, abgewogen und durchdacht. Selbst die schlimmste Entscheidung, die je ein Mensch traf, wurde zuvor in Erwägung gezogen.

Eva kam zu dem Schluss, dass die Frucht vom Baum der Erkenntnis des Guten und Bösen (die nicht gegessen werden sollte; siehe 1 Mose 2,9.17) „gut zur Nahrung ... eine Lust für die Augen ... [und] begehrenswert war, Einsicht zu geben“ (1 Mose 3,6). Aufgrund dieser Überzeugungen aß sie. Ihr Handeln war das Ergebnis ihrer Entscheidung, und ihre Entscheidung war das Ergebnis ihrer Überzeugungen. Ihr Problem war nicht, dass sie nicht zuerst darüber nachgedacht hätte. Ihr Problem war, dass ihre sehr begrenzten und schrecklichen Fehlschlüsse ihre Sicht trübten!

Eva hätte ganz anders auf das Problem reagieren können, das Satan ihr vor Augen malte. Zuerst hätte sie Gott fragen können. Sie hätte offen und ehrlich mit Ihm über ihre Begegnung mit der Schlange reden können. Wer weiß, vielleicht hätte Gott ihr dann den Weg gezeigt (Sprüche 3,6)! Sie hätte das Ganze aber auch einfach mit ihrem Mann besprechen können. Sie hätte Satan widerstehen und ihn wegschicken können (Jakobus 4,7). Oder sie hätte versuchen können, die Schlange zuerst selbst von der Frucht probieren zu lassen. Warum wählte sie aus allen verfügbaren Optionen diese eine aus und handelte so? Ihre Entscheidung, von der Frucht des Baumes zu essen, zeigt, dass sie diese Vorgehensweise in irgendeiner Hinsicht für die beste Option hielt.

Auch wir essen „verbotene Früchte“, wenn wir glauben, legitime Gründe dafür zu haben. Auf irgendeiner Ebene wissen wir vielleicht, dass unser Verhalten unlogisch, nicht hilfreich, verfehlt oder sogar zerstörerisch ist, aber es wird sich dennoch so *anfühlen* oder so *scheinen*, als sollten wir es tun. Wir fühlen uns gedrängt, nach dem zu handeln, was wir glauben. Wenn unsere Überzeugungen also „das Ziel verfehlen“ und Gottes Maßstäben widersprechen, gilt das auch für unser Verhalten (Römer 14,23). Wir handeln nach dem, was wir glauben, ganz gleich in welche Richtung diese Überzeugungen uns führen. Wir haben immer Gründe für das, was wir tun.

Ein Verhalten ist eine „Lösung“, wenn es dazu dient,

ein wahrgenommenes Problem zu lösen

Eva aß von der Frucht, weil sie dachte, dass sie damit etwas erreichen würde. Sie glaubte, es würde ein Problem lösen. Das Essen von der verbotenen Frucht war also Evas „Lösungsverhalten“. Das Motiv hinter ihrem Verhalten, nicht das Verhalten selbst, ist der entscheidende Unterschied. Selbst wenn ein Lösungsverhalten äußerlich harmlos oder unbedeutend erscheint, können die zugrundeliegenden Überzeugungen und Beweggründe verwerflich sein.

Oberflächlich betrachtet schien Evas ungehorsame Tat harmlos zu sein (sie nahm doch schließlich nur einen kleinen Bissen, oder?), aber die zugrundeliegende lügenbasierte Überzeugung veranlasste sie, ihre wahrgenommenen Probleme selbst lösen zu wollen, und zog Verurteilung und Tod nach sich. Viele unserer eigenen Verhaltensweisen geschehen aus ähnlichen Gründen. Wenn jemand zum Beispiel Medikamente dazu missbraucht, Angst und Depression zu entfliehen, handelt es sich ganz offensichtlich um ein Lösungsverhalten. Aber was ist mit einem Mann, der für wohltätige Zwecke spendet, um Anerkennung zu bekommen? Oder mit der Frau, die im Lobpreisteam ihrer Gemeinde mitmacht, um sich wichtig und zugehörig zu fühlen? Oder mit dem Ehepaar, das über bestimmte Themen nicht redet, weil das Gespräch darüber immer im Streit endet? Ist es etwa falsch, für wohltätige Zwecke zu spenden oder ehrenamtlich in der Gemeinde mitzuarbeiten? Nein. Und sollen wir nicht behutsam mit unseren Worten umgehen? Natürlich!

Doch kehren wir noch einmal kurz zu Eva zurück. Sie aß ein Stück von der Frucht. Ja, und? Das haben wir doch alle schon getan. In Wirklichkeit war Evas Verhalten aber nicht das Hauptproblem. Das eigentliche Vergehen lag in den Überlegungen hinter ihrem Verhalten. Es ging um das, was ihre Entscheidung bedeutete. Ihr Verhalten zeigte, dass sie ihrer eigenen Wahrnehmung und Überlegung vertraute, statt sich auf das zu verlassen, was Gott gesagt hatte. Auch wenn es zunächst harmlos aussah, war der unerlaubte Happen eine trotzigte Auflehnung gegen Gottes Autorität. Wie schon gesagt: Es *fühlte* sich vielleicht nicht nach einer großen Sache *an* oder *schien* keine große Sache zu sein, aber die Wahrheit war immer noch die Wahrheit, ganz gleich was Eva glaubte. Genauso ist es bei uns: Wenn wir versuchen, Probleme zu lösen, die auf unserer begrenzten und fehlerhaften Sicht beruhen, kopieren wir Evas bedauerliches Verhalten, auch wenn wir das eigentlich nicht wollen.

Wenn wir versuchen, unsere Bedürfnisse selbst zu stillen und unsere Probleme selbst zu lösen, versuchen wir fälschlicherweise, Gottes Rolle in unserem Leben zu übernehmen. Wir versuchen, für unsere Sicherheit zu sorgen, obwohl Gott unser Beschützer ist (Psalm 5,13; 18,3; 32,7; 121,1-8; 2 Thessalonicher 3,3). Wir versuchen, uns mit allem Nötigen zu versorgen, obwohl Er versprochen hat, das zu tun (Philipper 4,19; Psalm 54,4; Matthäus 6,31-33). Wir versuchen, uns selbst reinzuwaschen und aus eigener Kraft ein gerechtes Leben zu führen, obwohl Er die einzige Quelle der Gerechtigkeit ist (Römer 3,22; Jeremia 23,6; 1 Mose 22,14). Wir streben nach Gerechtigkeit in unserem eigenen Leben, obwohl Er derjenige ist, der Gerechtigkeit herbeiführen wird (Prediger 3,17; Hebräer 10,30; Psalm 37,8-9; 50,6). Wir versuchen, die Last unserer Trauer und Traurigkeit zu tragen, obwohl Er sie auf sich genommen und versprochen hat, unsere Lasten zu tragen (Jesaja 53,4; Matthäus 8,17). Wir setzen alles daran, unser Verhalten zu kontrollieren, obwohl Er uns den Weg weist (Psalm 32,8; 119,105; Sprüche 3,5-6; 16,9; Römer 8,14). Doch was immer wir auch glauben, ändert nichts an der Wahrheit: Gott ist und bleibt derselbe, wie Er es von sich gesagt hat, und Er wird tun, was Er angekündigt hat.

Ganz gleich, wie hilfreich, wirksam oder moralisch gut unser Verhalten uns erscheinen mag: Wenn wir

versuchen, an Gottes Stelle zu tun, was nur Er tun kann, indem wir als „Problemlöser“ handeln, stecken wir in einem „Lösungsverhalten“. Doch das ist, wie gesagt, eine Frage der Überzeugung, nicht des Verhaltens! Solange wir nicht Seine Perspektive haben, werden unsere eigenen Anstrengungen uns nötig erscheinen. Doch wenn wir Sein Handeln in unserem Leben erkennen, wird uns bewusst, dass vieles von dem, was wir tun, bestenfalls überflüssig ist.

Ein Lösungsverhalten zeigt, dass wir Gottes Perspektive brauchen

Wenn Adam und Eva wirklich verstanden hätten, welche Auswirkungen die Frucht des verbotenen Baumes haben würde, glauben Sie wirklich, dass sie auch nur einen Bissen genommen hätten? Und wenn Sie von dem ausgehen, was Sie heute wissen, hätten Sie an Adams und Evas Stelle von diesem Baum gegessen? Die Tatsache, dass sie Gott nicht gehorchten und von der Frucht aßen, zeigt klar, dass ihnen die richtige Perspektive fehlte. Sie verstanden nicht, was sie durch ihren Ungehorsam verlieren würden. Sie begriffen nicht, was sie taten.

Jesus hatte offensichtlich diese mitfühlende Sicht für die Menschen, die auf Golgatha dabei waren. Als Er die ausführenden Soldaten mitfühlend beobachtete, bat Er Seinen himmlischen Vater: „Vergib ihnen! Denn sie wissen nicht, was sie tun“ (Lukas 23,34). Hätte die zuschauende Menge die Wahrheit über das gewusst, was an diesem Tag geschah, wäre ihr Verhalten völlig anders ausgefallen. Doch wir können sie nicht verurteilen, denn wir scheinen genauso unwissend in Bezug auf unser eigenes Verhalten zu sein wie diese Menschen, die damals der Hinrichtung unseres Erlösers zustimmten. Sie wussten nicht, was sie taten; doch ist unser Verhalten weniger kurzsichtig und unsinnig?

Wir würden so manches unterlassen, was wir tun, wenn wir uns selbst und unsere Situation aus Gottes Perspektive betrachten könnten. Doch durch „leere Worte“ und Argumente getäuscht, verhalten wir uns unangemessen und tun, was sich für „Kinder des Lichts“ (Epheser 5,3-10) nicht gehört. Die lügenbasierten Überzeugungen haben uns veranlasst, Dinge zu tun, die wir sonst nicht tun würden. Wie Adam und Eva weichen wir vom Weg ab, weil wir getäuscht wurden!

Wir neigen zu unangemessenen Verhaltensweisen, weil wir verleitet wurden zu glauben, dass sie sich lohnen. Ganz ähnlich funktionieren die Marketingstrategien der Nahrungsmittelindustrie. Für ihre Werbespots werden köstlich aussehende „Speisen“ so arrangiert, dass sie unsere Aufmerksamkeit wecken und uns das Wasser im Mund zusammenläuft. In Wirklichkeit sind diese lecker aussehenden Gerichte fast nie, was sie zu sein scheinen. Oft werden sie aus unappetitlichen oder ungenießbaren Materialien hergestellt. Sie werden so fabriziert, dass sie wie echte Speisen aussehen, sind aber nur eine Attrappe. Die Milch in der Müsli-Schüssel ist in Wirklichkeit Klebstoff, die Röststreifen auf den perfekt gegrillten „Steaks“ werden mit Schuhcreme hergestellt, und der warme „Ahorn-Sirup“, der von dem Stapel dampfender Pfannkuchen tropft, ist nichts anderes als Motoröl. Wenn wir wirklich wüssten, was wir da vor Augen haben, würden wir uns nach diesen irreführenden Werbe-Spots nicht annähernd so hungrig fühlen. Sie sollen etwas überaus Schmackhaftes und Erlesenes darstellen, sind aber oft ungenießbar oder giftig.

Genauso wirken unsere Lösungen nur deshalb „appetitlich“, weil wir etwas Entsprechendes über sie glauben. In erster Linie weisen diese Verhaltensweisen auf eine Täuschung hin. Wir haben uns zu der Annahme verleiten lassen, dass es berechtigte Gründe für unser Verhalten gibt. Solche „Lösungsüberzeugungen“ lassen unsere fehlgeleiteten Verhaltensweisen in unseren eigenen Augen richtig

erscheinen

(Sprüche 21,2) und drängen uns, unserer Täuschung entsprechend zu handeln.

Gott möchte, dass wir uns auf Sein Wirken verlassen und auf Seine Lösungen vertrauen, und Er weiß, dass wir dies tun werden, wenn die Augen unseres Herzens geöffnet wurden (Epheser 1,18). Er wirkt darauf hin, unsere begrenzte und fehlerhafte Perspektive zu weiten und zu korrigieren. Aber Er möchte auch, dass wir erkennen, wie vergeblich unsere „Lösungen“ sind, während Seine völlig genügen.

Wir müssen lernen, was Petrus im Garten Getsemane durch Panik und Verlegenheit lernte: Wir haben nicht die Mittel, unsere Probleme selbst zu lösen. Dazu ist mehr nötig als der kopflose Griff nach einem Fischermesser. Selbst unsere besten Versuche, die Situation unter Kontrolle zu bringen, machen alles nur noch schlimmer. Doch bevor wir unsere „Schwerter“ wegstecken können, müssen wir zuerst die Gründe aufdecken, die uns überhaupt nach ihnen greifen ließen, und zugeben, welches Chaos wir mit unseren eigenen Lösungsversuchen angerichtet haben.

Wie meine Enkelin mit ihren klebrigen Händen versuchen wir unser Bestes (soweit es nach unserer unreifen Perspektive möglich ist). Doch wenn wir innehalten und zugeben, dass wir auf weltliche Lösungen vertraut haben, und unseren himmlischen Vater um Hilfe bitten, wird Er uns liebevoll und sorgfältig die Hände abwischen und unser Herz reinigen.



Um unser Verhalten richtig zu verstehen, müssen wir sowohl unsere Beweggründe als auch den Kontext betrachten

Stellen Sie sich vor, dass jemand Ihre Haustür aufbricht, eindringt, ein Familienmitglied packt und mit ihm das Weite sucht. Was würden Sie empfinden? Was würden Sie tun wollen? Was würden Sie über die Tat dieser Person denken? Auch wenn dieses Szenario zunächst tragisch erscheint, müssen Sie, um die Situation richtig zu beurteilen, zuerst die Beweggründe und den größeren Kontext des Geschehens berücksichtigen. Wäre der Eindringling zum Beispiel Ihr Nachbar, der „eingebrochen“ ist, weil sich in Ihrem Haus ein Feuer ausbreitet, würde das Ihre Reaktion auf sein Handeln nicht komplett verändern?

Nun denken Sie vielleicht: „Das ist nicht fair! Die erste Beschreibung war irreführend. Hätte ich von dem Feuer gewusst und die Gründe für das Einbrechen des Nachbarn gekannt, dann hätte ich anders reagiert.“ Aber genau das ist der Punkt! Ihre begrenzte Sicht führte zu einer Fehlinterpretation des Geschehens und zu einer falschen Beurteilung der Beweggründe des Nachbarn. Wir alle handeln jeden Tag so! Wir betrachten das „große Ganze“ nicht aus einer ewigen Perspektive und kommen so zu falschen Schlussfolgerungen über das, was in unserem Leben geschieht. (Dieser Punkt wird in Kapitel 8 klarer werden, wenn wir ihn bei der

Erörterung der Absicht von TPM auf Gott und Sein Handeln in unserem Leben beziehen.)

Um das Verhalten einer Person richtig zu interpretieren, müssen wir verstehen, aus welchen Gründen und in welchem Kontext sie so handelt, wie sie es tut. Ohne diese Faktoren ist es nicht möglich, ihr Handeln richtig zu beurteilen. Aus demselben Grund war das, was Jesus sagte und tat, für die Menschen damals oft irritierend. In den meisten Fällen erfassten Seine Zuhörer nicht, wer da zu ihnen sprach, warum Er gesandt worden war und in welchem ewigen Kontext Sein Wirken auf der Erde stand. Deshalb zogen sie, nachdem sie Ihn beobachtet und Ihm zugehört hatten, die falschen Schlüsse und sagten, Er sei Johannes, der Täufer, Elija oder einer der Propheten (Matthäus 16,14). Andere hielten Ihn einfach für einen „guten Lehrer“ (Lukas 18,18). Viele der religiösen Leiter betrachteten Ihn als einen Gesetzesübertreter und Irrlehrer. Es ist eine seltsame Ironie, dass ausgerechnet die Dämonen, denen Jesus begegnete, zu denen gehörten, die genauer verstanden, wer Er war. Aber auch sie waren verwirrt über Seine Anwesenheit und Seine Absicht (Markus 1,34; 5,6-7; Lukas 4,34; 4,41; 8,28).

Die Ereignisse, die zum Tod Jesu führten, wurden von praktisch allen missverstanden, weil niemand Seine Beweggründe und den größeren Kontext der Ereignisse ganz erfasste. Unser Erlöser handelte in einer Weise, die unsinnig, verwirrend, unnötig und hoffnungslos erschien, aber genau das Gegenteil traf zu!

Auch hier sehen wir wieder, dass etwas, das schlecht zu sein *scheint*, nicht unbedingt schlecht *ist*. Es stimmt: Die Menschen, die falsche Anklage gegen Gottes Sohn erhoben, handelten aus selbstsüchtigen Motiven; diejenigen, die Ihn verspotteten, gaben ihren sündigen Neigungen Ausdruck; und diejenigen, die Ihn misshandelten, waren offensichtlich von Hass getrieben. Wenn wir diese Ereignisse aus einer begrenzten und fehlerhaften Perspektive betrachten, werden wir Gottes Absicht und Wirken nicht erkennen. Jede dieser unmoralischen Taten wurde dazu benutzt, etwas unermesslich Herrliches für die Ewigkeit zu erzielen (Römer 8,28; 2 Korinther 4,17). Die Kreuzigung Christi schien schrecklich zu sein, doch in ihrem ewigen Kontext verstanden war sie eindeutig sehr, sehr gut!

Dieses Konzept gilt auch im Umkehrschluss. Nur weil etwas *gut zu sein scheint*, heißt das noch nicht, dass es auch *gut ist*. Würde jemand Ihnen zum Beispiel eine Geschenkkarte über 500 Euro für Ihr Lieblingsgeschäft geben, könnte das als willkommener Segen und als Zeichen der Großzügigkeit dieser Person

erscheinen. Doch wenn Sie später erfahren würden, dass die Person die Geschenkkarte gestohlen hat, würde diese Tatsache Ihnen vermutlich die Freude an dem Geschenk verderben. Auch hier liegt der entscheidende Unterschied in den Beweggründen der Person und im Kontext ihres Handelns.

Selbst wenn jemand aus den scheinbar „richtigen“ Gründen das „Richtige“ tut, ist sein Handeln oft überflüssig, nicht hilfreich und ineffektiv. Genau das wollte Jesus herausstellen, als er die Schriftgelehrten und Pharisäer tadelte (Matthäus 23,13-36). Wiederholt wies Er darauf hin, dass sie trotz ihrer Anstrengungen, das mosaische Gesetz zu erfüllen, sich durch Rituale zu reinigen und andere zu überzeugen, ihrem Beispiel zu folgen, dringend einen Erlöser brauchten. Er warf Licht auf die Tatsache, dass selbst ihre besten Bemühungen nicht annähernd ausreichten. Ihre Strategien waren so ineffektiv, dass Jesus zu ihnen sagte: „Ihr zieht über Land und Meer, um einen einzigen Menschen für euren Glauben zu gewinnen; und wenn er gewonnen ist, dann macht ihr ihn zu einem Sohn der Hölle, doppelt so schlimm wie ihr selbst“ (Matthäus 23,15; EU). Jesus war von ihren kurzsichtigen Strategien nicht beeindruckt. Selbst wenn einige ihrer Motive rein sein mochten, würden die Pharisäer nie in der Lage sein, durch ihre äußeren Leistungen in das

Himmelreich zu kommen!

Um das Verhalten eines Menschen richtig zu beurteilen, muss man seine Motive und den Kontext betrachten, denn sonst ist es unmöglich, die ganze Wahrheit seines Handelns wahrzunehmen. Wir müssen uns auch bewusst machen, dass eine oberflächliche Beurteilung selten ausreicht. Wir müssen genau und ehrlich hinschauen, um zu erkennen, was wirklich da ist. Der Einbrecher ist vielleicht nur deshalb in Ihr Haus eingedrungen, um Ihr Leben zu retten; das überraschend großzügige Geschenk könnte eine Diebesbeute sein; und die Vorschriften der religiösen Leiter sind vielleicht nichts als eine leistungsorientierte Spiritualität.

HINWEIS: Auch wenn der Eindruck entstehen könnte, dass wir diesen Punkt überstrapazieren: Dieses Konzept wird von entscheidender Bedeutung sein, wenn wir versuchen, das Handeln anderer Menschen, das Wirken Gottes in unserem Leben und (insbesondere) unser eigenes Verhalten richtig zu interpretieren und zu bewerten.

Gott beurteilt unsere Motive, nicht nur unser Verhalten

Unserem himmlischen Vater sind die Hintergründe und Motive unseres Verhaltens sehr wichtig. Er sagte: „Ich, der Herr, bin es, der das Herz erforscht und die Nieren prüft, und zwar um einem jeden zu geben nach seinen Wegen, nach der Frucht seiner Taten“ (Jeremia 17,10). Beachten Sie, dass hier nicht steht, dass Er erforscht *und* jedem gibt, was er verdient; Er erforscht, *um zu* geben. Unser Verhalten wird nach dem belohnt, was Gott in unseren Herzen und Gedanken vorfindet. Er bewertet, warum wir tun, was wir tun. Er prüft unsere Motive. Wir können Millionen für hungernde Menschen spenden, aber unser ewiger Lohn wird darauf beruhen, *warum* wir gespendet haben. Gott sieht den Unterschied zwischen einer Person, die aus Liebe und Barmherzigkeit großzügig gibt, und einer Person, die öffentlich für die Bedürftigen spendet, um dafür Anerkennung und Ansehen zu ernten.

An diese Wahrheit erinnert der Apostel Paulus in einem seiner Briefe an die Gemeinde in Korinth, als er schrieb, dass Gott „auch das Verborgene der Finsternis ans Licht bringen und die Absichten der Herzen offenbaren wird! Und dann wird jedem sein Lob werden von Gott“ (1 Korinther 4,5). Gott möchte nicht einfach, dass wir das „Richtige“ tun; Er möchte, dass wir es aus den „richtigen“ Motiven tun. Und so fährt Paulus fort: „*Alles bei euch geschehe in Liebe!*“ (1 Korinther 16,14). Gott blickt über unser äußeres Verhalten hinaus und prüft unsere innersten Gedanken. Er schaut auf das, was unser Handeln motiviert.

Auch Jesus blickte, als Er physisch auf der Erde lebte, in die Herzen der Menschen und nahm ihre Gedanken und Motive wahr. Betrachten Sie den folgenden Abschnitt (Lukas 5,18-25; EU):

Und siehe, Männer brachten auf seinem Bett einen Menschen, der gelähmt war. Sie wollten ihn ins Haus bringen und vor Jesus hinlegen. Weil es ihnen aber wegen der Volksmenge nicht möglich war, ihn hineinzubringen, stiegen sie aufs Dach und ließen ihn durch die Ziegel auf dem Bett hinunter in die Mitte vor Jesus hin. Als er ihren Glauben sah [die Überzeugungen, die ihr Handeln motivierten], sagte er: Mensch, deine Sünden sind dir vergeben. Und die Schriftgelehrten und die Pharisäer fingen an zu überlegen: Wer ist dieser, der Lästerungen ausspricht? Wer kann Sünden vergeben außer Gott allein? Jesus aber erkannte ihre Gedanken und erwiderte ihnen: Was überlegt ihr in euren Herzen? Was ist leichter, zu sagen: Deine Sünden sind dir vergeben! oder zu sagen: Steh auf und geh umher? Damit ihr aber erkennt,

TRANSFORMATIONSGEBET

dass der Menschensohn die Vollmacht hat, auf der Erde Sünden zu vergeben – sprach er zu dem Gelähmten: Ich sage dir: Steh auf, nimm dein Bett und geh in dein Haus! Und sogleich stand er vor ihren Augen auf, nahm das Bett, auf dem er gelegen hatte, und ging Gott preisend in sein Haus.

Beachten Sie, worauf Jesus Seine Aufmerksamkeit richtete; Er sah ihren „Glauben“ und „erkannte ihre Gedanken“. Er ließ sich nicht von den äußeren Taten der Menschen ablenken. Ihm ging es um das, was am wichtigsten war: *warum* sie taten, was sie taten.

Jesus sah den Glauben, der den Gelähmten und seine Freunde motivierte, und freute sich darüber. Er reagierte positiv auf Menschen, deren Handeln durch Glauben (im Herzen geglaubte Wahrheit) motiviert war; doch Menschen, die in blinder Unwissenheit und Dunkelheit lebten, stellte Er zur Rede. Die Schriftgelehrten und Pharisäer dachten bei sich: „Wer ist dieser Mann?“, weil sie an dem zweifelten, was sie sahen. Doch der Gelähmte und seine Begleiter wussten in ihren Herzen, wer Jesus war und was Er tun konnte. Ihr Glaube war klar zu erkennen.

Theoretisch hätten einige dieser Pharisäer entscheiden können, mitzuhelfen, den Mann zu Jesus herabzulassen. Doch sie hätten es vermutlich aus anderen Motiven getan, etwa um das Vertrauen der Jünger zu gewinnen oder einfach um das Geschehen besser beobachten zu können. Doch auch das hätte Jesus bemerkt. Sie hätten so tun können, als würden sie aus Glauben handeln, aber ihre wahren Motive wären Jesus nicht verborgen geblieben. Er hätte die Beweggründe ihres Herzens trotzdem erkannt.

Der weise König Salomo wusste um den Zusammenhang zwischen dem, was wir in unseren Herzen glauben, und den Entscheidungen, die wir treffen, als er schrieb: „Vor allem aber behüte dein Herz, denn dein Herz beeinflusst dein ganzes Leben“ (Sprüche 4,23; NLB). Unsere Herzensüberzeugungen lassen uns Probleme wahrnehmen und motivieren uns, darauf zu reagieren (primär durch emotionalen Schmerz). Doch wie wir bei der Erörterung über „Lösungsverhalten“ gesehen haben, wird unser Handeln auch stark durch das beeinflusst, was wir mit dem Verstand glauben. Wir spüren einen Drang zu bestimmten Verhaltensweisen, weil wir veranlasst wurden zu glauben, dass sie uns bei der Lösung unserer Probleme helfen werden.

Wenn unser Verhalten durch unsere begrenzte und fehlerhafte Perspektive motiviert und gelenkt wird, können wir unmöglich in rechter Weise leben, selbst wenn wir uns entscheiden, das „Richtige“ zu tun. Unsere unreinen Motive beeinträchtigen unser „gutes“ Verhalten. Wie gesagt, beurteilt Gott unsere Motive und nicht nur unser Verhalten.

Unser himmlischer Vater blickt hinter die Fassade unserer äußeren Leistung und schaut tief in unser Herz (1 Samuel 16,7). Er weiß, was wir denken und warum wir so handeln, wie wir es tun. Unsere Worte und Taten mögen die Menschen unserer Umgebung überzeugen und können sogar uns selbst von unseren wahren Motiven ablenken; Gott aber können sie nicht täuschen. Er kennt die Wahrheit über die Gründe, aus denen wir handeln, und wartet geduldig darauf, dass wir aus der Verleugnung heraustreten und Ihm und uns selbst unsere Motive eingestehen.

Es ist nicht so, dass Gott argwöhnisch Ihr Verhalten beobachtet und darauf wartet, dass Sie Ihr Unrecht zugeben. Er möchte, dass Sie die Gründe zugeben, die Ihrem Verhalten zugrunde liegen, damit Er sie korrigieren kann. Ja, Gott möchte, dass Sie das Richtige tun; aber noch mehr möchte Er, dass Sie das

Richtige aus den richtigen Gründen tun. Er möchte, dass Ihr Gehorsam ein Ausdruck der Liebe und der Wahrheit ist, nicht der Furcht oder des Pflichtgefühls (siehe Sprüche 12,22; Johannes 4,24; 13,34; 14,15; 15,12; 1 Johannes 4,18). Er prüft Ihre Beweggründe, weil Er sicherstellen möchte, dass Ihr Handeln „in der Liebe verwurzelt und auf sie gegründet“ ist (Epheser 3,17; EU). Denn wie wir bald entdecken werden, ist Gott von äußerem Gehorsam und gutem Verhalten nicht beeindruckt, wenn sie einer fehlerhaften und begrenzten Perspektive entspringen.



Teil VI

„Gute Taten“ sind nicht „gut“, wenn sie aus unreinen Motiven geschehen

Wenn ich eines meiner Enkelkinder oft genug bitten würde, mir bei einer einfachen Aufgabe zu helfen – zum Beispiel den Briefkasten zu leeren, im Garten Unkraut zu jäten oder nach dem Vorlesen die Bücher wegzuräumen –, würden sie irgendwann einwilligen. Aber nehmen wir einmal an, dass eine Enkelin mir freiwillig ihre Hilfe anbietet und nach getaner Arbeit zu mir aufschaut und fragt: *„Opa, habe ich das gut gemacht?“* Fröhlich antworte ich ihr: *„Ja, Skylar, das hast du richtig gut gemacht! Danke, dass du mir geholfen hast!“* Sie fragt weiter: *„Gibt es noch was, was ich für dich tun kann?“* Von ihrer Initiative beeindruckt sage ich: *„Wow, ich bin stolz auf deine Hilfsbereitschaft und deine gute Einstellung zur Arbeit! Aber nein, du hast mir bei allem geholfen, was ich erledigen wollte. Vielen Dank, du kannst jetzt spielen gehen.“* Enttäuscht sieht sie mich an und fragt: *„Hast du wirklich nichts für mich zu tun? Ich möchte dir so gern helfen!“* Neugierig hake ich nach: *„Möchtest du denn nicht lieber draußen mit deiner Schwester spielen?“* „Nein“, ruft sie aus. *„Ich möchte dir helfen, damit du mich genauso lieb hast wie meine Cousinen!“* Als ich merke, was die eigentlichen Motive ihrer Hilfsbereitschaft waren, wandeln sich meine Freude und Dankbarkeit in Traurigkeit und Verwirrung. Ihre berührende Hilfsbereitschaft war in Wirklichkeit ein Versuch, ein Bedürfnis zu stillen, das sie zu haben glaubte. Und da ist es mir viel wichtiger, ihr falsches Verständnis meiner Liebe zu ihr richtigzustellen, als ihr hilfreicher Einsatz mir wert ist. Sie hat in allem das „Richtige“ getan, aber ihre Beweggründe gaben den Ausschlag, ob das, was sie tat, tatsächlich „gut“ war.

Auch wenn unser Verhalten nach außen hin gut, moralisch und gottgefällig erscheint, bedeutet das noch nicht, dass wir es aus den „richtigen“ Gründen an den Tag legen. Manchmal tun wir etwas Produktives, Hilfreiches oder sogar Lebensrettendes aus unlauteren Motiven. Wenn das der Fall ist, sind die „guten Dinge“, die wir tun, keine „guten Dinge“.

Das soll nicht heißen, dass Gott unser Tun nicht dazu benutzen kann, Gutes zu bewirken, denn Er sorgt ja dafür, dass „alles“ zum Guten zusammenwirkt (Römer 8,28). Doch die „guten Dinge“, die aus unreinen Motiven geleistet werden, sind nicht in sich selbst „gut“, sondern sind einfach Teil von „allem“, was Gott zum „Guten“ mitwirken lässt.

Über dieses Dilemma sprach Paulus in seinem Brief an die Gemeinde in Philippi:

Es gibt zwar einige, die aus Neid und Eifersucht predigen; andere aber verkündigen die Botschaft von Christus mit guten Absichten. Sie tun es aus Liebe zu mir, weil sie wissen, dass ich zur Verteidigung des Evangeliums bestimmt bin. Die anderen verkündigen das Wort von Christus aus selbstsüchtigen Motiven. Sie sind nicht aufrichtig, weil sie mir die Fesseln noch schmerzhafter machen wollen. Aber was macht das schon? Es wird doch Christus verkündigt! Ob es nun aus ehrlichen Beweggründen getan wird oder nicht, Hauptsache, es wird getan. Und darüber freue ich mich. Ja, ich werde mich auch künftig darüber freuen (Philipper 1,15-18; NLB; unsere Hervorhebung).

Paulus war dankbar, dass Christus von so vielen verkündigt wurde, aber er wusste auch, dass es aus unterschiedlichen Beweggründen geschah. Einige wollten die lebensverändernde Freiheit mitteilen, die sie in Christus gefunden hatten, während andere die Botschaft zu ihrem persönlichen Vorteil benutzen wollten. Beide Gruppen zeigten ein ähnliches Verhalten, handelten jedoch aus völlig verschiedenen Motiven. Wie gesagt: Wenn jemand das „Richtige“ tut, heißt das noch nicht, dass es aus den „richtigen“ Gründen geschieht.

Vielleicht schlagen Sie noch einmal den ersten Brief von Paulus an die Gemeinde in Korinth auf. Im dreizehnten Kapitel beschreibt er viele positive und produktive Verhaltensweisen, die oft unseren Beifall finden (darunter auch viele unserer geistlichen Gaben), doch er lenkt unsere Aufmerksamkeit auf das zugrundeliegende Motiv, indem er ein wichtiges Qualitätsmerkmal wiederholt:

Wenn ich in den Sprachen der Menschen und der Engel rede, aber keine Liebe habe, so bin ich ein tönendes Erz geworden oder eine schallende Zimbel. Und wenn ich Weissagung habe und alle Geheimnisse und alle Erkenntnis weiß, und wenn ich allen Glauben habe, sodass ich Berge versetze, aber keine Liebe habe, so bin ich nichts. Und wenn ich alle meine Habe zur Speisung der Armen austeile und wenn ich meinen Leib hingebe, damit ich Ruhm gewinne, aber keine Liebe habe, so nützt es mir nichts (1 Korinther 13,1-3; unsere Hervorhebung).

Selbst die Ausübung unserer geistlichen Gaben kann durch unreine Motive getrübt werden. Ganz gleich wie hilfreich und gottgefällig unser äußeres Verhalten zu sein scheint: Wenn wir aus Beweggründen handeln, die Gott missfallen, ist es nichts als „Lärm“. Paulus beschreibt weiter, was unser Verhalten wirklich motivieren sollte: Liebe (eine Frucht des Heiligen Geistes, die ohne unsere Anstrengung wächst, wenn wir die Wahrheit in unserem Herzen kennen). Paulus fährt fort:

Die Liebe ist langmütig, die Liebe ist gütig, sie neidet nicht, die Liebe tut nicht groß, sie bläht sich nicht auf, sie benimmt sich nicht unanständig, sie sucht nicht das Ihre, sie lässt sich nicht

erbittern, sie rechnet Böses nicht zu, sie freut sich nicht über die Ungerechtigkeit; sondern sie freut sich mit der Wahrheit, sie erträgt alles, sie glaubt alles, sie hofft alles, sie erduldet alles (1 Korinther 13,4-7; EU).

Wir sind durchaus fähig, „Gutes“ aus Motiven wie Ungeduld, Unfreundlichkeit oder Neid zu tun. Wir spenden großzügig und prahlen anschließend damit (und sei es nur insgeheim). Wir sagen unseren Glaubensgeschwistern die Wahrheit aus Überheblichkeit (um ihnen zu zeigen, dass wir im Recht sind). Wir führen Buch über jedes Unrecht, das wir erlitten haben (und halten an unserem Zorn fest). Und wie viel von dem, was wir tun, geschieht zu unserem eigenen Nutzen (um unsere eigenen wahrgenommenen Probleme zu lindern). Jedes *Lösungsverhalten* gehört in die Kategorie, dass ich „*keine Liebe habe*“, auch wenn das, was ich tue, äußerlich noch so produktiv, hilfreich, akzeptabel oder gottgefällig erscheint.

Selbst unser „bestes Verhalten“ ist potentiell nicht mehr als ein „Lösungsverhalten“

Manchmal sind unsere „guten“ Verhaltensweisen durch die Wahrheit motiviert, die wir in unserem Herzen glauben. Es ist aber auch sehr gut möglich, dass wir als Reaktion auf unseren emotionalen Schmerz „gute“ Verhaltensweisen zeigen. Manchmal kommt es sogar vor, dass wir unsere geistlichen Gaben (siehe Römer 12) mit einem Verhalten verwechseln, das in Wirklichkeit durch eine Täuschung motiviert ist.

Wenn wir „gute“ Dinge tun, um ein Bedürfnis zu stillen, das wir zu haben meinen – um dem Schmerz zu entfliehen, den wir nicht spüren möchten, oder um ein wahrgenommenes Problem zu „lösen“ –, dann sind diese Handlungen einfach ein Lösungsverhalten, auch wenn sie noch so moralisch gut, produktiv oder „gesund“ zu sein scheinen. In einigen Fällen kann unser „Lösungsverhalten“ sogar einen scheinbar spirituellen Charakter haben.

Betrachten Sie einige praktische Beispiele für dieses Konzept in folgenden Szenarios:

Szenario 1:

Martha engagiert sich treu in ihrer Gemeinde. Sie arbeitet in der Kinderkrippe, hilft bei der Lebensmittelverteilung im Obdachlosenheim, meldet sich freiwillig zu den Putztagen, singt im Chor und übernimmt noch so manche anderen Aufgaben. Andere sagen, dass sie die Gabe des Dienens hat. Vielleicht stimmt das. Aber vielleicht fällt es ihr auch einfach schwer, „Nein“ zu sagen, wenn man sie um etwas bittet. Sie steckt vielleicht in einer echten Zwickmühle. Bei dem Gedanken, „Nein“ zu sagen, fühlt sie sich schlecht; aber wenn sie „Ja“ sagt, fühlt sie sich innerlich zerrissen und wütend. Wenn sie tatsächlich die geistliche Gabe des Dienens hat, wird diese Gabe durch ihren lügenbasierten Schmerz beeinträchtigt.

Szenario 2:

Pastor Josephs Dienst ist außerordentlich gut organisiert. Er arbeitet nach einem straffen Zeitplan, behält seine Mitarbeiter immer im Blick, und alles scheint immer gut zu laufen. Er hat

sogar schon für drei Jahre seine Predigten vorausgeplant und Skripte dafür verfasst. Manche sagen, dass er die Gabe der Verwaltung oder der Leitung hat. Vielleicht ist das so. Aber sein organisiertes Vorgehen könnte auch einfach seine Art und Weise sein, mit der Angst fertigzuwerden, die er spürt, wenn die Dinge nicht in geordneten Bahnen verlaufen. In diesem Fall sind seine Produktivität und sein organisiertes Vorgehen zwar hilfreich, resultieren aber aus seinem Bemühen, seine lügenbasierten Probleme zu „lösen“.

Szenario 3:

Brian ist ein großzügiger Geber. Regelmäßig zahlt er den Zehnten an seine Gemeinde, unterstützt mehrere internationale Werke, spendet für lokale christliche Wohltätigkeitsprojekte und stellt sogar eines seiner Häuser als Treffpunkt für Kleingruppen der Gemeinde zur Verfügung. Er scheint die Gabe des Gebens zu haben. Vielleicht stimmt das. Paulus sagt aber: „Jeder gebe, wie er sich in seinem Herzen vorgenommen hat: nicht mit Verdruss oder aus Zwang, denn einen fröhlichen Geber liebt Gott“ (2 Korinther 9,7). Würde Brian ehrlich prüfen, wie sein emotionaler Zustand ist, wenn man ihn um Spenden bittet, würde er vielleicht etwas Unerwartetes

entdecken. Ist er guter Dinge und voller Freude oder fühlt er sich gezwungen und unter Druck? Möglicherweise wird ihm bewusst, dass er finanzielle Hilfe geleistet hat, um Anerkennung, Wertschätzung, Aufmerksamkeit oder Ansehen in seiner Umgebung zu gewinnen. Vielleicht spendet er auch, weil er sich schuldig fühlt, so viel zu besitzen, während andere so wenig haben; oder er scheut die Reaktion der Anderen, wenn er eine Unterstützung ablehnt. Wenn er sich durch solche Motive zum Geben gezwungen fühlt, zeigt sein Verhalten, dass er Gottes Perspektive braucht.

Szenario 4:

Kathy ist Gebetsseelsorgerin in ihrer Gemeinde und arbeitet mit „emotional verwundeten“ Menschen. Sie trifft sich mit Personen, die in der einen oder anderen Weise Missbrauch erlebt haben. Sie behauptet, dass ihr Dienst für diese Menschen sie emotional erschöpft, weil sie so viel Mitgefühl für die „Verwundeten“ hat. Sie glaubt, dass sie „ihren Schmerz fühlt“. Immer wieder gehen ihr die tragischen Geschichten dieser Menschen durch den Kopf, und dann fühlt sie sich emotional erschöpft. Manchmal überkommt sie eine tiefe Traurigkeit. Einige sagen, dass sie die Gabe der Barmherzigkeit hat. Vielleicht ist das so. Aber ihre „mitfühlende“ Reaktion auf diese „verwundeten“ Menschen und ihre Geschichten könnte einfach auf ihrem eigenen lügenbasierten Schmerz beruhen, der durch ihre Tätigkeit getriggert wird. Jeder emotionale Schmerz, den sie fühlt, ist ausschließlich ihr eigener. Möglicherweise fühlt sie sich tatsächlich traurig, wenn ein anderer sich traurig fühlt, doch jeder Mensch spürt nur die emotionalen Folgen der eigenen Überzeugungen. Und wenn beide emotionalen Schmerz spüren, dann brauchen beide Gottes Perspektive.

Szenario 5:

Trent behauptet, dass er die Gabe der Prophetie hat. Er hat fast für jeden, der ihm über den Weg läuft, ein „geistliches Wort“. Und die Empfänger dieser Worte fühlen sich gesegnet und ermutigt. Oft wird er gebeten, in seiner Kleingruppe zu sprechen. Sein Pastor bittet ihn sonntags immer, nach vorn zu kommen und den Gottesdienst im Gebet abzuschließen. Seine geistliche

Reife und seine enge Beziehung zu Gott inspirieren seine Umgebung so sehr, dass es auf andere fast einschüchternd wirkt. Hat Trent die Gabe der Prophetie? Vielleicht. Doch selbst wenn er sie hat, ist es wichtig, seine Motive zu überprüfen. Was treibt ihn an? Gebraucht er seine Gabe wirklich seinem „Glauben gemäß“ (Römer 12,6), oder teilt er einfach jedes Mal etwas mit, wenn sich die Gelegenheit bietet? Hat er seine Identität irrtümlich in seiner geistlichen Gabe gefunden? Was empfindet er, wenn er sich vorstellt, keine prophetischen Worte mehr mitzuteilen? Was empfindet er, wenn jemand nicht zuhören will, seine Worte ablehnt oder seine Einsicht kritisiert? Teilt er ein Wort Gottes mit, um etwas zurückzubekommen, wie zum Beispiel Dankbarkeit, Bestätigung oder Respekt? Wenn ja, muss Trent erst selbst hören, was Gott ihm zu sagen hat, bevor er versucht, in Seinem Namen zu sprechen.

Keines dieser Beispiele soll in irgendeiner Weise irritierend oder verletzend sein. Und wir behaupten keinesfalls, dass echte geistliche Gaben in irgendeiner Weise ein Ausdruck unseres lügenbasierten Schmerzes wären. Wir möchten einfach dazu anregen, uns selbst, anderen Menschen und Gott gegenüber ehrlich zu sein. Wir ermutigen Sie zu einer Bestandsaufnahme der Beweggründe für Ihr Handeln.

Sicher kann jeder von uns einräumen, dass *möglicherweise* hinter einem Teil der „guten“ Dinge, die wir tun, weniger reine Intentionen stehen. Wenn wir in Christus sind, dann *haben* wir geistliche Gaben. Doch auch sie müssen vielleicht gezügelt werden und reifen. Und genauso gut ist es möglich, dass unser Umgang mit geistlichen Gaben, christlichen Diensten und „guten“ Verhaltensweisen mehr oder weniger in Täuschungen verstrickt ist.

Wir wollen niemanden beschuldigen oder mit dem Finger auf jemanden zeigen. Wir möchten einfach das, was Gott möchte: dass unser äußeres Verhalten dem inneren Werk Gottes in unserem Leben entspricht und unsere Taten durch die Wahrheit motiviert werden, die wir in unserem Herzen glauben. Das ist wirklich möglich! Aber es setzt voraus, dass wir unsere Motive genau prüfen und beurteilen, warum wir tun, was wir tun.

So viel von dem, was wir tun (mehr als wir zugeben wollen), ist ein vergeblicher Versuch, unsere lügenbasierten Probleme zu lösen. Ein großer Teil unseres Lösungsverhaltens sieht nach außen hin gut aus, obwohl es von unreinen Motiven angetrieben wird. Unsere Taten mögen zu wirklich guten Ergebnissen führen, doch wenn sie durch emotionalen Schmerz motiviert sind und von lügenbasierten Überzeugungen bestimmt werden, ist das für Gott offensichtlich. Wir müssen lernen, innezuhalten und ehrlich auf die Frage zu antworten: „*Warum tue ich, was ich tue?*“ Gott möchte, dass wir die Wahrheit im Herzen kennen, damit wir durch unseren Glauben an Seine Perspektive motiviert und geleitet werden (siehe Hebräer 11,6).



Mitgefühl oder Konflikt?

Nicht selten verwechseln Menschen ihren eigenen lügenbasierten Schmerz mit einem Gefühl des Mitleids oder der Empathie. Es gibt natürlich eine Zeit und einen Ort für echtes Mitgefühl, doch wenn wir die Geschichten anderer Menschen hören und darauf mit emotionalem Schmerz reagieren, ist das, was wir fühlen, wahrscheinlich kein echtes Mitgefühl. Leute, die gern emotional belasteten Menschen helfen wollen, stellen vielleicht einen Gefühlskonflikt bei sich fest. Wenn sie mitbekommen, dass jemand emotional tief aufgewühlt ist, kann das bei ihnen selbst Schmerz auslösen. Dieser Schmerz

wird oft als Mitgefühl gedeutet, weil man denkt, dass die eine Person den Schmerz der anderen fühlt. Wahrscheinlicher ist, dass der Anblick der emotional leidenden Person einfach einen eigenen Schmerz getriggert hat. Wir empfehlen Mentoren, die während einer TPM-Gebetssitzung emotional getriggert werden, die Möglichkeit in Betracht zu ziehen, dass die gespürte Emotion kein Mitgefühl ist, sondern ihr eigener lügenbasierter Schmerz.

Wir müssen lernen, den wichtigen, aber mitunter schwierigen Schritt zu tun, uns unsere eigenen Gefühle und Motive ehrlich einzugestehen. Es kann sein, dass wir wirklich Empathie und Mitgefühl für andere empfinden, doch wenn unser Wunsch, ihnen zur Seite zu stehen, durch unseren eigenen emotionalen Schmerz motiviert wird, ist es wichtig, das anzuerkennen. Statt vorauszusetzen, dass unsere Beweggründe immer rein sind, sollten wir prüfen, was uns zu unseren „guten“ Verhaltensweisen drängt. Wenn sie von Gott kommen, werden sie jeder Überprüfung standhalten. Doch wenn unsere Motive unrein sind, müssen sie aufgedeckt und bereinigt werden.



Wir tun, was aus unserer aktuellen Perspektive das „Beste“ zu sein scheint

Wir alle werden durch das motiviert, was wir in unserem Herzen glauben, und lassen uns von dem leiten, was wir mit unserem Verstand glauben. Wir tun das, was aus unserer aktuellen Perspektive das „Beste“ zu sein scheint, und unsere Perspektive ist das Ergebnis dessen, was wir für wahr halten. Wenn unsere Überzeugungen die Wahrheit ungenau oder unvollständig widerspiegeln, führen sie dazu, dass wir ungelöste Probleme sehen, um die wir uns anscheinend kümmern müssen. Und dann fühlen wir uns gezwungen, etwas dagegen zu unternehmen oder zumindest irgendwie darauf zu reagieren.

Wenn Sie glauben, dass es einen Effekt haben wird, sich auf die Wahrheit der Bibel zu konzentrieren und sie sich selbst zuzusprechen, werden Sie *wahrscheinlich* genau das tun. Wenn Sie dagegen glauben, dass es irgendwie besser funktionieren wird, sich mit Strategien der Selbstoptimierung zu beschäftigen und sämtliche „Selbsthilfe“-Bücher zu lesen, die Sie auftreiben können, werden Sie *vermutlich* zuerst diesen Weg ausprobieren. Wenn Sie es für hilfreich halten, Ihren emotionalen Schmerz zu ignorieren, damit Sie sich darauf konzentrieren können, das Problem Ihrer vermeintlichen Unzulänglichkeit zu lösen, ist davon auszugehen, dass Sie genau das tun werden.

Die Vorgehensweise, die am hilfreichsten, produktivsten oder effektivsten zu sein *scheint*, wird Ihnen verlockender erscheinen als alle anderen verfügbaren Optionen. Das bedeutet nicht, dass sie *tatsächlich* hilfreicher, produktiver oder effektiver ist; aufgrund Ihrer aktuellen Überzeugungen wird sie Ihnen nur so *erscheinen*. Der spürbare Drang, in dieser bestimmten Weise zu handeln, ist eine direkte Folge von dem (und ein Hinweis auf das), was Sie im Moment für wahr halten.



Der Weg des Todes

Wir fühlen uns genötigt, das zu tun, was wir für das „Beste“ halten. In diesem Wissen schrieb Salomo: „Manch einem *scheint* sein Weg der rechte, aber am Ende sind es Wege des Todes“ (Sprüche 14,12; 16,25; EU). Der Weg *schien* richtig, war aber offensichtlich *nicht* richtig, denn es handelte sich um einen Weg „des Todes“. Trotzdem „meint jeder, sein Verhalten sei richtig“ (siehe Sprüche 21,2; EU), sonst würden wir ja einen anderen „Weg“ wählen. Wie gesagt: Wir tun das, was aus unserer momentanen Perspektive am besten zu sein *scheint*.

Dieses Konzept sollte allen, die mit unerwünschten Verhaltensweisen zu kämpfen haben, Hoffnung und Trost vermitteln. Die Tatsache, dass Sie sich zu einem „Weg des Todes“ hingezogen fühlen, zeigt, dass Sie getäuscht wurden. Denn dieser „Weg“ erscheint nur dann attraktiv, wenn Sie entweder bezweifeln, dass er zum „Tod“ führt, oder glauben, dass die Vorteile den potentiellen Preis überwiegen. In beiden Fällen denken Sie nicht das Richtige! Der „Weg des Todes“ scheint nur deshalb eine berechtigte Option zu sein, weil Ihnen Gottes Perspektive dazu fehlt. Wenn Sie diesen „Weg“ aus Seiner Perspektive sehen könnten, würden Sie nach einer anderen Option suchen.

Wir müssen erkennen, dass unser ungutes Verhalten darauf beruht, dass wir verleitet wurden zu glauben, der „Weg des Todes“ wäre das, was wir wollen. Es ist keine Frage des Verhaltens, sondern eine Frage der Überzeugung. Wie gesagt: Würden Sie die Wahrheit wissen, Gottes Perspektive kennen und den „Weg des Todes“ als das sehen, was er ist, würden Sie diesen Weg nicht wählen!

Wenn Sie also (auf irgendeiner Ebene) glauben, dass Alkohol Ihre Probleme „lösen“ wird, ist das kein Alkoholproblem, sondern ein Überzeugungsproblem. Wenn Sie glauben, dass Sie Ihr Problem „lösen“, indem Sie an einer wahrgenommenen Schuld festhalten, liegt das Problem nicht in der Vergebung, sondern in dem, was Sie glauben. Wenn Sie glauben, dass Sie durch Lügen Ihr Problem „lösen“, ist auch das eine Frage der Überzeugung und nicht der Unehrlichkeit. Wie gesagt: Bevor wir darauf hoffen können, ein Problem wirksam anzugehen, müssen wir es zuerst genau identifizieren, denn sonst laufen wir Gefahr, Zeit und Energie mit einer Symptombehandlung zu verschwenden, statt uns auf die wirkliche Ursache des Problems zu konzentrieren.

Sowohl zwanghafte als auch kompensierende Handlungen sind Versuche, Probleme durch das zu lösen, was aus unserer aktuellen Perspektive das „Beste“ ist

Da unser Verhalten widerspiegelt, was wir für das „Beste“ halten, müssen wir die Gründe und Überlegungen hinter unserem Verhalten betrachten, statt uns primär auf das Verhalten selbst zu konzentrieren. Das gilt insbesondere für Lösungsverhaltensweisen, die nicht sehr schlimm oder unmoralisch erscheinen.

Nehmen wir zum Beispiel an, dass ich mich gedrängt fühle, Anbetungsmusik zu hören, wenn ich Angst spüre. Ist es falsch, Anbetungsmusik zu hören? Natürlich nicht! Wäre es besser, sich zu betrinken oder Eis zu schlemmen? Keinesfalls! Doch warum wähle ich diese Strategie? Was ist mein Beweggrund? Wenn ich Anbetungsmusik höre, um meine Angst abzubauen, ist das ein Lösungsverhalten und ich verpasse Gottes höheres Ziel. Er möchte, dass ich die Wahrheit erkenne. Wenn ich die Wahrheit in meinem Herzen glaube, werde ich keine Angst empfinden. Und wenn ich dann immer noch Anbetungsmusik hören möchte, kann ich ihn im Geist und in der Wahrheit anbeten (Johannes 4,24; EU; unsere Hervorhebung)!

Andere ziehen es vielleicht vor, joggen zu gehen, um Stress „abzubauen“, Aufzüge zu meiden, um keine Platzangst zu bekommen, oder einen Blog zu starten, um sich wertgeschätzt und wahrgenommen zu fühlen. Es ist natürlich nicht grundsätzlich falsch, Sport zu treiben, Treppen zu steigen oder Meinungen zu posten, doch wenn diese Verhaltensweisen dazu dienen sollen, wahrgenommene Probleme zu „lösen“, sind sie genauso fehlgeleitet, wie eine Zweckentfremdung der Musik.

Nicht anders ist es bei einem Christen, der gegen den Drang ankämpft, etwas zu stehlen. Statt seinen Schmerz durch Musik zu kompensieren, nimmt er Dinge, die ihm nicht gehören. Er weiß, dass das falsch ist, aber es *scheint* der „beste“ Weg zu sein, seine wahrgenommenen Bedürfnisse zu stillen, und es fällt ihm schwer, dem Drang zum Diebstahl zu widerstehen. Doch warum? Was verleitet und verlockt ihn, etwas aus dem Regal zu nehmen und es sich heimlich in die Tasche zu stecken? Er fühlt sich gedrängt, das zu tun, was aus seiner aktuellen Perspektive am besten zu sein *scheint*, und er gerät in einen inneren Konflikt, wenn er versucht, das Richtige zu tun, weil er dann das Gegenteil von dem tun würde, was ihm richtig erscheint.

Das Stehlen hat zwar Konsequenzen, doch dieses Verhalten an sich ist NICHT das eigentliche Problem! Das grundlegende Problem ist, dass diesem Christen die Perspektive Gottes fehlt. Eigentlich möchte er nicht stehlen, doch er wurde zu der Annahme verleitet, dass Stehlen ihm helfen würde, sein wahrgenommenes Problem zu „lösen“. Wenn er die Wahrheit wüsste, würde er dieses Verhalten unterlassen.

Gott hat uns so geschaffen, dass wir nach unseren Überzeugungen handeln, sodass wir tun, was am „besten“ zu sein scheint. Aber er möchte auch, dass wir die Wahrheit erkennen, damit uns diejenigen Optionen am besten *erscheinen*, die tatsächlich am besten *sind*. Solange das nicht der Fall ist, werden wir uns zu kurzfristigen Lösungen gedrängt fühlen, die uns trügerisch auf den „Weg des Todes“ (Sprüche 14,12) führen. Bei einigen dieser Verhaltensweisen ist für die meisten von uns offensichtlich, dass sie eine schlechte Idee sind, während andere Lösungen allgemein verbreitet und gesellschaftlich akzeptiert sind. Aber ist mein Missbrauch der Anbetungsmusik moralisch höher zu bewerten als die Neigung eines anderen zum Diebstahl? Die Folgen mögen völlig verschieden sein, doch unsere Motive gleichen sich sehr! Deshalb sollte ich mein kompensierendes Musikhören nicht geistlich höher bewerten als das offensichtlich problematische Verhalten eines Anderen.

Menschen, die mit unerwünschten Verhaltensweisen zu kämpfen haben, könnten tatsächlich einen Vorteil gegenüber denen haben, die äußerlich gut klarzukommen scheinen. Denn anders als jene erkennen sie wenigstens, dass ihre aktuelle Strategie nicht funktioniert, und suchen nach einem besseren Weg. Dagegen wurde vielen von uns versichert, unser Verhalten sei akzeptabel und „richtig“, einfach weil es produktiv und biblisch ist. Denken wir also nicht höher von uns selbst, als es sich gebührt (Römer 12,3).

Einige meinen vielleicht, dass wir uns zu lange mit einem trivialen Thema aufhalten, doch wir glauben, dass es bei diesem Konzept um weitreichende Implikationen geht, die alle Leser betreffen. Es kann denen Hoffnung geben, die sich in einem chaotischen Kreislauf von schlechtem Verhalten und Bereuen verloren

fühlen. Aber auch für diejenigen, die sich in ihrem „guten“ Verhalten sicher fühlen, kann es eine Anregung sein, genauer und ehrlicher in den Blick zu nehmen, warum sie so handeln, wie sie es tun. (Auch im TPM-Prozess spielt dieses Konzept eine wichtige Rolle.)

Gott sucht keine weitere „Marta“, die hart für Ihn arbeitet und sich in eine fehlgeleitete Produktivität stürzt. Er möchte, dass wir neben Maria zu Seinen Füßen sitzen und „das gute Teil“ empfangen, das Er für uns hat (Lukas 10,38-42). Er möchte mehr *in uns* arbeiten, als dass wir *für Ihn* arbeiten. Er möchte, dass wir die Wahrheit darüber kennen, wer Er ist, was Er getan hat und wer wir in Ihm sind. Das ist das Eine, was nötig ist (Lukas 10,42).

Wenn wir in der Lage wären, die ganze Wahrheit und nichts als die Wahrheit sowohl mit dem Verstand als auch im Herzen zu glauben, dann würde unser Denken und Handeln immer widerspiegeln, was nach Gottes Herz und Sinn ist. Solange das nicht der Fall ist, haben wir noch Raum für Wachstum und brauchen Gottes Perspektive. Wir haben Gott noch nicht völlig erkannt und sind unfähig, uns selbst so zu sehen, wie Gott uns sieht (1 Korinther 13,12).

Allen, die ehrlich glauben, dass sie es schon „*ergriffen*“ haben, sagen wir: „*Herzlichen Glückwunsch! Sie haben den Apostel Paulus übertroffen*“ (Philipper 3,13). Doch wir möchten Sie zugleich liebevoll herausfordern, Ihre Motive genauer in den Blick zu nehmen. Wir Menschen belügen uns selbst mehr als irgendeinen anderen. Vielleicht fällt es Ihnen schwer, ehrlich zu hinterfragen, warum Sie tun, was Sie tun. Vielleicht wissen Sie noch nicht, wie das gelingen kann. Dann lesen Sie einfach weiter; wir kommen schon bald darauf zurück!

Wir anderen sollten daran erinnert werden, „nicht müde [zu] werden, das Gute zu tun; denn wenn wir darin nicht nachlassen, werden wir ernten, sobald die Zeit dafür gekommen ist“ (Galater 6,9; EU), denn „Gott hat euch in seiner Gnade durch Christus zu seiner ewigen Herrlichkeit berufen. Nachdem ihr eine Weile gelitten habt, wird er euch aufbauen, stärken und kräftigen; und er wird euch auf festen Grund stellen“ (1 Petrus 5,10; NLB).



Persönlichkeit als Schutzpanzer

Jeder von uns hat ein eigenes, von Gott gegebenes Temperament und individuelle Eigenarten und Persönlichkeitsmerkmale, doch manches von dem, was wir nach außen zeigen, ist nur eine Maske. Tatsächlich ist das Wort „Persönlichkeit“ von dem lateinischen Wort „*persona*“ abgeleitet, das die Maske oder Verkleidung bezeichnete, die Schauspieler für ihre verschiedenen Rollen auf der Bühne anlegten. Sie erlaubte ihnen, so zu tun, als hätten sie eine andere Identität. In ähnlicher Weise schaffen wir uns „Masken“, um zu verstecken, wer wir zu sein glauben.

Die meisten Menschen gehen davon aus, dass unsere individuellen Sichtweisen, persönlichen Vorlieben, vorhersagbaren Reaktionen und Verhaltensmuster irgendwie auf unsere Identität oder unser Temperament hinweisen. Doch könnte es sich dabei nicht genauso gut um ein Ergebnis unserer Überzeugungen handeln? Betrachten Sie dazu folgende Beispiele:

Ist Siena einfach eine schüchterne Person? Warum wählt Mary immer einen Sitzplatz hinten an der Tür zum Saal? Warum fällt es Paul bei Gesprächen schwer, seinem Gegenüber in die Augen zu sehen? Warum hat Bill das Bedürfnis, die Socken und Hemden in seinem Wäscheschrank farbig zu sortieren?

Warum fühlt Julie sich verpflichtet, in jeder Arbeitsgruppe ihrer Gemeinde mitzuarbeiten? Warum fühlt Shannon sich auch dann nicht von ihrem Mann geliebt, wenn er liebevoll mit ihr umgeht? Warum muss Karen immer im Mittelpunkt stehen? Könnte es sein, dass diese Verhaltensweisen zumindest teilweise einfach ein Lösungsverhalten sind?

Wir sind, wer wir sind, aber vielleicht möchten wir nicht die sein, die wir zu sein glauben. Es ist möglich, dass zumindest ein Teil unserer äußeren Selbstdarstellung (und unserer inneren Selbstwahrnehmung) nur ein Versuch ist, etwas zu verbergen, das andere nicht sehen sollen. Vielleicht wurden wir einfach verleitet zu glauben, wir könnten durch ein bestimmtes Verhalten die Probleme „lösen“, die wir mit der Person verbinden, die wir zu sein glauben.

Der „Introvertierte“ zieht sich vielleicht gesellschaftlich zurück, weil er Angst hat, verletzt, schlecht behandelt oder abgelehnt zu werden, und weil er glaubt, dass Rückzug Sicherheit bietet. Der „Extrovertierte“ dagegen kompensiert vielleicht sein verstecktes Gefühl der Wertlosigkeit. Eine umtriebige „Typ A“-Persönlichkeit versucht vielleicht mit aller Kraft, bestimmten Ansprüchen zu genügen, während eine „Typ B“-Persönlichkeit vielleicht einfach aufgegeben hat. In beiden Fällen gibt sich die Person nicht so, wie sie ist, sondern handelt nach dem, was sie glaubt.



KAPITEL 7

Das Prinzip von „Glaube und Überzeugung“

Wir glauben das, wovon wir
überzeugt wurden

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in fünf Teile gegliedert. Der erste Teil ist eine Zusammenfassung der Beziehung zwischen dem, was wir wahrnehmen, fühlen, tun und glauben, und zeigt, dass wir Gottes Perspektive brauchen. Im zweiten Teil betrachten wir unsere erfolglosen Versuche, unsere Überzeugungen selbst zu ändern. Der dritte Teil erklärt, wie wir von etwas überzeugt werden. Der vierte Teil stellt das Prinzip von „Vertrauen und Autorität“ vor. Und im fünften Teil wird erklärt, dass nur der Heilige Geist in der Lage ist, uns von Gottes Perspektive zu überzeugen.



Wir nehmen wahr, fühlen und handeln nach dem, was wir glauben

Bisher haben wir erörtert, warum wir wahrnehmen, was wir wahrnehmen, warum wir fühlen, was wir fühlen, und warum wir tun, was wir tun. Unsere Wahrnehmung über Gott, uns selbst und unsere Welt sowie unsere emotionalen Reaktionen und unser daraus resultierendes Verhalten beruhen alle auf dem, was wir gegenwärtig glauben. Mit anderen Worten: Wir nehmen wahr, fühlen und handeln nach dem, was unserer Überzeugung nach wahr ist.

Wir interpretieren buchstäblich alles durch das, was wir für wahr halten. Wenn also das, was wir glauben, tatsächlich wahr ist, sind wir eher in der Lage, unsere Umgebung *richtig* zu interpretieren, und haben eine zutreffende Perspektive über das, was geschieht. Da wir jedoch verleitet wurden, unwahre Dinge zu glauben, und da wir dazu neigen, die größere Wahrheit und den ewigen Kontext unserer Situation zu übersehen, ist unsere Perspektive in der Regel fehlerhaft oder bestenfalls begrenzt. Unsere fehlerhafte Perspektive muss korrigiert werden, damit wir klar sehen können, und unsere begrenzte Perspektive muss erweitert werden, damit wir das „große Ganze“ wahrnehmen können.

Solange unsere Perspektive nicht mit Gottes Perspektive übereinstimmt, wird das, was wir über die Ereignisse unserer Umgebung *glauben*, uns weiter unnormal reagieren lassen. Unsere fehlerhafte Perspektive wird dazu führen, dass wir uns ständig Sorgen um imaginäre Monster machen, die unter unseren Betten zu lauern scheinen. Und wir werden weiter unter unserem wahrheitsbasierten Schmerz leiden, weil uns Gottes höhere Perspektive für das „große Ganze“ fehlt.

Solange wir Gottes Plan und Seine Verheißungen nicht richtig wahrnehmen können, werden wir versuchen, selbst scheinbar für Gerechtigkeit zu sorgen. Wir werden einfordern, was uns zusteht, Zorn als Mittel der Bestrafung einsetzen und die Schuld für unsere Fehlentscheidungen tragen. Obwohl wir vielleicht in

gewisser Weise selbst nicht mit unseren Entscheidungen einverstanden sind und den aufrichtigen Wunsch haben, unser Verhalten zu ändern, werden wir unser Lösungsverhalten fortsetzen, bis sich unsere Überzeugung ändert. Denn wenn wir verleitet wurden zu glauben, dass bestimmte unangemessene Verhaltensweisen uns bei der „Lösung“ unserer wahrgenommenen Probleme helfen, werden wir uns weiter gedrängt fühlen, an ihnen festzuhalten. Selbst ein höchst unlogisches und unmoralisches Verhalten wird verlockend und lohnend *erscheinen*, wenn wir glauben, dass wir dadurch die Probleme beheben können, mit denen wir uns konfrontiert sehen.

Unsere Wahrnehmungen, Emotionen und Verhaltensweisen sind nicht das eigentliche Problem

Wir nehmen wahr, was wir wahrnehmen, wir fühlen, was wir fühlen, und wir handeln nach dem, was wir glauben. Wenn wir sowohl in unserem Verstand als auch in unserem Herzen von der Wahrheit überzeugt wären, würden wir – wie Jesus – „klar“ sehen, emotional normal auf die Ereignisse unseres Lebens reagieren, aus den richtigen Beweggründen handeln und gute Entscheidungen folgen lassen, alles wie von selbst und ohne eigene Anstrengung. Alle diese „Früchte“ sind ein sichtbarer Beweis, dass wir in der Wahrheit leben. Da unsere Perspektive aber nicht immer genau mit Gottes Perspektive übereinstimmt, interpretieren wir die Ereignisse unseres alltäglichen Lebens falsch, was unmittelbar zu einem gewissen emotionalen Schmerz führt und uns zu Verhaltensweisen verleitet, die nicht dem entsprechen, wer wir in Ihm sind.

Statt unsere fehlerhafte und begrenzte Perspektive, den dadurch hervorgerufenen emotionalen Schmerz und die daraus folgenden unerwünschten Verhaltensweisen negativ aufzufassen, sollten wir verstehen, dass auch sie zu den „allen Dingen“ gehören, die Gott zum Guten für uns wirken lässt (Römer 8,28). Auch wenn sie unangenehm sind und Sie beeinträchtigen, weisen sie auf eine größere, wichtigere Sache hin: dass Sie Seine Perspektive brauchen.

Und auch die Erkenntnis, dass Sie Seine Perspektive brauchen, ist nichts Schlechtes. Diese Erkenntnis ist gut und sogar entscheidend! Sie ist der erste Schritt, um das zu bekommen, was Sie brauchen. Wenn wir den aufrichtigen Wunsch haben, die Wahrheit zu erkennen, müssen wir zuerst in der Lage sein, wahrzunehmen und ehrlich zuzugeben, wo wir sie nötig haben. Am Anfang mag das schwerfallen, doch solange Sie nicht wahrnehmen und anerkennen, dass Sie Seine Perspektive brauchen, werden Sie sich wahrscheinlich nicht auf das wahre Problem konzentrieren.

Die Tatsache, dass Sie Ihre Situation falsch interpretieren, nicht im vollen Umfang erkennen, wer Gott wirklich ist, und nur lückenhaft verstehen, wer Sie in Ihm sind, hat weitreichende Konsequenzen. Doch das ist nicht das eigentliche Problem. Der emotionale Schmerz, den Sie spüren und ausdrücken, ist unangenehm und kann sogar lähmend erscheinen, aber er ist nicht das eigentliche Problem. Auch wenn ein ungesundes, unrechtes Verhalten falsch ist und vermieden werden sollte, sollten Sie es auch als ein Symptom für das Problem betrachten und nicht als das Problem selbst. Ihre Perspektive, Ihre Gefühle und Ihr Verhalten sind symptomatisch für das zugrundeliegende Problem falscher Überzeugungen. Sie weisen einfach auf die Tatsache hin, dass Ihnen Gottes Perspektive fehlt.



Die Wahrheit bleibt die Wahrheit, was immer wir auch glauben

Es ist wichtig, in Erinnerung zu behalten, dass Ihre Wahrnehmungen, Gefühle und Verhaltensweisen nicht (in keiner Weise jemals) genau oder verlässlich beschreiben, was *tatsächlich* wahr ist. Die Wahrheit ist die Wahrheit, was immer Sie auch glauben mögen; und das bedeutet zugleich, dass die Wahrheit auch unabhängig von Ihrer Perspektive, Ihren Gefühlen oder Ihren Entscheidungen die Wahrheit ist. Nur weil etwas wahr erscheint, sich wahr anfühlt oder anscheinend wahr ist, heißt das nicht, dass es tatsächlich wahr ist. Es bedeutet nur, dass Sie glauben, dass es wahr ist. Die Wahrheit ist eine Sache, Ihre Überzeugungen, Wahrnehmungen, Gefühle und Verhaltensweisen sind etwas ganz anderes. Ihre Überzeugungen können gelegentlich der Wirklichkeit entsprechen, aber beide sind ganz unabhängig voneinander.

Ein Beispiel: Gott liebt Sie so sehr, dass Er Seinen Sohn sandte, um die brutale Strafe auf sich zu nehmen, die Sie verdient hätten (Johannes 3,16; Römer 6,23). Diese Tatsache ist wahr, ganz gleich was Sie denken, wahrnehmen, fühlen oder tun. Die Wahrheit ist die Wahrheit. Wenn die Tatsache des selbstlosen Opfers Christi in Ihrem Leben nicht wahr zu sein *scheint* oder sich nicht wahr *anfühlt*, zeigt es, dass Sie noch nicht vollständig glauben, dass sie wahr ist. Ihre Überzeugungen haben keinen Einfluss auf die Wahrheit, aber sie haben enorme Auswirkungen auf Ihre Erfahrung der Wahrheit. Die Wahrheit wird sich für Sie nicht völlig wahr *anfühlen* oder wahr zu sein *scheinen*, bis Sie vollständig glauben, dass sie wahr ist.

Als Reaktion darauf fühlen einige sich genötigt, ihre Wahrnehmungen, Gefühle oder Verhaltensweisen zu ignorieren, um sich stattdessen auf die Wahrheit zu fokussieren. Doch wer diese Strategie anwendet, untergräbt unwissentlich Gottes Plan und Absicht. Statt unsere Wahrnehmungen, Gefühle und Handlungsweisen zu ignorieren, sollten wir sie beachten und verstehen, dass sie uns oft genauer zeigen, was wir tatsächlich glauben, als wir es uns eingestehen möchten. Wie gesagt: Wir können uns nicht darauf verlassen, dass sie die Wahrheit genau abbilden; wir können uns aber absolut darauf verlassen, dass sie ausdrücken, was wir glauben. Deshalb tun wir gut daran, die Auswirkungen unserer Überzeugungen nicht zu ignorieren oder zu verurteilen, sondern sie ehrlich in den Blick zu nehmen, um festzustellen, ob wir in der Wahrheit leben und handeln oder ob wir Gottes Perspektive brauchen.

Unser wirkliches Problem ist die Tatsache, dass uns Gottes Perspektive fehlt

Was immer Sie wahrnehmen, fühlen oder tun: Die Wahrheit ist das, was Sie wirklich brauchen. Ihre begrenzte Perspektive muss erweitert und Ihre fehlerhafte Perspektive korrigiert werden. Es geht darum, dass Sie sich selbst, Ihre Situation und Gott mit Seinen Augen sehen.

Betrachten Sie dazu folgende Illustration:

Wenn ich versehentlich eine Brille in der falschen Sehstärke aufsetzen würde, wäre mein Sehvermögen noch stärker beeinträchtigt, ich würde Kopfschmerzen bekommen und könnte viele einfache, aber wichtige Aufgaben nur noch mit Mühe erledigen. Das Tragen einer falschen Brille hat also sehr reale lähmende und schmerzhaft Folgen, die aber nicht das eigentliche Problem darstellen. Es wäre ein Fehler, wenn ich mich auf die Linderung dieser Symptome konzentrieren würde, indem ich meine Augen stärker zu fokussieren versuche, Medikamente gegen die pochenden Kopfschmerzen einnehme und Aufgaben wie Kochen, Rasenmähen oder Autofahren zu erledigen versuche, ohne klar sehen zu können. Es wäre aber auch ein Fehler, mein Problem auf das Tragen der falschen Brille zurückzuführen. Denn wenn ich sie abnehmen würde, könnte ich immer noch nicht richtig sehen! Das eigentliche Problem ist, dass ich die richtige Brille brauche. Sobald ich die problematische Brille gegen meine richtige austausche, ist mein Sehvermögen wiederhergestellt, die Schmerzen lassen nach und ich kann ohne Einschränkung tun, was gerade nötig ist. Jede dieser beeinträchtigenden Folgen wird automatisch beseitigt, sobald ich die richtige Brille trage. Statt also zu versuchen, die negativen Auswirkungen der falschen Brille zu lindern, sollte ich sie als Symptome meines eigentlichen Problems betrachten: dass ich die richtige Brille benötige.

In ähnlichem Sinne müssen wir also zuerst feststellen, was unser wirkliches Problem ist, bevor wir auf eine Lösung hoffen können. Unsere Unfähigkeit, die Wahrheit richtig wahrzunehmen, die schmerzhaften Emotionen, die wir zwangsläufig zu ertragen haben, und unsere unerwünschte Neigung zu unlogischen und moralisch falschen Verhaltensweisen sind zwar zweifellos *problematisch*; wichtiger ist jedoch, dass sie auch *symptomatisch* sind. Sie sind Symptome dafür, dass uns Gottes Perspektive fehlt, und sollen uns motivieren, in Seine Richtung zu schauen.

Die Konsequenzen dieser Symptome werden dadurch natürlich nicht verringert, denn die konkreten Auswirkungen unserer begrenzten und fehlerhaften Perspektive, unseres emotionalen Schmerzes und unserer problematischen Verhaltensweisen sind nicht zu unterschätzen. Der Schmerz, den wir fühlen, ist sehr real und hat Auswirkungen auf unser Leben, die sich nicht bestreiten lassen. Unser Verhalten hat sowohl unmittelbare als auch dauerhafte Konsequenzen. Doch es sind, wie gesagt, Symptome für das eigentliche Problem unserer falschen „Brille“.

Wenn es uns nur darum geht, uns „besser“ zu *fühlen* oder „besser“ *klarzukommen*, verfehlen wir das Ziel und bringen uns um das, was wir wirklich brauchen, während wir weiter versuchen, aus unseren bisherigen Möglichkeiten das Beste zu machen. Aber das ist genauso unlogisch und unproduktiv wie der Versuch, unsere Lebensqualität zu verbessern, während wir die falsche Brille tragen.

Wenn wir den Zusammenhang zwischen unseren Wahrnehmungen, Gefühlen, Verhaltensweisen und Überzeugungen richtig verstehen, können wir uns auf die Ursache des Problems konzentrieren, statt uns mit der Behandlung von Symptomen abzumühen. Statt so zu tun, als würden wir die Wahrheit glauben, indem wir schmerzhaft Emotionen zu lindern und suboptimale Verhaltensweisen zu korrigieren versuchen, konzentrieren wir uns besser auf das zugrundeliegende Problem, auf das die Symptome uns aufmerksam machen sollen.

Ihre begrenzte und fehlerhafte Perspektive über Sie selbst, über Gott und über Ihre Umgebung ist nicht

das eigentliche Problem, genauso wenig wie die schmerzhaften Gefühle, die Sie spüren, oder die unguten Verhaltensweisen, zu denen Sie sich gedrängt fühlen. All das zeigt einfach, dass Sie Gottes Perspektive brauchen. Wir glauben, dass Sie in scheinbar verwirrenden, chaotischen und düsteren Situationen Klarheit, Sinn, Mitgefühl und Hoffnung finden, wenn Sie das Leben durch die Linse der Perspektive Gottes betrachten.

Wenn sich die Wahrheiten, die Sie in der Bibel lesen, also nicht wahr anfühlen oder nicht wahr zu sein scheinen, dann brauchen Sie Gottes Perspektive. Wenn Sie in irgendeiner Weise Angst, Stress, Sorge oder Furcht spüren, brauchen Sie Seine Perspektive. Wenn es Ihnen (auch nur im geringsten) schwerfällt, Traurigkeit, Trauer, Enttäuschung, Bedauern oder Zorn loszulassen, brauchen Sie Gottes Perspektive. Wenn Sie Schwierigkeiten haben, Dinge zu tun, von denen Sie wissen, dass sie nötig wären, brauchen Sie Seine Perspektive. Wenn Sie sich zu Verhaltensweisen gedrängt oder hingezogen fühlen, von denen Sie wissen, dass Sie sie unterlassen sollten, brauchen Sie Seine Perspektive. Und wenn nichts von alledem auf Sie zuzutreffen scheint, dann brauchen Sie *definitiv* Seine Perspektive!



Wir alle brauchen Gottes Perspektive, aber vielleicht wissen wir nicht, wie wir sie bekommen können

Dies ehrlich zuzugeben, empfinden wir oft als herausfordernd oder sogar als kontraintuitiv (besonders wenn wir die Wahrheit vom Verstand her schon kennen), doch das ist nur der erste Schritt auf diesem Weg. Sie erinnern sich sicher: Wenn wir mit einem scheinbar ungelösten Problem konfrontiert sind, suchen wir nach einer Lösung, und wenn wir die von Gott beabsichtigte Lösung nicht sehen können, versuchen wir normalerweise, das Problem selbst zu lösen. Diese Dynamik gilt auch für unser aktuelles Thema. Wenn wir erkennen, dass wir Gottes Perspektive brauchen, werden wir immer das tun, was nach unserer *Überzeugung* am ehesten zum Ziel führt. Auch hier müssen wir die von uns gewählte Strategie ehrlich prüfen, um festzustellen, ob sie tatsächlich zielführend ist.

Was tun Sie zum Beispiel, wenn Sie merken, dass ein Bibelvers sich nicht wahr *anfühlt* oder Ihnen nicht wahr *erscheint*? Wie reagieren Sie normalerweise, wenn plötzlich schmerzhaft Gefühle hochkommen? Wie gehen Sie mit Situationen um, bei denen Sie sich zornig, traurig oder enttäuscht fühlen? Was tun Sie, wenn Sie sich zu einem unangemessenen Verhalten gedrängt fühlen?

Wie gehen Sie mit dem inneren Widerstand oder Zögern um, den Sie bei dem Gedanken spüren, anderen Ihren Glauben zu bezeugen? Was tun Sie, wenn es Ihnen schwierig und herausfordernd erscheint, Gottes Wort zu befolgen? Wie sind Sie mit Bereichen in Ihrem Leben umgegangen, in denen Sie mehr Frieden, Freude, Liebe oder Geduld gebrauchen könnten?

Jede dieser Situationen zeigt, dass Sie vor allem Gottes Perspektive brauchen. Wie sind Sie bisher meist damit umgegangen? Hat die von Ihnen gewählte Methode bisher durchgängig funktioniert? Hat sie zu einer bleibenden Veränderung Ihrer Überzeugungen, Sichtweisen, Emotionen und Verhaltensweisen geführt? Wenn ja, müssen Sie dann irgendetwas tun, um diese Veränderung aufrechtzuerhalten? Wenn Sie die gewählte Methode aufgeben würden, hätte es dann zur Folge, dass die schmerzhaften Emotionen wieder auftauchen, die negativen Gedanken zurückkehren und der Drang zu bestimmten Verhaltensweisen sich wieder verstärkt? Wenn ja, würden wir sagen, dass Ihre gewählte Methode nicht wirklich verändert, was Sie für wahr halten. Vielleicht ist es Ihnen gelungen, Ihre Stimmung oder Ihr Verhalten zu verändern, doch die zugrundeliegenden Überzeugungen sind offenbar unverändert geblieben, und das bedeutet, dass Sie nach wie vor Gottes Perspektive brauchen.

In den Jahren meiner Beratungstätigkeit vor der Entwicklung von TPM bin ich immer wieder auf dieses Problem gestoßen. Die Menschen, denen ich dabei begegnete, verstanden schließlich, dass ihr Schmerz durch die Lügen verursacht wurde, die sie glaubten, und dann war ihnen schnell klar, dass sie die Wahrheit brauchten. Aber genau hier verlangsamten sich unsere Fortschritte enorm.

In diesen frühen Jahren wusste ich im Grunde, wo das Problem lag: Sie glaubten eine Lüge, und die Lösung bestand darin, ihr fehlerhaftes Denken durch die Wahrheit zu korrigieren. Doch ich ging (wie auch viele andere) von der falschen Annahme aus, dass es meine Aufgabe sei, irgendwie ihre Überzeugung zu verändern. Ich teilte ihnen also die Wahrheit mit, erklärte sie ihnen anhand der Bibel, gab ihnen einige praktische Strategien an die Hand und ermutigte sie zu der „Entscheidung“, ihre Gefühle zu leugnen und das zu glauben, was die Bibel sagte.

Um ihnen diese Vorgehensweise verständlich zu machen, griff ich auf eine Analogie zurück, die etwa so lautete: FAKT, GLAUBE, GEFÜHL. Ich empfahl ihnen, sich im ersten Schritt auf die FAKTEN zu konzentrieren, die in der Bibel zu finden sind. Dann sollten sie sich *entscheiden*, die Wahrheit durch den GLAUBEN *anzunehmen*. Und dann erwarteten wir, dass sich diese „Veränderung“ mit der Zeit in ihren GEFÜHLEN zeigen würde. Doch wie wir in Kürze zeigen werden, hatte diese Strategie einen entscheidenden Fehler.

Damals verstand ich noch nicht, warum diese Strategie bei den Menschen, denen ich zu helfen versuchte, nicht konstant funktionierte. Die Tatsache, dass die meisten von ihnen die Wahrheit schon mit dem Verstand begriffen hatten, verwirrte mich nur noch mehr. Denn verstandesmäßig wussten sie, dass ein kleines Kind niemals für einen erlittenen Missbrauch verantwortlich ist, dass weder das traumatische Erlebnis noch die Erinnerung daran tatsächlich tödlich waren (sie hatten ja offensichtlich überlebt) und dass der Herr tatsächlich für Gerechtigkeit sorgen würde. Sie waren in der Lage zu sagen: „Ich bin nicht schmutzig“, „Ich bin nicht mehr dort“, „Ich bin nicht allein“, „Der Herr war bei mir“, „Ich bin wertvoll“, „Es war nicht meine Schuld“; doch sobald sie sich wieder an den Missbrauch erinnerten, war es, als hätten sie die Wahrheit irgendwie „vergessen“. (An diesem Punkt griff ich auf den Ansatz „FAKT, GLAUBE, GEFÜHL“ zurück und hoffte auf das Beste).

Diese Menschen wollten wirklich glauben, was sie da aussprachen. Sie lernten diese Sätze auswendig, zitierten sie für sich selbst und für andere und übten sich darin, so zu leben, als würden sie diese Wahrheiten glauben (in der Hoffnung, dass es eines Tages bei ihnen „klick“ machen würde). Doch so oft sie die Wahrheit auch hörten, glaubten sie sie nur mit ihrem Verstand. Sie lasen sie, wiederholten sie, lernten sie auswendig, zitierten sie, handelten danach und gaben ihr Bestes. Doch nichts von alledem hatte bleibende Auswirkungen

auf das, was sie in ihrem Herzen glaubten. Der Schmerz war immer noch da, ihre Perspektive hatte sich nicht geändert und die Lügen fühlten sich immer noch wahr an.

Erst später wurde mir klar, warum sie so zu kämpfen hatten. Ohne es zu wissen, versuchten wir, außerhalb der Schöpfungsordnung Gottes zu handeln. Er hat uns nicht so geschaffen, dass wir etwas glauben, indem wir uns einfach dazu entscheiden oder es zu glauben versuchen. Nach Gottes Schöpfungsordnung glauben wir etwas, weil wir überzeugt wurden, es zu glauben. Und nichts von allem, was ich diesen Menschen sagte, konnte ihre Herzen überzeugen, meinen Worten zu glauben. Ich konnte ihnen nur Worte bieten, während ihre Überzeugungen in ihren eigenen Erfahrungen verwurzelt waren. Sie mussten die Wahrheit von jemandem hören, der überzeugender war als ich. Sie mussten durch die Erfahrung einer eigenen Begegnung mit dem Geist der Wahrheit überzeugt werden (Johannes 16,13).

Wir entscheiden uns nicht, Gottes Perspektive einzunehmen, sondern wir empfangen sie

Viele versuchen ihren Mangel an Gottes Perspektive dadurch zu beheben, dass sie sich „entscheiden, die Wahrheit zu glauben“. Befürworter dieser Methode behaupten, dass das Problem bei uns liegt. Sie behaupten, dass wir einfach bessere Glaubensentscheidungen treffen müssen; wir müssen ignorieren, was sich für uns wahr *anfühlt* oder wahr zu sein *scheint*, und uns „entscheiden“, die Wahrheit zu glauben; wir müssen uns „entscheiden“, Gott zu vertrauen; und wir müssen uns „entscheiden“, uns auf sein Wort zu verlassen. Auf den ersten Blick scheinen diese Ansätze einfach und logisch zu sein, aber sie haben alle denselben entscheidenden Fehler: Ihre Umsetzung ist unmöglich.

Zur Veranschaulichung, dass es wirklich unmöglich ist, etwas durch eine bloße Entscheidung zu glauben, schlagen wir Ihnen vor, es einmal auszuprobieren. Nehmen Sie sich beim Lesen jetzt einen Moment Zeit und *entscheiden* Sie sich *zu glauben*, dass zwei plus zwei fünf ist. Nur zu, wir warten eine Weile... Wenn es nicht geklappt hat, versuchen Sie es noch einmal. Treffen Sie bewusst die Entscheidung, zu glauben, dass zwei plus zwei fünf ist. Schreiben Sie es auf, lernen Sie es auswendig und benutzen Sie dazu vielleicht die eingängige Melodie von „Jesus liebt mich!“

*„Zwei plus zwei ist fünf, nicht vier;
was früher galt, stimmt heut nicht mehr.
Ich selbst entscheide, was ich mein‘:
blau ist nun pink und groß ist klein.“*

Wenn das Singen dieser neuen mathematischen „Wahrheit“ nicht geholfen hat, bitten Sie doch ein paar Freunde, Ihre Fortschritte zu überprüfen. Glauben Sie die mathematische Gleichung jetzt? Wirklich? Sie können natürlich so tun, als würden Sie sie glauben, aber stimmt das wirklich? *Scheint* diese Gleichung wirklich wahr zu sein? Wahrscheinlich nicht.

Vielleicht denken Sie jetzt: „Es ist ja klar, dass ich nicht einfach per Entscheidung glauben kann, dass zwei plus zwei fünf ist; ich weiß ja schon, dass zwei plus zwei vier ist. Warum soll ich mich entscheiden, etwas zu glauben, von dem ich weiß, dass es falsch ist?“ Zum Teil stimmen wir dieser Überlegung zu. Keiner von uns kann entscheiden, etwas zu glauben, das dem widerspricht, was wir gegenwärtig für wahr halten.

Aber das ist genau der Punkt! Dass wir uns nicht einfach „entscheiden“ können, etwas zu glauben, liegt unter anderem daran, dass wir bereits überzeugt sind, dass etwas anderes wahr ist. Sie kennen diese einfache mathematische Wahrheit und können deshalb nicht beschließen, etwas zu glauben, das ihr widerspricht.

Auf der anderen Seite können Sie auch nicht einfach beschließen, nicht mehr zu glauben, dass zwei plus zwei vier ist. Etwas durch bloße Entscheidung nicht zu glauben, ist genauso unmöglich, wie der Versuch, durch bloße Entscheidung anzufangen, etwas zu glauben. Sie haben nicht beschlossen zu glauben, dass zwei plus zwei vier ist, und Sie entscheiden nicht, an dieser Überzeugung festzuhalten. Diese Funktionsweise unseres Verstandes hat Gott in uns angelegt. Was immer wir glauben, glauben wir nicht aufgrund einer bloßen Entscheidung.

Genauso wie Sie nicht einfach beschließen können, Ihren Glauben an eine einfache mathematische Gleichung zu ändern, können Sie auch nicht einfach „entscheiden zu glauben“, dass die Heilige Schrift wahr ist. Wie sehr Sie sich auch wünschen mögen, die Wahrheit zu glauben, und wie sehr Sie sich auch anstrengen: All Ihre Bemühungen, Ihre Anstrengungen und Ihre Entschlossenheit werden nicht dazu führen, dass Sie die Wahrheit in Ihrem Herzen glauben. Auch wenn Sie es in bester Absicht versuchen und Ihr Wunsch aufrichtig ist, müssen Sie sich die Ergebnisse Ihrer Bemühungen ehrlich eingestehen.



Wir „beschließen“ nicht, Lügen zu glauben, und wir können nicht „beschließen“, die Wahrheit zu glauben

Betrachten Sie zur weiteren Veranschaulichung Ihre eigenen Überzeugungen. Wenn es Ihnen je so *scheint* oder sich so *anfühlt*, als wäre Ihre Situation außer Kontrolle, ist das ein Hinweis auf das, was Sie in Ihrem Herzen glauben. Aber *entscheiden* Sie in einem solchen Moment, zu *glauben*, dass Ihre Situation außer Kontrolle ist? Nein. Gab es in Ihrem Leben irgendwann einen Moment, in dem Sie *entschieden haben zu glauben*, dass Ihre Situation außer Kontrolle ist? Wahrscheinlich nicht. Und wenn Sie versuchen würden zu entscheiden, dass Sie nicht mehr glauben, dass Ihre Situation außer Kontrolle ist, wäre dann eine Änderung Ihrer Wahrnehmung zu erwarten? Wohl kaum! Sie haben nicht entschieden, ab einem bestimmten Moment an diese Lüge zu glauben; Sie haben nicht entschieden, weiter an sie zu glauben; und Sie können nicht einfach entscheiden, nicht mehr an sie zu glauben.

Sie haben in dem Moment angefangen, die Lüge zu glauben, als Sie davon überzeugt wurden, sie für wahr zu halten; und Sie glauben weiter an die Lüge, weil Sie nach wie vor von ihrer Wahrheit überzeugt sind. Entscheidung und Anstrengung waren dabei überhaupt nicht im Spiel. Wenn überhaupt, können Sie versuchen, sich selbst von einer Wahrheit zu überzeugen, die Sie vom Verstand her schon kennen. So rufen Sie sich vielleicht in Erinnerung, dass Gottes Pläne sich immer erfüllen (Sprüche 19,21), dass Er alles zusammenhält (Kolosser 1,17) und dass er alles zum Guten für Sie wendet (Römer 8,28). Doch wenn Ihre Situation sich immer noch so *anfühlt* oder Ihnen so *erscheint*, als wäre sie außer Kontrolle, dann ist Ihre Herzensüberzeugung unverändert geblieben. Ihnen fehlt immer noch Seine Perspektive.

Wir müssen ehrlich prüfen, was das Ergebnis unserer Bemühungen ist

Betrachten Sie noch einmal die von Gott geschaffenen Überzeugungsindikatoren. Was *fühlt* sich wahr

an? Was scheint wahr zu sein? Welche Emotionen spüren Sie? Zu welchem Verhalten werden Sie motiviert? Wo spüren Sie einen Widerstand oder ein Zögern, etwas zu tun? Ihre ehrlichen Antworten auf diese Fragen bieten eine verlässliche Beschreibung für das, was Sie glauben. Wenn diese Indikatoren unverändert sind, nachdem Sie versucht haben, sich selbst von der Wahrheit zu überzeugen, dann funktioniert Ihr Ansatz nicht.

Sie können Gottes Perspektive nicht einfach dadurch gewinnen, dass Sie sich dazu entscheiden. Er muss sie Ihnen als Geschenk zuteilen. Das wird im Brief des Apostels Paulus an die Epheser deutlich. Nachdem er fünfzehn Verse lang herrliche Wahrheiten darüber verkündet hat, wer sie in Christus sind, stellt er fest, was sie noch brauchen: Dass Gottes Geist die Augen ihres Herzens öffnet und ihnen einen Geist der Weisheit und Offenbarung gibt, damit sie glauben. Er schreibt:

[Ich höre] nicht auf, für euch zu danken, und ich gedenke euer in meinen Gebeten, dass der Gott unseres Herrn Jesus Christus, der Vater der Herrlichkeit, euch gebe den Geist der Weisheit und Offenbarung in der Erkenntnis seiner selbst. Er erleuchte die Augen eures Herzens, damit ihr wisst, was die Hoffnung seiner Berufung, was der Reichtum der Herrlichkeit seines Erbes in den Heiligen und was die überragende Größe seiner Kraft an uns, den Glaubenden, ist, nach der Wirksamkeit der Macht seiner Stärke (Epheser 1,15-19).

Wir müssen die Früchte unserer Bemühungen ehrlich beurteilen und uns eingestehen, dass wir eine bessere Lösung brauchen. Wir können uns nicht einfach *entscheiden*, Gottes Perspektive zu übernehmen. Solange wir das nicht wirklich begreifen, werden wir weiter vergeblich versuchen, unsere Herzensüberzeugungen durch Anstrengung, Entschlossenheit, Willenskraft und bewusste Entscheidungen zu ändern – bis der Herr wiederkommt oder bis wir die Vergeblichkeit unseres Handelns erkennen.

Wir hoffen, dass Sie in dieser Frage heraushören können, was unser Herzensanliegen ist. Denn das ist wahrlich keine Kritik an den Motiven, die jemand haben mag. Alle Glaubenden haben das tiefe Bedürfnis, die Wahrheit sowohl mit dem Verstand als auch mit dem Herzen zu erkennen. Genau dazu befähigt uns unsere geistliche Geburt! Wir alle geben unser Bestes, um Seine Wahrheit zu erkennen und Seine Perspektive zu bekommen, aber wir müssen ehrlich prüfen, ob unsere Taktik uns wirklich zum Ziel führt. Wenn unsere bisherigen Methoden nicht zu einer echten und bleibenden Transformation unserer Herzensüberzeugungen führen, müssen wir nach einer anderen Strategie suchen. Wie Sie bald sehen werden, hat Gott glücklicherweise einen besseren Weg für uns vorbereitet, indem Er Seinen Geist sandte!



Unsere Erfahrungen haben uns von dem überzeugt, was wir glauben

Stellen Sie sich vor, dass Sie mit einem Freund einen Camping-Ausflug machen. Während Sie Ihr Zelt aufbauen, hören Sie ihn plötzlich schreien. Kurz darauf läuft Ihr Freund auf Sie zu und berichtet aufgeregt,

dass er gerade ein großes haariges Geschöpf gesehen hat, das er für „Bigfoot“ hält. Keuchend fügt er hinzu: „Es war riesig! Es ging auf zwei Füßen und hatte große Klauen und ein affenartiges Gesicht.“ Sie haben keinen Grund an seiner Aufrichtigkeit zu zweifeln, aber Sie haben das Wesen nicht selbst gesehen und denken, dass er sich geirrt haben muss. Nachdem Sie Ihren erschrockenen Freund beruhigt haben, machen Sie sich wieder an die Arbeit und bauen Ihr Zelt auf.

Später an diesem Abend suchen Sie nach einer geeigneten Stelle in der Natur, wo Sie Ihr Geschäft verrichten können, als Sie plötzlich einen ungewöhnlichen Tierlaut vernehmen. Sofort richten Sie Ihre Taschenlampe auf den Pfad vor Ihnen und sind geschockt über den Anblick, der sich Ihnen bietet! Ein zweieinhalb Meter großes, dunkles, haariges Geschöpf steht auf seinen Hinterbeinen und fuchtelt mit den Vordertatzen durch die Luft. Es stößt ein Gebrüll aus, das Ihnen das Blut in den Adern gefrieren lässt, und fletscht seine scharfen Zähne. Vor Furcht wie gelähmt können Sie nur noch das Wort „Bigfoot“ flüstern, bevor die große Kreatur sich abwendet und in den Wald zurückläuft. Ihre Zweifel sind verflogen. Nun sind Sie restlos überzeugt, dass Bigfoot wirklich existiert!

Bis zu dieser unheimlichen Begegnung im Wald waren Sie aufgrund Ihrer Lebenserfahrung überzeugt, dass „Bigfoot“ nur das Hirngespinnst mancher Leute ist. Doch als Sie selbst mit dieser riesigen Kreatur konfrontiert wurden, änderte sich Ihre Überzeugung. Durch diese Erfahrung überzeugt, glauben Sie nun, dass Bigfoot tatsächlich existiert. Sie haben sich nicht dazu entschieden oder auch nur darüber nachgedacht, es zu glauben, sondern wurden durch Ihre Erfahrung augenblicklich davon *überzeugt*.

Alles, was Sie zurzeit glauben, wird durch irgendeine Erfahrung gestützt. Doch nicht alle Erfahrungen haben dasselbe Gewicht. Den entsetzten Bericht Ihres Freundes zu hören, genügte nicht, um Zweifel an dem zu wecken, was Sie bisher gelernt hatten. Ihr Freund erzählte von seiner Begegnung mit „Bigfoot“, aber das, was er sagte, überzeugte Sie nicht. Sie wurden auf die *potentielle* Existenz der Kreatur aufmerksam gemacht, aber Sie waren nicht von ihrer Echtheit überzeugt. Erst nach der direkten Begegnung im Wald glaubten Sie tatsächlich!

In diesem Sinn beruht alles, was Sie heute glauben, auf früheren Erfahrungen. Irgendwann in Ihrem Leben haben Sie etwas gehört, gesehen, gefühlt, gerochen, geschmeckt oder auf andere Weise erfahren, das Sie veranlasst hat, all das zu glauben, wovon Sie heute überzeugt sind. Genauso wie Sie aufgrund Ihrer schulischen Erfahrung glauben, dass „zwei plus zwei gleich vier“ ist, wissen Sie durch frühere Erfahrungen, wie man sich die Schuhe zubindet, die Zähne putzt oder die Hände wäscht. Sie wissen, wie man bestimmte Arbeiten in Ihrem Beruf ausführt, weil Sie bei Ihrer Ausbildung entsprechende Erfahrungen gesammelt haben. Sie kennen das Geräusch von Fingernägeln auf einer Schultafel, den Geruch von frisch gebackenem Brot und das Gefühl einer weichen Wolldecke, weil Sie entsprechende Erfahrungen gemacht haben.

Das soll nicht heißen, dass Sie etwas nur dann wissen können, wenn Sie es aus eigener Anschauung persönlich erlebt haben. Sie müssen den Grand Canyon oder den Eiffelturm oder den Mond nicht persönlich aufsuchen, um von diesen Orten zu wissen. Denn Sie können natürlich sehr viel lernen, indem Sie einfach ein Buch lesen; es ist jedoch Ihre *Erfahrung* mit diesem Buch, die Sie überzeugt, das Gelesene zu glauben. Solange Ihre Augen nicht auf die gedruckten Buchstaben der aufgeschlagenen Seiten fallen (oder Ihre Ohren hören, wie sie vorgelesen werden), kann das Buch Sie von gar nichts überzeugen.

Auch Ihre Überzeugungen und Wahrnehmungen zu wichtigeren Fragen wie Ihrem Wert, Ihrer Bestimmung und Ihrer Identität sowie Ihrer Auffassung über Gott und sein Wirken in Ihrem Leben sind in den Erfahrungen verwurzelt, die Sie gemacht haben. Jede Überzeugung, die Sie heute mit dem Verstand und

mit dem Herzen glauben, wird durch eine Erfahrung (oder viele Erfahrungen) gestützt und erklärt. Diese Erfahrungen haben Sie zu der Überzeugung geführt, dass das, was Sie heute glauben, wahr ist, und sie dienen nun als Beweis für Ihre aktuelle Perspektive.

Unsere Erfahrungen veranlassen uns jedoch, sowohl wahre als auch unwahre Dinge zu glauben. Durch vieles, was wir erlebt haben, wurden wir verleitet, Lügen zu glauben, und wir werden erst dann wissen, was wahr ist, wenn wir die Wahrheit erfahren haben. Wir glauben, was wir glauben, aufgrund der Erfahrungen, die wir gemacht haben.

Dieser Zusammenhang ist intuitiver, als es zunächst den Anschein hat. Betrachten Sie folgende Beispiele:

Rhonda glaubt, dass sie eine fantastische Gesangsstimme hat.

Warum? Weil sie in ihrer Kindheit immer für ihre Stimme gelobt wurde.

Charles glaubt, dass er das Recht hat, zu tun, was immer er will.

Warum? Weil seine Eltern ihn verwöhnten und keine Regeln durchsetzten.

Shelby glaubt, dass Sushi eklig ist.

Warum? Weil sie eine Lebensmittelvergiftung bekam, als sie zum ersten Mal Sushi aß.

Kevin glaubt, dass er nichts richtig machen kann.

Warum? Weil sein Vater seiner Arbeit immer kritisch gegenüberstand.

Rachael glaubt, dass sie dünn sein muss, um akzeptiert zu werden.

Warum? Wegen der verletzenden Worte von Mitschülern, die sie in ihrer Kindheit mobbten.

Tyler glaubt, dass Gott unnahbar und ungerecht ist.

Warum? Weil sein älterer Bruder durch einen betrunkenen Autofahrer getötet wurde.

Joe glaubt, dass er wertlos ist.

Warum? Weil sein Vater die Familie verließ, als Joe noch ein kleines Kind war.

Für alles, was wir glauben, haben wir einen Grund. Wir haben bestimmte Erfahrungen gemacht, die erklären, warum wir glauben, was wir glauben. In gewisser Weise bestätigen unsere Erfahrungen die Gültigkeit unserer heutigen Perspektive. Sie dienen als Beweis für das, was wir gegenwärtig für wahr halten. Sie dienen als Quelle unserer heutigen Perspektive.

Um dieses Konzept weiter zu veranschaulichen, überlegen Sie einmal, was Sie auf die Frage „*Warum glauben Sie, dass es Gott gibt?*“ antworten würden. Ihre Antwort wird wahrscheinlich eine Kombination aus persönlichen Erfahrungen und den dadurch gelernten Lektionen sein. Ihre Erfahrungen, Lebensereignisse und Erinnerungen bilden die Grundlage für das, was Sie als Beweis für die Existenz Gottes vorbringen. Selbst Aussagen wie „Das steht in der Bibel“ stellen eine Form von Erfahrung dar. Denn woher wollen Sie wissen, was in der Bibel steht, wenn Sie sie nicht vorher gelesen (oder vorgelesen bekommen) haben? Ihre Erfahrung mit dem geschriebenen Wort Gottes unterstützt Ihren Glauben an das, was die Bibel sagt. Darüber hinaus ist die Bibel selbst in gewissem Sinne ein überlieferter Bericht über persönliche Erfahrungen, die Menschen mit Gott gemacht haben.

Ihre gegenwärtige Perspektive ist die Summe Ihrer vergangenen Erfahrungen. Wenn Sie in Ihrem Herzen glauben, dass Gott Sie liebt, beruht diese Überzeugung auf einer Erfahrung, die Sie gemacht haben. Ähnlich ist es, wenn Sie zum Beispiel glauben, wertlos zu sein; auch diese Überzeugung wird durch eine Erfahrung

gestützt. Wenn es so scheint, als wäre Gott distanziert oder nicht an Ihrem Leben beteiligt, beruht diese begrenzte und fehlerhafte Perspektive auf Ihrer persönlichen Erfahrung.

Wir können nicht einfach entscheiden, irgendetwas zu glauben, sondern müssen überzeugt werden. Erst wenn wir etwas sehen, hören oder auf andere Weise erfahren, werden wir veranlasst, es zu glauben. Ohne irgendeine Form der Erfahrung werden wir nicht überzeugt werden und auch nicht glauben. Die Bibel sagt klar: „Wie sollen sie nun den anrufen, an den sie nicht geglaubt haben? Wie aber sollen sie an den glauben, von dem sie nicht gehört haben? Wie aber sollen sie hören ohne einen Prediger?“ (Römer 10,14). Wir können nicht glauben, ohne zuerst zu „hören“. Natürlich kann das bloße Hören uns nicht zum Glauben *veranlassen*; sonst würde jeder, der hört, auch glauben, und wir wissen, dass das nicht stimmt (da brauchen Sie nur Ihren Pastor zu fragen!). Die Erfahrung des „Hörens“ ist aber eine Voraussetzung für den Glauben.

Dieses Konzept veranschaulicht das primäre Problem, um das es hier geht. Wir haben das, was wir „geschmeckt“ und „gesehen“ haben, falsch interpretiert, und das hat uns verleitet zu glauben, dass Gott nicht gut ist (siehe Psalm 34,8). Unsere Lebenserfahrung erlaubt uns nur, uns selbst wie in einem trüben Spiegel „undeutlich“ zu sehen. Das macht es uns unmöglich, in vollem Umfang zu erkennen, wer wir wirklich sind (siehe 1 Korinther 13,12). Unsere Überzeugungen spiegeln wider, was wir erfahren haben; aber sie spiegeln noch nicht die Wahrheit wider.

Wenn wir aufgrund unserer Erfahrungen glauben, was wir glauben, wie können wir dann vorgehen, damit unsere Überzeugungen verändert werden? Wir können nicht rückwirkend die Vergangenheit ändern oder die Erfahrungen abwandeln, auf denen unsere heutigen Überzeugungen beruhen. Unsere Erfahrung ist, was sie ist. Was wir jetzt brauchen, ist eine neue Erfahrung. Wir müssen die Wahrheit in einer Weise erfahren, die uns überzeugt, sodass wir sie glauben.



Wir werden nicht immer absichtlich überzeugt

Wir werden zwar durch unsere Erfahrung überzeugt, etwas zu glauben, aber dieses Ergebnis ist nicht immer beabsichtigt. Oft ziehen wir aus unseren Erfahrungen Lektionen, die nicht absichtlich vermittelt wurden. Wenn ich zum Beispiel zufällig jemand sagen höre, dass er sich beim letzten Besuch in einem lokalen Steakhaus eine schwere Lebensmittelvergiftung zugezogen hat, würde ich vielleicht zögern, das betreffende Restaurant zu besuchen. Diese Person hat nicht versucht, mich von etwas zu überzeugen, denn sie sprach gar nicht mit mir. Ich stand nur zufällig so nahe, dass ich das Gespräch mithören konnte. Dennoch hat mich das, was ich hörte, überzeugt.

Ein weiteres Beispiel: Ein kleines Kind beobachtet die panische Reaktion seiner Mutter auf eine Spinne, die über den Küchentisch krabbelt. „Sienna, pass auf! Hände weg! Sonst krabbelt sie dir gleich über die Finger!“ Das kleine Kind ist nun vielleicht überzeugt, dass man sich vor Spinnen fürchten muss, obwohl das gar nicht die Absicht ihrer Mutter war. Die Absichten der Mutter sind tatsächlich irrelevant, weil nicht sie darüber entscheiden, ob das Kind von irgendetwas überzeugt wird oder nicht. Das kleine Kind wird durch das überzeugt, was es erlebt.

Manchmal geschieht es absichtlich, dass andere uns überzeugen (wie zum Beispiel Lehrer, Prediger oder Politiker). Doch oft werden wir durch Personen von etwas überzeugt, die uns gar nicht „überreden“ wollen. Wenn Menschen absichtlich versuchen, uns von etwas zu überzeugen, heißt das noch nicht, dass es ihnen auch gelingen wird. Andererseits ist es sehr gut möglich, dass wir von Menschen

überzeugt werden, die gar nicht die Absicht hatten, uns zu überzeugen. Auf jeden Fall werden wir nicht durch das überzeugt, was jemand zu uns sagt, sondern durch das, was wir *hören* (durch unsere Interpretation des Gesagten). Nicht die Intentionen einer Person überzeugen uns, sondern unsere Interpretation ihres Verhaltens (das, was ihr Handeln aus unserer Sicht bedeutet). Wir werden nicht immer durch das überzeugt, was am ehesten wahr ist, sondern durch das, was aus unserer Perspektive am ehesten wahr zu sein *scheint*.



Wir werden durch das überzeugt, was uns vertrauenswürdig erscheint und was auf Autorität beruht

Durch Erfahrungen werden wir von dem überzeugt, was wir glauben. Zum Glück überzeugt uns jedoch nicht *alles*, was wir erleben; sonst würden sich unsere Überzeugungen mit jeder neuen Idee oder Perspektive ändern. Doch selbst die Leichtgläubigsten unter uns lassen sich nur zu bestimmten Zeiten von bestimmten Menschen davon überzeugen, bestimmte Dinge zu glauben. Einfach ausgedrückt: Wir lassen uns von dem überzeugen, was uns am überzeugendsten erscheint.

In den meisten Fällen ist uns diese Tatsache intuitiv bewusst. Würden Sie zum Beispiel den Rat von Menschen befolgen, die offensichtlich keine Ahnung haben, wovon sie eigentlich reden? Natürlich nicht. Und selbst wenn jemand Erfahrung zu haben *scheint* und vielleicht einen verlässlichen Rat geben *könnte*, würden Sie ihm trotzdem nicht glauben, wenn Sie den *Eindruck* hätten, dass er lügt. Sie müssen darauf vertrauen können, dass er ehrlich ist, und glauben, dass er genug Autorität in der Sache besitzt, um sich von irgendetwas überzeugen zu lassen. Die Meinung anderer ist nur dann überzeugend, wenn sie vertrauenswürdig zu sein scheint und offensichtlich auf relevanten Erfahrungen und Sachkenntnissen beruht. Dieses Prinzip

bezeichnen wir im Allgemeinen als das „*Prinzip von Vertrauen und Autorität*“.

Um dieses Prinzip zu veranschaulichen, stellen Sie sich vor, Sie wären Richter und sollten in einem Gerichtsverfahren Zeugenaussagen anhören, Beweise prüfen und ein Urteil fällen. Im Grunde müssen Sie als Richter das, was Sie sehen und hören, bewerten und auf dieser Grundlage entscheiden, welche Seite am überzeugendsten argumentiert hat. Ihr Urteil fällen Sie dann zugunsten der Person, die das stärkste Argument gebracht und die überzeugendsten Beweise vorgelegt hat.

Um Ihrer Rolle gerecht zu werden, müssen Sie die Aussagekraft und Glaubwürdigkeit der vorgetragenen Informationen gewichten. Wenn die Beweise und Zeugenaussagen wahrheitsgetreu und relevant erscheinen sowie auf Autorität beruhen, werden Sie wahrscheinlich überzeugt sein, dass die vorgebrachten Behauptungen wahr sind. Wenn Sie jedoch den Eindruck haben, dass die Beweise unzutreffend oder

gefälscht sind und die Zeugen uninformatiert sind oder lügen, weckt dies Zweifel an der Glaubwürdigkeit der Argumentation. Nur das, was sowohl vertrauenswürdig erscheint als auch auf Autorität beruht, wird Sie überzeugen.

Ganz gleich, wie unlogisch, unwahrscheinlich oder unmöglich eine Sache zu sein scheint: Wenn die vorgelegten Beweise zuverlässig sind und schlüssig darauf hindeuten, dass sie tatsächlich passiert ist, werden Sie zwangsläufig glauben, dass sie wahr ist. Wir kennen zum Beispiel die irrwitzigen Geschichten von ungeschickten Kriminellen, die sich in völlig unwahrscheinliche Situationen begeben. Ihnen geht das Benzin aus, kurz nachdem sie ein Auto gestohlen haben; sie werden dabei erwischt, wie sie gestohlenen Schmuck in einem Geschäft verscherbeln wollen, das ausgerechnet von der ausgeraubten Person geführt wird; sie schließen sich versehentlich in dem Banktresor ein, den sie ausräumen wollen; oder sie lassen ihren Ausweis am Tatort fallen. Wenn solche unmöglichen Geschichten durch überzeugende Beweise gestützt werden, werden Sie sie glauben.

Selbst Dinge, die Sie nicht glauben wollen, werden glaubwürdig erscheinen, wenn sie durch hinreichende Beweise gestützt werden. Als Richter schrecken Sie vielleicht vor der entsetzlichen Brutalität zurück, die der Staatsanwalt in seinem Plädoyer gegen den Angeklagten ausführlich darstellt; wenn die Beweise jedoch überzeugend sind, werden Sie überzeugt sein. Vielleicht möchten Sie glauben, dass niemand ein so abscheuliches Verbrechen begehen würde, doch wenn Ihnen genügend Beweise vorgelegt werden, werden Sie zu der Überzeugung kommen, dass die Tat begangen wurde. Auch wenn die Anschuldigungen noch so schlimm oder ernüchternd sind: Wenn die Beweise vertrauenswürdig und stichhaltig sind, können Sie nicht anders, als im Sinne dieser Beweise zu urteilen.

Wir können diese Tatsache gar nicht genug betonen: Was Sie überzeugt, ist die Summe derjenigen Beweise, die Autorität zu besitzen *scheinen* und vertrauenswürdig *wirken*; ob sie tatsächlich „*Autorität besitzen*“ und „*vertrauenswürdig sind*“, ist eine andere Frage. Selbst wenn die gelieferten Beweise unvollständig sind und nur einen Teil der Geschichte belegen oder wenn der Zeuge einfach ein überzeugender Lügner war, sind die gesetzlichen Konsequenzen tragischerweise dieselben wie bei einem echten Vergehen. Ihr Urteil beruht auf den *vorgelegten Beweisen*, nicht auf der *tatsächlichen Wahrheit* des Geschehens! Wenn Sie *glauben*, dass die Informationsquelle „*Autorität besitzt*“, und wenn Sie keinen Grund haben, ihr zu misstrauen, werden Sie überzeugt sein und die Aussage glauben.

Genauso beruhen unsere Überzeugungen auf den stichhaltigsten „Beweisen“, die uns bisher vorgetragen wurden. Unsere Erfahrungen gleichen den Augenzeugen in einem Gerichtssaal, die subjektiv berichten, was wahr zu sein scheint. Ihre Berichte mögen ausführlich und zutreffend sein, aber sehr oft sind sie begrenzt und fehlerhaft. Glauben werden wir jedenfalls der überzeugendsten Erklärung für das, was geschehen zu sein scheint und was diese Erfahrung bedeutet.

Wenn unsere überzeugendsten Erfahrungen zu belegen scheinen, dass wir wertvoll sind, werden wir dies glauben. Vermittelt unsere Erfahrung uns jedoch den Eindruck, wertlos zu sein, wird unser innerer „Richter“ überzeugt sein, dass wir keinen Wert haben. Das liegt daran, dass unsere Erfahrungen auch dann die Grundlage für das bilden, was wir glauben, wenn sie nicht die ganze Geschichte wiedergeben und eine fehlerhafte und unwahre Perspektive vermitteln.

Vielleicht möchten wir nicht alles glauben, was wir glauben, aber wir werden es weiter glauben, wenn die „Beweise“ nahelegen, dass es wahr ist. Sie können genauso wenig entscheiden, sich nicht mehr für wertlos

zu halten, wie Sie aufhören können zu glauben, dass zwei plus zwei vier ist. Sobald Sie von etwas überzeugt sind, werden Sie es solange weiter glauben, bis Ihnen stärkere „Beweise“ vorgelegt werden, die zeigen, dass etwas anderes wahr ist.

Dieses Konzept hilft, die Dynamik des „zwiespältigen Denkens“ oder Zweifels zu erklären, von der im Jakobusbrief die Rede ist (siehe Jakobus 1,8; 4,8). Wenn unser intellektuelles Verständnis im Widerspruch zu dem steht, was wir durch persönliche Erfahrung gelernt haben, sind wir zwiegespalten und zweifeln. Mit dem Verstand wissen wir, was die Bibel sagt, doch wenn unsere Erfahrung etwas anderes bezeugt, als wir gelesen und auswendig gelernt haben, wird unser „Augenzeuge aus erster Hand“ mehr Gewicht zu haben *scheinen*, als die Worte, die wir auf den Seiten der Bibel finden.

Vielleicht können Sie Johannes 3,16 auswendig zitieren, doch wenn Ihre bisherige Erfahrung darauf hindeutet, dass Gott Sie nicht liebt, wird diese gegensätzliche Meinung Ihnen überzeugender erscheinen, und die Wahrheit wird sich für Sie nicht wahr anfühlen. Auch wenn Sie aufrichtig glauben möchten, dass Sie geliebt werden, wird dieser Wunsch wenig oder gar keinen Einfluss auf die „Beweise“ haben, die im „Gerichtssaal“ Ihres Herzens vorliegen. Natürlich wollen Sie nicht glauben, dass Sie nicht liebenswert sind, doch wenn Ihre Erfahrung dafür spricht, wird diese falsche Selbstwahrnehmung Ihnen wahr erscheinen.

Wir sind tatsächlich fähig, die Wahrheit mit dem Verstand zu glauben, während wir im Herzen etwas Gegenteiliges glauben. Vielleicht können Sie 1 Johannes 3,2 zitieren und mit dem Verstand glauben, dass Sie „ein Kind Gottes“ sind, haben aber trotzdem nicht das Gefühl, zur geliebten Familie Gottes zu gehören. Vielleicht können Sie die Worte Jesu zitieren: „Siehe, ich bin mit euch alle Tage bis zum Ende der Welt“ (Matthäus 28,20; EU), aber es gelingt Ihnen nicht, Seine Nähe wahrzunehmen, und vielleicht fühlen Sie sich sogar von Ihm verlassen. Der Bibelvers „Also (gibt es) jetzt keine Verdammnis für die, die in Christus Jesus sind“ (Römer 8,1) ist vielleicht Ihr Lieblingsvers in der Bibel, aber Sie fühlen sich immer noch verurteilt und abgelehnt, bis Sie diese Wahrheit mit dem Herzen glauben.

Mit anderen Worten: Dass Sie die Wahrheit *wissen*, bedeutet noch nicht, dass Sie die Wahrheit auch *glauben*. Vielleicht möchten Sie sie wirklich glauben und vielleicht *versuchen* Sie sogar, sie zu glauben; aber Sie werden sie erst dann wirklich glauben, wenn Sie von ihrer Wahrheit überzeugt sind.

Das ist nichts Schlechtes; es bedeutet einfach, dass Sie stärkere Beweise brauchen. Sie brauchen jemanden, dem Sie vertrauen können, dass er Ihnen die Wahrheit sagt und Beweise vorlegt, die mehr Autorität haben, als Sie sie gerade besitzen. Sie müssen eine Erfahrung machen, die überzeugender ist als das, was Sie zu Ihrer jetzigen Überzeugung geführt hat.

Dieses Konzept kam in meiner allerersten TPM-Sitzung deutlich zum Ausdruck. Nachdem ich sämtliche anderen Optionen erschöpft hatte, fragte ich den Herrn schließlich, ob Er der Person, die mir gegenüber saß, etwas mitteilen wollte. Ich erinnere mich gern an den Moment, als die Frau sich aufrichtete, die Augen aufschlug, aufgeregt verkündete, dass der Schmerz verschwunden war, und ausrief: „Der Herr hat mir gesagt, dass es nicht meine Schuld war! Und dass ich nicht mehr dort bin!“ Dasselbe hatte ich ihr bereits unzählige Male zugesprochen, und sie wusste es schon in ihrem Verstand; doch nur der Herr konnte durch Seinen Heiligen Geist ihr Herz überzeugen, es zu glauben. Diese Änderung ihres Denkens geschah durch die göttliche Überzeugungskraft des Herrn.

Gott arbeitet darauf hin, dasselbe jeden Tag auch in unserem Leben zu tun. Er möchte unsere Herzen von Seiner Perspektive überzeugen, und es ist Sein Wunsch, dass wir die Wahrheit aus eigener Erfahrung

kennen. Er möchte, dass unser Wissen über Ihn auf unseren Erfahrungen mit Ihm beruht. Er möchte nicht, dass wir nur durch Lesen und Studieren etwas über Ihn wissen. Er möchte, dass wir Ihn persönlich, innig und aus eigener Erfahrung kennen. Intellektuelles Wissen ist von entscheidender Bedeutung, und wir sollten die Bibel eifrig studieren, um Sein Wort immer besser verstehen zu lernen; doch wie bei Hiob möchte Gott, dass wir vom „Hörensagen“ dahin kommen, Ihn selbst zu „sehen“ (Hiob 42,5). Dieser Unterschied im Glauben kommt nur durch eine persönliche Beziehung mit Ihm zustande. Nur Er kann unsere Herzen von Seiner Perspektive überzeugen.



Wir werden weiter glauben, was wir glauben, bis wir von etwas anderem überzeugt wurden

Dieses Konzept der Überzeugung erklärt, warum wir glauben, was wir gegenwärtig glauben. Aber es definiert auch die Parameter, die gegeben sein müssen, damit unsere Überzeugungen verändert werden. Sobald Sie von etwas überzeugt wurden, ändern sich Ihre Überzeugungen nicht, bis Ihnen eine andere Meinung präsentiert wird, die auf stärkeren Beweisen beruht, weil sie vertrauenswürdiger erscheint und mehr Autorität hat als Ihre eigene. Mit anderen Worten: Ihre Perspektive ändert sich erst, wenn Sie überzeugt sind, dass die Perspektive einer anderen Person zutreffender ist als Ihre eigene.

Betrachten Sie folgende Szenarios als Beispiele:

Szenario 1

Lindsay suchte in einem Online-Shop nach einem neuen Aquarium für ihren geliebten Fisch Gill. Ihre Vorauswahl ergab zwei Modelle, die in Qualität und Preis gleichwertig waren. Sie las die Produktdetails durch, um Anhaltspunkte für ihre Kaufentscheidung zu finden. Die meisten Bewertungen des runden Modells waren positiv, und sie las von keinen unliebsamen Überraschungen. Doch als sie sah, dass das eckige Modell doppelt so viele 5-Sterne-Bewertungen erhalten hatte, schien die Sache entschieden. Bei genauerem Hinsehen stellte sie dann jedoch fest, dass fast alle hohen Bewertungen von Personen stammten, die für eine Produktprüfung bezahlt wurden oder Angestellte des Herstellers waren. Als sie diesen potentiellen Interessenkonflikt bemerkte, entschied Lindsay sich für das runde Modell.

Szenario 2

Petes Videokonferenz wurde plötzlich durch den schrillen Klang einer Art Sirene unterbrochen. „Was ist das für ein Geräusch?“, fragten die anderen Konferenzteilnehmer. „In dem Raum gegenüber wurde ein Rauchmelder ausgelöst. Aber das ist in Ordnung, die Geschäftsleitung hat uns informiert, dass heute irgendwann die neue Feuerlöschanlage getestet wird“, antwortete Pete. „Ach so. Dann können wir also wieder an die Arbeit gehen?“, erkundigte sich eine Stimme aus dem PC-Lautsprecher. „Natürlich“, antwortete er. Doch dann nahm Pete den Geruch von Rauch und ein gelbrotes Flackern im Flur wahr. Er stand auf und sagte: „Ehm, ich glaube, ich muss Sie später zurückrufen!“

Szenario 3

Debbie erhielt eine E-Mail von einem unbekannten Absender namens Reverend Zimbolo, der sich als „Pastor“ eines Landes der Dritten Welt ausgab. Er schilderte die Gefahren, denen er und seine Gemeinde durch skrupellose Verfolger ausgesetzt waren. Seine Aussagen klangen authentisch, und er streute immer wieder Bibelverse ein. Gegen Ende seiner E-Mail bat er Debbie, für seine Gemeinde zu beten und zu überlegen, ob sie ihren leidenden geistlichen Geschwistern nicht durch eine kleine Spende

helfen könnte. Er verlangte nicht viel, gab aber konkrete Anweisungen, ihre Spende in Form von Geschenkgutscheinen zu schicken, die sie aus einer Liste von Einzelhändlern aussuchen solle. Zuerst war Debbie überrascht, dass diese Luxus-Läden in seinem Land Filialen hatten, doch sie schlug ihre Bedenken in den Wind und schickte ihm die Gutscheine auf dem schnellsten Weg zu. Es war ein gutes Gefühl, ihren Brüdern und Schwestern auf der anderen Seite des Globus helfen zu können. Doch eine Woche später wurde sie misstrauisch, als der freundliche Pastor sie in einer weiteren E-Mail erneut um eine Spende bat. Dieses Mal wirkte sein Ton noch dringlicher und angespannter. Debbie fühlte sich unwohl bei der Sache. Sie stellte einige Nachforschungen an und stieß auf ein Online-Forum von Personen, die derselbe „Pastor“ verleitet hatte, Geld in Form von Geschenkgutscheinen zu schicken. Die Berichte dieser Personen überzeugten sie, dass sie auf eine trügerische Masche hereingefallen war.

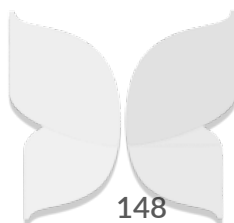
In jeder dieser Situationen glaubte die Person zunächst etwas und wurde später von etwas anderem überzeugt. Am Anfang waren die drei Personen von der Wahrheit einer Sache überzeugt, kamen aber dann zu einer anderen Überzeugung, als sie feststellten, dass ihre Informationsquelle entweder schlecht informiert war oder sie bewusst getäuscht hatte. Sie wurden automatisch und augenblicklich von derjenigen „Perspektive“ überzeugt, die vertrauenswürdiger wirkte und mehr Autorität zu haben schien.

Lindsay hätte fast das Produkt mit den meisten hohen Bewertungen gekauft, stellte dann aber fest, dass die Bewertungen wahrscheinlich voreingenommen und nicht authentisch waren. Petes Überzeugung, dass der Alarm zur Brandschutzübung gehörte, beruhte auf der glaubwürdigen Aussage seiner Geschäftsleitung, doch als seine eigenen Sinneswahrnehmungen dieser Auskunft widersprachen, verließ er lieber das Gebäude. Bevor Debbie durch die Erfahrungsberichte anderer überzeugt wurde, glaubte sie, mit ihrer Spende notleidenden Mitchristen zu helfen.

Keine der drei Personen traf eine Entscheidung, ihre Meinung zu ändern. Ihre Überzeugungen änderten sich automatisch, als sie auf eine überzeugendere Informationsquelle stießen. Sobald die Bedingungen des „Prinzips von Vertrauen und Autorität“ erfüllt waren, änderten sich ihre Überzeugungen.

Wir bleiben von dem überzeugt, was wir gegenwärtig für wahr halten, bis wir durch eine andere Meinung überzeugt werden. Unsere Überzeugung ändert sich aber nur dann, wenn die neue Meinung scheinbar durch stärkere Beweise belegt wird, als wir sie hatten. Wenn das der Fall ist, müssen wir uns nicht „entscheiden“ oder „versuchen“, etwas anderes zu glauben; wir werden automatisch und ohne jede Mühe überzeugt.

Das ist eine gute und eine schlechte Nachricht zugleich. Die schlechte Nachricht ist, dass unsere Überzeugungen sich trotz aller eigenen Anstrengungen nicht ändern werden, solange wir nicht von einer neuen Perspektive überzeugt werden. Die gute Nachricht ist: Wenn jemand, der vertrauenswürdiger ist und größere Autorität hat als alle anderen, uns von der Wahrheit überzeugt, dann kann keine Täuschung uns von dieser Wahrheit abbringen, von der wir durch die stärksten verfügbaren „Beweise“ überzeugt wurden. Wie wir in Kürze erörtern werden, wurde der Heilige Geist gesandt, genau das zu bewirken!



Teil V

Der Heilige Geist ist vertrauenswürdig und besitzt Autorität

Unsere Überzeugungen ändern sich also nicht, bis wir durch eine Quelle, der wir vertrauen und die besser informiert zu sein scheint als wir selbst, von einer neuen Perspektive überzeugt werden. Ich erinnere mich, wie ich vor der Entwicklung von TPM in meiner Zeit als Seelsorger und Berater (primär für Menschen, die in ihrer Kindheit einen sexuellen Missbrauch erlebt hatten) mit diesem Problem umging. Ich erklärte die Wahrheit und führte biblische und logische Gründe an, doch nichts, was ich sagte oder tat, schien die Hilfesuchenden wirklich zu überzeugen. Sie verstanden die Wahrheit zwar intellektuell und konnten sie sogar den anderen in der Gruppe **erklären**, doch sobald sie sich auf ihre Gefühle und Erinnerungen konzentrierten, war die Wahrheit offenbar weit weg und unwirksam. Sie waren immer noch nicht überzeugt.

Ich konnte sie nicht von der Wahrheit überzeugen, weil mir die nötigen Voraussetzungen fehlten. Selbst wenn diese Menschen mir aufrichtig vertrauten und meine Aussagen für glaubwürdig hielten, konnte ich die zweite Voraussetzung des „Prinzips von Vertrauen und Autorität“ nicht erfüllen. Ich konnte keine stärkere Argumentation und keine überzeugenderen Beweise anführen, als sie sie schon hatten. Meine Meinung aus zweiter Hand stand ihrer Erfahrung aus erster Hand entgegen.

Ich konnte sie nicht überzeugen, und sie konnten sich auch nicht selbst überzeugen. Sie mussten von einer anderen Person hören, die besser qualifiziert war als wir beide. Sie brauchten jemanden, der über eine bessere, zutreffendere und vollständigere Perspektive verfügte als sie. Und das konnte ich ihnen nicht bieten. Ich war nicht da, als sie missbraucht wurden; ich sah nicht, was geschah; ich wusste nicht, was sie fühlten; ich konnte die Ereignisse nicht in ihrem ewigen Kontext sehen. Gott aber konnte es!

Er war da, Er hörte, Er sah, Er war gegenwärtig, und Er kann eine Perspektive vermitteln, die auf einem höheren, genaueren und vollständigen Standpunkt beruht. Er kann das, was geschah, deuten. Seine tröstenden Worte sind in der Wahrheit verwurzelt und beruhen auf Erfahrung. Er weiß, was wir gedacht, gefühlt und erlebt haben. Auch in der Situation, die zu Ihren dunkelsten Erfahrungen gehörte, war Er da. Er weiß um alles.

Der Trost und Rat eines Menschen, der wirklich versteht, was Sie durchgemacht haben, hat mehr Gewicht und Einfluss als die fürsorglichen Kommentare derer, die es sich nur „vorstellen können“; und so haben Gottes Worte mehr Gewicht und einen bedeutsameren Einfluss. Er weiß, was wir durchgemacht haben, weil Er mit uns hindurchgegangen ist. Ihm sind die wichtigen Details, die uns fehlen, klar vor Augen, wie zum Beispiel Seine Anteilnahme und Absicht. Er möchte unsere begrenzte Perspektive erweitern und unsere Fehlinterpretationen korrigieren. Und was das Wichtigste ist: Seine liebevollen Worte sind vertrauenswürdig, haben Autorität und sind wahr.

Er erfüllt alle Voraussetzungen und besitzt sämtliche Qualifikationen, die nötig sind, um uns von Seiner Perspektive zu überzeugen. Er hat Autorität (1 Johannes 3,20; Römer 11,33-36). Er sieht und weiß alles. Er ist in jedem Augenblick unseres Lebens präsent und an jedem Aspekt unseres Lebens beteiligt (Psalm

139,7-12; Epheser 4,6). Er ist treu und vertrauenswürdig (5 Mose 32,4; Josua 21,45; Psalm 33,4). Er ist die Wahrheit (Johannes 14,6; 17,17). Er möchte uns ganz von Seiner Perspektive überzeugen und erfüllt die nötigen Voraussetzungen dazu!



Studenten „verlieren ihren Glauben“ nicht

Das Konzept der *Überzeugung* erklärt, wie ein „gläubiger“ Student durch einen liberalen Professor scheinbar von seinem „Glauben“ abgebracht werden kann. Wie Sie wissen, ist es ein gewaltiger Unterschied, ob wir das Evangelium nur mit unserem Verstand begreifen oder auch mit unserem Herzen glauben. Wenn ein Student die Wahrheit des Evangeliums nur mit dem Verstand glaubt, kann fast jeder entsprechend motivierte säkulare Professor seine theologische Position anfechten oder ihn von seinem „festen Glauben“ an Jesus abbringen. Der Grund ist, dass der ungläubige Professor wahrscheinlich die Voraussetzungen des „Prinzips von Vertrauen und Autorität“ erfüllt. Der Student wird den Eindruck haben, dass der Professor ehrlich spricht und die nötige Autorität besitzt, seine Überzeugungen zu widerlegen.

Wenn ein Student aber in seinem Herzen glaubt, dass „Jesus der Herr ist“ und dass „Gott ihn von den Toten auferweckt hat“ (Römer 10,9; NLB), dann ist sein Glaube das Ergebnis der göttlichen Überzeugung. Nur der Heilige Geist kann einen Menschen überzeugen, die Wahrheit im Herzen zu glauben. Deshalb wird die Botschaft des Evangeliums fest im Herzen des Studenten verwurzelt bleiben, auch wenn ein intellektuell bestechend argumentierender Professor seinen Glauben zu entkräften versucht. Der Glaube des Studenten beruht auf einem größeren Vertrauen und einer höheren Autorität, als der Professor sie bieten kann.

Behalten Sie in Erinnerung: Wir *beschließen nicht, irgendetwas zu glauben*, sondern wir werden überzeugt, etwas zu glauben. Wenn ein Student tatsächlich durch die geschickten Formulierungen eines Professors von seinem Glauben an Gott abgebracht werden kann, dann war es nicht Gott, der ihn ursprünglich überzeugte, zu glauben. Wahrscheinlich glaubte er die Wahrheit nur mit dem Verstand.

Wenn ein Schüler im Unterricht seinen Glauben zu verlieren scheint, stimmt das einfach nicht. Entweder war er nie wirklich in seinem Herzen von seinem „Glauben“ überzeugt, oder er wurde dazu verleitet, das zu verleugnen, was er tatsächlich im Herzen glaubte. In beiden Fällen ist das Problem dasselbe: Er braucht Gottes Perspektive. Denn wenn der Schüler durch den Geist der Wahrheit überzeugt wird, glaubt er! Beten wir also mit dem Apostel Paulus, dass Gott „die Augen [seines] Herzens [erleuchtet], damit [der Schüler] versteht, zu welcher Hoffnung [er] durch ihn berufen [ist], welchen Reichtum die Herrlichkeit seines Erbes den Heiligen schenkt“ (Epheser 1,18; unsere Hervorhebung).

Gott sandte Seinen Heiligen Geist, damit Er selbst Sie von der Wahrheit überzeugt

Gott liebt Sie so sehr, dass Er Seinen einzigen Sohn gab, um die Strafe, die Sie verdient hätten, auf sich zu nehmen und Ihnen neues Leben in Ihm anzubieten (Johannes 3,16; 10,10). Das war nötig, weil wir das Problem unserer Sünde nicht selbst lösen können; wir sind darauf angewiesen, dass Er es für uns tut. Wir nehmen dieses unverdiente Geschenk an, indem wir unsere aussichtslose Lage anerkennen und Ihn bitten, unserer Not zu begegnen. Doch auch nachdem die Sündenfrage gelöst wurde, haben wir noch ein

lähmendes Problem, bei dem wir eine Lösung göttlicher Dimension brauchen: Wir glauben noch nicht vollständig an die Wahrheit dieses vollendeten Werkes. Gott sei Dank, dass Er auch für dieses Problem eine Lösung hat!

Gott setzt nämlich alles daran, dass Sie die Wahrheit darüber erkennen, wer Er ist, was Er getan hat und wer Sie in Ihm sind. Er möchte, dass Sie diese Wahrheit sowohl mit dem Verstand als auch im Herzen erkennen. Er will, dass die Augen Ihres Herzens offen sind, damit Sie die Wahrheit nicht nur richtig erkennen, sondern auch daraus leben (Epheser 1,18; Psalm 86,11).

Es geht Gott nicht einfach darum, dass Sie *über Ihn* Bescheid wissen; Er möchte, dass Sie *Ihn kennen*. Er will mehr für Sie, als dass Sie die Wahrheit Seiner Liebe intellektuell erfassen; Er möchte, dass Seine Liebe sich für Sie wahr *anfühlt* und Ihr Handeln motiviert (1. Korinther 16,14). Er möchte, dass Sie von Ihrer neuen geistlichen Identität völlig überzeugt sind, sodass Sie auf Sein vollendetes Werk vertrauen (Johannes 1,12; 1 Korinther 6,17; Römer 8,1; Hebräer 4,16). Er möchte, dass Sie die ganze Wahrheit erkennen, und setzt alles daran, Sie davon zu überzeugen (Johannes 16,13).

Während Seiner Zeit auf der Erde sprach Jesus darüber, wie wichtig diese Aufgabe ist. Bevor Er den Weg der Kreuzigung ging und wusste, dass Er Seine Jünger bald physisch verlassen würde, erklärte Er ihnen: „Doch ich sage euch die Wahrheit: Es ist euch nützlich, dass ich weggehe, denn wenn ich nicht weggehe, wird der Beistand nicht zu euch kommen; wenn ich aber hingehe, werde ich ihn zu euch senden. Und wenn er gekommen ist, wird er die Welt überführen von Sünde und von Gerechtigkeit und von Gericht.... Noch vieles habe ich euch zu sagen, aber ihr könnt es jetzt nicht tragen. Wenn aber jener, der Geist der Wahrheit, gekommen ist, wird er euch in die ganze Wahrheit leiten“ (Johannes 16,7-8.12-13).

Als die Jünger dies hörten, hätten sie mit Hoffnung, Freude und Dankbarkeit reagieren sollen. Doch weil sie Seine Worte nicht ganz verstehen konnten, hatten sie nur noch mehr Fragen (Johannes 16,17-18). Jesus sah ihre innere Verunsicherung und gab ihnen weitere Erklärungen, um sie zu ermutigen: „Amen, amen, ich sage euch: Ihr werdet weinen und klagen, aber die Welt wird sich freuen; ihr werdet traurig sein, aber eure Trauer wird sich in Freude verwandeln. Wenn die Frau gebären soll, hat sie Trauer, weil ihre Stunde gekommen ist; aber wenn sie das Kind geboren hat, denkt sie nicht mehr an ihre Not über der Freude, dass ein Mensch zur Welt gekommen ist“ (Johannes 16,20-21; EU).

Jesus vergleicht ihren Kummer und ihre Not mit dem Schmerz von Geburtswehen. Seine Jünger hatten mit den verwirrenden Aussagen Jesu und mit der Tatsache seines nahenden Abschieds zu kämpfen, weil sie weder Seine Absicht noch die Freiheit und Vergebung, die Sein Opfer ermöglichen würde, völlig verstehen konnten. Sie waren ängstlich, weil sie die Ereignisse missverstanden, und sie trauerten, weil sie nur einen Teil der Wahrheit erfassten. Sie handelten aus einer begrenzten und fehlerhaften Perspektive. Diese schmerzliche Phase mussten sie durchstehen, bevor sie in die Freiheit und Erlösung der nächsten Phase eintreten konnten. Sie brauchten dringend das, was Jesus schon besaß: Gottes Perspektive!

Jesus wusste, warum Er gesandt worden war, was Er bewirkte und welche Frucht durch Sein Erlösungswerk entstehen würde. Deshalb war Er zwar über die bevorstehenden körperlichen Qualen betrübt, ähnlich wie eine Frau über die schmerzhaften Wehen vor einer Geburt, freute sich aber zugleich darauf, alle aus dem Geist Geborenen in seinem Reich willkommen zu heißen (Römer 12,2; Johannes 3,6; Epheser 2). Und Er wusste, dass Seine Jünger Seine Freude teilen würden, sobald sie überzeugt waren, dass alles wahr war, was Er gesagt hatte. Was sie brauchten, war Seine Perspektive.

Beachten Sie, wie Jesus die Erfüllung dieser monumentalen Aufgabe plante. Er forderte Seine Jünger

nicht heraus, intensiver die Heiligen Schriften zu studieren oder mehr zu beten. Er sagte nicht, sie sollten sich *entscheiden zu glauben* oder auch nur *versuchen zu glauben*, was Er sagte. Tatsächlich forderte Er sie überhaupt nicht zum Glauben auf. Er wusste, dass sie nicht in der Lage waren, die Wahrheit durch eigene Anstrengung oder eine bewusste Entscheidung zu glauben. Sie brauchten Hilfe. Insbesondere brauchten sie den „Helfer“ (Johannes 14,16; NGÜ).

Wie würde der Helfer den Jüngern helfen? Sandte Gott Seinen Geist, um sie zum Glauben zu *befähigen*? Wurde der Heilige Geist gesandt, um sie zu *ermutigen*, sich für die Wahrheit zu *entscheiden*? Sollte Er sie *motivieren*, sich *mehr anzustrengen*, um glauben zu können? Nein, nein und nein.

Jesus sagte, dass Gott Seinen Geist sandte, um sie alles zu „lehren“, sie an Seine Worte zu „erinnern“, sie von der Sünde, der Gerechtigkeit und dem Gericht zu „überführen“ und sie in alle Wahrheit zu „leiten“ (Johannes 14,26; 16,8-13). Der Heilige Geist hatte eine aktive Rolle, während ihre Rolle passiv war. Sie sollten einfach eine empfangsbereite Haltung einnehmen und sich *lehren, erinnern, überführen* und *leiten* lassen.

Diese Männer hatten mehr Erfahrungen und Beweise aus erster Hand über die wahre Identität und Absicht Jesu erhalten als irgendjemand sonst, doch nach Seinen Worten waren sie immer noch unfähig, es zu „tragen“ (Johannes 16,12). Sie konnten allen, die es hören wollten, Seine Lehren zitieren, Seine zahlreichen Gleichnisse wiederholen und die Wunder schildern, die Er gewirkt hatte. Sie kannten einen großen Teil der Wahrheit mit dem Verstand, doch vieles davon hatte noch nicht ihr Herz erreicht (Matthäus 16,16; 26,69-75).

Die reale Identität und Absicht Jesu *schien* für sie nicht völlig wahr zu sein, zeigte sich noch nicht in ihren Gefühlen (Markus 4,40-41) und wirkte sich noch nicht auf ihr Verhalten aus (Markus 14,50). Sie hatten den innigen Wunsch, Seine Worte mit dem Herzen zu glauben, aber so sehr sie es auch versuchten, konnten sie sich nicht selbst überzeugen, die volle Wahrheit zu glauben, die sie unmittelbar vor Augen hatten. Und auch wir können das nicht!

Erst als der Geist der Wahrheit gesandt wurde und sie überzeugte, mit dem Herzen zu glauben, entsprachen ihre Wahrnehmungen, Gefühle und Verhaltensweisen endlich und definitiv der Wahrheit. Bevor Simon Petrus in seinem Herzen von der Wahrheit des Evangeliums überzeugt wurde, hatte er Angst, auch nur von seiner Beziehung zu Jesus zu sprechen (Lukas 22,60-62). Doch nachdem der Heilige Geist ihn von der Wahrheit überzeugt hatte, sprach Petrus frei heraus (siehe Apostelgeschichte 2) und wurde ein Leiter der Gemeinde des ersten Jahrhunderts. Diese Transformation geschah durch das Wirken des versprochenen Helfers im Leben von Petrus (Johannes 14,16).

Wir brauchen Gottes Geist, der uns von der Wahrheit überzeugt

Paulus erkannte, wie wichtig die Rolle des Heiligen Geistes ist, der die Gläubigen in die Wahrheit leitet. Wie die anderen Apostel hatte auch er die Transformation erfahren, die geschieht, wenn Gläubige durch den Heiligen Geist direkt und persönlich Gottes Perspektive empfangen (Galater 1,11-12). Er wusste, dass Christen nur dann effektive Zeugen sein können, wenn sie in ihrem Herzen völlig von der Wahrheit überzeugt sind. Er erkannte, dass diese Tiefe des Glaubens nur durch das innere Werk des Heiligen Geistes möglich ist.

In seinem Brief an die Epheser erklärte er, dass er nicht aufgehört hatte, für sie zu danken und zu beten, „dass der Gott unseres Herrn Jesus Christus, der Vater der Herrlichkeit, [ihnen] gebe den Geist der Weisheit und Offenbarung in der Erkenntnis seiner selbst“, und dass Er „die Augen [ihres] Herzens [erleuchte], damit [sie wissen], was die Hoffnung seiner Berufung, was der Reichtum der Herrlichkeit seines Erbes in den Heiligen und was die überragende Größe seiner Kraft an uns, den Glaubenden, ist, nach der Wirksamkeit der Macht seiner Stärke“ (Epheser 1,15-19; unsere Hervorhebung).

Beachten Sie auch hier, wen Paulus als den *Geber* von „Weisheit“ und „Offenbarung“ bezeichnet, der die Augen ihrer Herzen „erleuchten“ wird. Er forderte die Empfänger des Briefs nicht auf, sich zu *entscheiden*, die Wahrheit zu *glauben*; und er ermutigte sie auch nicht, *ihre Herzen für die Wahrheit zu öffnen*. Ihm war klar, dass sie dazu nicht fähig waren. Er wusste, dass es „der Gott unseres Herrn Jesus Christus, der Vater der Herrlichkeit“ ist, der ihnen „geben“ konnte, was sie brauchten (Epheser 1,17).

In seinem Brief an die Gemeinde der Kolosser greift Paulus diese Idee wieder auf, indem er Gott bittet, sie persönlich „mit der Erkenntnis seines Willens [zu erfüllen] in aller Weisheit und geistlichem Verständnis“ (Kolosser 1,9). Er wusste, dass sie nur dann in der Lage sein würden, „des Herrn würdig zu wandeln“, wenn Gott sie zuerst mit der Erkenntnis Seines Willens erfüllte (Kolosser 1,9-12). Wie Jakobus später in seinem Brief schrieb, mussten sie „das eingepflanzte Wort mit Sanftmut [aufnehmen]“ (Jakobus 1,21). Diese Wahrheit gilt genauso für uns heute!

Wie diese Christen des ersten Jahrhunderts brauchen auch wir Gottes Hilfe. Wir brauchen den „Geist der Wahrheit“, der uns von Gottes Perspektive *überzeugt*, sodass wir sie glauben (Johannes 14,17). Wir sind darauf angewiesen, dass Er die Augen unseres Herzen öffnet, damit wir Seine Herrlichkeit und Macht erkennen können (Epheser 1,18-19). Wir selbst können das genauso wenig selbst tun wie die Jünger; wir brauchen den Ratgeber, der uns in alle Wahrheit leitet (Johannes 16,13).

Wir kommen nicht an der Tatsache vorbei, dass niemand je durch eigene Wahl, Willenskraft oder bewusste Entscheidung fähig war, irgendetwas zu glauben. Und doch ist diese falsche Vorstellung im Leib Christi weit verbreitet und hält auch heute viele unserer geistlichen Brüder und Schwestern gefangen. Es ist nicht ihr eigener Fehler, dass sie meinen, ihr Bestes geben zu müssen, um die Wahrheit zu glauben, und sich selbst in dem Bemühen erschöpfen, so zu handeln, als würden sie sie glauben. Doch solange der Heilige Geist nicht eingreift und sie von Seiner Perspektive überzeugt, werden sie unweigerlich entweder resignieren und nach einer anderen Lösung suchen oder, noch schlimmer, selbstgewiss auf ihre eigene Leistung vertrauen.

Gott hat eine bessere Option. Er möchte, dass wir erkennen, wie fruchtlos unsere schwachen Versuche sind, Seinen Job übernehmen zu wollen, damit wir uns an Ihn wenden und Seine Hilfe erfahren. Er wartet geduldig darauf, dass wir auf Ihn schauen, damit Er uns liebevoll Seine Perspektive geben kann.

Als meine Kinder noch klein waren, habe ich, wenn ich ihnen etwas Wichtiges zu sagen hatte und sicher sein wollte, dass sie wirklich zuhören, Folgendes getan: Ich beugte mich auf Augenhöhe zu ihnen herunter, nahm ihre Hände in meine, sah ihnen in die Augen und sprach direkt zu ihnen. In ähnlicher Weise möchte Gott Sie freundlich und persönlich von Seiner Perspektive überzeugen. Er möchte uns in die Augen schauen und sagen: „Du bist mein“, „Ich bin mit dir“, „Ich liebe dich“, „Du bist jetzt in Sicherheit“, „Ich habe alles in der Hand“. Er möchte Ihr Herz überzeugen, Ihm zu vertrauen. Er möchte Ihnen persönlich beweisen, dass Er liebevoll, freundlich, gütig, gerecht und präsent ist und völlig genügt.

Wir beten, dass die Augen Ihres Herzens geöffnet werden, damit Sie diese lebenspendenden Wahrheiten

aus eigener Erfahrung kennen. Wir hoffen auch, dass immer mehr Menschen erkennen, dass es unmöglich ist, die Wahrheit „durch eigene Entscheidung zu glauben“, und dass sie den Einen brauchen, der dazu gesandt wurde, uns von der Wahrheit zu überzeugen (Johannes 16,13). Statt uns vergeblich zu mühen und unsere Disziplin an der falschen Stelle zu vergeuden, indem wir uns selbst von der Wahrheit zu überzeugen versuchen, müssen wir unsere Disziplin darauf konzentrieren, uns dem Heiligen Geist zur Verfügung zu stellen, damit Er tun kann, wozu nur Er fähig ist.

Wir brauchen es, dass Er selbst uns „mit der Erkenntnis seines Willens in aller Weisheit und geistlichen Einsicht erfüllt, [damit wir] ein Leben führen, das des Herrn würdig ist“ (Kolosser 1,9-10; EU). Statt zu versuchen, uns selbst von der Wahrheit zu überzeugen, und alles daran zu setzen, so zu handeln, als würden wir sie glauben, müssen wir von unseren geistlichen Brüdern und Schwestern lernen, demütig dafür empfänglich zu werden, dass der Geist der Wahrheit uns *lehrt, erinnert, überzeugt* und *leitet*.



KAPITEL 8

Die Absicht von TPM

Gottes Perspektive gewinnen,
indem Er uns überzeugt

Die eigentliche Absicht dieses Gebetsdienstes

Unsere Erörterung der *grundlegenden TPM-Prinzipien* legt das Fundament für die eigentliche Absicht dieses Gebetsdienstes. Die Prinzipien erklären, warum wir die Welt, uns selbst und Gott so wahrnehmen, wie wir es tun; sie zeigen den Zusammenhang zwischen unseren Überzeugungen und Emotionen auf; sie werfen Licht auf das, was unser Verhalten antreibt und steuert; und sie verdeutlichen auf der einen Seite unsere Unfähigkeit, selbst zu verändern, was wir glauben, und auf der anderen Seite Gottes Fähigkeit, uns von der Wahrheit zu überzeugen.

Doch was sollen wir mit diesen Informationen anfangen? Was hoffen wir durch das Erlernen dieser Konzepte zu erreichen? Hier kommt die Absicht von TPM ins Spiel. Die Absicht von TPM erläutert die Gründe, weshalb wir die Prinzipien erlernen und den Prozess anwenden wollen. Wenn Sie die Absicht von TPM verstanden haben, können Sie Ihren Fortschritt und Erfolg an diesem Maßstab messen.

Wenn Sie zum Beispiel irrtümlich glauben, dass TPM dazu da ist, „verletzten Menschen zu helfen“, wird dieses Ziel die Motivation für Ihr Engagement sein. Sie werden sich gedrängt fühlen, das Erlernte zu verwenden, um emotional belasteten Menschen Trost und Hoffnung zu geben. Und wenn diese dann immer wieder berichten, dass sie von ihrem Schmerz befreit wurden und Frieden spüren, werden Sie das Gefühl haben, Sie hätten Ihre Aufgabe erfüllt.

Auch wenn die Linderung von Schmerzen ein lohnendes Ziel zu sein scheint, würde eine Anwendung des TPM-Prozesses zu diesem Zweck den umfassenden Nutzen von TPM stark einschränken und uns von dem ablenken, was Gott eigentlich in uns bewirken möchte. Wie Sie aus unserer Erörterung über das „Prinzip von Überzeugung und Emotion“ wissen, erfüllt unser emotionaler Schmerz mehrere wichtige Funktionen und wird von Gott dazu benutzt, Gutes in unserem Leben zu bewirken. Der Schmerz selbst ist nicht das Problem, und seine Beseitigung sollte nicht unser Ziel sein. Hinzu kommt, dass Mentees, die davon ausgehen, dass der TPM-Prozess aufsteigenden emotionalen Schmerz stillen soll, eine Anwendung nur für nötig halten werden, wenn ihr Schmerz unerträglich wird. Ähnlich wie einen Feuerlöscher würden sie TPM nicht nutzen, bis ein unkontrollierbares emotionales „Feuer“ in ihrem Alltag auflodert.

Ähnlich verhält es sich, wenn Sie glauben, dass TPM ein nützliches Tool ist, um gegen belastende Verhaltensweisen vorzugehen, und den Zeitpunkt und Grund für die Anwendung davon abhängig machen. Wann immer Sie (oder andere Personen in Ihrem Umfeld) Probleme mit einem unerwünschten Verhalten einräumen, werden Sie es als eine Gelegenheit betrachten, das anzuwenden, was Sie gelernt haben. Und wenn sich anschließend Verbesserungen einstellen, wird dies als Erfolg bewertet werden. Doch wie in den anderen Beispielen begrenzt eine solche Auffassung den Nutzen von TPM auf die seltenen Momente, in denen wir schlechte Entscheidungen ehrlich zugeben. Solange die Konsequenzen unserer Verhaltensweisen relativ akzeptabel erscheinen, werden wir kaum auf den Gedanken kommen, TPM anzuwenden. Doch auch wenn unser Verhalten Konsequenzen hat, wie wir im Kapitel über „Überzeugung und Entscheidung“ erörtert haben, ist das Verhalten selbst nicht das eigentliche Problem. Und selbst positive und produktive Verhaltensweisen können aus unreinen Motiven geschehen und durch emotionalen Schmerz bedingt sein.

Echter Friede ist emotionalem Schmerz natürlich vorzuziehen, und gute Entscheidungen sind immer besser als schlechte, doch weder unsere Gefühle noch unser Verhalten stehen im Fokus der Absicht von TPM. Wenn TPM also mehr sein soll als eine Befreiung von emotionalem Schmerz und eine Überwindung unerwünschter Verhaltensweisen, was ist dann die wahre Absicht? TPM soll Sie befähigen, mit Gott zu

kooperieren, wenn Er aufdeckt, wo Ihnen Seine Perspektive fehlt, Sie von der Wahrheit überzeugt und Ihr Leben durch das innere Werk Seines Geistes verwandelt. Im Wesentlichen wollen wir Gott Raum geben, Seine Absicht zu erfüllen. Er möchte, dass wir die Wahrheit darüber erkennen, wer Er ist und wer wir in Ihm sind. Er will unseren Glauben läutern, unser Denken erneuern und unser Leben verwandeln.

Jedes einzelne Element der Absicht von TPM (Läuterung unseres Glaubens, Erneuerung unseres Denkens und Transformation unseres Lebens) wird von Gott bewirkt, doch für unsere Beteiligung bleiben wir selbst verantwortlich. Wir streben bewusst und gezielt an, uns „unter Seine mächtige Hand“ zu stellen (siehe 1 Petrus 5,6) und Seinen Geist einzuladen, das Werk zu tun, zu dem Er gesandt wurde (Johannes 16,13).

Unser Ziel ist es, die Momente zu erkennen, in denen Er Unreinheiten unseres Glaubens aufdeckt und uns damit die Gelegenheit gibt, unser Denken durch Ihn erneuern zu lassen, indem Er uns von Seiner Perspektive überzeugt. Als Ergebnis Seiner Läuterung unseres Glaubens (unserer Herzensüberzeugungen) können wir erwarten, eine echte und bleibende Transformation unserer Perspektive, unserer Gefühle und unseres Verhaltens zu erfahren. (Sie wissen ja: Wir nehmen wahr, fühlen und handeln nach dem, was wir für wahr halten.) Diese Transformation lässt uns das Leben aus Seiner ewigen Perspektive betrachten (Kolosser 3,1-2.23-24; 1 Korinther 9,24-27). Und durch einen gereinigten Glauben (ohne Zwiespalt oder Zweifel) können wir von Ihm die Weisheit empfangen, die nötig ist, um dieser Transformation entsprechend zu leben (Jakobus 1,5; Sprüche 2,6-7). Wenn wir die Wahrheit sowohl mit dem Verstand als auch im Herzen erkennen, haben wir nicht nur eine zutreffende Sicht über Gott und uns selbst, sondern verstehen auch, was wir nach Gottes Willen tun sollen, und sind aus den richtigen Gründen dazu motiviert.

TPM soll Ihnen helfen, mit Gott zu kooperieren, wenn Er Ihr Leben verwandelt, indem Er die Unreinheiten Ihres Glaubens aufdeckt und Sie von Seiner Perspektive überzeugt. Diese Absicht sollte Ihre Motivation und der Maßstab Ihres Erfolges sein. Das ist der Grund, warum wir die Prinzipien erlernen und den Prozess anwenden. Wir möchten zielgerichtet und beständig mit Gott zusammenarbeiten, während Er uns durch die Erneuerung unseres Denkens verwandelt (siehe Römer 12,2).

Drei Komponenten der Absicht von TPM

Die Absicht von TPM besteht aus drei primären Komponenten: der Läuterung unseres Glaubens/unserer Überzeugungen, der Erneuerung unseres Denkens, und der Transformation unseres Lebens. Jede dieser Komponenten lässt sich wie folgt kurz zusammenfassen:

Glaubensläuterung

Wir lernen, das Wirken des Heiligen Geistes in unserem Alltag zu erkennen, wenn Er mitten im „Feuer“ der Prüfungen, Leiden und Schwierigkeiten unseres Lebens aufdeckt, dass wir Seine Perspektive brauchen. Wie bei der Läuterung von Edelmetallen treten durch das Feuer Unreinheiten zutage, sodass es möglich wird, sie zu identifizieren und zu beseitigen. Wenn das „Feuer des Goldschmieds“ (Mal 3,2; NeÜ) kommt, wird durch unsere Perspektive, emotionale Reaktion und Verhaltensweise offenbar, was wir tatsächlich glauben. Und wenn in der „Feuerprobe“ (siehe 1 Petrus 4,12; SLT) die Unreinheiten unseres Glaubens aufgedeckt werden, können wir uns zur Demut entscheiden und den Heiligen Geist bitten, uns von Seiner Perspektive zu überzeugen und unser Denken durch die Wahrheit zu erneuern, statt der Wahrheit nur intellektuell zuzustimmen.

Erneuerung des Denkens

Erneuerung des Denkens ist die Veränderung, die durch göttliche Überzeugung in unserem Denken geschieht. Wenn Gott uns überzeugt, die Wahrheit zu glauben, erfahren wir eine Erneuerung unseres Denkens. Eine intellektuelle Übereinstimmung mit der Heiligen Schrift ist nützlich, aber Wissen allein garantiert keine Transformation. Wenn der Heilige Geist unser Denken erneuert, gibt es dafür immer einen überprüfbaren Beweis: eine Änderung in dem, was wir glauben. Die Lüge, die wir glaubten, wird sich nicht länger wahr *anfühlen*, und die Wahrheit wird in unserem Herzen nachhallen. Diese merkbare Veränderung des Glaubens ist der Beweis, dass der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt hat.

Transformation

Echte Transformation ist das Ergebnis, wenn der Heilige Geist unser Denken durch die Wahrheit erneuert. Diese Transformation kommt nicht durch eigene Anstrengung, Willenskraft oder äußerliches Befolgen der Wahrheit zustande, sondern ist das Ergebnis unserer Unterordnung unter Gottes Geist, der in uns wirkt. Der Beweis dieser Transformation zeigt sich darin, dass wir mühelos die Frucht Seines Geistes tragen. Wenn diese Transformation geschieht, werden in uns Liebe, Freude, Friede, Geduld, Freundlichkeit, Sanftmut, Güte, Treue und Selbstbeherrschung zum Ausdruck kommen (siehe Galater 5,22). Diese Frucht ist Seine Frucht und keine Verhaltensweisen, die wir zu leisten versuchen. Sie ist ein müheloses Ergebnis der Wahrheit, von der wir in unserem Herzen überzeugt wurden. Wenn Sein Geist uns die Wahrheit ins Herz pflanzt, wird Frucht wachsen.

Auf den Punkt gebracht: Gott lenkt unser Leben so, dass die Unreinheiten unseres Glaubens aufgedeckt werden, damit Er uns von Seiner Perspektive überzeugen kann (*Glaubensläuterung*). Wenn Er uns überzeugt, die Wahrheit zu glauben, ändert sich unser Denken (*Erneuerung des Denkens*). Als Reaktion auf diese Veränderung können wir mit einer automatischen und mühelosen Veränderung unserer Perspektive, Gefühle und Verhaltensweisen rechnen (*Transformation*).



TPM ist im Grunde nicht neu oder einzigartig

Manche sagen, dass die hier beschriebene Absicht nichts Neues ist, und da stimmen wir natürlich zu! Alle, die in Christus sind, werden – und sollten – diese Absicht teilen. Es ist korrekt zu sagen, dass weder die *TPM-Prinzipien* noch die *TPM-Absicht* neu oder einzigartig sind (obwohl wir glauben, dass manche besondere Einsicht darin zu finden ist). Einzigartig in diesem Gebetsdienst ist wohl eher der Aspekt des *TPM-Prozesses*. Er bietet einen systematischen Ansatz, mit Gott zu kooperieren, während Er unseren Glauben läutert, unser Denken erneuert und unser Leben verwandelt. Und auch wenn diese Schritte in anderen Kontexten der Kirchengeschichte in gewisser Weise befolgt und angewendet wurden, sind sie unseres Wissens nie in einem solchen Format strukturiert oder dargestellt worden. Den TPM-Prozess und seine Anwendung zu erlernen ist wichtig, und dazu kommen wir später. Doch zuerst kommt es entscheidend darauf an, dass Sie verstehen, auf welchen *Prinzipien* er beruht und in welcher *Absicht* er angewendet wird.

Wir brauchen den Geist der Wahrheit auch dann, wenn wir die Wahrheit schon mit dem Verstand kennen

Die meisten von uns haben eine gute Grundkenntnis des Wortes Gottes, zumindest auf intellektueller Ebene, weil wir unsere Gedanken mit der Heiligen Schrift gefüllt haben. Wir wissen, was die Bibel über viele Dinge sagt. Doch wie viel von dieser Information glauben wir auch wirklich mit dem Herzen? Da könnte man schnell einwenden: „*Ich glaube das alles mit meinem Herzen!*“ Vielleicht ist das so. Doch es gibt einen einfachen Test: Alles, was wir im Herzen glauben, wird sich für uns auch wahr *anfühlen* und uns wahr *erscheinen*, und unsere Gefühle und Verhaltensweisen werden ein Ausdruck dieser Überzeugungen sein.

Glauben wir zum Beispiel in unserem Herzen, dass Gott unser Versorger ist (Matthäus 6,25-34; Philipper 4,6), wenn wir angesichts unserer finanziellen Situation gestresst und voller Sorgen sind? Glauben wir wirklich in unserem Herzen, dass wir zu seinem „königlichen Priestertum“ gehören (siehe 1 Petrus 2,9), wenn wir uns schmutzig, unwürdig, wertlos oder nicht besonders heilig fühlen? Sind wir in unserem Herzen völlig überzeugt, dass Jesus mit uns ist (Matthäus 28,20; Hebräer 13,5), wenn wir uns manchmal verlassen und allein fühlen? Tatsache ist, dass wir solche negativen Emotionen unmöglich haben könnten, wenn wir diese Wahrheiten wirklich aufrichtig in unserem Herzen glauben würden. Wo Sein Friede fehlt, stimmt etwas nicht, denn „der Herr des Friedens [möchte uns] den Frieden allezeit auf alle Weise [geben]“ (2 Thessalonicher 3,16; unsere Hervorhebung).

Vielleicht können wir Bibelverse zitieren, die von Seiner treuen Versorgung und unserer Stellung als Priester handeln, doch die Tatsache, dass wir ängstlich sind und Schuldgefühle haben, offenbart, was wir wirklich in unserem Herzen glauben. Wenn wir Gefühle wie Furcht, Sorge, Stress, Angst, Verlassenheit usw. spüren, dann fehlt uns Seine Perspektive. Wie gesagt: Wir fühlen, was immer wir glauben.

Doch in dieser misslichen Lage stecken wir alle! Wir alle brauchen Gottes Perspektive. Die Anzeichen sind nicht zu übersehen: Wir nehmen Probleme wahr, die in Wirklichkeit gar nicht existieren; wir erkennen nicht, in welchem Ausmaß Gott in unserem Leben beteiligt ist; wir reagieren mit irrationalen Gefühlen auf Ereignisse in unserem Leben; wir fühlen uns zu Verhaltensweisen gedrängt, die wir lieber los wären; und wir fühlen uns blockiert, wenn wir Dinge zu tun versuchen, von denen wir glauben, dass Gott sie sich von uns wünscht (Römer 7,15-18).

Um diesem dringenden Bedürfnis nach Gottes Perspektive zu begegnen, versuchen wir sie selbst zu erlangen, indem wir Bibeltexte auswendig lernen, darüber meditieren und unsere Köpfe mit der Wahrheit füllen. Doch so sehr wir uns auch bemühen und so oft wir uns auch dazu „entscheiden“, können wir unsere Herzen nicht überzeugen, die Wahrheit zu glauben. Solche Übungen mögen unsere verstandesmäßige Kenntnis der Heiligen Schrift erweitern, aber sie werden uns nicht in unserem Herzen überzeugen, sie zu glauben. Das ist allein das Werk des Geistes Gottes.

Gott möchte, dass wir ganz genau wissen, wer er ist (Jeremia 29,12-13) und wer wir in Ihm sind. Diese Absicht erfüllt Er treu, indem Er unseren Glauben läutert, unser Denken erneuert und unser Leben verwandelt. Er wirkt in uns (Philipper 2,13) und wird vollenden, was Er begonnen hat (Philipper 1,6). Wir können unseren Verstand mit Wahrheit füllen (und das sollten wir auch), aber es ist Sein Job, unsere Herzen von der Wahrheit zu überzeugen.

Dieses Konzept ist keine neue Offenbarung, denn die meisten von uns haben Momente erlebt, in denen der Heilige Geist uns von einer Wahrheit überzeugt, die wir selbst zu glauben versuchten. Wir lesen zum Beispiel eine vertraute Bibelstelle und plötzlich scheinen die Worte uns entgegen zu springen. Die Wahrheit explodiert förmlich in der Fülle ihrer Bedeutung. Sie nimmt Einfluss auf unser Herz und löst positive Emotionen aus. Zum ersten Mal *fühlt* sich diese Wahrheit tatsächlich wahr an und *scheint* wahr zu sein. Wir glauben sie!

Diese Erfahrungen machen wir vielleicht in „Gipfel“-Momenten, in denen wir uns Gott besonders nahe fühlen (wie auf einer Missionsreise, in einem Sommerlager, bei Einkehrtagen, Lobpreis-Veranstaltungen usw.). Doch in der Regel suchen wir transformierende Begegnungen mit Gott erst dann, wenn wir alle anderen Optionen erschöpft haben. Erst wenn wir wie der „verlorene Sohn“ (Lukas 15,11-31) am Tiefpunkt angekommen sind, im Schlamm feststecken und nicht mehr wissen, wohin wir uns noch wenden sollen, kommen wir „zur Besinnung“ und bitten unseren himmlischen Vater demütig um Hilfe.

In diesen scheinbar düsteren Momenten der Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit sind wir zu einer Haltung der Demut und Hingabe gezwungen, und der Heilige Geist kann das Werk tun, das Er beabsichtigt (Johannes 14,26; 15,26). Das ist die angemessene Art und Weise, wie wir auf unsere Probleme reagieren sollten, und wenn wir lernen, bewusst so zu reagieren, können wir beständiger mit dem kooperieren, was Gott in unserem Leben tut.

Zum Glück müssen wir nicht auf einen „Gipfelmoment“ oder einen „Tiefpunkt“ warten, bevor wir um Hilfe bitten. Unser himmlischer Vater ist schon bereit und wartet auf uns. Hoffentlich haben Sie unseren herzlich empfundenen Wunsch vernommen, dass Sie dem Heiligen Geist erlauben, das zu tun, wozu Er gesandt wurde. Er ist gekommen, um Sie von der Wahrheit zu überzeugen (Johannes 16,13). Statt zu versuchen, Seinen Job zu übernehmen oder Ihm auch nur dabei zu helfen, müssen wir uns demütig unter Seine mächtige Hand beugen und Ihn wirken lassen (1 Petrus 5,6). Das ist im Wesentlichen die Absicht von TPM: dass wir Gottes Perspektive gewinnen, indem Sein Geist uns im Herzen überzeugt.

TPM bietet einen Bezugsrahmen, um die Ereignisse Ihres täglichen Lebens als Gelegenheiten zu verstehen, in denen der Heilige Geist Ihren Glauben läutern, Ihr Denken erneuern und Ihr Leben verwandeln möchte. Durch ein systematisches Konzept gibt TPM Ihnen die Möglichkeit, bewusst und gezielt mit Gottes Werk in Ihrem Leben zu kooperieren. Es gibt keinen Grund zu warten, bis Sie auf einem Gipfel sind oder durch „Todesschatten“ gehen, um Ihr Herz von der Wahrheit überzeugen zu lassen. Er wirkt unablässig und hat Sie eingeladen, mit Ihm zusammenzuarbeiten.

Vielleicht fragen Sie sich nun: „Wie soll das praktisch in meinem Alltag aussehen? Was bringt Sein Überzeugungsdienst mit sich? Wie kann ich Sein Handeln besser erkennen? Und wie kann ich angemessen darauf reagieren?“ Unsere Fähigkeit, diese Fragen zu beantworten, wirkt sich unmittelbar auf unsere Fähigkeit aus, beständig und gezielt mit Ihm zu kooperieren. Diese Themen werden wir näher untersuchen, während wir uns mit den drei Komponenten der Absicht von TPM befassen. Richtig verstanden geht es bei der Absicht von TPM darum, dass Sie diesen Weg der Transformation gezielter und produktiver gehen können.

Wir möchten, dass Sie den TPM-Gebetsdienst so gut wie möglich nutzen können. Deshalb ermutigen wir Sie, die Prinzipien, auf denen er beruht, und die beabsichtigten Ziele gut zu erlernen. Zu oft wird TPM auf den Kontext eines Heilungsdienstes beschränkt oder als Strategie für die Bewältigung schmerzhafter

Emotionen oder aktueller Lebenskrisen benutzt. Die Absicht von TPM geht über solche Anwendungen weit hinaus. Es ist Gottes Wunsch, dass wir zur vollen Erkenntnis kommen, wer Er ist, wer wir in Christus sind und wie sehr Er uns liebt. Dies geschieht, indem Er unseren Glauben läutert, unser Denken erneuert und unser Leben verwandelt. Mit dem Apostel Paulus beten wir:

Gott gebe Ihnen nach dem Reichtum seiner Herrlichkeit, mit Kraft gestärkt zu werden durch seinen Geist an dem inneren Menschen; dass der Christus durch den Glauben in Ihrem Herzen wohnt und Sie in Liebe gewurzelt und gegründet sind, damit Sie imstande sind, mit allen Heiligen völlig zu erfassen, was die Breite und Länge und Höhe und Tiefe ist, und zu erkennen die die Erkenntnis übersteigende Liebe des Christus, damit Sie erfüllt werden zur ganzen Fülle Gottes (siehe Epheser 3,16-19).



KAPITEL 9

Erste Komponente:
„Die Läuterung unseres
Glaubens“

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in vier Teile gegliedert. Der erste Teil erörtert Glauben und definiert, was mit dem „Feuer“ der Läuterung gemeint ist. Der zweite Teil beschreibt, dass Leid zu erwarten ist, und beschäftigt sich mit dem Schmerz, den wir im läuternden Feuer erleben. Im dritten Teil wird betrachtet, was Gott durch dieses läuternde Feuer bewirken will. Und der vierte Teil fasst die Ausführungen zusammen und verdeutlicht noch genauer, was durch Gottes Prozess der Läuterung gereinigt wird.



Glauben verstehen



Wenn wir über die Bedeutung von „Glauben“ nachdenken, verstehen wir darunter gewöhnlich etwas Positives und Gutes. Wir brauchen aber ein umfassenderes und differenzierteres Verständnis dieses Begriffs, weil nicht jeder „Glaube“ dasselbe bezeichnet. Petrus wies darauf hin, dass es verschiedene „Arten“ des Glaubens gibt, als er einen seiner Briefe mit den Worten begann: *„...an jene, die durch die Gerechtigkeit unseres Gottes und Retters Jesus Christus den gleichen kostbaren Glauben erlangt haben wie wir“* (2 Petrus 1,1; EU).

Das Wort, das im Neuen Testament am häufigsten mit „Glaube“ übersetzt wird, ist von dem bibelgriechischen Wort *„pistis“* abgeleitet. Ein Beispiel dafür findet sich in Römer 10,17: „Also ist der Glaube [pistis] aus der Verkündigung, die Verkündigung aber durch das Wort Christi“ (unsere Ergänzung). Auch die Verbform von *pistis* (*pisteuó*) kann mit *glauben* übersetzt werden, wie zum Beispiel in dieser Aussage von Jesus: „Denn so hat Gott die Welt geliebt, dass er seinen einzigen Sohn gab, damit jeder, der an ihn glaubt [*pisteuó*], nicht verloren geht, sondern ewiges Leben hat“ (Johannes 3,16; unsere Ergänzung).

Pistis ist von dem Wortstamm *„peitho“* abgeleitet, was einfach „überzeugen“ oder „überzeugt werden“ bedeutet. Ein reiner Glaube (*pistis*) entsteht also durch ein Überzeugt-Werden (*peitho*), das Gott bewirkt. Er beinhaltet die Wahrheit, von der Gott uns überzeugt, sodass wir sie im Herzen glauben. Glaube berührt unsere Emotionen und motiviert unser Handeln. Gemeint ist die Art von Glauben, bei der wir völlige Gewissheit und Zuversicht haben. Der Verfasser des Hebräerbriefts beschreibt den Glauben als „eine feste Zuversicht auf das, was man hofft, eine Überzeugung von Tatsachen, die man nicht sieht“ (Hebräer 11,1; SLT).

Doch wie gesagt ist einiges von dem, was wir im Herzen glauben, unwahr und entspricht nicht Gottes Perspektive. Ein Teil unseres Glaubens ist also unzutreffend und unrein. Ein anderer als Gott hat uns davon überzeugt, Dinge zu glauben, die nicht wahr sind. Die Folge ist eine „feste Zuversicht“ und „Überzeugung“ von Dingen, die Gottes Perspektive entgegenstehen oder widersprechen. Das ist der Teil unseres Glaubens, der unrein ist.

Stellen Sie es sich so vor: Sie rühren eine Schüssel Brownie-Teig an, und bevor Sie die Mischung in eine

Backform füllen, beschließen Sie, eine weitere Portion Schokoraspel hinzuzufügen. Doch nachdem Sie eine ordentliche Menge eingerührt haben, merken Sie, dass Sie einen gravierenden Fehler gemacht haben: Es waren keine Schokoraspel, sondern Rosinen! Diese kleinen getrockneten Früchte, die sich nun in Ihrem Teig befinden, sind unerwünscht! So ist es auch bei unserem Glauben. Er ist zum größten Teil positiv und gut, enthält aber auch unerwünschte Unreinheiten.

Deshalb spricht die Bibel davon, dass unser Glaube geläutert werden muss (Jakobus 1,2-8; 1 Petrus 4,12-13; 1 Timotheus 1,5; 1 Petrus 1,7). Jakobus, Petrus und Paulus sagen uns, dass unser Glaube geprüft, geläutert und auf die Probe gestellt werden muss, woraus sich schließen lässt, dass ein Teil unseres Glaubens Unreinheiten enthält. Es ist nötig, dass Gott die „Rosinen“ entfernt und mehr „Schokoraspel“ hinzufügt!

Gott hat jedem Glaubenden ein Maß des Glaubens gegeben (siehe Römer 12,3), und wir können sicher sein, dass dieser Teil des Glaubens rein ist, da er von Gott stammt. Doch wie gesagt zeigt die Tatsache, dass unser Glaube geläutert werden muss, dass unser Glaube Unreinheiten enthält – Überzeugungen, die nicht von Gott, sondern von einer anderen Person oder Sache stammen.

Diese Unreinheiten führen zu großen Problemen für uns, denn wir leben aus dem Glauben. Aus unserem reinen Glauben heraus werden wir Gott vertrauen, Ihm folgen, uns auf Ihn verlassen, uns Ihm hingeben und Ihm gehorchen. Da unser Glaube aber nicht vollständig richtig oder rein ist (unsere Brownies enthalten Rosinen), vertrauen wir auch auf Dinge, auf die wir nicht vertrauen sollten, folgen Menschen, die uns auf Abwege führen, setzen uns für Dinge ein, die nicht von Gott sind, und gehorchen den Begierden unserer fleischlichen Natur (1 Johannes 2,16).

Es gibt Zeiten, in denen wir aus dem „gleichen kostbaren Glauben“ leben wie Petrus (siehe 2 Petrus 1,1); doch leider gibt es auch Zeiten, in denen wir aus einem anderen, weniger reinen Glauben leben. Wenn unser Glaube nicht der Wahrheit entspricht, geraten wir ins Straucheln. Der Verfasser des Hebräerbriefts weist uns an, unsere Wege gerade zu machen und Hindernisse auszuräumen: *„...macht gerade Bahn für eure Füße, damit das Lahme nicht abirrt, sondern vielmehr geheilt wird“* (Hebräer 12,13). Dass wir gehen, ist nicht das Problem; aber wie und auf welchen Wegen wir gehen, muss vielleicht überprüft werden. Wenn unsere Glieder bereits beeinträchtigt sind (unreiner Glaube) und unser Weg uneben und voller Schlaglöcher ist (die Richtung, die wir gerade eingeschlagen haben), dann ist mit einem verstauchten Knöchel oder einem ausgerenkten Gelenk zu rechnen.

Wir alle leben aus Glauben, doch nicht aller Glaube ist rein

Wir wurden dazu geschaffen, aus Glauben zu leben, und genau das tun wir auch. Jede und jeder von uns lebt auf der Grundlage dessen, was wir in unserem Herzen für wahr halten (ob es nun *tatsächlich* wahr ist oder nicht). Wenn unser Glaube rein ist, werden gute Werke folgen. Da ein Teil von dem, was wir in unserem Herzen glauben, unwahr ist, führt unser unreiner Glaube oft dazu, dass wir „Werke des Fleisches“ tun (Galater 5,19-21). In beiden Fällen leben wir tatsächlich aus Glauben; Probleme entstehen jedoch, wenn wir aus einem Glauben leben, der unrein ist. Ein gereinigter Glaube ist von Gott und entspricht der Wahrheit; der andere Glaube ist unrein und widerspricht der Perspektive Gottes.

Auch Nichtchristen leben aus Glauben. Natürlich glauben sie nicht nur Lügen, sondern zum Teil auch

Dinge, die der Wahrheit entsprechen. Sie sind aber nicht „gerettet“, solange sie nicht an das Evangelium von Jesus glauben. Sie müssen in ihren Herzen glauben und Gott zustimmen (Glaubensbekenntnis), dass Jesus Herr ist (siehe Römer 10,10). Bis sie von dieser spezifischen Wahrheit überzeugt sind, kann ihr *Glaube* zwar teilweise der Wahrheit entsprechen, doch ihre Seelen sind immer noch in Gefahr (ein Beispiel dafür ist der „reiche Jüngling“ in Markus 10,17-27).

Alle Menschen leben aus Glauben, doch Teile unseres Glaubens sind unrein. Es gibt „Rosinen“ in unserem „Brownie-Teig“! Gott möchte diese Unreinheiten entfernen, indem Er uns von der Wahrheit überzeugt. Bevor dies geschehen kann, müssen diese Unreinheiten aufgedeckt werden. Gott sei Dank, dass Er alle Dinge zusammenwirken lässt, um dieses wichtige Ziel zu erreichen.

Krisen neu als Chancen begreifen

Um Gottes Prozess der Glaubensläuterung richtig zu verstehen, müssen wir die Probleme, Schwierigkeiten und Krisen unseres Lebens anders betrachten. Statt sie als etwas zu verstehen, das durchgestanden oder überwunden werden muss, müssen wir sie aus einer himmlischen Perspektive betrachten. Unsere tagtäglichen Schwierigkeiten, Anfechtungen und Nöte sind keine Hindernisse, die es zu überwinden gilt, und keine Ärgernisse, die wir zu ertragen haben; es sind vielmehr von Gott gegebene Gelegenheiten, unseren Glauben läutern zu lassen.

Bevor ein Edelmetall, wie zum Beispiel Gold, geläutert werden kann, muss es bis zum Schmelzpunkt erhitzt werden. Durch die Hitze setzt sich das Gold am Boden ab, während unreine Schlacken, die noch vorhanden sind, an die Oberfläche steigen. Sobald die Schlacken sich von dem Gold absetzen, können sie wirksam entfernt werden. Ein ähnlicher Läuterungsprozess wird bei unserem Glauben angewendet (1 Petrus 4,12-13; Jakobus 1,2). Gottes läuterndes Feuer deckt die Reinheit unseres Glaubens auf (die Dinge, die wir im Herzen für wahr halten). Wenn wir die Wahrheit glauben, werden wir „uns auch in den Bedrängnissen [rühmen], da wir wissen, dass die Bedrängnis Ausharren bewirkt, das Ausharren aber Bewährung, die Bewährung aber Hoffnung; die Hoffnung aber lässt nicht zuschanden werden, denn die Liebe Gottes ist ausgegossen in unsere Herzen durch den Heiligen Geist, der uns gegeben worden ist“ (Römer 5,3-5).

Wenn unser Glaube unrein ist, werden die lügenbasierten Unreinheiten an die Oberfläche treten und in unserer Wahrnehmung, in unseren Gefühlen und in unserem Verhalten zum Ausdruck kommen. Doch wenn wir inmitten unserer Krisen, Schwierigkeiten und Anfechtungen tatsächlich Gottes Wirken erkennen, verliert das „Feuer der Läuterung“ seinen bedrohlichen Charakter und gewinnt eine ganz andere Bedeutung. Wenn wir die Schwierigkeiten unseres Lebens aus einer himmlischen Perspektive betrachten, werden wir „es für lauter Freude achten, wenn wir in mancherlei Versuchungen geraten, indem wir erkennen, dass die Bewährung unseres Glaubens Ausharren bewirkt. Das Ausharren aber soll ein vollkommenes Werk haben, damit wir vollkommen und vollendet sind und in nichts Mangel haben“ (siehe Jakobus 1,2-4).

Haben Sie gehört, was Jakobus gerade gesagt hat? Sie können vollkommen und vollendet sein und in nichts Mangel haben. Das ist Gottes Wort für Sie. Vielleicht *fühlt* sich das jetzt nicht wahr an, aber es ist dennoch wahr. Jakobus nennt Bedingungen, die erfüllt sein müssen. Zuerst müssen wir *erkennen* (in unserem Herzen glauben), dass die *Bewährung* (Läuterung) unseres *Glaubens* (das, was wir in unserem Herzen glauben) etwas bewirken wird, das Jakobus als „Ausharren“ beschreibt. Zweitens müssen wir zulassen, dass das *Ausharren* das Werk vollendet, das es in uns tut. Dies wirft die Frage auf: „Was ist

Ausharren, und wie nutzt es der Vollendung dieses Werkes?“

Verstehen, was „Ausharren“ ist und was es in uns bewirkt

Im größten Teil meines christlichen Lebens ging ich davon aus, dass die Einleitung des Jakobusbriefs uns ermutigen soll, in den Schwierigkeiten unseres Lebens auszuharren, indem wir fokussiert bleiben, vorangehen, durchhalten und standhaft bleiben. So dachte nicht nur ich. Denken Sie an die Gebetsanliegen, die in Gemeindetreffen oft von denen genannt werden, die Schwierigkeiten durchmachen. Bitten sie nicht meist darum, dass Gott ihnen hilft, Probleme auszuhalten, sie durchzustehen oder von ihnen befreit zu werden?

Eine nähere Betrachtung dieser Verse kann Licht auf das werfen, was Jakobus zu erklären versucht. Das neutestamentliche griechische Wort, das mit „Ausharren“ übersetzt wird, ist das Wort *hypomoné*. Es ist von den Stammwörtern *hypó* („unter“) und *ménō* („bleiben“) abgeleitet. Die Kombination dieser griechischen Wörter bedeutet „unter etwas bleiben oder gestellt werden“. Es kann auch bedeuten, „dahinter zu warten“ oder „zurückgehalten“ werden. Es geht also nicht darum, dass wir unsere Anfechtung und Prüfung ertragen sollen, sondern dass Anfechtung und Prüfung dazu da sind, den Zustand von *hypomoné* oder Ausharren hervorzubringen, in dem wir „zurückgehalten, darunter gestellt und eingegrenzt“ werden.

Auf den ersten Blick erscheint das vielleicht verwirrend oder unnötig kompliziert, aber überlegen Sie einmal, wie Schwierigkeiten Ihr Leben beeinflussen. Wurden Sie dadurch gebremst, zurückgehalten, niedergedrückt und unten gehalten? Jakobus sagt nicht, dass wir Leiden „aushalten“ und „ertragen“ sollen; *hypomoné* ist vielmehr das *zu erwartende Ergebnis* des Leidens. Ausharren ist etwas, das geschieht, und nicht etwas, das wir bewusst tun. Jakobus fordert uns nicht auf, unsere Prüfung zu ertragen, sondern sagt, dass unsere Prüfung uns „unten hält“, indem sie unsere Schwachheit aufdeckt und uns in die richtige Position bringt, in der wir Gottes Perspektive empfangen können. Wenn wir „zurückgehalten“ oder „unten gehalten“ werden, befinden wir uns im Zustand des „Ausharens“.

Hypomoné ist nicht das, was wir in unseren Anfechtungen tun, sondern das, was unsere Anfechtungen in uns tun. Deshalb sagt Jakobus, dass „die Bewährung unseres Glaubens Ausharren bewirkt.“ Mit anderen Worten ist Ausharren nicht etwas, das wir tun müssen, um *die Anfechtung durchzustehen*, sondern es gehört zu der Erfahrung, die wir *durch die Anfechtung* machen, und soll etwas Wichtiges bewirken. Denn während wir „niedergedrückt und unten gehalten“ werden, wirkt Gott. Er möchte die Schwierigkeit dazu nutzen, unseren Glauben zu läutern und reifen zu lassen.

So viele sind davon ausgegangen, dass wir das Ausharren nötig haben, um schwierige Zeiten durchzustehen. In Wirklichkeit stehen wir schwierige Zeiten so oder so durch. Auch wenn das Leid noch so schlimm, schmerzhaft oder schwierig ist, stehen wir es durch. Und ganz gleich, wie lange es dauert: Es geht vorbei und wir werden durchkommen. Ob wir nun beten, singen, meditieren, essen, trinken, rauchen oder vor dem Fernseher hängen – wir werden durch unsere Anfechtungen hindurchkommen! Die Frage ist nicht, ob wir Anfechtungen „aushalten“, sondern ob wir einen Nutzen davon haben, dass wir in Anfechtungen ausharren.

Auch Paulus verstand das Ausharren so. Er schrieb:

Wir rühmen uns auch in den Bedrängnissen [Leiden, Anfechtungen], da wir wissen, dass die Bedrängnis Ausharren [*hypomonén*] bewirkt, das Ausharren aber Bewährung, die Bewährung

aber Hoffnung; die Hoffnung aber lässt nicht zuschanden werden, denn die Liebe Gottes ist ausgegossen in unsere Herzen durch den Heiligen Geist, der uns gegeben worden ist (Römer 5,3-5; unsere Hervorhebung).

Offenbar sagen sowohl Paulus als auch Jakobus, dass Momente des Leidens und der Bedrängnis uns die Gelegenheit bieten, eine echte Hoffnung zu entwickeln, die auf dem unerschütterlichen Beweis der Liebe und Fürsorge Gottes für uns beruht. Ohne das Leiden würde die Grundlage unserer Hoffnung nicht auf die Probe gestellt werden und das Ergebnis unserer Hoffnung würde ungewiss bleiben. Doch sobald sich die Reinheit unseres Glaubens bewährt hat, ist unsere Hoffnung gewiss, und wir wachsen an geistlicher Reife. Deshalb können (und sollten) wir „es für reine Freude halten, wenn wir in verschiedener Weise auf die Probe gestellt werden“ (siehe Jakobus 1,2; NeÜ).

Das Leiden bringt uns in eine demütige Haltung, in der die Reinheit unseres Glaubens und die Grundlage unserer Hoffnung aufgedeckt werden. Wenn es in unserem Glauben noch Unreinheiten gibt, wird das Leiden sie aufdecken und uns die Gelegenheit geben, unser Denken durch den Geist der Wahrheit erneuern zu lassen. Ist unser Glauben dagegen schon rein, werden die verschiedenen Prüfungen in unserem Leben seine Reinheit bestätigen. Sobald sich unser Glaube als rein erwiesen hat, können wir sicher sein, dass wir in unserer Hoffnung auf Christus nicht enttäuscht werden.

Wir sagen nicht, dass unsere Zeiten der Prüfung eine reine Freude sind, denn sie können extrem schmerzhaft sein. Das deutet der Verfasser des Hebräerbriefes an, indem er schreibt: „Mit strenger Hand erzogen zu werden tut weh und scheint zunächst alles andere als ein Grund zur Freude zu sein“ (Hebräer 12,11a; NGÜ; unsere Hervorhebung). Doch auch wenn diese Zeit uns nicht gefällt, brauchen wir das Leiden, das diese „mancherlei Versuchungen“ (Jakobus 1,2) mit sich bringen. Und wenn wir durch sie erzogen werden können, dann bringen sie uns „die friedvolle Frucht der Gerechtigkeit“ (Hebräer 12,11b).

Wenn wir also mit Bitterkeit, Frustration, Groll, Verwirrung, Angst, Furcht oder anderen negativen Gefühlen auf diese Prüfungen reagieren, liegt das wahrscheinlich an zwei Faktoren: dass wir den Zweck der Prüfung falsch verstehen und dass wir Gottes Perspektive brauchen. Das soll nicht heißen, dass alle negativen Gefühle lügenbasierte Schmerzen sind, denn wie wir in einem früheren Kapitel besprochen haben, empfinden wir gelegentlich auch emotionale Schmerzen, die auf der Wahrheit beruhen! Diesen wahrheitsbasierten Schmerz werden wir solange tragen, bis wir von Gott eine höhere, umfassendere Perspektive empfangen. Doch ob unser Schmerz nun darauf beruht, dass wir eine Lüge glauben oder uns eine himmlische Perspektive fehlt: Er zeigt, dass wir den Geist der Wahrheit brauchen, der uns im Herzen von Gottes Wahrheit überzeugt. Sobald wir unsere Prüfungen aus Seiner Perspektive sehen können, werden wir fähig sein, alles „für reine Freude zu halten“ (siehe Jakobus 1,2).

Wichtig ist auch, dass Jakobus nicht sagte: „FALLS ihr in mancherlei Versuchungen geratet...“ Er sagte: „WENN ihr in mancherlei Versuchungen geratet...“ Wir können uns nicht aussuchen, ob wir Schwierigkeiten erleben oder nicht; aber was wir mitten in den Schwierigkeiten tun, liegt in unserer Entscheidung. Wir können entweder zulassen, dass unser Ausharren „ein vollkommenes Werk“ hat (Jakobus 1,4), oder entscheiden, etwas anderes zu tun. Manche nehmen eine Opferrolle ein, geben anderen die Schuld oder lenken sich von ihrem Schmerz ab, indem sie ihren Wünschen und Begierden nachgeben, während andere einfach stillhalten und hoffen, es irgendwie zu „überstehen“.

Dass wir die Krise überstehen, steht fest. Ganz gleich, was wir tun – wir werden sie durchstehen! Nehmen Sie sich einen Moment Zeit, sich an einige Schwierigkeiten zu erinnern, die Sie bisher „durchgemacht“ haben. Welche davon haben Sie nicht überstanden? Gott möchte aber, dass wir einen Nutzen aus unserem Leiden und Ausharren ziehen können.

Was sollen wir also in der unangenehmen Situation des *hypomoné* tun? Petrus sagt es klar und deutlich:

Demütigt euch deshalb unter Gottes mächtige Hand, dann erhöht er euch auch zur richtigen Zeit ... Der Gott, von dem alle Gnade kommt, hat euch durch Christus berufen, für immer in seiner Herrlichkeit zu sein. Er selbst wird euch nach dieser kurzen Leidenszeit aufbauen, stärken, kräftigen und auf festen Grund stellen. (1 Petrus 5,6.10; NeÜ; unsere Hervorhebung).

Wir sollen uns zuerst „unter Gottes mächtige Hand demütigen“ und darauf warten, dass Er uns „zur richtigen Zeit erhöht“. Das ist nicht der Akt des Ausharens, sondern der Akt, zuzulassen, dass unser Ausharren „ein vollkommenes Werk“ hat. Wir entscheiden uns, uns dem Wirken Gottes unterzuordnen. In diesem

Zustand sind wir *darunter* (*hypó*) und *warten* (*ménō*) darauf, dass Gott uns aufrichtet. In diesem Vers werden sowohl unsere als auch Gottes Rolle in diesem Läuterungsprozess klar beschrieben. Unsere Aufgabe besteht darin, das vollkommene Werk des Ausharens in uns geschehen zu lassen, während wir uns unter Gottes Hand beugen und darauf warten, dass Er tut, was nur Er tun kann. Zu oft versuchen wir, „uns selbst zu demütigen“ und auszuharren, und versuchen gleichzeitig, unsere Situation zu verändern oder unser Verhalten zu kontrollieren. Das entspricht nicht dem, was dieser Abschnitt lehrt.

Während wir unter Gottes mächtiger Hand warten, kann der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugen, die wir brauchen. Und „der Gott aller Gnade, der uns berufen hat zu seiner ewigen Herrlichkeit in

Christus, er selbst wird uns, die wir eine kurze Zeit gelitten haben, vollkommen machen, stärken, kräftigen, gründen“ (siehe 1 Petrus 5,10). Während wir uns im Zustand des Ausharens befinden, kann Gott die Transformation bewirken, nach der unser Herz sich sehnt.

Indem wir uns diesem Zustand des Ausharens unterziehen und zulassen, dass es das vollkommene Werk tut, zu dem es bestimmt ist, können wir erwarten, „vollkommen und vollendet“ zu sein und „in nichts Mangel“ zu haben (siehe Jakobus 1,4). Gott läutert unseren Glauben und nutzt jede Schwierigkeit in unserem Leben, um dies zu bewirken. Unsere Rolle besteht darin, uns unter „seine mächtige Hand“ zu beugen und zu erwarten, dass Er uns „zur richtigen Zeit erhöhen“ wird.



Leiden hat nichts Befremdliches an sich

Wenn Schwierigkeiten auftauchen und Krisen kommen, halten viele das für etwas Seltsames oder Unerklärliches. Ohne ein biblisches Verständnis neigen wir dazu, auszurufen: „*Gott! Warum passiert das in meinem Leben?*“ Wenn uns nicht bewusst ist, welcher Absicht unsere Krisen dienen, wird unser Leid zum Feind, und wir betrachten uns selbst als Opfer unserer Umstände. Petrus verwirft diese Perspektive mit den Worten: „Erschreckt nicht über die schmerzhaften Prüfungen (Läuterungen), die ihr jetzt durchmacht, als wären sie etwas Ungewöhnliches“ (1 Petrus 4,12; NLB; unsere Hervorhebung).

Richtig verstanden hat Leiden nicht Seltsames an sich. Gott benutzt es, um Sein besonderes Werk im Leben von Christen zu erfüllen. Die Bibel sagt klar: Auch wenn Leid oft durch das Handeln böser Menschen verursacht wird, kann nichts von dem, was irgendjemand uns antun könnte (sei es auch noch so schrecklich oder ungerecht), das Werk vereiteln, das Gott durch das Leid in uns vollbringt. Für alle, „die nach Seinem Vorsatz berufen sind“ (Römer 8:28), wird Gott gute Dinge bewirken, die in Ewigkeit bleiben, selbst wenn uns das schlimmste Übel widerfährt.

Manche protestieren jetzt vielleicht: „Meine Krise ist viel zu schlimm. Wie kann das, was ich durchmache, etwas Gutes mit sich bringen?“ Ohne Frage machen einige Menschen unvorstellbares Leid durch. Gottlose Gräueltaten und Ungerechtigkeiten sind unbegreiflich. Trotzdem bleibt die Wahrheit die Wahrheit. Gott hat gesagt, dass er „alle Dinge“ für uns zum Guten führen wird. Wir können die Leiden, die Jesus bei der Kreuzigung durchmachte, als Anhaltspunkt für unsere eigenen Leiden nehmen. Wie wir bei unserer Erörterung der TPM-Prinzipien erklärt haben, war die Kreuzigung Christi für die anwesenden Menschen, die Jesus liebten, eine schreckliche, irritierende und hoffnungslose Erfahrung; doch hat Gott nicht auch die Leiden und den Tod Jesu dazu gebraucht, Gutes zu bewirken? Er hat mehr Gutes bewirkt, als wir uns überhaupt vorstellen könnten! So sehr, dass wir heute sogar stolz darauf sind (Galater 6,14; NGÜ)! Wenn dies so ist, kann es nicht auch sein, dass Gott in jeder einzelnen Krise wirkt, die wir durchmachen? Natürlich tut Er das! Wenn diese Tatsache Ihnen nicht wahr *erscheint* oder sich für Sie nicht wahr *anfühlt*, dann liegt das einfach daran, dass Sie es noch nicht in Ihrem Herzen glauben.



Wie wichtig es ist, die „Prinzipien“ zu verstehen

Diese Betrachtungen über das Leid sind ein gutes Beispiel dafür, warum es so wichtig ist, die TPM-Prinzipien zu verstehen. Wenn wir zum Beispiel verstehen, dass unser Wahrnehmen, Fühlen und Handeln auf dem beruht, was wir durch Überzeugung glauben, erhalten unsere Schwierigkeiten eine ganz neue Bedeutung. Diese Prinzipien erklären, warum (und wie) wir uns „*allezeit im Herrn freuen*“, Prüfungen „*für lauter Freude halten*“ und uns „*auch in den Bedrängnissen rühmen*“ können (Philipper 4,4; Jakobus 1,2; Römer 5,3). Wenn wir unsere Situation irrtümlich für schlecht halten, weil sie uns schlecht *erscheint* oder sich schlecht *anfühlt*, und dann andere Menschen oder den Teufel für unseren emotionalen Schmerz verantwortlich machen und versuchen, die schwierige Situation zu „lösen“ oder ihr zu entfliehen, verpassen wir, ohne es zu ahnen, viel von dem „Guten“, das Gott in jedem Augenblick wirkt. Bevor wir gezielt Nutzen aus unserem Leiden ziehen können, müssen wir verstehen, welcher Absicht es dienen soll und was unsere Rolle in Gottes Prozess der Glaubensläuterung ist.

Unsere Bedrängnis aus Gottes Perspektive betrachten

Wir müssen unser vorübergehendes Leiden aus einer ewigen Perspektive betrachten. Darauf wies Paulus hin, als er schrieb: „Denn unsere jetzigen Sorgen und Schwierigkeiten sind nur gering und von kurzer Dauer, doch sie bewirken in uns eine unermesslich große Herrlichkeit, die ewig andauern wird!“ (2 Korinther 4,17; NLB). Vielleicht wendet jemand ein, dass Paulus seine Leiden als „gering“ beschreibt, und zieht daraus den Schluss, dass seine Aussage nicht für schwere Erfahrungen des Leids gilt. Es ist wichtig, Bibelzitate in ihrem jeweiligen Kontext richtig zu interpretieren. In den Versen vor Vers 17 macht Paulus genauere Angaben über seine „geringen“ Bedrängnisse; er schreibt:

In allem sind wir bedrängt, aber nicht erdrückt; keinen Ausweg sehend, aber nicht ohne Ausweg; verfolgt, aber nicht verlassen; niedergeworfen, aber nicht vernichtet; allezeit das Sterben Jesu am Leib umhertragend, damit auch das Leben Jesu an unserem Leibe offenbar wird. Denn ständig werden wir, die Lebenden, dem Tod überliefert um Jesu willen, damit auch das Leben Jesu an unserem sterblichen Fleisch offenbar wird. (2 Korinther 4,8-11).

In seiner Beschreibung der vorübergehenden und geringen Bedrängnisse zählt Paulus ein breites Spektrum möglicher Schwierigkeiten auf. Er schreibt: „In *allem* sind wir bedrängt...“ Und es kommt klar zum Ausdruck, welcher Absicht diese Leiden dienen: „damit auch das Leben Jesu an unserem sterblichen Fleisch offenbar wird.“ Paulus beschreibt seine irdischen Leiden (teilweise zusammengefasst in 2 Korinther 11,23-28) als „leicht“ und „vorübergehend“ angesichts der Tatsache, dass ihn „ein über die Maßen überreiches, ewiges Gewicht von Herrlichkeit“ im Himmel erwartet.

Die meisten Menschen sind gern bereit, den Bibelvers, dass Gott „alle Dinge zum Guten mitwirken“ lässt, auf die relativ kleinen Unannehmlichkeiten des Lebens zu beziehen (wie z.B. einen platten Reifen haben oder eine Erkältung bekommen), aber wenn ein Hurrikan ihr Zuhause zerstört oder ihr Kind an Krebs stirbt oder ihr Ehepartner Ehebruch begeht, schreien sie: „*Warum, Gott?*“ Doch Gottes Erklärung über das „Warum“ bleibt gleich, was immer die unmittelbare Ursache oder das Ausmaß des Leidens sein mag. Wer nicht sehen kann, wie Gottes liebende Hand in und durch Situationen des Leidens wirkt, wird solche Schwierigkeiten und Nöte als sinnlos, bedrohlich oder böse betrachten. Leiden haben aber das Potential, eine ewige Transformation im Leben derer zu bewirken, die „durch sie geübt sind“ (Hebräer 12,11).

Ohne Frage übersteigt der immense Schmerz über den Verlust eines Kindes die Unannehmlichkeit eines platten Reifens bei weitem, doch ändert sich Gottes Wirken an irgendeiner Stelle dieses Spektrums? Gott bleibt natürlich in jeder Situation gleich aufmerksam und treu. (Um diese Tatsache besser zu verstehen, können wir im Himmel Hiob, Paulus oder jeden der Heiligen fragen, die gelitten haben und uns vorausgegangen sind!)

Gott führt alle Dinge für uns zum „Guten“ (Römer 8,28), aber worin besteht das „Gute“, das Gott herbeiführt? Manche argumentieren, dass wir die Antwort auf diese Frage erst im Himmel erfahren werden. Paulus gibt sie aber schon im nächsten Vers: „Denn die er vorher erkannt hat, die hat er auch vorherbestimmt, dem Bild seines Sohnes gleichförmig zu sein...“ (Römer 8,29; NLB). Gott kannte uns schon, bevor Er uns im Mutterleib formte (Jeremia 1,5; Psalm 139,13). Wir sind dazu bestimmt, gute Frucht zu tragen – die Frucht des Heiligen Geistes. Gott benutzt „alle Dinge“, um uns dem Ebenbild Christi ähnlich zu machen, und ermöglicht uns dadurch, mühelos Seine Frucht zu tragen, so wie Jesus es in Seiner Zeit auf der Erde tat.

Wir brauchen nicht bis zum Himmel zu warten, um diese Transformation zu erfahren. Gott ist stetig dabei, uns in das Ebenbild Christi zu verwandeln.

Angesichts dieser Tatsache sollten wir uns nicht als Opfer unserer Umstände betrachten; wir sollten vielmehr erkennen, dass wir Empfänger einer Glaubensläuterung sind. Gott arbeitet sorgsam im Leben jedes Glaubenden und benutzt „alle Dinge“, um jede und jeden von uns dem Ebenbild Christi ähnlich zu machen. Der Psalmist erklärte: „Prüfe mich, Herr, und erprobe mich; läutere meine Nieren und mein Herz! Denn deine Gnade war mir vor Augen, und in deiner Wahrheit wandelte ich“ (Psalm 26,2-3). Das hebräische Wort, das in diesem Vers mit „prüfen“ übersetzt ist, ist ein Begriff, der den Prozess der Läuterung von Edelmetallen durch starke Hitze bezeichnet (wie bereits erläutert). Auf ähnliche Weise läutert Gott unseren Glauben durch die starke Hitze unserer Herausforderungen und Leiden. Unsere Schwierigkeiten lassen die Unreinheiten unseres Glaubens an die Oberfläche treten, sodass sie aufgedeckt werden und wir sie sehen können.

Gottes läuterndes Feuer erkennen

Das läuternde Feuer kann intensiv sein und manchmal unerträglich erscheinen. Aber es kann auch ganz sanft auftreten: jemand, der Ihren Parkplatz besetzt, ein hartes Wort Ihres Ehepartners oder die fehlende Anerkennung in Ihrem Beruf. Ganz gleich, wie schwierig oder unbedeutend Ihre Situation erscheinen mag, Gott benutzt sie als ein läuterndes Feuer, um die Unreinheiten Ihres Glaubens aufzudecken.

Ist Ihr aktuelles Problem von der Tatsache ausgenommen, dass Gott für Sie „alle Dinge“ zu etwas Gutem führt? (Das ist natürlich eine rhetorische Frage.) Es versteht sich eigentlich von selbst, dass jede Situation, jede Herausforderung, jeder Härtefall und jeder Moment eingeschlossen ist, wenn Paulus „alle Dinge“ sagt. Unser himmlischer Vater benutzt jeden Augenblick des Alltags, um uns dem Ebenbild Seines Sohnes ähnlich zu machen (Römer 8,28-30). Ganz gleich, wie schlimm oder ernst die Schwierigkeit in Ihrem Leben auch sein mag, bleibt Gottes Wirken dasselbe.

Das „Feuer“ offenbart die Authentizität unseres geläuterten Glaubens

Und zum Schluss: Wird durch das „Feuer“, das Sie gerade durchmachen, die Echtheit Ihres Glaubens unter Beweis gestellt? Bei der Läuterung von Gold beweist die angewendete Hitze, dass das Edelmetall echt ist, verändert aber nicht das Gold selbst. Wenn das Gold rein war, bevor es geschmolzen wurde, bleibt es auch im flüssigen Zustand rein. Unreinheiten steigen nur dann an die Oberfläche, wenn sie vor der schmelzenden Hitze vorhanden waren. Petrus erkannte, dass Leiden unseren Glauben nicht nur reinigen, sondern auch seine Reinheit beweisen, indem er schrieb:

Deshalb seid ihr voll Freude, wenn es für kurze Zeit jetzt sein muss, dass ihr durch mancherlei Prüfungen betrübt werdet. Dadurch soll sich eure Standfestigkeit im Glauben, der kostbarer ist als Gold, das im Feuer geprüft wurde und doch vergänglich ist, herausstellen – zu Lob, Herrlichkeit und Ehre bei der Offenbarung Jesu Christi (1 Petrus 1,6-7; EU).

Petrus sagt, dass Lob, Herrlichkeit und Ehre die Folge sind, wenn das Leben Jesu in uns offenbar wird. Manche meinen, dass wir bis zur Wiederkunft Christi warten müssen, bis dieser Segen Wirklichkeit wird. Wir glauben jedoch, dass das „Offenbarwerden“, von dem Petrus hier spricht, sich nicht auf das zweite Kommen

des Herrn bezieht, sondern auf unsere innere Verwandlung in das Ebenbild des Herrn von Tag zu Tag.

Wenn das Ebenbild Jesu in uns offenbar wird, führt es zu „Lob, Herrlichkeit und Ehre“. Sein Ebenbild wird zunehmend offenbar, wenn wir die Wahrheit darüber erkennen, wer wir jetzt in Christus sind. Paulus sagt: „Wir alle aber schauen mit enthülltem Angesicht die Herrlichkeit des Herrn wie in einem Spiegel und werden so in sein eigenes Bild verwandelt, von Herrlichkeit zu Herrlichkeit, durch den Geist des Herrn“ (2 Korinther 3,18; EU).

Die kurze Antwort auf die Frage, ob Ihre Situation in die Rubrik des läuternden Feuers Gottes fällt, lautet „ja“, wie es für „alle Dinge“ der Fall ist. Es gibt keinen Moment in Ihrem Leben, in dem der Heilige Geist nicht aktiv darauf hinwirkt, Sie dem Ebenbild Jesu ähnlich zu machen. Das ist die Absicht, die Gott mit unserem Leiden verbindet. Wenn wir uns dem Leiden widersetzen, andere Menschen oder unsere Umstände für unsere Gefühle verantwortlich machen und nicht anerkennen wollen, was in uns aufgedeckt wurde, leisten wir Widerstand gegen Gott und das Werk der Läuterung, das Er vollenden möchte. Die eigentliche Frage ist also, ob wir mit Gott kooperieren oder uns Seinem Wirken verweigern.

Das „Feuer der Läuterung“ kann heiß sein, aber es ist nicht die Quelle unserer Gefühle

Wenn wir uns mitten im Feuer der Läuterung befinden, ist jeder emotionale Schmerz, der auftaucht, nur durch das bedingt, was wir glauben. Das Feuer deckt auf, was wir glauben (1 Petrus 4,12-13), aber es ist nicht die Ursache unserer Gefühle. Wie wir bei unserer Erörterung der TPM-Prinzipien gesehen haben, beruht unsere emotionale Reaktion auf die jeweilige Situation nicht auf dem, was uns widerfährt, sondern spiegelt wider, wie wir das Geschehene interpretieren. Wir fühlen, was wir glauben.

Der Schmerz, den wir fühlen, resultiert daraus, dass die Unreinheiten unseres Glaubens aufgedeckt werden. Die Flamme, die dazu dient, diese unerwünschten Überzeugungen aufzudecken, löst keine Gefühle bei uns aus. Gold wird durch das Schmelzfeuer nicht angetastet. Nur das, was kein Gold ist, ist betroffen. Diese Unreinheiten steigen an die Oberfläche, wo sie beseitigt werden können. Sobald alles, was kein Gold ist, entfernt wurde und nur noch das geläuterte Edelmetall übrigbleibt, kann die Hitze zwar noch anhalten, aber das Gold wird dadurch nicht beeinträchtigt.

Eine ähnliche Dynamik lässt sich beobachten, wenn meinen Enkelinnen die Haare gekämmt werden. Am Anfang zappeln und jammern sie, während die Bürste durch ihr verfilztes Haar fährt, doch wie ihnen unzählige Male erklärt wurde, ist es nicht die Bürste, die ihnen Unbehagen bereitet. Da sie das unangenehme Ziehen nur spüren, wenn die Bürste benutzt wird, denken sie, die Bürste wäre die Ursache für ihren Schmerz. Aber das stimmt nicht. Denn sobald die Verfilzungen verschwunden sind, kann das Bürsten auf angenehme Weise weitergehen.

Das unangenehme Ziehen zeigt einfach, dass die Bürste auf eine Verfilzung gestoßen ist und sie beseitigt. Das ist nichts Schlechtes; es entspricht dem Zweck der Bürste. Sie löst Verfilzungen auf. Das läuternde Feuer deckt die Unreinheiten im Gold auf. Und es „geschieht zur Prüfung“ (siehe 1 Petrus 4,12). Diese Mittel oder Werkzeuge dienen dazu, aufzudecken, was aufgedeckt werden muss, sind aber nicht dafür verantwortlich, dass das Aufdecken unangenehm ist. Sobald die unerwünschten Elemente beseitigt wurden, kann das Mittel oder Werkzeug weiter eingesetzt werden, ohne Unannehmlichkeiten zu bereiten.

Ähnlich ist es, wenn unser Glaube geläutert wurde: Das „Feuer“ wird uns nichts anhaben, sondern die Reinheit unseres Glaubens bestätigen. Mit derselben Analogie beschrieb Petrus die Echtheit unseres Glaubens:

...auch wenn ihr jetzt noch kurze Zeit – wenn es denn sein muss – von mancherlei Prüfung heimgesucht werdet. So soll die Echtheit eures Glaubens, *die wertvoller ist* als Gold, das vergänglich ist, obwohl es im Feuer geprüft wurde, zutage treten und Lob, Preis und Ehre euch zukommen, wenn Jesus Christus sich offenbart (1 Petrus 1,6-7; ZB; unsere Hervorhebung).

Dies erklärt auch, wie es möglich ist, sich „allezeit im Herrn zu freuen“ (siehe Philipper 4,4) und „uns auch in den Bedrängnissen zu rühmen“ (Römer 5,3), weil wir glauben, „dass die Bedrängnis Ausharren bewirkt, das Ausharren aber Bewährung, die Bewährung aber Hoffnung; die Hoffnung aber lässt nicht zuschanden werden, denn die Liebe Gottes ist ausgegossen in unsere Herzen durch den Heiligen Geist, der uns gegeben worden ist“ (Römer 5,3-5).

Solche Abschnitte werden oft als Aufgabe missverstanden, die wir zu erfüllen versuchen. Manche nehmen die vermeintliche Herausforderung an und entscheiden sich, sich in ihren Bedrängnissen zu „rühmen“ und auch dann „vor Freude zu jubeln“, wenn es ihren Gefühlen völlig widerspricht. Der Schlüssel in all diesen Abschnitten ist wieder der Glaube. Was immer wir in unseren Herzen glauben, wird unsere Gefühle bestimmen. Wenn wir in unseren Herzen überzeugt sind, dass Bedrängnisse und Schwierigkeiten „ein ewiges Gewicht an Herrlichkeit“ hervorbringen, werden wir mitten im Feuer Freude empfinden.

Natürlich verringern diese Tatsachen den körperlichen Schmerz nicht, den wir zum Beispiel bei Folter oder körperlicher Misshandlung spüren würden. Doch wie Sie gelesen haben, beruht jeder *emotionale* Schmerz, den wir erleben, auf dem, was wir glauben. Deshalb ist es durchaus möglich, extreme physische Schmerzen zu erleben, die nicht mit negativen Emotionen wie Furcht, Sorge, Angst oder Verzweiflung einhergehen. Doch wie Paulus durch seinen „Stachel“ wird uns dadurch vielleicht unsere Schwachheit, Unzulänglichkeit und Abhängigkeit von Gott bewusst – alles Dinge, die auf der Wahrheit beruhen. In solchen Momenten brauchen wir mehr Wahrheit, um mit Paulus sagen zu können: „Sehr gerne will ich mich nun vielmehr meiner Schwachheiten rühmen, damit die Kraft Christi bei mir wohnt“ (2 Korinther 12,9b).

Dasselbe Phänomen finden wir in dem biblischen Bericht über Stephanus' Tod durch Steinigung. Während die Steine auf ihn einprasselten, sah Stephanus in einer himmlischen Vision Jesus neben dem Thron Gottes stehen und rief: „Siehe, ich sehe die Himmel geöffnet und den Sohn des Menschen zur Rechten Gottes stehen!“ (Apostelgeschichte 7,56). Diese Vision brachte Stephanus viel Freude und Frieden, und die Bibel berichtet:

Stephanus ... betete und sprach: Herr Jesus, nimm meinen Geist auf! Und niederknien rief er mit lauter Stimme: Herr, rechne ihnen diese Sünde nicht zu! Und als er dies gesagt hatte, entschlief er (Apostelgeschichte 7,59-60).

Die Art und Weise, wie Stephanus starb, war körperlich traumatisch, aber nicht emotional traumatisch. Er entschlief einfach, was ein biblischer Euphemismus für „er starb“ ist. Auch der Tod des Herrn war brutal und traumatisch und doch friedlich und kontrolliert. Als Jesus alles erfüllt hatte, wozu Er gekommen war, sagte Er: „Es ist vollbracht! Und er neigte das Haupt und übergab den Geist“ (Johannes 19,30).

Menschen können unseren Körper verletzen und uns sogar töten, aber sie können *uns* dabei nicht antasten. Wie Sie wissen, sind unsere Körper nur unsere vorübergehende Behausung, in der wir auf der

Erde leben, aber sie machen nicht aus, wer wir sind. Die Flamme verzehrt die Schlacken, hat aber keine Auswirkung auf das Gold.

Im Leben von Hananja, Mischaël und Asarja (allgemein bekannt unter ihren babylonischen Namen: Schadrach, Meschach und Abed-Nego) sehen wir, wie sorgsam Gott ein buchstäbliches Feuer einsetzte, um ihren Glauben zu läutern. Der Glaube dieser Männer wurde im Feuerofen des bösen Königs geprüft und erwies sich als wahr (Daniel 3,19-30). Die Reinheit ihres Glaubens zeigte sich klar in ihren Sichtweisen, Gefühlen, Worten und Taten. Bevor sie in die Flammen geworfen wurden, *schien* ihr Glaube echt und rein zu sein, aber Gott benutzte das, was in böser Absicht geschah, um die Echtheit des Glaubens zu beweisen, den er ihnen gegeben hatte.

Gott benutzte dieses Feuer auch dazu, den Glauben des Königs Nebukadnezar zu läutern. Wütend widersetzte sich der König den drei Männern und ihrem Gott und griff sie an, sogar unter Einsatz von Feuer. Er ließ die Widerständler mit Seilen fesseln und befahl seinen tapferen Krieger, sie in die Flammen zu werfen (Daniel 3,20). Auch hier zeigte sich, dass ihm die Perspektive Gottes fehlte. Der König glaubte, die Kontrolle zu haben, aber Gott benutzte das Feuer, das zur Bestrafung dieser treuen Männer geschürt wurde, um das genaue Gegenteil zu beweisen.

Erst nach dieser Feuerprobe erkannte der König die Flüchtigkeit seiner „Macht“ und die wahre Identität dieser Juden, die sich seinem Befehl widersetzt hatten, als „Knechte des höchsten Gottes“ (Daniel 3,26). Hätte Gott das Feuer nicht benutzt, wäre der König in seiner Täuschung geblieben und der Glaube dieser tapferen Männer wäre weiter in Frage gestellt worden.

Das läuternde Feuer in unserem heutigen Leben gleicht dem Feuer, das Gott vor Jahrtausenden benutzte. Es deckt die Unvollkommenheiten unseres unreinen Glaubens auf und stellt die Qualität des geläuterten Glaubens unter Beweis. Es verbrennt uns nicht, sondern dient dazu, das zu verbrennen, was uns gefangen hält, und das „ewige Gewicht an Herrlichkeit“ zu offenbaren, das Gott uns gegeben hat (2 Korinther 4,17).



Physischer Schmerz im läuternden Feuer

In schwierigen Zeiten erleben wir manchmal körperliche und emotionale Schmerzen, die aus denselben Gründen vorhanden sind. Sie sollen uns bewusst machen, dass etwas nicht stimmt und unserer Aufmerksamkeit bedarf. Wenn wir einen stechenden Schmerz im Fuß spüren, ziehen wir den Schuh aus und entfernen den Stein. Wenn wir uns beunruhigt, gestresst oder ängstlich fühlen, sollten wir uns fragen, welche Überzeugung wir im Herzen haben, die uns etwas fühlen lässt, das der Wahrheit widerspricht. Die Tatsache, dass es einen Grund für unseren körperlichen Schmerz gibt, bedeutet aber nicht, dass wir auch emotionalen Schmerz spüren sollten.

Wenn wir dreißig Peitschenhiebe bekommen, weil wir Christen sind, werden wir jeden einzelnen Hieb körperlich spüren; doch jede Panik, jeder Schrecken oder jedes Gefühl der Hoffnungslosigkeit und Verlassenheit, das wir während der Auspeitschung empfinden, beruht auf dem, was wir in unserem *Herzen* glauben. Wenn wir geschlagen werden, müssen wir damit rechnen, die Schläge körperlich zu spüren. Wenn die bevorstehenden Schlägen jedoch Angst bei uns auslösen, fehlt uns Gottes Perspektive (Matthäus 10,28; Römer 8,31). Die Schläge, die wir erleiden, werden uns weh tun, ganz gleich, wie wir sie interpretieren; doch unsere emotionale Reaktion wird unserer aktuellen Perspektive entsprechen. Die gute Nachricht ist, dass Gott uns „Frieden allezeit auf alle Weise“ (2 Thessalonicher 3,16) versprochen hat. Wenn wir die Wahrheit in unseren Herzen glauben und Seine Perspektive haben, wird

Sein Friede uns ständig erfüllen, selbst wenn wir vielleicht körperliche Schmerzen ertragen müssen.

Betrachten Sie zur weiteren Veranschaulichung einen Boxer im Ring. Die körperlichen Leiden, die während des Kampfes auftreten, können brutal sein. Doch inwiefern der Boxkämpfer ein emotionales „Trauma“ erlebt, ist unmittelbar davon abhängig, wie er seine Erfahrung interpretiert. Im Ring fühlt er sich hoffnungsvoll und motiviert, weil er an seine Chance glaubt, sich als der bessere Boxer zu erweisen. Wenn er das Match verliert, kann er negative Emotionen fühlen, aber das würde darauf beruhen, wie er seine Niederlage interpretiert, und nicht auf den physischen Schlägen, die er ertragen musste.

Aber nehmen wir einmal an, dass derselbe Boxer am nächsten Abend auf einem Parkplatz von einer Bande von Straßenräubern angegriffen wird. Die Schläge, die er einstecken muss, sind vielleicht ähnlich brutal wie die, die er im Boxring ertragen musste, aber dieses Mal erleidet er eine posttraumatische Belastungsstörung (PTBS). Worauf beruht der Unterschied? Es hat alles mit dem zu tun, was er glaubt. Vielleicht ist er enttäuscht über die Niederlage im Boxkampf, freut sich aber auf den nächsten Kampf. Doch da er auf dem Parkplatz glaubte, sterben zu müssen, lastet nun eine drückende Wolke der Verzweiflung und Angst auf ihm. Seine Überzeugung und Interpretation bestimmen, wie er die physischen Schläge erlebt.

Unsere Perspektive bei der Wahrnehmung des physischen Schmerzes hat einen enormen Einfluss auf die Art und Weise, wie wir ihn emotional erleben. Ein weiterer Aspekt, den wir berücksichtigen sollten, ist die Absicht hinter dem physischen Schmerz. Zum Beispiel wurde 2021 bei mir Nierenkrebs diagnostiziert. Mein Arzt konnte das befallene Gewebe des Organs entfernen, und ich bin dankbar für seine Kompetenz und Gottes Wirken. Doch um diese lebensrettende Maßnahme durchzuführen, musste der Arzt mich verletzen. Er betäubte mich, öffnete meinen Bauch, entfernte einen Teil meines Organs und nähte mich wieder zusammen. Es war natürlich eine äußerst schmerzhafteste Tortur. Doch wegen der Absicht, die er mit seinen Maßnahmen verfolgte, „lohnte“ sich der Schmerz. Ich würde nie zulassen, dass irgendjemand nur zum Spaß dasselbe tut wie dieser Arzt. Würde jemand in böser Absicht so handeln, müsste man ihn ins Gefängnis stecken. Doch weil der Arzt den Eingriff durchführte, um mein Leben zu retten, waren mir seine Maßnahmen willkommen (jedenfalls so weit wie möglich!).

Genauso können wir uns „in unseren Bedrängnissen rühmen“ (Römer 5,3), wenn wir Gottes Absichten richtig verstehen. Das bedeutet nicht, dass unsere „Bedrängnisse“ nicht weh tun; es bedeutet nur, dass wir das, was uns widerfährt, richtig interpretieren können. Da wir wissen, dass Gott alles in der Hand hat und alle Dinge für uns zum Guten mitwirken lässt (Römer 8,28), können wir uns freuen. So wie Jesus, der „um der vor ihm liegenden Freude willen ... das Kreuz erduldet“ (Hebräer 12,2), können wir uns freuen „da wir wissen, dass die Bedrängnis Ausharren bewirkt, das Ausharren aber Bewährung, die Bewährung aber Hoffnung; die Hoffnung aber lässt nicht zuschanden werden, denn die Liebe Gottes ist ausgegossen in unsere Herzen durch den Heiligen Geist, der uns gegeben worden ist“ (Römer 5,3-5).



Freude mitten im Feuer

Selbst wenn wir die ewige Absicht und den ewigen Nutzen unserer Prüfungen und Anfechtungen richtig verstehen, wird keiner von uns sie begrüßen, wenn wir mit ihnen konfrontiert werden. Wir können mit voller Überzeugung glauben, dass Gott alle Dinge für uns zum Guten wirken lässt (siehe Römer 8,28-29), und dennoch viel körperlichen und emotionalen Schmerz erfahren. Wie gesagt: Wenn Sie 39 Peitschenhiebe bekommen, werden Sie jeden einzelnen spüren! Und wenn Ihnen dabei Gottes Perspektive fehlt, werden Sie die Auspeitschung zweifellos falsch interpretieren und die emotionalen Konsequenzen fühlen. Nichtsdestoweniger wird dieses Leid dazu benutzt, Sie dem Ebenbild Seines Sohnes ähnlicher zu machen.

Der Verfasser des Hebräerbriefs verwendet die Analogie eines Vaters, der seinen Sohn erzieht, wenn er schreibt: „Alle Züchtigung scheint uns zwar für die Gegenwart nicht Freude, sondern Traurigkeit zu sein; nachher aber gibt sie denen, die durch sie geübt sind, die friedvolle Frucht der Gerechtigkeit“ (Hebräer 12,11; unsere Hervorhebung). Das Feuer ist heiß, und das, was es in uns aufdeckt, wird nicht „Freude, sondern Traurigkeit“ sein. Doch für diejenigen, die sich von Gott erziehen lassen, führt Seine „Züchtigung“ zur Läuterung ihres Glaubens. Und diese Glaubensläuterung kommt als „friedvolle Frucht der Gerechtigkeit“ zum Ausdruck.

Manchmal versuchen wir, vor dem Feuer wegzulaufen, uns davon abzulenken oder, wie Paulus, Gott darum zu bitten, die Schwierigkeiten aus unserem Leben zu entfernen. Paulus wollte von seinem „Stachel“ (2 Korinther 12,7) befreit werden. Gott offenbarte ihm, dass seine Leiden nötig waren, und zeigte ihm, dass die Macht Gottes sich durch Schwachheit in seinem Leben erweisen würde. Auch wir können Gott bitten, das Feuer aus unserem Leben zu entfernen, doch wir sollten nicht damit rechnen, eine andere Antwort vom Herrn zu bekommen als der Apostel.

Gottes Antwort an Paulus war eine gute Beschreibung der Läuterung, die Er in unserem Leiden bewirken will. Er sagte: „Meine Gnade genügt dir, denn meine Kraft kommt in Schwachheit zur Vollendung“ (2 Korinther 12,9). Paulus entdeckte, dass er schwach werden und sogar sterben musste, um zu erfahren, wie Jesus Sein Leben in und durch Paulus lebte (siehe Galater 2,20). Gerade in seinem hilflosen, schwachen Zustand zeigte sich die Kraft Christi vollkommen oder vollständig. Paulus erklärte: *„nicht mehr lebe ich, sondern Christus lebt in mir“* (Galater 2,20).

Wenn wir die Absicht unserer Probleme verstehen und sie als notwendigen Teil unserer Schritte zur Wahrheit betrachten und diese Tatsache in unseren Herzen glauben, werden wir uns über Gottes Wirken freuen und es „für reine Freude halten“ (Jakobus 1,2; NeÜ). Diese Freude ist keine Entscheidung, die wir trotz unserer Umstände treffen (was viele glauben). Wir können uns genauso wenig „entscheiden“, Freude zu empfinden, wie wir uns „entscheiden“ können, Liebe, Geduld oder Frieden zu fühlen.

Der Versuch, uns zu freuen, wenn wir es nicht bereits tun, gleicht dem Versuch, sich selbst zum Lachen zu bringen, wenn man nicht bereits lacht. Freude ist ein natürlicher Ausdruck unseres aktuellen Glaubens und unserer Perspektive und nicht das Ergebnis einer Willensentscheidung. Paulus traf nicht die „Entscheidung“, sich trotz des „Stachels“ zu freuen; er freute sich, als der Herr ihn davon überzeugte, welche Absicht der Stachel erfüllte.

Die Leiden, die Paulus als „Stachel“ beschrieb, waren das Mittel, sein „Ausharren“ (*hypomoné*) zu einem „vollkommenen Werk“ werden zu lassen. Sein Stachel hielt ihn „zurück und darunter“, indem er seine Schwachheit aufdeckte, damit die Kraft des Herrn in ihm zur Vollendung kommen konnte. *Paulus harrete nicht*

unter dem Stachel aus, sondern der „Stachel“ bewirkte das Ausharren in ihm.

Petrus machte etwas von der Freude deutlich, die uns in Zeiten des Leidens geschenkt wird, als er schrieb,

Geliebte, lasst euch durch das Feuer der Verfolgung unter euch, das euch zur Prüfung geschieht, nicht befremden, als begegne euch etwas Fremdes; sondern freut euch, insoweit ihr der Leiden des Christus teilhaftig seid, damit ihr euch auch in der Offenbarung seiner Herrlichkeit jubelnd freut! (1 Petrus 4,12-13).

Nach seinem Hinweis, dass unser Leid nichts Befremdliches oder Unerwartetes ist, fuhr er fort: „Freut euch, insoweit ihr der Leiden des Christus teilhaftig seid, damit ihr euch auch in der Offenbarung seiner Herrlichkeit [in euch] jubelnd freut!“ (Vers 13; NLB; unsere Hervorhebung). In diesem Text werden zwei Phasen der Freude erwähnt. Die erste Freude, von der Petrus spricht, ist eine Freude der *Erwartung*. Wir sollen uns während der schmerzhaften „Prüfung“ in der Erwartung freuen, dass Gott ein herrliches Werk in uns erfüllen wird. Die zweite Art der Freude, die er erwähnt, ist eine *jubelnde* Freude, die aus der Erkenntnis des Werkes Gottes entspringt, das Gott in uns vollendet hat.

Unsere Freude wird durchbrechen, wenn wir sein herrliches Ebenbild in unserer Transformation offenbart sehen. Das ist die echte Transformation, die sich in der Frucht Seines Geistes ausdrückt und erweist. Das „Feuer“ wird benutzt, um unsere ewige innere Veränderung zu beweisen und sichtbar zu machen. Das ist die mühelose Transformation, die zu erwarten ist, wenn wir unseren Glauben läutern und unser Denken erneuern lassen (Römer 12,2).

Früher dachte ich, dass die „Offenbarung der Herrlichkeit Christi“ sich auf die Wiederkunft Jesu bezieht. Doch dieses Verständnis passt nicht zum Kontext des Abschnitts. Die Analogie, die Petrus hier benutzt, beschreibt die „Prüfung“ und Läuterung eines Edelmetalls. Die „Offenbarung“ muss also etwas mit dem Läuterungsprozess zu tun haben. An anderen Stellen offenbart die Heilige Schrift, dass unsere Teilhabe an Seinen Leiden eine „Prüfung“ ist, die mit der Verheißung einhergeht, dass wir Anteil an Seiner Herrlichkeit bekommen können. Paulus sagte, dass „wir wirklich mitleiden, damit wir auch mitverherrlicht werden“ (Römer 8,17). Die Herrlichkeit des Herrn wird in uns sichtbar, indem wir in Sein Ebenbild verwandelt werden.

Ähnlich wie auf der spiegelnden Oberfläche von reinem Gold werden wir das Ebenbild des Schmelzers widerspiegeln. Wenn Seine Herrlichkeit in uns (das heißt, in unserem Glauben) offenbart wird, werden wir uns jubelnd freuen! In einer anderen Erklärung von Paulus lesen wir erneut: „Von uns allen wurde der Schleier weggenommen, sodass wir die Herrlichkeit des Herrn wie in einem Spiegel sehen können. Und der Geist des Herrn wirkt in uns, sodass wir ihm immer ähnlicher werden und immer stärker seine Herrlichkeit widerspiegeln“ (2 Korinther 3,18; NLB; unsere Hervorhebung).

Behalten Sie auch in Erinnerung, dass Freude nicht etwas ist, das wir durch eigene Willensentscheidung aufbringen und produzieren. Echtes Freuen setzt vorhandene Freude voraus und Freude ist eine Frucht des Geistes. Die Frucht der Freude ist nur vorhanden, wenn der Heilige Geist uns in unserem Herzen von der Wahrheit überzeugt hat. Bevor wir uns in Erwartung dessen freuen können, was Gott in unserem Leid tun wird, müssen wir glauben, dass die Läuterung unseres Glaubens geschehen wird. Unser Glaube an das, was Gott in unserem Leid tun wird, weckt diese Erwartung und bringt die Frucht der Freude hervor. Wenn Seine Herrlichkeit in uns offenbart wird, werden wir vor unbändiger Freude jubeln.

Ohne das Bewusstsein, dass Gott eine Absicht mit unseren Schwierigkeiten verbindet (die Läuterung

TRANSFORMATIONSGEBET

unseres Glaubens und die Erneuerung unseres Denkens), werden wir unsere Probleme und Trigger als etwas betrachten, das wir ertragen, auf uns nehmen und irgendwie überstehen müssen. Wenn das unsere Perspektive ist, verpassen wir den größeren Nutzen, den wir nach Gottes Absicht ernten sollen. Das Ziel ist bei jeder Anfechtung dasselbe. Es geht nicht darum, es irgendwie durchzustehen; denn das steht ohnehin fest. Das Ziel ist vielmehr, dass wir davon profitieren. Was wir gewinnen, ist unsere Transformation.

Das wirft Licht auf das Leben von Paulus, der so viel Leid für die Sache Christi durchmachte und selbst im Gefängnis mit Freude reagierte. Wie das möglich war? Weil er in seinem Herzen die Wahrheit kannte, dass „der Herr nahe“ ist.

Freut euch im Herrn zu jeder Zeit! Noch einmal sage ich: Freut euch! Eure Güte werde allen Menschen bekannt. Der Herr ist nahe. Sorgt euch um nichts, sondern bringt in jeder Lage betend und flehend eure Bitten mit Dank vor Gott! Und der Friede Gottes, der alles Verstehen übersteigt, wird eure Herzen und eure Gedanken in Christus Jesus bewahren (Philipper 4,4-7; EU).

Und in Paulus' Brief an die Gemeinde in Rom lesen wir erneut:

Nicht allein aber das, sondern wir rühmen uns auch in den Bedrängnissen, da wir wissen, dass die Bedrängnis Ausharren bewirkt, das Ausharren aber Bewährung, die Bewährung aber Hoffnung; die Hoffnung aber lässt nicht zuschanden werden, denn die Liebe Gottes ist ausgegossen in unsere Herzen durch den Heiligen Geist, der uns gegeben worden ist (Römer 5,3-5).

Der Apostel Petrus sagte Folgendes über unser Leid:

Daher sollen auch die, welche nach dem Willen Gottes leiden, einem treuen Schöpfer ihre Seelen anbefehlen im Gutes (1 Petrus 4,19; unsere Hervorhebung).

Und Jesus sagte über den Nutzen, den wir durch Leiden gewinnen:

Glückselig seid ihr, wenn sie euch schmähen und verfolgen und alles Böse lügnerisch gegen euch reden werden um meinetwillen. Freut euch und jubelt, denn euer Lohn ist groß in den Himmeln; denn ebenso haben sie die Propheten verfolgt, die vor euch waren (Matthäus 5,11-12; unsere Hervorhebung).

Zweifellos haben einige Menschen Schwierigkeiten durchgemacht, die weit über das hinausgehen, was wir je erleben werden. Doch wie schrecklich das Leid auch sein mag: Wir müssen wieder zu der Wahrheit der Heiligen Schrift zurückkehren, dass „unsere jetzigen Sorgen und Schwierigkeiten nur gering und von kurzer Dauer sind, doch in uns eine unermesslich große Herrlichkeit bewirken, die ewig andauern wird!“ (siehe 2 Korinther 4,17; NLB). Das galt auch für Jesus. Am Tag Seiner Kreuzigung litt Er unvorstellbare körperliche Qualen und freute sich dennoch, weil Er die Wahrheit kannte. Es geschah „um der vor ihm liegenden Freude willen ... [dass] er das Kreuz erduldet“ (Hebräer 12,2; unsere Hervorhebung). Jesus blickte über Seine unmittelbaren Leiden hinaus und freute sich auf die vor Ihm liegende Herrlichkeit.

Dieselbe Wahrheit, über die Petrus schrieb, gilt auch für jede und jeden von uns, die wir in Christus sind. Ja wirklich, die Leiden sind nicht angenehm, sondern vielmehr „schmerzlich“ (Hebräer 12,11; NLB). Aber im

Vergleich zu der unermesslich großen und ewigen Herrlichkeit, die sie für uns bewirken, ist das alles „gering und von kurzer Dauer“! Wenn wir das in unserem Herzen glauben, werden wir uns freuen. Diese Verheißungen bilden die Grundlagen der Wahrheit, die die *Absicht von TPM* definieren.

Wie gesagt, sollte nicht das Ausmaß der Probleme darüber entscheiden, ob Sie sich in Demut darunter beugen oder nicht, denn „Gott ist es, der in [Ihnen] wirkt, sowohl das Wollen als auch das Wirken zu seinem Wohlgefallen“ (Philipper 2,13). Nur indem wir uns entscheiden „uns unter die mächtige Hand Gottes zu beugen, damit er uns erhöht zur rechten Zeit“ (siehe 1 Petrus 5,6), werden wir den Segen erfahren, dass Gott in und durch alle unsere Probleme wirkt.

Einige von uns leben mit der erdrückenden und scheinbar unbeantworteten Frage: „Warum, Gott?“ Aber Gottes Wort sagt klar, dass Leiden nicht befremdlich sind und wir sie erwarten sollten (Johannes 16,33). Wir leben in einer gefallenen Welt, in der schlechte Dinge passieren; aber Gott ist immer noch dabei, für die, die Ihn lieben und „nach seinem Vorsatz berufen sind“ (Römer 8,28), Gutes für die Ewigkeit zu bewirken. Solange wir nicht Gottes Absicht in den Schwierigkeiten des Lebens erkennen und nicht wissen, wie wir dabei mit Ihm kooperieren können, werden wir wahrscheinlich weiter die Gelegenheiten verpassen, die Er uns zur Läuterung unseres Glaubens, zur Erneuerung unseres Denkens und zur Transformation unseres Lebens gibt.

Ich erinnere mich, wie ich in der Zeit der Trauer über den Verlust unserer kleinen Tochter versuchte, diese Idee zu verinnerlichen und auf mein Leben anzuwenden. Ich weiß noch, wie ich dachte: „Ich bin bereit, auf alles Gute zu verzichten, wenn ich nur meine Tochter zurückhaben könnte.“ Das war vor langer Zeit. Nachdem ich viele Jahre lang beobachtet habe, wie Gott ein mächtiges Werk in meinem Herzen und in meinem Leben tat, empfinde ich nicht mehr so. Gott hat durch den Verlust meines Kindes viele gute Dinge bewirkt; auch TPM gehört dazu!

Wenn Sie das erste Element der Absicht von TPM verstehen, werden Sie Ihre alltäglichen Schwierigkeiten als *nützlich* betrachten und nicht als eine Anfechtung, die es zu ertragen und zu durchleiden gilt. Die Schwierigkeiten des Lebens sind als *Werkzeuge* in der Hand eines liebenden Gottes zu verstehen, der uns in das Ebenbild Seines Sohnes verwandelt (Römer 8,28-29). Wenn wir entdecken, dass die Probleme unseres Lebens das primäre Mittel sind, durch das Gott Sein herrliches Werk der Läuterung unseres Glaubens, der Erneuerung unseres Denkens und unserer Transformation tut, werden wir es „für reine Freude halten“ (Jakobus 1,2; NLB), „uns auch dann freuen, wenn uns Sorgen und Probleme bedrängen“ (siehe Römer 5,3; NL) und uns „allezeit im Herrn freuen“ (Philipper 4,4).



Glaubensläuterung zusammengefasst

Betrachten wir in der Zusammenfassung dieses Konzepts noch einmal die oben verwendete Analogie des Goldes. Das Gold im Rohzustand ist reines Gold, obwohl es durch Schlacken verunreinigt ist. Diese Schlacken sind kein Bestandteil des Goldes, sondern sind nur zusammen mit dem Gold im Schmelztiegel vorhanden. Das Feuer erhitzt das Gold bis zum Schmelzpunkt, sodass es aufgrund seiner Dichte zu Boden sinkt und alle Unreinheiten zwingt, an die Oberfläche zu steigen (was sie zusätzlich von dem Edelmetall unterscheidet). Das Feuer deckt zuerst auf, was nicht da sein sollte; und wenn alles, was nicht Gold ist, vom Schmelzer beseitigt wurde, offenbart es die Reinheit des Goldes. Wenn nur noch Gold im Schmelztiegel vorhanden ist, erweist sich seine Reinheit auch dann, wenn es weiterhin großer Hitze ausgesetzt wird!

Die Wahrheit darüber, wer Gott ist und wer wir in Ihm sind, gleicht dem Gold im Ofen des Schmelzers. Die Unreinheiten in unserem Glauben ändern nichts an dieser Realität. Sie beeinträchtigen aber unsere Fähigkeit, uns über Sein vollendetes Werk zu freuen und darin zu ruhen. Wenn wir der „Hitze“ der Anfechtung und des Leids ausgesetzt werden, treten diese Unreinheiten zutage und machen es uns nahezu unmöglich, die herrliche Realität zu sehen, die unmittelbar unter der Oberfläche liegt. Die Wahrheit darüber, wer wir sind und wer Er ist, bleibt bestehen, wird aber unter dem dicken Schlamm der Täuschung nicht gesehen.

Wenn der Schmelzer diese lügenbasierten Unreinheiten entfernt, kommt die spiegelnde Oberfläche des geschmolzenen Goldes zum Vorschein; wenn Er dann in den Schmelztiegel unseres Lebens blickt, sieht er Sein Spiegelbild in uns (1 Petrus 1,7-8). Das Gold war schon zu Beginn des Schmelzprozesses vorhanden. Es musste nur noch vollends zum Vorschein gebracht werden.

Es ist nicht so, dass wir durch diesen Läuterungsprozess Jesus ähnlicher werden. Vielmehr werden die Unreinheiten in unserem Glauben beseitigt, sodass unser wahres Ich (die neue Schöpfung) offenbart wird. Wir sind wie das „reine Gold“, das Unreinheiten enthält; aber diese Unreinheiten sind nicht Teil unserer Identität. Paulus bestätigt das, wenn er erklärt, dass die Gemeinde (zu der Sie gehören, wenn Sie in Christus sind) die Fülle Jesu ist. Er schreibt: „Alles hat [Gott] seinen Füßen unterworfen und ihn als Haupt über alles der Gemeinde gegeben, die sein Leib ist, die Fülle dessen, der alles in allen erfüllt“ (Epheser 1,22-23).

Als die Fülle Christi sind wir Sein wahres Spiegelbild. Wir erkennen einfach noch nicht, wer wir sind, und wurden verleitet, etwas über uns selbst zu glauben, das wir nicht sind. Johannes sagte es so: „Geliebte, jetzt sind wir Kinder Gottes, und es ist noch nicht offenbar geworden, was wir sein werden; wir wissen, dass wir, wenn es offenbar werden wird, ihm gleich sein werden, denn wir werden ihn sehen, wie er ist“ (1 Johannes 3,2; unsere Hervorhebung). Wir sind jetzt Kinder Gottes (das ist, wer und was wir schon sind), und Gott bringt keine fehlerhaften Kinder zur Welt. Es ist also nicht so, dass Er das Baby erst in Ordnung bringt oder verändert; Er wischt nur alles ab, das nicht Teil des Kindes ist.

Das „Feuer der Läuterung“ dient einer zweifachen Absicht. Erstens wird es dazu benutzt, die Unreinheiten in unserem Glauben aufzudecken, damit sie beseitigt werden können. Wenn wir aber weiter im Feuer bleiben müssen oder das Feuer später zurückkehrt, dient es einer zusätzlichen Absicht, indem es die Reinheit unseres Glaubens bestätigt oder „beweist“. Und genau da offenbart das Feuer die Frucht des Geistes Gottes in uns. Denn wenn wir nach der Läuterung unseres Glaubens weiter der Hitze ausgesetzt werden, wird unser gereinigter Glaube (das „reine Gold“) für alle sichtbar gemacht.

Wenn Sie in Christus sind und Sein Geist in Ihnen ist, hat die Transformation dessen, wer und was Sie

waren, bereits stattgefunden. Jetzt sind wir eine neue Schöpfung und haben das neue Ich angezogen, das im Ebenbild Gottes geschaffen wurde in Seiner Gerechtigkeit und in der Wahrheit (siehe Epheser 4,24). Das Problem ist, dass wir diese Wahrheit noch nicht völlig in unserem Herzen glauben. Gott sandte Seinen Geist, um diese Realität in unserem Leben sichtbar zu machen, indem er unsere fehlerhafte Perspektive aufdeckt und uns dann von der Wahrheit überzeugt (Johannes 16,5-16). Jede Glaubensüberzeugung, die Gottes Wesen und Charakter nicht genau darstellt, beschreibt auch unser neugeschaffenes Ich nicht genau. Wir sind Sein Werk (Epheser 2,10), in Seinem Bild geschaffen (1 Mose 1,27; Epheser 4,24), aus Seinem Geist geboren (Johannes 3,6) und aus einem unvergänglichen Samen hervorgegangen (1 Petrus 1,23). Wenn Sie jedoch verleitet wurden zu glauben, dass Sie etwas anderes sind, wird Ihre Selbstwahrnehmung verzerrt sein.

Ihre unzutreffende Wahrnehmung von Gott beruht auf dem, was Sie aus Überzeugung für wahr halten; deshalb wird es sich für Sie wahr anfühlen, obwohl es nicht stimmt. Dass wir es für wahr halten, macht es nicht wahr. Aber es wird Ihre Fähigkeit einschränken, die Wahrheit zu sehen, zu fühlen und zu erfahren, so wie die Schlacken das Gold verdecken.

Diese verzerrte Perspektive und die lügenbasierten Überzeugungen, die sie hervorrufen, beeinträchtigen uns, aber sie machen nicht aus, wer wir sind. Wir besitzen, was wir glauben, benutzen, was wir glauben und leiden unter den Konsequenzen von dem, was wir glauben, aber unsere Überzeugungen sind nicht das, was wir sind. Diese Unterscheidung traf Paulus, als er sagte: „Wenn ich aber das, was ich nicht will, ausübe, so vollbringe nicht mehr ich es, sondern die in mir wohnende Sünde“ (Römer 7,20). Die in Paulus wohnende Sünde war nicht Paulus; und dasselbe gilt für alle Glaubenden! Weder unser Körper noch unsere Überzeugungen sind das, was uns ausmacht, denn wir haben „den neuen Menschen angezogen ... der nach Gott geschaffen ist in wahrhafter Gerechtigkeit und Heiligkeit“ (Epheser 4,24). Das ist, wer wir tatsächlich sind. Wenn diese Tatsache Ihnen nicht wahr *erscheint* oder sich nicht wahr *anfühlt*, liegt es an den Unreinheiten in Ihrem Glauben: Sie beeinträchtigen Ihre Fähigkeit, zu erkennen, wer Sie wirklich in Ihm sind!

Gottes Werk der Läuterung zulassen

Im Kontext einer leidenden Gemeinde offenbarte Petrus, welches Werk Gott in uns tut. Er schrieb: „Gott hat euch in seiner Gnade durch Christus zu seiner ewigen Herrlichkeit berufen. Nachdem ihr eine Weile [im Feuer der Läuterung] gelitten habt, wird er euch aufbauen, stärken und kräftigen; und er wird euch auf festen Grund stellen“ (1 Petrus 5,10; NLB; unsere Hervorhebung). Beachten Sie, wer dieses Werk tut. Es ist Gott selbst, der uns „aufbauen, stärken und kräftigen; und ... auf festen Grund stellen“ wird.

Unsere Reaktion auf die Schwierigkeiten, mit denen wir konfrontiert werden, zeigt, ob wir in dieser Wahrheit leben oder nicht. Wenn wir ehrlich und unwillkürlich mit Frieden, Freundlichkeit, Freude und Liebe reagieren und unser Verhalten Gottes Charakter widerspiegelt, zeigt dies, dass wir aus Seiner Perspektive handeln. Wenn nicht, ist dies eine Gelegenheit, uns unter Seine „mächtige Hand“ zu stellen und zuzulassen, dass unser Glaube geläutert und unser Denken erneuert wird.

Wie gesagt: Gott benutzt Leiden dazu, all das aufzudecken, was aufgedeckt werden muss. Wenn unser Glaube unrein ist, werden unsere Leiden dies ans Licht bringen und uns eine Gelegenheit geben, das läuternde Werk unseres großen Meisters in uns zuzulassen. Wenn unser Glaube bereits geläutert war, wird dies im Leiden für alle sichtbar werden, indem wir mühelos Seine Frucht tragen. Unser himmlischer Vater

gebraucht unsere Leiden behutsam und liebevoll, damit wir fähig werden, Ihn und uns selbst mit Seinen Augen genauer zu erkennen (durch die Läuterung unseres Glaubens) und der Welt Sein Herz und Seinen Charakter zu zeigen (durch die Frucht des Geistes, die wir tragen). Obwohl diese Erfahrungen schwierig und schmerzhaft sein können, „freuen [wir] uns auch dann, wenn uns Sorgen und Probleme bedrängen“ (siehe Römer 5,3; NLB), weil wir wissen, „dass denen, die Gott lieben, alle Dinge zum Guten mitwirken“ (siehe Römer 8,28).



Was genau wird eigentlich geläutert?

Es ist wichtig zu beachten, dass die Glaubensläuterung unseren Glauben (Herzensüberzeugung) reinigt und sich damit auf unsere Perspektive, unsere Emotionen und unsere Verhaltensweisen auswirkt, aber überhaupt keinen Einfluss darauf hat, wer oder was wir in Christus sind. In dem Moment, als wir das Evangelium in unserem Herzen glaubten, wurden wir eine neue Schöpfung. Um bei der Analogie der Läuterung von Gold zu bleiben: Die *Wahrheit* unseres neuen *Ichs*, das nach dem Bild Gottes geschaffen ist in wahrer Gerechtigkeit und Heiligkeit (siehe Epheser 4,24; EU) ist reines Gold. Doch nicht alles, was wir über die Person *glauben*, die wir sind, ist rein. Dies erinnert an unsere Erörterung über das Grundprinzip: „*Wir nehmen wahr, wovon wir überzeugt sind.*“ Gott möchte, dass das, was wir mit dem Herzen glauben, mit der Realität unseres neu geschaffenen Ichs übereinstimmt. Er möchte, dass wir uns selbst so sehen, wie Er uns sieht (d.h. als die, wie wir aus ewiger Perspektive wirklich sind).

Der „Schmelzer“ wird das Gold durch den Läuterungsprozess nicht verändern oder modifizieren. Vielmehr trennt er das Gold sorgfältig von dem, was *kein* Gold ist, indem er es intensiver Hitze aussetzt und dann die ablenkenden Unreinheiten entfernt, die es erschweren, das Edelmetall unter der Oberfläche richtig zu erkennen und wertzuschätzen. In ähnlicher Weise führt das läuternde Werk Gottes nicht dazu, dass wir Jesus ähnlicher werden, sondern es beseitigt die Unreinheiten in unserem Glauben (die uns nicht richtig erkennen lassen, wer Gott ist und wer wir in unserer neuen Identität sind), sodass unsere Christusähnlichkeit sichtbarer wird. Wenn diese ablenkenden Unreinheiten aus unserem Glauben entfernt sind, wird Sein herrliches vollendetes Werk in uns klar erkennbar.

Im Prozess der Läuterung wird das „Gold“ nicht *goldener*. Denn wir wurden im Augenblick unserer Erlösung „aus Gott geboren“ (1 Johannes 5,1). Wir *werden* Jesus nicht ähnlicher; wir sind ihm *schon jetzt* ähnlich, weil wir aus Gott geboren wurden, und ich wiederhole noch einmal: „Gott bringt keine fehlerhaften Kinder zur Welt.“ Wir wurden als *Säuglinge* geboren, die „Milch“ und nicht „feste Speise“ brauchen (Hebräer 5,12), aber wir sind nichtsdestoweniger Seine Kinder und Ihm deshalb so ähnlich, wie wir es je sein werden. Wir sind unserem himmlischen Vater ähnlich, aber vieles von dem, was wir glauben, stimmt nicht mit der Realität unserer neuen Geburt überein. Deshalb beeinträchtigt unsere fehlerhafte Perspektive unsere Fähigkeit, wahrzunehmen, wer wir wirklich sind.

Früher glaubte ich, dass ich mich auf einem langen Weg befinde, auf dem ich Jesus zunehmend ähnlicher werde. Und ich gab mir viel Mühe, mein Verhalten so zu verändern, wie es meinem Verständnis von „Christusähnlichkeit“ entsprach. Auch wenn es stimmt, dass Gott mich in Sein Ebenbild verwandeln möchte (Römer 8,29), hat Er mich nicht aufgerufen, mich selbst zu verwandeln. Er hat mich

aufgerufen, Seinen Prozess der Läuterung meines Glaubens zuzulassen.

Das erklärte Gott durch seinen Propheten Hesekiel: „Und ich werde euch ein neues Herz geben und einen neuen Geist in euer Inneres geben; und ich werde das steinerne Herz aus eurem Fleisch wegnehmen und euch ein fleischernes Herz geben“ (Hesekiel 11,19; 36,26). Da Er mir ein neues Herz und einen neuen Geist gegeben hat, ist auch die noch ausstehende Transformation Sein Werk, durch das Er mein Denken erneuert. Mein Problem ist, dass ich noch nicht richtig „sehen“ kann, was Gott bereits getan hat.

Der Prophet Hesekiel sprach natürlich nicht von unserem physischen Herzen, sondern von unserem inneren geistlichen. Und er sagte klar, dass wir nur ein geistliches Herz besitzen und nicht zwei. Wenn Gott sagt: „Ich werde euch ein neues Herz geben...“ und „ich werde das steinerne Herz aus eurem Fleisch wegnehmen und euch ein fleischernes Herz geben“, kommt darin eine Singularität zum Ausdruck. Das alte Herz wurde sowohl entfernt als auch ersetzt. Wir haben nur ein einziges Herz und dieses Herz ist gut, denn „die Liebe Gottes ist ausgegossen in unsere Herzen durch den Heiligen Geist, der uns gegeben worden ist“ (Römer 5,5).

Einige wenden vielleicht ein: „Aber Jesus sagte, dass aus dem Herzen böse Gedanken kommen, wie zum Beispiel Mord, Ehebruch, Unzucht, Diebstahl, Lüge und Verleumdung“ (siehe Matthäus 15,19; NLB). Wie können wir dann darauf vertrauen, dass unsere Herzen das Richtige tun? Ja, es ist offensichtlich, dass böse Dinge aus bösen Herzen kommen. Aber in diesem Abschnitt zieht Jesus einen Vergleich zwischen einem guten und einem bösen Herzen. Er bestätigte dies an anderer Stelle mit den Worten: *„Der gute Mensch bringt aus dem guten Schatz seines Herzens das Gute hervor, und der böse bringt aus dem bösen das Böse hervor; denn aus der Fülle des Herzens redet sein Mund“* (Lukas 6,45).

Die Frage ist: „Was für ein Herz haben wir?“ Paulus sagte klar: „Prüft euch, ob ihr im Glauben seid, untersucht euch!“ (2 Korinther 13,5), und Petrus drückte es ähnlich aus: „Bemüht euch umso eifriger, eure Berufung und Erwählung festzumachen!“ (2 Petrus 1,10; LUT). Wir müssen feststellen, ob wir ein böses Herz aus Stein oder ein neues Herz aus Fleisch haben (siehe Hesekiel 36,26). Wir können nicht beide zugleich haben, denn Gott hat das eine herausgenommen und es durch das andere ersetzt.

Böses ist aus Herzen zu erwarten, die „böse“ sind, aber nicht aus den neuen Herzen, die Gott in jedes Seiner Kinder gepflanzt hat. In dem Moment, in dem ich aus Seinem Geist geboren wurde, wurde ich vollständig in meinem inneren Menschen verwandelt. Mein neues Herz ist Teil der neuen Schöpfung, die ich geworden bin, weil ich mit Jesus gestorben bin und mit Ihm auferweckt wurde. Mein neues Herz und mein neues Ich, die „nach Gott geschaffen [sind] in wahrhaftiger Gerechtigkeit und Heiligkeit“ (Epheser 4,24; unsere Hervorhebung) machen den Menschen aus, der ich jetzt bin, und nicht meine Überzeugungen, Wahrnehmungen, Gefühle und Verhaltensweisen. Ich bin nicht, was ich denke, fühle und tue; ich bin der Mensch, der ich nach Gottes Worten bin. Ihm sei Dank, dass auch diese Dinge (Wahrnehmungen, Gefühle und Verhaltensweisen) verwandelt werden, so dass sie widerspiegeln, wer ich wahrhaftig in Christus bin.

Gott hat uns nicht nur ein neues Herz gegeben, sondern auch einen neuen Geist in uns gelegt. Es gibt gute Gründe anzunehmen, dass das neue Herz und der neue Geist, von denen Hesekiel spricht, synonym sind und von ihm als synonyme Parallelismus verwendet werden. Ein synonyme Parallelismus ist eine Sprachfigur, die oft in den Psalmen und in den Sprüchen zu finden ist. Dabei wird dieselbe Idee nacheinander wiederholt, um einen Punkt zu betonen oder denselben Gedanken auf andere Weise auszudrücken. Mir sind beide recht, weil ich weiß: Was auch immer ich einmal hatte, wurde durch das Neue ersetzt.

Ich glaube, dass der „neue Geist“ eine andere Beschreibung für das „neue Ich“ ist, das unser altes

Ich ersetzt hat, als wir mit Christus starben und mit Ihm auferweckt wurden (siehe Galater 2,20; Kolosser 2,12; Epheser 4,24). Wir sind neue Geschöpfe mit neuen Herzen! Unser alter Mensch – die Person, die wir vor Christus waren – wurde mit Jesus gekreuzigt, und wir haben „den neuen Menschen angezogen ... der nach Gott geschaffen ist in wahrhafter Gerechtigkeit und Heiligkeit“ (Epheser 4,24). HINWEIS: Dieser Vers aus dem Epheserbrief wird hier oft zitiert, weil wir möchten, dass Sie ihn auswendig kennen. Er beschreibt, wer Sie wirklich sind. Sie sind ein neues Ich, das Gott in Seinem Ebenbild geschaffen hat und das in Gerechtigkeit und Wahrheit gegründet ist!

Da Sie ein neues Herz haben und ein neues Ich angezogen haben, ist es nicht so, dass Sie Jesus in Ihrem inneren Menschen ähnlicher werden. Vielmehr befinden Sie sich auf einer Entdeckungsreise, auf der Sie immer mehr erkennen, wer Sie in Christus schon sind. Ihr wahres Ich ist jetzt „verborgen mit dem Christus in Gott“ (Kolosser 3,3), und deshalb gilt: „Sinnt auf das, was droben ist, nicht auf das, was auf der Erde ist! [Warum?] Denn ihr seid gestorben, und euer Leben ist verborgen mit dem Christus in Gott“ (Kolosser 3,2-3; unsere Hervorhebung). Indem Ihr Denken durch die Wahrheit erneuert wird, wird Ihnen die innere Verwandlung immer mehr bewusst, die in Ihrem Herzen geschehen ist, als Sie zu Christus kamen. Sie wurden als ein neues Geschöpf wiedergeboren, als ein Kind Gottes!

Der Grund, weshalb wir unsere Aufmerksamkeit *nach oben* richten müssen, ist die Tatsache, dass das der Ort ist, an dem unser neues Ich „mit Christus in Gott verborgen“ ist. Er möchte, dass wir die Realität unseres neuen Ichs entdecken. Alle, die in Christus sind, sind Ihm schon jetzt ähnlich, weil sie aus Gott geboren und in wahrhafter Gerechtigkeit und Heiligkeit geschaffen sind. Diese Wahrheit ist schon wahr, bevor Sie „nach oben“ schauen; aber Sie können sie nicht völlig erkennen und schätzen, solange Sie Ihre Aufmerksamkeit nicht auf die himmlischen Dinge richten, die „droben“ sind.

Wenn Sie in Christus sind, dann sind Sie Jesus in Ihrem inneren Menschen heute so ähnlich, wie Sie es je sein werden! Petrus offenbart dies, indem er schreibt, dass „seine göttliche Kraft uns alles zum Leben und zur Gottesfurcht geschenkt hat durch die Erkenntnis dessen, der uns berufen hat durch seine eigene Herrlichkeit und Tugend“ (2 Petrus 1,3; unsere Hervorhebung). Gott hat uns nach Seinem göttlichen Ratschluss alles gegeben; wir haben das alles schon jetzt! Auch Paulus bestätigt diese Realität, indem er erklärt: „[Gott] hat uns gesegnet mit jeder geistlichen Segnung in der Himmelswelt in Christus“ (Epheser 1,3; unsere Hervorhebung).

Haben Sie auch bemerkt, durch welches Mittel Gott uns alles gibt? Es geschieht „durch die Erkenntnis dessen, der uns berufen hat...“ Wir werden die Realität dieser Wahrheit in dem Maße erkennen, in dem wir zur Erkenntnis Seiner Selbst kommen oder indem wir Ihn erkennen. Das war das Verlangen im Herzen von Paulus. Er rief aus: „Christus will ich erkennen“ (Philipper 3,10; EU).

Durch die Läuterung unseres Glaubens und die Erneuerung unseres Denkens werden unsere Überzeugungen, Perspektiven, Gefühle und Verhaltensweisen mit der Realität unseres neuen inneren Selbst in Einklang gebracht, und dies kommt dadurch zum Ausdruck, dass wir mühelos die Frucht des Geistes tragen. Noch einmal: Wir werden nicht erst „wie Jesus“, sondern es wird immer deutlicher, wer wir bereits in Ihm sind.



KAPITEL 10

Zweite Komponente:
„Die Erneuerung unseres
Denkens“

Erneuert im Geist eurer Gesinnung

Im letzten Kapitel haben wir uns mit dem ersten Element der Absicht von TPM beschäftigt (der Läuterung unseres Glaubens). Wir haben entdeckt, dass Gott „alle Dinge“ dazu gebraucht, die Unreinheiten in unserem Glauben aufzudecken. Dieses Aufdecken wird deutlich durch das, was wir fühlen und wie wir reagieren. Es zeigt, dass wir Seine Perspektive brauchen. Wir sind darauf angewiesen, dass Er den *Geist unserer Gesinnung* erneuert (siehe Epheser 4,23), indem Er uns von der Wahrheit überzeugt. Wenn dies geschieht, *fühlt* sich die Lüge, die wir glaubten, nicht mehr wahr an oder *scheint* nicht mehr wahr zu sein; vielmehr wird sich aus unserer neuen Perspektive die Wahrheit wahr *anfühlen* und uns wahr *erscheinen*. Diese Änderung unserer Überzeugung bezeichnen wir als „Erneuerung des Denkens“.

Erneuerung des Denkens (eine Transformation unserer Herzensüberzeugungen) ist das zu erwartende Ergebnis des reinigenden Wirkens Gottes in unserem Leben. Denn wie Paulus erklärte, müssen wir uns „verwandeln [lassen] durch die Erneuerung des Denkens“ (Römer 12,2; EU). Er betete auch darum, dass Gott uns „den Geist der Weisheit und Offenbarung in der Erkenntnis seiner selbst“ schenkt und dass Er „die Augen [unseres] Herzens [erleuchtet], damit [wir wissen], was die Hoffnung seiner Berufung“ ist (Epheser 1,17-18; unsere Hervorhebung). Das geschieht nur durch das Wirken des Heiligen Geistes in uns. Paulus wies uns nicht an, die Augen unseres Herzens selbst zu erleuchten; er betete vielmehr, dass Gott selbst sie erleuchten würde. Erneuerung des Denkens ist etwas, das wir nicht selbst erreichen können; aber wir können in Demut mit Gott kooperieren, während Er sie bewirkt.

Wie wir schon sagten, hat es immensen Wert, Bibelkenntnisse zu sammeln; doch sich in der Bibel „auszukennen“ ist nicht dasselbe wie echte Erneuerung des Denkens. Ein intellektuelles Verständnis der Wahrheit ist die „Tür“ zu unserem Herzen, aber es garantiert nicht, dass es zu einer Veränderung dessen kommt, was wir im Herzen glauben. Echte Erneuerung des Denkens hat immer ein gewisses Maß an Transformation zur Folge. Bibelwissen kann zu einer Erneuerung des Denkens hinführen, aber es ist für sich genommen keine Erneuerung des Denkens.

Indem wir uns Bibelkenntnisse aneignen, erweitern wir unseren Bestand an intellektueller Wahrheit (was eine gute Sache ist), aber echte geistliche Veränderung geschieht nur, wenn der Geist der Wahrheit unsere Herzen von Seiner Perspektive überzeugt. Einfach die Fakten der Bibel zu kennen wird uns nicht verwandeln; verwandelt werden wir, indem wir immer mehr den Einen erkennen, der die Wahrheit ist. Paulus sagte auch, dass er Christus erkennen wollte – ja, dass er sich wünschte, „ihn und die Kraft seiner Auferstehung und die Gemeinschaft seiner Leiden zu erkennen, indem [er] seinem Tod gleich“ würde (Philipper 3,10). Paulus sagte nicht: „Ich möchte mehr über Jesus wissen“, sondern er wollte Ihn *erkennen*. Dieser Vers beschreibt keine intellektuelle Zustimmung zur Wahrheit über Jesus, sondern eine dynamische Beziehung mit Ihm.

Einige haben Epheser 1,17 zitiert und behauptet, dass Gott uns schon durch Sein geschriebenes Wort einen „Geist der Weisheit und Offenbarung in der Erkenntnis seiner selbst“ gegeben hat und dass wir es nur noch lesen und anwenden müssen. Die Heilige Schrift ist tatsächlich die volle und umfassende Offenbarung der Wahrheit, die Gott Seiner Gemeinde gegeben hat. Nichtsdestoweniger sagt dieser Abschnitt klar, dass Paulus Gott darum bat, den Geist der Weisheit und Offenbarung zu schenken, der dazu führt, dass der Glaubende zur Erkenntnis Christi kommt. Wenn Paulus nur gebetet hätte, dass die Empfänger seines Briefes mehr in der Bibel lesen, dann hätte er das auch so gesagt (im Übrigen hatten die Christen zu der Zeit, als

dieser Brief an die Gemeinde in Ephesus geschrieben wurde, noch keine vollständige Bibel). In diesem Abschnitt bat Paulus Gott nicht um eine neue oder zusätzliche Offenbarung, die die Bibel ergänzen oder ersetzen würde. Er wollte, dass die Augen ihres Herzens geöffnet würden, damit sie die Wahrheit erkennen konnten, die bereits zugänglich war.

Paulus schrieb auch darüber, „dass wir alle in unserem Glauben und in unserer Kenntnis von Gottes Sohn zur vollen Einheit gelangen und dass wir eine Reife erreichen, deren Maßstab Christus selbst ist in seiner ganzen Fülle“ (Epheser 4,13; NGÜ). Diese Abschnitte offenbaren, dass es eine tiefere Ebene der Erkenntnis Christi gibt, die unsere intellektuelle Suche nach der Wahrheit ablöst. Diese geistliche Erkenntnis ist eine lebensverändernde Beziehung und Erfahrung, die allein durch das Wirken des Heiligen Geistes geschieht. Unsere selbst erzielte intellektuelle Kenntnis kann das nicht bewirken. Gott möchte, dass Sie „erkennen“, was alle Erkenntnis übersteigt: die unermessliche Liebe, die Christus zu uns hat“; so werden Sie „erfüllt werden mit der ganzen Fülle, die von Gott kommt“ (Epheser 3,19; NeÜ).

Ein Ungläubiger ist durchaus fähig, Bibelverse auswendig zu lernen, doch nur der Heilige Geist kann ihn überzeugen, diese Wahrheiten in seinem Herzen zu glauben. Eine zunehmende Kenntnis der Bibel wird unser intellektuelles Wissen über die Wahrheit wachsen lassen, doch solange es keine merkliche und mühelose Veränderung (Transformation) in unseren Gefühlen und Verhaltensweisen gibt, können wir nicht sagen, dass eine Erneuerung des Denkens stattgefunden hat. Transformation ist als Folge einer echten Erneuerung des Denkens zu erwarten (siehe wiederum Römer 12,2-3). Wir brauchen Gott, der unsere Herzen von der Wahrheit überzeugt, und Er hat versprochen, genau das zu tun! Gott ist derjenige, der unseren Glauben initiiert hat; und Er hat versprochen, das zu vollenden, was Er angefangen hat (siehe Philipper 1,6).

Dies wertet nicht ab, wie wichtig das Studium des Wortes Gottes ist, denn der Heilige Geist überzeugt unsere Herzen, die Wahrheiten zu glauben, die wir bereits mit dem Verstand aufgenommen haben. Durch unseren Verstand lernen wir, was die Bibel sagt, und kommen damit dem Ziel, die Wahrheit im Herzen zu glauben, einen Schritt näher; doch eine nur verstandesmäßige Zustimmung zur Wahrheit wird uns nicht verwandeln. Dass wir die Wahrheit mit dem Herzen glauben, wird durch den Heiligen Geist bewirkt und nicht durch unser eigenes Bemühen durch Hingabe, Willenskraft und Verhaltenskontrolle. Wir glauben die Wahrheit nur dann mit dem Herzen, wenn der Heilige Geist die Augen unseres Herzens öffnet und Seine Wahrheit in uns erleuchtet.

Wie wir aus der Erörterung der TPM-Prinzipien wissen, können wir mit unserem Verstand glauben, was die Bibel über Gottes unendliche Liebe zu uns sagt, und uns doch nicht von Ihm geliebt fühlen. Wir können den Bibelvers „Denn so hat Gott die Welt geliebt, dass er seinen einzigen Sohn gab, damit jeder, der an ihn glaubt, nicht verloren geht, sondern ewiges Leben hat“ (Johannes 3,16) zitieren und dies doch nicht in unserem Herzen glauben. Solange diese Wahrheit nicht im Herzen geglaubt wird, geschieht keine Erlösung. Denn „mit dem Herzen wird geglaubt zur Gerechtigkeit, und mit dem Mund wird bekannt zum Heil“ (Römer 10,10). Solange der Heilige Geist uns nicht von der Wahrheit des Evangeliums überzeugt, werden wir nicht glauben.

Über die Erlösung lesen wir: „Doch wie können sie ihn anrufen, wenn sie nicht an ihn glauben? Und wie können sie an ihn glauben, wenn sie nie von ihm gehört haben? Und wie können sie von ihm hören, wenn niemand ihnen die Botschaft verkündet?“ (Römer 10,14; NLB). Dieser Bibeltext offenbart, dass wir die

Wahrheit des Evangeliums „hören“ (mit unserem Verstand aufnehmen) müssen, bevor wir es mit unserem Herzen „glauben“ können. Diese tiefere Ebene des Glaubens ist nur durch das erleuchtende und überzeugende Wirken des Heiligen Geistes möglich. Das „Hören“ der Wahrheit ist also eine Vorstufe des Glaubens, gewährleistet aber keine Erlösung und Transformation ohne Gottes überzeugendes Wirken.

Die Gewissheit des Glaubens

Wie Sie sicher noch in Erinnerung haben, beschreibt der Verfasser des Hebräerbriefts den Glauben als „eine Wirklichkeit dessen, was man hofft, ein Überzeugtsein von Dingen, die man nicht sieht“ (Hebräer 11,1). Es ist nicht das Hoffen darauf, dass etwas wahr ist, sondern die Gewissheit, dass es wahr ist (auch wenn wir es nicht sehen können). Das griechische Wort, das im Neuen Testament meistens mit „Glaube“ übersetzt wird, ist *pistis*. Je nach dem Kontext, in dem es verwendet wird, kann es auch „auf etwas vertrauen“, „sich auf etwas verlassen“ oder „Zuversicht auf jemand oder etwas setzen“ bedeuten. In TPM betrachten wir diese Handlungen oder Verhaltensweisen nicht als Glauben sondern als das Resultat oder Ergebnis des Glaubens. Glaube ist nicht etwas, das wir tun; es ist etwas, das wir besitzen. Und weil wir diesen Glauben haben, vertrauen wir, verlassen wir uns, setzen wir unsere Zuversicht auf Gott und gehorchen und folgen Ihm. Einfach ausgedrückt tun wir das, was wir tun, aufgrund des Glaubens, den wir besitzen (was an eines der grundlegenden TPM-Prinzipien erinnern dürfte).

So wie Abraham, der Gott glaubte und dem dies als Gerechtigkeit angerechnet wurde (Römer 4,3), wurden auch Sie aufgrund Ihres Glaubens errettet. Weil Sie zuerst *glaubten*, haben Sie Ihm dann *vertraut*, sich *entschieden*, Ihm nachzufolgen, und Ihm Ihr Leben hingegeben. Keiner dieser Schritte hat Sie errettet. Sie haben vielmehr als Ergebnis Ihres Glaubens und Ihrer Errettung *vertraut* und *entschieden*, Ihm *nachzufolgen* und Ihm Ihr Leben *hinzugeben*.

Es könnte hilfreich sein, noch einmal die ursprüngliche Bedeutung und das Stammwort von *pistis* zu betrachten, um diese Sicht zu verstehen. Auch wenn *pistis* je nach Kontext viele verschiedene Interpretationen haben kann, hat das Stammwort *peitho* nur eine grundlegende Bedeutung: „Überzeugung“ – *überzeugen oder überzeugt werden*. Im biblischen Kontext beschreibt dieses Wort das Resultat des Überzeugtwerdens durch Gott.

Wenn der Heilige Geist uns in unserem Herzen von der Wahrheit überzeugt, werden wir gewiss, dass sie wahr ist, und infolgedessen glauben wir. Weil wir durch den Heiligen Geist in unseren Herzen überzeugt wurden, haben wir den Glauben als „eine Wirklichkeit dessen, was man hofft, ein Überzeugtsein von Dingen, die man nicht sieht“ (Hebräer 11,1). Wenn wir in dieser Weise von der Wahrheit überzeugt sind, glauben wir sie mit absoluter Gewissheit. Ein großer Teil von TPM beruht auf diesem Verständnis.

Paulus sprach von dieser Perspektive des Glaubens, als er schrieb: „...ich weiß, wem ich geglaubt habe, und bin überzeugt, dass er mächtig ist, mein anvertrautes Gut bis auf jenen Tag zu bewahren“ (2 Timotheus 1,12; unsere Hervorhebung). Die beiden Wörter, die mit „geglaubt“ und „überzeugt“ übersetzt wurden, sind von demselben Stammwort *peitho* (Überzeugung) abgeleitet. Paulus sagt hier: „Ich bin *überzeugt*, weil ich den Einen kenne, der mich *überzeugt* hat.“ *Peitho* bringt den Glauben hervor, der unser Leben verwandelt, sodass es immer mehr das Ebenbild Christi widerspiegelt. Beachten Sie aber, wer die Überzeugung bewirkte! Paulus überzeugte sich nicht selbst, die Wahrheit zu glauben. Es war das Werk Gottes, das durch Seinen

Heiligen Geist geschah.

Wir überzeugen uns nicht selbst

Diese Form der Überzeugung ist nie offensichtlicher und wichtiger als in dem Moment, wenn ein Mensch das Evangelium mit dem Herzen glaubt, was zur Erlösung führt. Wir sind in diese Gnade nicht eingetreten, indem wir einfach *entschieden* haben, an Christus zu glauben und Ihm zu vertrauen; unser Vertrauen auf Christus resultierte vielmehr aus Seiner Überzeugung. Er rief uns zu Sich (siehe Johannes 6,44). Gott lässt Sein Licht in unsere Herzen scheinen, um uns von der Wahrheit des Evangeliums zu überzeugen, und als Reaktion darauf vertrauen wir Ihm, was zu unserer Erlösung führt. „Denn Gott, der gesagt hat: ‚Aus Finsternis wird Licht leuchten!‘, er ist es, der in unseren Herzen aufgeleuchtet ist zum Lichtglanz der Erkenntnis der Herrlichkeit Gottes im Angesicht Jesu Christi“ (2 Korinther 4,6). Und weil wir glauben, bekennen wir Ihn auch, denn „mit dem Herzen wird geglaubt zur Gerechtigkeit, und mit dem Mund wird bekannt zum Heil“ (Römer 10,10).

Der Heilige Geist muss uns zuerst überzeugen, dass wir einen Erlöser brauchen. Denn solange wir nicht überzeugt sind, Sünder zu sein, und Gott darin nicht zustimmen (*homologéo*: „bekennen“), ist keine Vergebung unserer Sünden möglich.

Das ist die wesentliche Botschaft von Johannes, wenn er schreibt:

Wenn wir sagen, dass wir keine Sünde haben, betrügen wir uns selbst, und die Wahrheit ist nicht in uns. Wenn wir unsere Sünden bekennen, ist er treu und gerecht, dass er uns die Sünden vergibt und uns reinigt von jeder Ungerechtigkeit. Wenn wir sagen, dass wir nicht gesündigt haben, machen wir ihn zum Lügner, und sein Wort ist nicht in uns (1 Johannes 1,8-10).

Doch als Gott uns überzeugte, dass wir sündige Menschen sind, die einen Erlöser brauchen, wurden wir in die Position versetzt, in der wir von der Wahrheit Seiner Barmherzigkeit und Gnade überzeugt werden konnten. Als das geschah, glaubten wir, was unsere Gerechtigkeit zur Folge hatte. Nicht wir selbst haben den Prozess initiiert, der zu unserer Erlösung führte. Denn Jesus sagte klar und deutlich: „Niemand kann zu mir kommen, wenn nicht der Vater, der mich gesandt hat, ihn zieht; und ich werde ihn auferwecken am letzten Tag“ (Johannes 6,44). Und Johannes bestätigt zudem, dass „wir lieben, weil er uns zuerst geliebt hat“ (1 Johannes 4,19). Sowohl unsere Erlösung als auch unsere Transformation werden von Gott initiiert und vollbracht. An uns ist es nur, uns zu ergeben, überzeugt zu werden und dann zu empfangen.

Es gibt ein altes Lobpreis- und Anbetungslied mit dem Titel „Ich bin entschieden, zu folgen Jesus“. Bestimmt haben Sie es schon oft selbst gesungen. Es ist wahr, dass wir die Entscheidung treffen, Jesus zu folgen; aber diese Entscheidung ist kein Glaube. Die Entscheidung, Ihm zu folgen, ist ein Ausdruck oder Ergebnis des Glaubens, den Er uns gegeben hat. Wenn ich folge, vertraue, gehorche usw., dann tue ich es, weil ich Glauben habe. Wenn wir uns anstrengen müssen, das alles zu tun, ist das eine Frage des Glaubens; wir brauchen Seine Perspektive. Und wenn wir die Wahrheit in unserem Herzen glauben, wird sich dies in unserem Verhalten und Handeln widerspiegeln.



KAPITEL 11

Dritte Komponente:
„Die Transformation
unseres Lebens“

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in zwei Teile gegliedert. Der erste Teil definiert Transformation und erläutert, was verwandelt wird. Der zweite Teil beschäftigt sich mit unserer Rolle im Prozess der Transformation.



Verwandelt durch die Erneuerung unseres Denkens

Paulus versichert uns, dass Gott unabhängig von unseren Lebensumständen „alle Dinge“ zusammenwirken lässt, um uns in das Ebenbild Christi zu verwandeln (siehe Römer 8,28-29). Dies tut Er, indem Er ähnlich wie ein Schmelzer bei der Läuterung von Edelmetallen die Unreinheiten in unserem Glauben aufdeckt: unsere lügenbasierten Herzensüberzeugungen. Das Ergebnis dieser Läuterung ist die Erneuerung unseres Denkens: indem wir in unserem Herzen von der Wahrheit überzeugt werden. Diese Erneuerung des Denkens führt zur Verwandlung unseres Lebens. Wie wir bei der Erörterung der TPM-Prinzipien gesehen haben, werden wir immer das wahrnehmen, fühlen und tun, was wir glauben. Wenn sich also unsere Herzensüberzeugungen ändern, wirkt sich das auch auf unsere Wahrnehmungen, Gefühle und Verhaltensweisen aus. Diese Veränderung geschieht durch das Wirken des Heiligen Geistes in uns und läuft von unserer Seite aus automatisch und mühelos ab.

Das griechische Wort „*metamorphoō*“, das im Neuen Testament mit „verwandeln“ übersetzt wird, beschreibt, dass sich eine Sache in eine andere verändert. Diese Veränderung beruht auf Kräften, die außerhalb der eigenen Anstrengung oder Macht liegen. Wir verwandeln uns nicht selbst, sondern werden verwandelt. Zur Veranschaulichung: Wenn Sie ein Streichholz entzünden, wird die Flamme das Holz in Kohlenstoff verwandeln. Das Holz verwandelt sich nicht selbst, sondern setzt sich nur der Flamme aus. Und nachdem die Flamme die Verwandlung bewirkt hat, bleibt das Holz mühelos in seinem verwandelten Zustand; es kann nie wieder Holz werden. Auch wir erfahren eine Verwandlung durch „Feuer“, indem wir uns dem göttlichen Schmelzer und Seiner Flamme aussetzen.

In seinem Brief an die Römer schrieb Paulus dazu: „Und seid nicht gleichförmig dieser Welt, sondern werdet verwandelt durch die Erneuerung des Sinnes, dass ihr prüft, was der Wille Gottes ist: das Gute und Wohlgefällige und Vollkommene“ (Römer 12,2). Demnach ist Transformation das Ergebnis, das wir erwarten können, wenn unser Denken durch die Wahrheit erneuert wird. So wichtig es ist, in der Kenntnis der Bibel zu wachsen: Wenn unsere intellektuelle Zustimmung zur Bibel nicht kontinuierlich zu einer Transformation führt, ist es keine Erneuerung des Denkens im biblischen Sinn. Wir können verschiedene Ebenen der kognitiven Umstrukturierung erreichen und gewissenhaft versuchen, unser Verhalten zu verändern, aber die Erneuerung des Denkens ist ein göttliches Werk des Heiligen Geistes. Und die daraus resultierende Transformation wird sichtbar, wenn wir mühelos die Frucht des Heiligen Geistes tragen (siehe Galater 5,22-

23).

Transformation versus Anpassung

Wie wir in unserer Erörterung der Glaubensläuterung gesehen haben, ist unser Problem nicht, dass wir nicht „im Glauben wandeln“, sondern dass der Glaube, in dem wir „wandeln“, unrein ist. Lügenbasierte Unreinheiten lösen bei uns negative Emotionen aus und führen uns in eine sündige Richtung. In der Regel versuchen Menschen diese Auswirkungen dadurch zu bekämpfen, dass sie ihre Gefühle leugnen und sich bemühen, das Richtige zu tun. Auch wenn sie in guter Absicht so handeln, ist diese Strategie ausschließlich von ihrer Hingabe an die Sache und von ihrem Engagement abhängig. Wenn wir ehrlich sind, führt sie unweigerlich zu geistlicher Erschöpfung, zu Frustration und letztlich zum Scheitern (oder noch schlimmer, zu Leistungsdenken und dem Vertrauen auf unsere eigenen Bemühungen).

Unsere Fähigkeit, zu studieren, auswendig zu lernen und durch eigene Leistung unser Verhalten an die Wahrheit anzupassen, beeindruckt Gott nicht. Er ist nicht daran interessiert zu sehen, welche Leistung wir selbst aufbringen können, um „recht zu wandeln“ und der Wahrheit zu gehorchen. Er hat ein viel höheres Ziel im Sinn: Transformation – gute Werke, die ein müheloses Ergebnis der Frucht des Geistes sind.

Wenn Gott unsere Herzen davon überzeugt, wer Er in Wahrheit ist und wer wir in Ihm sind, werden wir nicht weiter versuchen, „Frucht zu bringen“, und werden anfangen, „Frucht zu tragen“. Statt zu versuchen, liebevoll, freudig, friedlich, geduldig und freundlich zu handeln, werden wir liebevoll, freudig, friedlich, geduldig und freundlich sein. Gott möchte, dass diese Eigenschaften mühelos sichtbar werden und ein Ergebnis Seines Wirkens in uns sind. Echte Transformation wird nur von Gott bewirkt und aufrechterhalten. Die Frucht, die wir tragen, ist Seine Frucht, nicht unsere. „*Frucht*“ *bringen* ist nicht dasselbe wie *Frucht tragen*. Selbst ein Ungläubiger kann sich entscheiden, wie Jesus zu *handeln*, doch nur der Heilige Geist kann bewirken, dass wir wie Jesus *sind*.

Das soll den Wert unserer eigenen Bemühungen nicht schmälern; wir weisen nur darauf hin, dass ein gewaltiger Unterschied besteht zwischen dem, was Er in uns wirkt, und dem, was wir selbst tun können. Anstrengung und persönliche Disziplin sind tatsächlich nötig, um uns demütig unter Seine mächtige Hand zu beugen (1 Petrus 5,6) und die Position einzunehmen, in der wir vom Heiligen Geist empfangen können, doch die dann folgende Transformation ist ausschließlich Sein Werk. Wenn wir uns bemühen müssen, nach der Wahrheit zu leben, die wir mit dem Verstand glauben, deckt das auf, dass wir den Heiligen Geist brauchen, der unsere Herzen von der Wahrheit überzeugt. Wenn wir die Wahrheit im Herzen glauben, endet das Ringen um Gehorsam, und es wird uns nicht mehr schwerfallen, zu gehorchen (1 Johannes 5,3).

Anpassung an die Wahrheit ist das, was wir oft zu erreichen versuchen, während Transformation das ist, was nur Gott tun kann. Anpassung verlangt ständige Mühe, Transformation dagegen führt auf natürliche Weise zu einem Gott gefälligen Charakter und Verhalten (der Frucht des Geistes). In dem Maße, in dem der Heilige Geist uns in unserem Herzen von der Wahrheit überzeugt hat, werden wir durch sie verwandelt und wird Christus Sein Leben in und durch uns leben.

Was wird verwandelt?

Wir haben festgestellt, dass wir eine Transformation erfahren, die Gott in unser Leben bringt; aber was genau wird durch Seinen Prozess der Läuterung verwandelt? Anders als viele glauben, geht es bei der Transformation, von der wir hier reden, nicht darum, wer oder was wir sind. Wie wir im letzten Kapitel gesehen haben, sind wir als wiedergeborene Christen, in denen der Geist Gottes wohnt, eine „neue Schöpfung (2 Korinther 5,17) und haben den neuen Menschen angezogen, der „nach Gott geschaffen ist in wahrhafter Gerechtigkeit und Heiligkeit“ (Epheser 4,24). Wir sind „neu gezeugt worden“ (1 Petrus 1,23; EU) als Teil der Familie Gottes, und unser „innerer Mensch“ ist vollständig in das Ebenbild Christi verwandelt worden.

Paulus sagte klar: „Wenn jemand in Christus ist, so ist er eine neue Schöpfung; das Alte ist vergangen, siehe, Neues ist geworden“ (2 Korinther 5,17). Wenn Sie eine neue Schöpfung sind, dann muss nichts von der Person, die Sie sind, verwandelt werden! Ihr innerer Mensch – Ihre tatsächliche, neu geformte, von Gott gegebene Identität – ist ein vollendetes Werk. Sie sind Gottes Kind, durch Seinen Geist geboren. Und wie ein körperlich neugeborener Mensch müssen Sie jetzt wachsen und reifen, sind aber nichtsdestoweniger so sehr ein Kind Gottes, wie Sie es je sein werden. Johannes sagte eindeutig: „JETZT sind wir Kinder Gottes“ (1 Johannes 3,2; unsere Hervorhebung).

Ich sage noch einmal, dass Gottes Geist keine fehlerhaften Kinder zur Welt bringt! Wenn Sie von Gott geboren sind, sind Sie so heilig, annehmbar und Ihm wohlgefällig, wie Sie es je sein werden! Es *mag* sein, dass Sie eine begrenzte und fehlerhafte Perspektive haben, unbegründeten emotionalen Schmerz spüren und falsche Entscheidungen treffen, aber Sie bleiben ein Kind des Lichtes, das nicht der Finsternis gehört (1 Thessalonicher 5,5). Sünde, Täuschung und Finsternis sind unvereinbar mit der Person, die Sie wahrhaftig sind. Sie sind Sein Kind und tragen Seine geistliche DNA. Wenn Ihre Gedanken, Perspektiven, Gefühle und Verhaltensweisen Gott widersprechen, widersprechen sie auch Ihrer wahren Identität.

Nach Paulus gibt es ein „Gesetz der Sünde“, das „dem Gesetz [unseres] Sinnes widerstreitet und [uns] in Gefangenschaft bringt unter das Gesetz der Sünde, das in [unseren] Gliedern ist“ (Römer 7,23; unsere Hervorhebung). Obwohl wir neue Geschöpfe sind, wohnen wir vorübergehend in einem gefallenem irdischen Körper, der immer noch das alte „Gesetz“ der Sünde hat (das bibelgriechische Wort „nomos“ – Gesetz, Norm, ein System religiösen Denkens), das schon vor unserer Erlösung vorhanden war. Dieses „Gesetz“ spiegelt sich in dem unerneuerten Denken, das wir in unser neues Leben in Christus mitgebracht haben. Es muss durch Seine Wahrheit ersetzt werden, damit unsere Überzeugungen mit der „neuen Schöpfung“ übereinstimmen, die wir sind. Solange wir uns selbst (und Gott) nicht aus Seiner Perspektive sehen können, werden wir weiter so denken, fühlen und handeln, als wären wir etwas, das wir nicht sind. Unser unerneuertes Denken wird ständig gegen unseren neuen inneren Menschen (unser wahres Ich) „streiten“. Dieses Dilemma beschrieb Paulus so:

Denn ich habe nach dem inneren Menschen Wohlgefallen am Gesetz Gottes. Aber ich sehe ein anderes Gesetz in meinen Gliedern, das dem Gesetz meines Sinnes widerstreitet und mich in Gefangenschaft bringt unter das Gesetz der Sünde, das in meinen Gliedern ist. (Römer 7,22-23).

Dieses fehlerhafte Denken muss abgelegt werden (Epheser 4,22), damit wir in der Lage sind, aus Gottes Perspektive heraus zu handeln und die Glieder unserer irdischen „*Leiber darzustellen als ein lebendiges, heiliges, Gott wohlgefälliges Opfer*“ (Römer 12,1) und als „*Werkzeuge der Gerechtigkeit*“ für Gott (Römer 6,13; NGÜ). In gewissem Sinn gehören unser unerneuertes Denken und unsere lügenbasierten Überzeugungen zu uns und beeinflussen uns ständig, aber sie sind nicht wir selbst und spiegeln nicht wider,

wer wir wirklich sind (wenn wir von Gott geboren sind). In dem Maße, in dem Gott uns von Seiner Perspektive überzeugt, werden unsere Überzeugungen mit unserer wahren Identität übereinstimmen.

Nun werden einige vielleicht protestieren: „Ich *fühle* mich mit Sicherheit nicht so heilig oder angenommen, wie es diese Abschnitte über mich aussagen, und ich *kämpfe* immer noch täglich gegen Sünde. Wenn ich mein Leben ehrlich betrachte, *scheint* es mir, dass ich definitiv sündig, schmutzig, unwürdig, gefangen usw. bin.“ Diese Empfindungen sind aber genau die Art des Denkens, das durch Seine Wahrheit ersetzt werden muss. Vielleicht beschreibt Ihre aktuelle Perspektive Ihr altes Ich richtig (den alten Menschen, der mit Christus gekreuzigt und begraben wurde; siehe Galater 2,20 und Römer 6,1-11); aber sie ist keine zutreffende Beschreibung für Ihr neugeschaffenes Ich, das „nach Gott geschaffen ist in wahrhafter Gerechtigkeit und Heiligkeit“ (Epheser 4,24). Das bedeutet einfach, dass Sie diese Wahrheiten noch nicht in Ihrem Herzen glauben.

Wie wir in früheren Kapiteln erklärt haben, ist etwas, das wahr zu sein scheint oder sich wahr anfühlt, deswegen nicht unbedingt wahr; wir glauben nur, dass es wahr ist. Wir nehmen wahr, was wir glauben. Und wenn das, was Gott über Sie sagt, nicht wahr zu sein scheint oder sich nicht wahr anfühlt, dann glauben Sie Ihm noch nicht völlig. Die Wahrheit bleibt die Wahrheit, aber sie wird Ihnen erst dann auch wahr erscheinen oder sich für Sie wahr anfühlen, wenn Er Sie davon überzeugt.

Vieles von dem, was wir vor dem Kreuz glaubten, blieb auch nach unserem geistlichen Tod und unserer Auferstehung mit Jesus bestehen. Wenn Sie sich zum Beispiel selbst für dumm hielten, bevor Sie auf das vollendete Werk Jesu vertrauten, glauben Sie wahrscheinlich auch nach Ihrer geistlichen Wiedergeburt, dass Sie dumm sind. Das Kreuz hat vieles radikal verändert, aber es hatte wenig Einfluss auf unsere frühere Denkweise.

Vielleicht erhebt jemand Einwände gegen diesen Gedanken: „Nicht so schnell! In 2. Korinther 5,17 steht, wenn wir in Christus sind, ist das Alte vergangen und Neues ist geworden.“ Auch wenn das offensichtlich stimmt, müssen wir fragen: „Was ist vergangen, was ist neu geworden und wann ist beides jeweils geschehen?“

Jeder alte Teil dessen, wer wir vor Christus waren, ist vergangen. Paulus fasst dies mit den Worten zusammen: „...ich bin mit Christus gekreuzigt“ (Galater 2,19). Die *New Living Translation* (NLT) drückt es genau so aus: „Mein altes Selbst ist mit Christus gekreuzigt worden. Nicht mehr ich selbst lebe, sondern Christus lebt in mir.“ Und dann ist alles, was zu der Person gehört, die wir in Christus sind – das heißt der innere Mensch des Herzens –, ganz neu, mit Christus von den Toten auferweckt und geschaffen in „wahrhafter Gerechtigkeit und Heiligkeit“. Doch unsere alte Denkweise wurde nur wenig beeinflusst, und die meisten Lügen und falschen Vorstellungen, die wir früher glaubten, sind uns in unser neues Leben mit Christus gefolgt.

Wir sind also tatsächlich neue Geschöpfe, geschaffen in wahrhafter Gerechtigkeit und Heiligkeit, aber wir glauben zum größten Teil weiter, was wir in unserer alten Lebensweise *glaubten*. Und solange wir nicht die Wahrheit darüber glauben, wer wir als neue Geschöpfe sind, werden wir weiter nach unseren früheren Überzeugungen leben. Nichtsdestoweniger bleiben wir, wer wir in Christus sind, selbst wenn wir es noch nicht völlig glauben oder begreifen.

Deshalb sandte Gott Seinen Geist: um uns von der Wahrheit zu überzeugen, damit wir sie erkennen, fühlen und danach leben (siehe Johannes 14,26). Er erneuert Ihr neues Selbst zur wahren „Erkenntnis“

nach dem Bild dessen, der ihn erschaffen hat!“ (Kolosser 3,10; unsere Hervorhebung). Dies zeigt klar, dass Ihr neues Selbst, das aus Gott geboren wurde (Johannes 1,12-13) und „geschaffen ist in wahrhafter Gerechtigkeit und Heiligkeit“ (Epheser 4,24), immer noch etwas nötig hat; Sie müssen „im Geist Ihrer Gesinnung“ erneuert werden (siehe Epheser 4,23), damit Sie zur wahren „Erkenntnis“ dessen kommen, wer Gott ist und wer Sie in Ihm sind (Kolosser 3,10).

Was genau muss also in Anbetracht all dessen verwandelt werden? Einfach ausgedrückt, sind es unsere Überzeugungen. Das alte Denken und die nicht erneuerte Sichtweise sind immer noch da und richten Schaden in unserem Leben an. Wir haben es nötig, dass Gott uns davon überzeugt, wer wir wirklich sind. Wir brauchen Seine Perspektive, von der Er uns überzeugt. Gott sei Dank, dass es Sein Wunsch ist, alle unsere lügenbasierten Überzeugungen, die wir aus unserer alten Lebensweise mitgebracht haben, durch die Wahrheit zu ersetzen. Gott muss unser Denken und unsere Überzeugungen aktualisieren, damit sie richtig abbilden, wer Er in Wahrheit ist und wer wir nun wahrhaftig in Ihm sind.

Wenn Sie von der Wahrheit über Ihre Neuschöpfung überzeugt wurden, werden Ihre Wahrnehmungen, Gefühle und Verhaltensweisen diese Tatsache automatisch widerspiegeln. Mit anderen Worten: Sie werden Seine Frucht tragen, wenn Sie von Seiner Perspektive überzeugt sind.



Unsere Rolle bei dieser Transformation

Echte Transformation ist ein Werk Gottes, das ausschließlich Er allein vollbringt. Es gibt vieles, was wir tun können, um Sein Werk zu unterstützen und mit Ihm darin zu kooperieren, aber nichts davon wird eine Transformation herbeiführen. Unsere größten Bemühungen, Sünde zu überwinden, uns wie Jesus zu verhalten oder die Gebote einzuhalten, werden nichts zu der Transformation beitragen, die Gott bewirkt. Die Transformation selbst verlangt keine Anstrengung von unserer Seite.

In TPM bezeichnen wir das, was Gott in uns wirkt, manchmal als *mühelose Transformation*, weil wir keine Mühe für die eigentliche Transformation aufwenden. Mühe wenden wir auf, wenn wir uns entscheiden, in eine empfangsbereite Position zu kommen, aber die Transformation selbst geschieht nicht durch uns. Wir alle würden bestätigen, dass unsere Errettung uns keine Mühe abverlangte, sondern ein Geschenk von Gott war (siehe Epheser 2,8-9). Trotzdem sind wir nach unserer Errettung oft in der Versuchung, uns an die Arbeit zu machen und zu versuchen, unseren Stand der Heiligkeit bei Gott zu behalten. Das ist absurd, weil wir unsere Heiligung weder bewirken noch aufrechterhalten können. Paulus stellte die Gemeinde der Galater genau darin zur Rede, als er schrieb: „*Versteht ihr das denn wirklich nicht? Ihr habt begonnen, ein Leben mit dem Heiligen Geist zu führen. Warum wollt ihr jetzt auf einmal versuchen, es aus eigener Kraft zu vollenden?*“

(Galater 3,3; NLB). Die Antwort auf diese rhetorische Frage lautet: „*Wir sind schon vollendet; wir haben einfach noch nicht den vollen Umfang unserer Erlösung erkannt!*“

Wir sollen aufhören, um eigene Leistung zu kämpfen, und alles daransetzen, in Seine Ruhe einzutreten (siehe Hebräer 4,11). Das mag auf den ersten Blick seltsam oder unmöglich erscheinen, aber es ist die Wahrheit. Unser Ringen, Kämpfen und Mühen zeigt, dass uns Gottes Perspektive fehlt. Wir sind einfach noch nicht in unserem Herzen von der Wahrheit überzeugt. Wenn der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt, wird das Ringen und Kämpfen aufhören.

Manche werden vielleicht einwenden: „Mein Kampf gegen die Sünde zeigt, dass es mein sehnlicher Wunsch ist, der Wahrheit zu gehorchen und Jesus nachzuahmen!“ Das klingt gut, aber jede Mühe, die wir zur Überwindung der Sünde (die Jesus am Kreuz weggenommen hat) oder zur Kontrolle unseres Verhaltens (was keine Frucht des Geistes ist) aufwenden, resultiert daraus, dass wir das vollendete Werk Christi nicht erkennen und nicht verstehen, wie wir uns den Sieg aneignen, der uns in Christus gegeben ist.

Wir haben den Sieg durch das, was Er vollbracht hat. Wenn wir in Ihm sind und Er in uns ist, dann ist Sein Sieg unser Sieg (1 Korinther 15,57)! Doch solange wir nicht überzeugt sind, dass wir in „Unvergänglichkeit“, „Herrlichkeit“ und „Kraft“ auferweckt sind (1 Korinther 15,42-44), werden wir diesen Sieg nicht in vollem Umfang genießen. Es wird vielmehr so scheinen, als wären wir immer noch vergänglich, in Unehre und schwach. Denken Sie über folgende Frage nach: Wer wird mehr dazu neigen, gegen die Sünde zu kämpfen, um den Sieg zu behalten: ein gläubiger Mensch, der völlig davon überzeugt ist, wer er ist und was Christus für ihn vollbracht hat, oder einer, der immer noch glaubt, verdorben, unzulänglich und gefangen zu sein? Der Eine lebt in der Wahrheit und Realität seines Sieges, während der Andere unnötigerweise versucht, diesen Sieg zu erringen.

Wenn wir uns anstrengen, die Sünde zu überwinden, obwohl die Bibel erklärt, dass wir „für die Sünde tot“ und somit frei von ihr sind (Römer 6,11), „mehr als Überwinder“ sind (Römer 8,37) und die Zusage haben, dass Gott „*uns allezeit im Triumphzug umherführt in Christus*“ (2 Korinther 2,14; unsere Hervorhebung), dann zeigt unser Ringen, dass wir die Wahrheit noch nicht glauben und deshalb den Heiligen Geist brauchen, der uns von der Wahrheit überzeugt.

Den Sieg erringen wir nicht durch unsere Entscheidung, nicht zu sündigen und gerecht zu leben. Der Sieg ist das, was uns bereits gegeben ist. Uns fehlt nicht der Sieg; uns fehlt der nötige Glaube, um den Sieg, den wir bereits besitzen, zu erkennen und zu genießen. Wie gesagt: der Sieg des Herrn und unser Sieg sind derselbe Sieg. Wir freuen uns mit Paulus, wenn wir sagen: „*Gott aber sei Dank, der uns den Sieg gibt durch unseren Herrn Jesus Christus!*“ (1 Korinther 15,57).

Die Bibel sagt klar, dass uns ein neues Herz gegeben ist (Hesekiel 36,26) und dass wir mit Christus als neue Geschöpfe auferweckt sind (Römer 6,1-4). Als Neuschöpfung sind wir heilige und geliebte Kinder Gottes, die vorübergehend in einem gefallenem Körper wohnen (2 Korinther 5,1) und einen Verstand haben, der in der Erkenntnis der Wahrheit erneuert werden muss (Epheser 4,23-24). Aus diesem Verständnis heraus ist für uns klar, dass Transformation als Ergebnis zu erwarten ist, wenn der Heilige Geist unsere Herzen von der Wahrheit überzeugt, und dass diese Transformation sich als Frucht des Heiligen Geistes in unserem Verhalten ausdrückt. Statt zu versuchen, unser Verhalten einfach zu kontrollieren, müssen wir uns darauf konzentrieren, unser Denken durch den Heiligen Geist erneuern zu lassen, der uns von der Wahrheit überzeugt (bibelgriechisch: *peitho*).

Was ist mit der Selbstdisziplin?

Nun fragt vielleicht jemand: „Was ist mit der Selbstdisziplin? Sollen wir nicht durch Disziplin versuchen, richtig zu handeln?“ Selbstdisziplin hat in vielen Bereichen unseres Lebens ihren Platz, aber keine noch so große Anstrengung oder Verhaltenskontrolle wird unseren Glauben läutern, unser Denken erneuern oder unser Leben verwandeln. Wir können darin Disziplin üben, dass wir uns bewusst dem Wirken Gottes in uns unterwerfen, aber die Läuterung des Glaubens und die Erneuerung des Geistes sind allein ein Werk des Heiligen Geistes: „Durch den Geist“ legen wir unsere alten Gewänder und die Taten des Leibes ab (siehe Römer 8,13). Dies können wir tun, weil wir Christus angezogen haben (Galater 3,27). Unsere lügenbasierten Überzeugungen werden erst abgelegt, wenn der Heilige Geist mit Seinem Licht der Wahrheit unsere Herzen erleuchtet (2 Korinther 4,6). Er wird dies gerne tun, wenn wir demütig zu Ihm kommen (1 Petrus 5,6). Man könnte einwenden, dass wir nach Paulus die Taten des Leibes abtöten sollen, was eine gewisse Selbstdisziplin und Anstrengung nahelegen würde. Tatsächlich steht in der entsprechenden Bibelstelle:

Wir sind also nicht dem Fleisch verpflichtet, Brüder und Schwestern, sodass wir nach dem Fleisch leben müssten. Denn wenn ihr nach dem Fleisch lebt, müsst ihr sterben; wenn ihr aber durch den Geist die sündigen Taten des Leibes tötet, werdet ihr leben. Denn die sich vom Geist Gottes leiten lassen, sind Kinder Gottes. (Römer 8,12-14; unsere Hervorhebung).

Der Schlüsselbegriff, den Paulus in diesem Text verwendet, liefert das richtige Verständnis, das wir suchen. Paulus sagt, dass alle diese Dinge „durch den Geist“ vollbracht werden. Wir erhalten den klaren Auftrag, die Taten unserer gefallenen menschlichen Natur zu töten; entscheidend ist aber, wie wir das tun. Wenn Ihre Strategie aus Willenskraft, eigener Anstrengung, Eifer und Entschlossenheit besteht, können Sie bestenfalls auf einen vorübergehenden Zustand der Verhaltenskontrolle hoffen.

Statt uns auf die Bewältigung unseres emotionalen Schmerzes oder schlechten Verhaltens zu konzentrieren, sollten wir uns fragen: „Was ist Gottes Fokus und was versucht Er zu erreichen?“ Wie schon erörtert, hat Gott unser altes Herz durch ein neues ersetzt; wir sind neue Geschöpfe, und Er arbeitet nun darauf hin, unseren Glauben zu läutern, unser Denken zu erneuern und unser Leben zu verwandeln. Wir sollten uns darauf konzentrieren, mit Ihm in diesem Werk der Läuterung zu kooperieren. Wir können uns vielleicht durch persönliche Disziplin besser in die Position bringen, das zu empfangen, was Gott uns geben möchte, aber nichts, was wir tun, wird eine Transformation bewirken.

Eine ähnliche Disziplin ist nötig, wenn wir den TPM-Prozess als Lebensstil nutzen. Wir unterstellen uns Gott, indem wir mit Ihm kooperieren, während Er Sein Werk in uns tut. Das erfordert Disziplin. Leider steht vieles von dem, was wir tun, Seinem Werk entgegen. Wenn wir andere Menschen, unsere Situation, den Teufel oder sogar Gott für das verantwortlich machen, was wir fühlen, bewegen wir uns in die falsche Richtung. Es verlangt Disziplin, selbst die Verantwortung für unsere Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen zu übernehmen und eine Haltung einzunehmen, in der wir Gottes Perspektive empfangen können.

Wenn wir mit Gott kooperieren möchten, müssen wir uns zuerst entscheiden, nicht mehr nach Auswegen

zur Schmerzbewältigung zu suchen, sondern uns demütig „unter die mächtige Hand Gottes“ (1 Petrus 5,6) zu beugen und Sein läuterndes Feuer zuzulassen. Auf diese Weise können wir den reinen Glauben und die mühelose Transformation ernten, die Er für uns bereithält.

Tägliches Bibellesen, Gebet und Fasten haben einen immensen Wert, aber diese Dinge werden uns nicht verwandeln. Der primäre Nutzen dieser geistlichen Disziplinen besteht darin, dass sie uns helfen, in eine Position zu kommen, in der Gott Seine Transformation in uns bewirken kann. Eine wachsende intellektuelle Kenntnis der Heiligen Schrift kann uns vorbereiten und uns besser in eine Haltung bringen, in der der Heilige Geist unsere Herzen von der Wahrheit überzeugen kann, aber unser intellektuelles Verständnis der Bibel allein wird keine Transformation hervorbringen. Fasten kann uns helfen, uns auf das Wesentliche zu konzentrieren und uns zu fokussieren, aber es wird uns nicht verwandeln. Selbst Gebet wird uns nicht verwandeln, es sei denn, wir hören dabei vom Heiligen Geist, und Er gibt Sein Licht in unsere Herzen. Zu oft richten wir unsere Gebete an Gott, weil wir darauf hoffen, dass Er uns erhören und unsere Bitten erfüllen wird; unser Fokus sollte aber darauf liegen, von Ihm zu hören. Wenn wir unsere Energie darauf richten, eine demütige, ehrliche und empfangsbereite Position zu den Füßen Jesu einzunehmen, statt mit Willenskraft und Entschlossenheit zu versuchen, Sein Verhalten nachzuahmen, werden unsere Bemühungen viel fruchtbarer sein.



Es mühelos „einfach machen“

Zu oft gehen wir mit einer „Einfach machen“-Mentalität an unseren geistlichen Weg heran, statt uns um die Dinge zu kümmern, die uns daran hindern, mühelos Seine Frucht zu tragen. Wir versuchen, unsere Schwierigkeiten durchzustehen und ohne Rücksicht auf die innere Zerrissenheit das zu tun, was wir nun einmal tun müssen. Auch wenn wir diese Strategie in guter Absicht anwenden und sie besser zu sein scheint, als von vornherein zu resignieren, beruht sie auf unserer eigenen Tatkraft und Entschlossenheit, die aber normalerweise dem entgegensteht, was Gott gerade in uns bewirken will.

Vielleicht wünschen wir uns, das Richtige zu tun und unser Bestes zu geben, aber wir stoßen unweigerlich auf dieselbe Mauer – die Mauer entgegengesetzter Überzeugungen. Unsere ergebnislosen Versuche, diese Mauer zu durchbrechen, haben zu einer Welle von Burnouts bei vielen Christen geführt. Wir sind erschöpft durch unsere Versuche, die Wahrheit zu befolgen, die wir mit dem Verstand erkannt haben, während wir zugleich durch das, was wir mit dem Herzen glauben, abgelenkt und entmutigt werden. Jesus deckte diesen inneren Kampf auf, als Er den ausgebrannten „Gesetzes-Erfüllern“ sagte: „Kommt her zu mir, alle ihr Mühseligen und Beladenen! Und ich werde euch Ruhe geben.“ (Matthäus 11,28-29).

Diese Einstellung, es „einfach zu machen“, übersieht einige sehr grundlegende Konzepte in Bezug auf die Frucht des Geistes. Liebevoll, freudig, friedlich, geduldig, freundlich, sanftmütig, gütig, treu und selbstbeherrscht zu sein, ist Gottes Frucht (Galater 5,22-23), nicht unsere eigene. Wenn wir innehalten und über das nachdenken, was wir tun, werden wir sehen, wie unlogisch es ist. Wahrscheinlich stimmen wir alle zu, dass die Frucht des Geistes Seine Frucht ist und dass nicht von uns erwartet wird, sie selbst zu *produzieren*, sondern sie vielmehr zu *tragen*; und doch sagen wir, dass wir daran arbeiten müssen, geduldiger, freundlicher, gütiger und selbstbeherrschter zu werden. Sehen Sie den Widerspruch?

Wir ermutigen diejenigen, die den Slogan „Einfach machen“ zum Motto ihres christlichen Lebens gemacht haben, ernsthaft zu prüfen, warum das, was sie tun, ihnen so viel Mühe bereitet. Wir brauchen Gottes Perspektive. Es ist nötig, dass Er uns von der Wahrheit überzeugt, damit wir ohne diese Mühe „einfach machen“ können.

Statt zu versuchen, unser Verhalten durch Willenskraft, Entschlossenheit und Hingabe zu ändern, sollten wir genau hinschauen, warum wir tun, was wir tun, und Seine Perspektive suchen. Wenn wir in unseren Herzen von der Wahrheit überzeugt sind, werden sich auch unsere Gefühle und Verhaltensweisen ändern.

Wenn Sie Ihm, der die Wahrheit in Person ist, „zu gehorchen versuchen“, dann „gehorsamen“ Sie nicht der Wahrheit. Dass Sie es „versuchen“, zeigt, dass Sie Mühe damit haben oder sich anstrengen müssen (was auch zeigt, dass Sie in Wirklichkeit nicht gehorchen). Sie tun etwas anderes. Echter Gehorsam macht uns keine Mühe, denn „[Sein] Joch ist sanft, und [Seine] Last ist leicht“ (Matthäus 11,30; unsere Hervorhebung).

Frucht tragen erfordert keine Mühe

Wenn unsere Herzensüberzeugungen (unser Glaube) rein sind, werden wir mühelos in der Wahrheit leben, denn in der Wahrheit zu leben, die wir im Herzen glauben, erfordert genauso wenig Mühe, wie in den Lügen zu leben, die wir glauben. Wenn wir glauben, von Gott verlassen zu sein, müssen wir uns nicht anstrengen, um uns allein zu fühlen und entsprechend zu handeln. Wenn wir die Wahrheit im Herzen glauben, werden wir genauso leicht Seine Frucht tragen, denn sie ist die natürliche Folge, wenn Christus Sein Leben in und durch uns lebt (Galater 2,20). Was in Galater 5,22-23 als Frucht aufgezählt wird, ist keine Liste von Verhaltensweisen, die Gott von uns verlangt, sondern das erwartbare Ergebnis Seines Wirkens in unserem Leben.

Vielleicht fragen sich manche, wie unser Verhalten das Werk des Heiligen Geistes sein kann, wenn wir es sind, die das Verhalten ausüben. Hier müssen wir zwischen *kontrolliertem Verhalten* und der Frucht der *Selbstbeherrschung* unterscheiden. Eine gewisse Verhaltenskontrolle praktizieren alle Menschen täglich. Das ist eine menschliche Eigenschaft, die jeder besitzt. Selbstbeherrschung dagegen ist eine Frucht des Geistes, die nicht durch eigene Anstrengung, sondern durch den Heiligen Geist zustande kommt. Ein Ungläubiger kann sich entscheiden, (in gewissem Maße) so wie Jesus zu handeln, indem er sein Verhalten kontrolliert, aber das ist keine Transformation. Die meisten von uns können ihr Verhalten kontrollieren und sich zumindest für eine gewisse Zeit liebevoll, freudig, friedlich, geduldig, freundlich, sanftmütig, gütig, treu und selbstbeherrscht *verhalten*. Aber das ist keine Frucht.

Frucht ist ein natürlicher und müheloser Ausdruck der Wahrheit, die sichtbar wird, wenn wir die Wahrheit in unserem Herzen glauben. Der Unterschied zwischen der Frucht des Geistes und Verhaltenskontrolle ist daran erkennbar, ob wir Mühe aufwenden müssen oder nicht. Wenn wir „versuchen“ müssen, liebevoll, freudig, friedlich, geduldig, freundlich, sanftmütig, gütig, treu und selbstbeherrscht zu sein, dann ist diese „Frucht“ einfach mein eigenes kontrolliertes Verhalten. Gott möchte uns Seine Frucht der Selbstbeherrschung schenken, die das Ergebnis Seines Wirkens ist. Kontrolliertes Verhalten ist ein ineffektiver menschlicher Wesenszug und hängt von unserer Fähigkeit ab, es aufrechtzuerhalten. Selbstbeherrschung dagegen ist

eine Frucht des Geistes, die allein durch Ihn bewirkt wird.

Zusammenfassung

Die Absicht von TPM besteht darin, einen göttlichen Bezugsrahmen für die Art und Weise zu bieten, wie wir Gottes Handeln in unserem Leben betrachten, wenn Er unseren Glauben läutert, unser Denken erneuert und unser Leben verwandelt. Diese drei Aufgaben sind ausschließlich Gottes Werk, das ohne irgendeine Mühe oder Arbeit unsererseits geschieht. Tatsächlich vollbringt Er dieses Werk oft in einer Phase, in der wir aktiv gegen Ihn kämpfen oder Seine Aufgabe selbst zu übernehmen versuchen. Nichtsdestoweniger können wir es weder erzielen noch aufrechterhalten. Das Beste, was wir tun können, besteht darin, uns unter Seine „mächtige Hand“ zu beugen, während Er Sein reinigendes Werk tut.

Die *Absicht von TPM* erklärt, warum wir diesen Gebetsdienst tun. Wir haben eine Weile gebraucht, aber irgendwann verstanden, dass sich diese Absicht nicht auf Menschen beschränkt, die wir für „emotional verletzt“ halten, sondern jedem von uns einen Weg bietet, bewusst an dem mitzuwirken, was Gott in unserem Leben tut. Wenn Sie als Seelsorger, Pastor oder Laienmitarbeiter anderen helfen möchten, sollten Sie selbst die erste Person sein, die diesen Dienst in Anspruch nimmt. Und sobald Sie damit begonnen haben, brauchen Sie nie wieder aufzuhören. Glaubensläuterung und Erneuerung des Denkens sind ein lebenslanger Weg. Wenn Sie diese Schulung nur mit dem Ziel machen, anderen zu helfen, ohne TPM selbst zu einer täglichen Praxis zu machen, in der Sie mit Gott kooperieren, der Ihren Glauben läutert, dann haben Sie die eigentliche Absicht von TPM noch nicht verstanden.

Eine Person sagte einmal zu mir: „Ich benutze TPM seit vielen Jahren in meiner Seelsorgepraxis und habe bemerkenswerte Ergebnisse erlebt.“ Ich fragte sie: „Was würden Sie sagen, wie oft Sie TPM wöchentlich für sich selbst anwenden?“ Sie schaute mich an, als würde ich eine Fremdsprache sprechen, und gab keine Antwort. Offenbar hatte sie die Absicht von TPM nicht richtig verstanden.



KAPITEL 12

Der TPM-Prozess

Anwendung der Prinzipien,
um die Absicht zu erreichen

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in vier Teile gegliedert. Der erste Teil stellt den TPM-Prozess vor und erklärt wichtige Begriffe. Der zweite Teil beschreibt die verschiedenen Schulungshilfen, die für den TPM-Prozess zur Verfügung stehen. Der dritte Teil erörtert die Personen, die an einer TPM-Gebetssitzung beteiligt sind, mit ihrer jeweiligen Rolle und Verantwortung und in ihrer Beziehung zueinander. Der vierte Teil veranschaulicht, wie eine TPM-Gebetssitzung aussehen könnte.



Was ist unter einem TPM-Prozess zu verstehen?

Ich erinnere mich noch lebhaft an meine erste TPM-Gebetssitzung (obwohl ich damals noch nicht wusste, dass es sich um eine solche handelte). Ich war sehr überrascht, begeistert und dankbar, als ich miterlebte, wie der Herr dieser Frau, die mir gegenüber saß, liebevoll Seine Wahrheit mitteilte. Auf der Stelle wandelte sich ihr Schmerz in Frieden, als die Augen ihres Herzens für die Wahrheit geöffnet wurden. Ich hatte keine Ahnung, dass dieser Moment die Geburt eines weltweiten Dienstes war, der in den folgenden Jahren Hunderttausende erreichen würde. Die Methode und der Ablauf wurden seit den ersten Jahren wesentlich überarbeitet, doch Gott vollbringt nach wie vor Sein erstaunliches Werk!

Der *TPM-Prozess* (das dritte Element von TPM) ist das Resultat jahrzehntelanger Überarbeitung und Verfeinerung. Er ist ein systematischer Weg, um die *Absicht von TPM* zu erfüllen (nämlich, wie Sie schon gelesen haben, mit Gott zusammenzuarbeiten, der unseren Glauben läutert, unser Denken erneuert und eine echte, bleibende Transformation in unserem Leben bewirkt). TPM ist keineswegs die einzige Methode dazu, stellt aber einen systematischen Prozess bereit. Dieser ist so gestaltet, dass wir leichter identifizieren und anerkennen können, was wir im Herzen glauben. Dadurch kommen wir bewusst in eine Haltung oder „Position“, in der wir die Wahrheit und Perspektive des Heiligen Geistes empfangen können.

Manchmal bezeichnen wir den TPM-Prozess deshalb als „*positionierendes Gebet*“, weil er uns ermöglicht, im Gebet eine empfangende Haltung einzunehmen. In dieser laden wir den Heiligen Geist ein, uns im Herzen von der Wahrheit zu überzeugen. Der TPM-Prozess besteht aus einem genau definierten Ablauf mit klar definierten Zielen. Diese erreichen wir, indem wir anerkennen, was wir im Herzen glauben, und im Gebet die Position einnehmen, in der wir vom Heiligen Geist Gottes Wahrheit und Perspektive empfangen.

Sobald Sie mit den Zielen und dem Ablauf des *TPM-Prozesses* vertraut sind, die *TPM-Prinzipien* kennen, auf denen er beruht, und verstehen, zu welcher *Absicht* der TPM-Gebetsdienst angewendet werden soll, können Sie TPM in Ihren Alltag integrieren. So können Sie den größten Nutzen aus den Inhalten ziehen, die in diesem Handbuch erörtert werden.

Wir sind uns bewusst, dass Gott nicht auf einen bestimmten geistlichen Dienst beschränkt ist, um die Transformation zu bewirken, die Er sich für jeden von uns wünscht. Und wir freuen uns über die guten Dinge, die auch außerhalb von TPM überall auf der Welt im Leben der Kinder Gottes geschehen. Doch wenn bei der Anwendung des TPM-Prozesses irgendein Bestandteil verändert, ersetzt, weggelassen oder erweitert wird, sollte dieser Ansatz nicht als TPM betrachtet oder bezeichnet werden, sondern einen anderen Namen erhalten. Auch wenn wir kein Bedürfnis verspüren, anderen Leuten irgendwelche Vorschriften über ihren eigenen Dienst zu machen, möchten wir nicht, dass Menschen falsche Vorstellungen darüber bekommen, was TPM tatsächlich ist.

Persönlich habe ich die Erfahrung gemacht, dass dieses Konzept sich durchgängig in der Praxis bewährt, und viele Anwender haben seit den Anfängen von TPM Mitte der 1990er Jahre von seinen positiven und dauerhaften Ergebnissen berichtet. Seither wurde das Konzept aktualisiert und überarbeitet, wo es nötig war, doch die Grundlagen sind dieselben geblieben. Der TPM-Prozess ist ein systematisches Tool, das wir nutzen können, um konkret mit Gott zu kooperieren, wenn Er unseren Glauben läutert, unser Denken erneuert und unser Leben verwandelt.

Wie bereits gesagt, ist der TPM-Prozess nur Teil eines Ganzen. TPM besteht aus drei Elementen, die ineinander greifen. Wenn Sie sich nur darauf konzentrieren, den Prozess zu erlernen und anzuwenden, dabei aber die Prinzipien und die Absicht von TPM vernachlässigen (die in früheren Kapiteln erläutert wurden), werden Sie den Nutzen und die Vorteile, die eigentlich möglich wären, enorm einschränken. Es wäre so ähnlich wie bei einem Chirurgen, der die Handhabung eines Skalpells erlernt, ohne zuerst die menschliche Anatomie zu studieren. Er wird dann vielleicht saubere Schnitte setzen, aber nicht verstehen, wann und warum solche Schnitte nötig sind; ein großer Teil seiner mühsam erlernten Fähigkeiten geht verloren und das Ergebnis ist vielleicht alles andere als wünschenswert.

Das gilt besonders dann, wenn Sie als Mentor andere anleiten. Wenn Mentoren es unterlassen, ihren Mentees die Prinzipien und die Absicht von TPM zu vermitteln, und sich nur auf die Anwendung des Prozesses beschränken, bekommen die Mentees keine Erklärung, warum sie diesen geistlichen Ansatz erlernen sollten, welcher Absicht er dient, wann und mit wem sie ihn anwenden können oder warum die Abläufe so klar definiert sind. Deshalb bitten wir Sie noch einmal, alle drei Elemente von TPM gut zu erlernen.

Was ist eine TPM-Gebetssitzung?

Eine *TPM-Gebetssitzung* ist im Wesentlichen eine vorgesehene Zeit, in der eine Person den TPM-Prozess anwendet. Der Rahmen kann unterschiedlich sein. Eine TPM-Gebetssitzung kann zum Beispiel in einer professionellen Praxis stattfinden, in der ein Mentor mit einem Mentee einen Termin für eine TPM-Sitzung vereinbart. Sie kann aber genauso gut in einem Privathaus unter Freunden stattfinden, die sich als kleine Gruppe treffen, um die Anwendung des TPM-Prozesses zu üben. Oder ein Ehepaar nimmt sich spontan

Zeit für eine TPM-Gebetssitzung, nachdem einer oder beide Partner festgestellt haben, dass sie in ihrem alltäglichen Umgang miteinander getriggert wurden. Eine TPM-Gebetszeit kann sogar stattfinden, während Sie allein auf der Couch sitzen, mit der Straßenbahn zur Arbeit fahren, gerade den Rasen mähen oder unter der Dusche stehen. Eine TPM-Gebetssitzung ist überall, jederzeit und mit jedermann möglich.

Wie eine TPM-Gebetssitzung konkret verläuft, hängt weitgehend von den Umständen und den beteiligten Personen ab. Obwohl immer derselbe Prozess angewendet wird, wird der Verlauf bei einer Person, die TPM gerade erst erlernt, anders aussehen als bei einer Person, die schon jahrelange Erfahrung damit hat. Für Mentees, die noch am Anfang stehen, ist es normalerweise besonders hilfreich, wenn ein Mentor oder eine Mentorin sie unterstützt. Je besser man mit TPM vertraut ist, desto leichter fällt es, den TPM-Prozess eigenständig anzuwenden. Doch ganz gleich, wie viele Personen im Raum sind oder ob der Prozess in einem professionellen oder einem privaten Rahmen stattfindet: Wann und wo auch immer jemand sich eine gewisse Zeit nimmt, den TPM-Prozess anzuwenden, handelt es sich um eine sogenannte TPM-Gebetssitzung.

Was sind die primären Ziele einer TPM-Gebetssitzung?

In jeder TPM-Gebetssitzung geht es um drei konkrete Ziele: 1) eine Begegnung mit dem Heiligen Geist, der uns überzeugt, die Wahrheit im Herzen zu glauben; 2) ein besseres Verständnis der Prinzipien und der Absicht von TPM; und 3) mehr Erfahrung in der richtigen Anwendung des TPM-Prozesses.

Dass diese Ziele erreicht werden, liegt in Ihrer Verantwortung, aber die Unterstützung eines erfahrenen Mentors kann hilfreich sein (besonders wenn Sie noch ganz am Anfang stehen). Im Idealfall werden Sie mit dem TPM-Prozess so vertraut, dass Sie ihn auch ohne Hilfe (außer natürlich durch den Heiligen Geist) richtig anwenden und auch die anderen beiden Ziele verwirklichen können. Dennoch ist es immer gut, wenn eine befreundete Person dabei ist, denn „wir sind doch Glieder ein und desselben Leibes“ (Epheser 4,25; NGÜ).

Das erste Ziel der Gebetssitzung ist erreicht, wenn Sie mit Ihren Gefühlen in Kontakt sind; wahrnehmen, woran Sie sich erinnern; feststellen, welche Überzeugung Sie haben; und dann die Haltung oder „Position“ einnehmen, in der Sie die Perspektive des Heiligen Geistes empfangen. Wie gesagt, ist das der Grund, warum wir TPM auch als „positionierendes Gebet“ bezeichnen. Gott wird treu zu uns reden, wenn wir die Position einnehmen, in der wir von Ihm empfangen können. Wenn wir uns Gott nahen, wird Er sich uns nahen, schreibt Jakobus (siehe Jakobus 4,8). Ein anschauliches Beispiel dafür sehen wir bei Maria und Marta (siehe Lukas 10,38-42).

Marta war verärgert, weil Maria ihr nicht in der Küche half. Jesus war gerade in ihrem Haus zu Gast, und Marta erwartete die Hilfe ihrer Schwester in der Küche. Maria hatte sich aber zu den Füßen Jesu „positioniert“, um jedes Seiner Worte aufzusaugen. Nach einer Weile hatte Marta genug (war stark getriggert) und beschwerte sich bei Jesus über die Situation. Seine Antwort auf ihre Beschwerde macht ein sehr wichtiges Prinzip deutlich. Jesus sagte: „Aber nur eines ist notwendig. Maria hat den guten Teil gewählt, der wird ihr nicht genommen werden“ (Lukas 10,42; EU).

Das Gute, das Maria gewählt hatte, bestand offenbar darin, nichts zu tun, als sich zu den Füßen Jesu hinzusetzen und zu empfangen. Jesus sagte nicht, dass Martas Dienst nicht geschätzt wurde, aber er war nicht notwendig. Marias empfangende Haltung war „notwendiger“ als Martas Dienst. Marta machte ihre Sache gut und diente anderen, doch das war nach Aussage Jesu nicht *notwendig*. Der „gute Teil“ besteht nicht darin, etwas für Gott zu leisten (wie Marta), sondern von Ihm zu empfangen (wie Maria). Wenn wir von Ihm Wahrheit empfangen, werden wir durch diese Wahrheit verwandelt, und dann wächst die Frucht Seines Geistes in uns.

Zu oft setzen wir unsere Zeit und Energie dazu ein, das Leben Jesu nachzuahmen, indem wir uns bemühen, unsere Aufgaben zu erfüllen, unsere negativen Gefühle zu bewältigen und unser Verhalten zu kontrollieren. Gott möchte aber, dass wir wie Jesus sind und nicht nur wie Er handeln. Wir müssen in Sein Bild verwandelt werden, wenn wir wie Er sein wollen. Diese Verwandlung kann nur Gott bewirken, und das tut Er, wenn wir uns zu Seinen Füßen „positionieren“.

TPM ist also eine Form des *positionierenden Gebets*, die uns hilft, uns bewusst zu den Füßen Jesu zu setzen, damit Er uns von der Wahrheit überzeugen und uns Seine Perspektive geben kann. Und wenn wir durch Sein Wirken die Wahrheit im Herzen glauben, wird Seine Wahrheit uns verwandeln. Indem wir den TPM-Prozess anwenden (uns in der Gebetssitzung an das bewährte Verlaufsschema halten), demütigen wir uns vor Gott, bekennen unseren unvollkommenen Glauben und bitten Ihn, uns Seine Wahrheit zu offenbaren. *Damit ist das erste Ziel der Gebetssitzung erfüllt.*

Das zweite und das dritte Ziel (ein besseres Verständnis der Prinzipien und der Absicht von TPM und mehr Erfahrung in der richtigen Anwendung des TPM-Prozesses) erreichen Sie vor allem dadurch, dass Sie fortwährend lernen und das Erlernte praktizieren. Das kann natürlich durch erfahrene Mentoren wesentlich gefördert werden. Jede einzelne TPM-Gebetssitzung sollte dazu führen, dass Sie in der Anwendung kompetenter und mit den Prinzipien und der Absicht vertrauter werden. Je mehr Sie an Erfahrung und Kenntnis wachsen, desto reibungsloser und sogar produktiver werden Ihre Sitzungen normalerweise verlaufen.

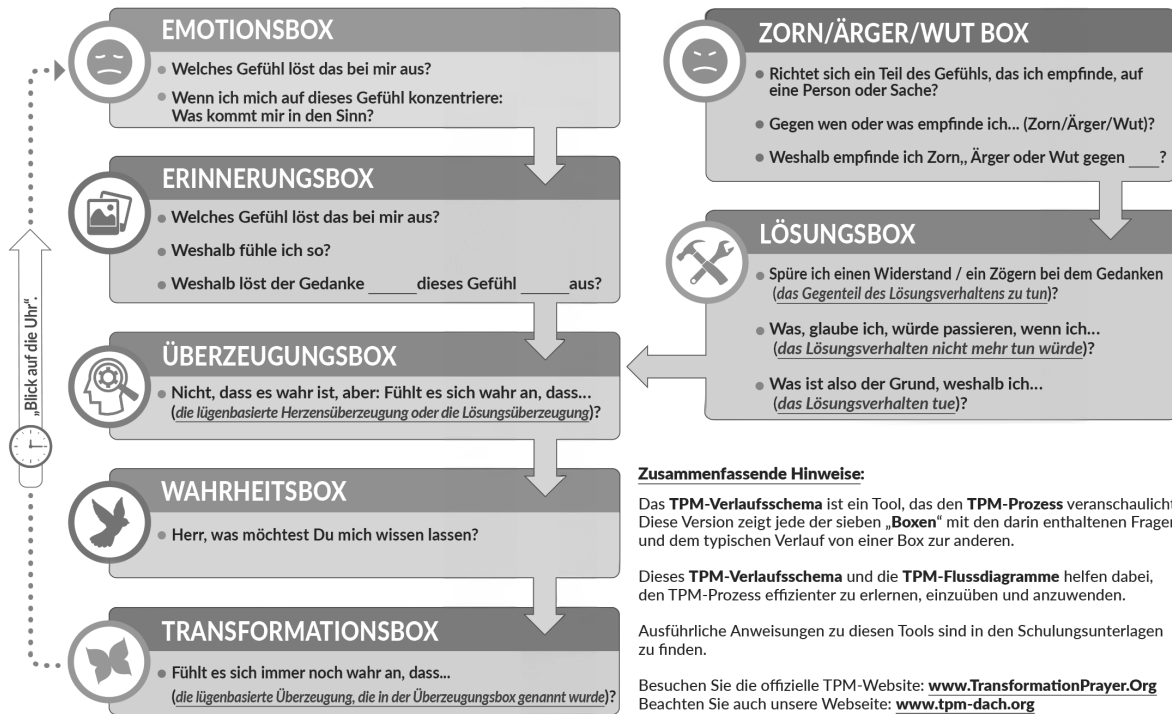


Das TPM-Verlaufsschema

Der TPM-Prozess kann am Anfang kompliziert oder verwirrend erscheinen, doch sobald Sie sich damit vertraut gemacht haben und verstehen, was alles dazugehört und wie er funktioniert, wird der Prozess klar und schlüssig. Eine ganze Reihe von Hilfsmitteln steht Ihnen zur Verfügung, die Ihnen beim Erlernen helfen (viele davon finden Sie am Ende dieses Handbuchs). Eine primäre Lernhilfe ist das *TPM-Verlaufsschema*. Es ist ein anschauliches Tool, das entwickelt wurde, um zu visualisieren, welche Schritte Sie erlernen werden. Die verschiedenen Versionen des *TPM-Verlaufsschemas* zeigen jede der sieben „Boxen“ mit den entsprechenden Fragen, mit den konkreten Zielen jeder einzelnen Box und mit den Schritten, mit denen Sie im Allgemeinen von einer Box zur anderen weitergehen.

Die nachfolgende Mentee-Version des Verlaufsschemas mit den entsprechenden Fragen kann als Beispiel dienen.

Verlaufsschema zum TPM-Prozess: Mentee-Version



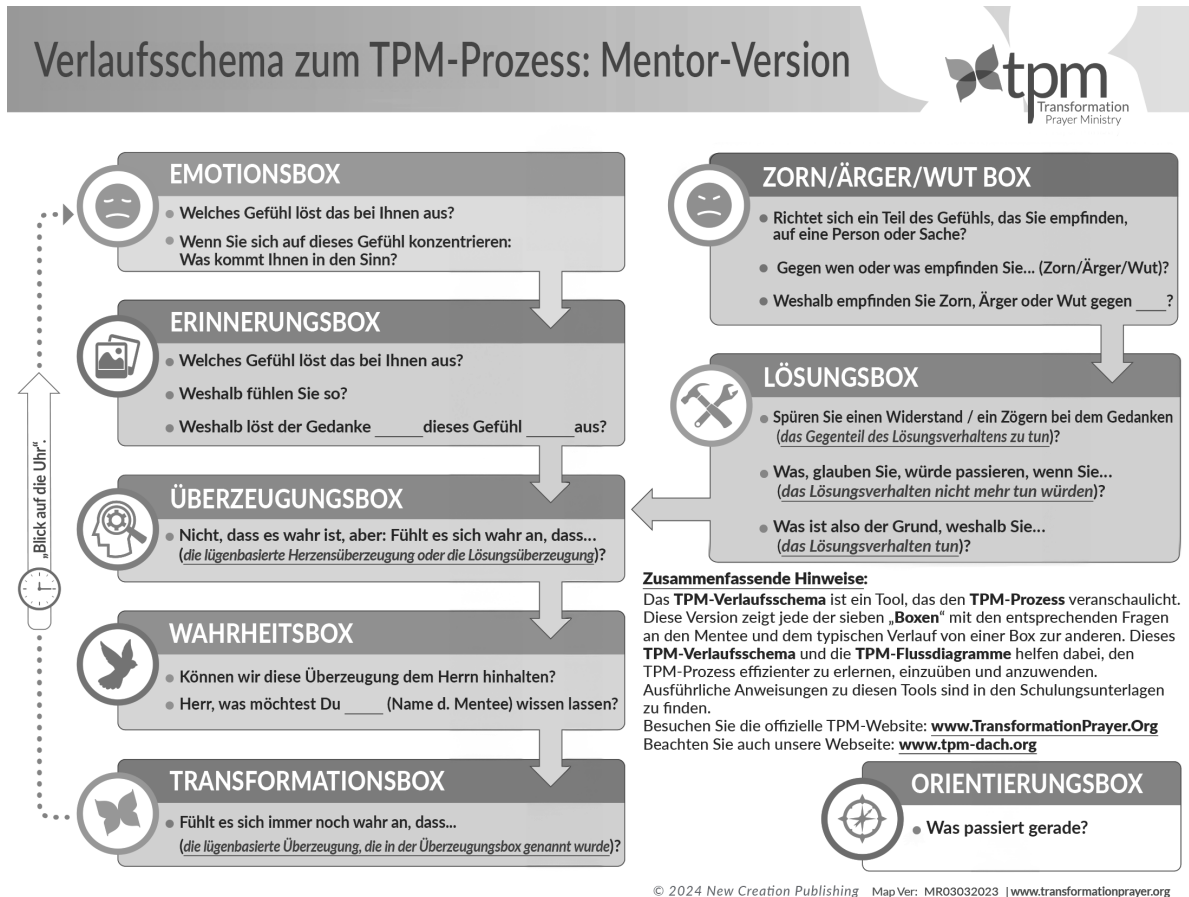
Sie sehen hier die primären Phasen oder „Boxen“: die **Emotionsbox**, die **Erinnerungsbox**, die **Überzeugungsbox**, die **Wahrheitsbox**, die **Transformationsbox**, die **Zornbox** und die **Lösungsbox**.

Wichtige Überlegungen

Wir empfehlen ausdrücklich, dass Sie zuerst die Bezeichnung jeder Box, ihre Position im Verlaufsschema und die dazugehörigen Fragen sobald wie möglich auswendig lernen. Damit legen Sie das Fundament, auf dem wir in den weiteren Kapiteln aufbauen werden. Und wenn Sie den TPM-Prozess später anwenden, ist es sehr wertvoll, diese Informationen im Kopf zu haben. Denn sonst sind Sie darauf angewiesen, während Ihrer TPM-Gebetssitzung immer auf das Verlaufsschema zu schauen. Vielleicht nehmen Sie ein Blatt Papier zur Hand, schreiben aus dem Gedächtnis die Namen der Boxen auf und notieren dazu die entsprechenden Fragen. Sie können die Verlaufsschemata kopieren, die Sie am Ende dieses Buchs finden, oder sie von der deutschen Webseite (www.tpm-dach.org) herunterladen.

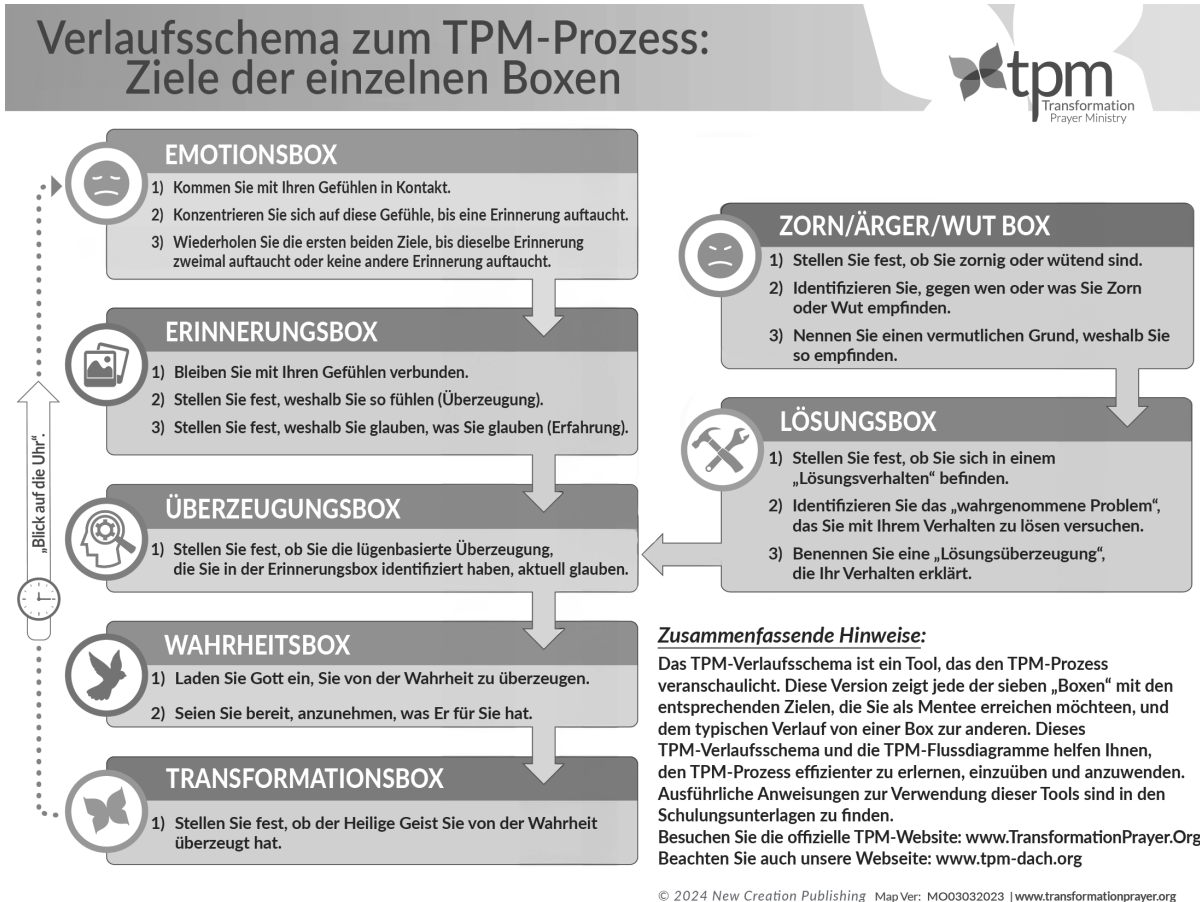
Das Verlaufsschema soll Ihnen helfen, den TPM-Prozess zu erlernen, bietet aber keine Erklärungen oder Anweisungen, wie Sie die verschiedenen Aufgaben erfüllen, die den Prozess ausmachen. Das Schema dient als Überblick über die möglichen Schritte im TPM-Prozess, zeigt aber nicht konkret, was in jeder Phase zu tun ist. Das Verlaufsschema allein versetzt Sie nicht in die Lage, den Prozess anzuwenden. Es dient als Erinnerung an das, was Sie (als Mentee) in jeder Phase des Prozesses tun sollten.

In der nächsten Version des Verlaufsschemas unten sind die Fragen zu finden, die man als Mentor stellt. Beachten Sie auch die zusätzliche Box unten rechts mit der Bezeichnung „Orientierungsbox“. Die Frage in dieser Box wird nur selten und in besonderen Situationen gestellt (wie in einem späteren Kapitel noch erörtert wird).



Es gibt verschiedene Versionen des TPM-Verlaufsschemas; je nach der Version, die Sie wählen, sehen Sie entweder Fragen oder Ziele in jeder Box. Das Verlaufsschema „Ziele“ nennt Ihre Ziele in jeder Phase des TPM-Prozesses, während die beiden Verlaufsschemata „Mentor“ und „Mentee“ für jede Box die Fragen nennen, die in der entsprechenden Phase zu stellen sind. Wie Sie sehen, bezieht sich jede Frage auf ein bestimmtes Ziel. Das ist nicht überraschend, weil die Fragen (unter anderem) dazu bestimmt sind, Sie an die jeweiligen Ziele zu erinnern, während Sie den TPM-Prozess durchlaufen.

Hier ist das Verlaufsschema mit den Zielen:



Für die Mentor-Version gibt es neben dem oben gezeigten Verlaufsschema mit der Sie-Anrede auch eine Version in der Du-Form. In der Mentee-Version finden Sie die Fragen in der Ich-Form, da der Mentee sich diese Fragen selbst stellt.

Das komplette TPM-Verlaufsschema mit den sieben unterschiedlich benannten Boxen, den entsprechenden Fragen und den Zielen, die in jeder Box zu erreichen sind, dient als visuelle Hilfe für die Anwendung des TPM-Prozesses.



TPM als tropische Insel

Man könnte das TPM-Verlaufsschema mit einer tropischen Insel vergleichen. Sie können sich an jeder beliebigen Stelle der Insel befinden, aber nicht über die Grenzen der Insel hinausgehen. Sie befinden sich immer an einem der sieben möglichen Orte, die im Verlaufsschema als Boxen dargestellt sind. In jedem Moment unseres Lebens befinden wir uns immer irgendwo auf dieser Insel. Während einer Gebetssitzung entscheiden wir uns nur, uns auf die jeweilige Situation zu konzentrieren und ihr auf den Grund zu gehen.

Was sind die TPM-Flussdiagramme?

Eine weitere Hilfe für das Erlernen von TPM sind eine Reihe von *Flussdiagrammen*, die in diesem Buch und auf unserer Webseite verfügbar sind. Die *TPM-Flussdiagramme* bieten eine erweiterte bzw. „herangezoomte“ Sicht der entsprechenden *Boxen*. Sie enthalten für jede Box die Ziele, die zu erreichen sind, die Fragen, die gestellt werden können, und den Kontext, der zeigt, wo Sie sich in der Box gerade befinden. Sie helfen Ihnen, die Frage zu beantworten: „Was ist zu tun, wenn dies oder jenes in einer TPM-Gebetssitzung geschieht?“ Und sie schlagen den nächsten Schritt vor, immer ausgehend von dem, was gerade geschieht. Im Wesentlichen ist es eine detaillierte Darstellung des Ablaufs einer TPM-Sitzung, die den logischen Verlauf des TPM-Prozesses zeigt und die Anforderungen nennt, unter denen die einzelnen Fragen jeder „Box“ zu stellen sind. Außerdem enthalten sie hilfreiche Tipps für jede Box.

Anders als beim Verlaufsschema mit den Fragen, die während einer TPM-Gebetssitzung gestellt werden, wird hier nicht von Ihnen erwartet, sich alle Inhalte der Flussdiagramme einzuprägen. Wie die Verlaufsschemata dienen auch die Flussdiagramme nur als visuelle Hilfen, um mit den Inhalten dieses Buchs vertraut zu werden. Wir empfehlen Ihnen, sich mit jedem Flussdiagramm vertraut zu machen, sodass Sie sich frei darin bewegen können. Die Flussdiagramme helfen Ihnen, den TPM-Prozess zu erlernen, die Reihenfolge der einzelnen Ziele zu kennen und buchstäblich in jedem Moment einer TPM-Gebetssitzung zu wissen, was zu tun ist.

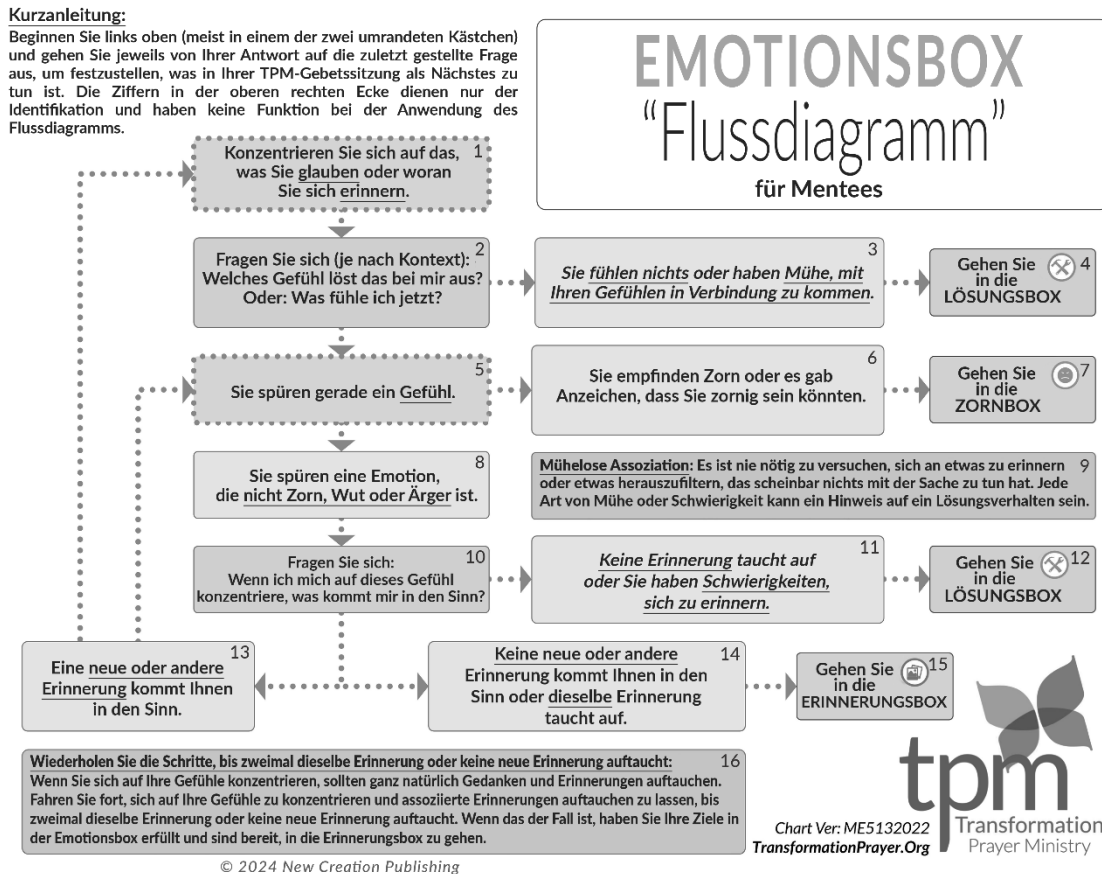
Flussdiagramme gibt es für die **Emotionsbox**, die **Erinnerungsbox**, die **Zornbox** und die **Lösungsbox**. Und für jedes dieser vier Flussdiagramme gibt es eine Mentor- und eine Mentee-Version. Diese Flussdiagramme werden nützlich sein, wenn wir später den Ablauf für jede der vier *Boxen* erläutern. Vielleicht möchten Sie sich die Flussdiagramme schon jetzt aus diesem Buch kopieren oder von der Webseite herunterladen. Für die **Überzeugungsbox**, die **Wahrheitsbox** und die **Transformationsbox** werden Sie kein Flussdiagramm finden, da die Ziele in diesen Boxen sehr klar sind und normalerweise keiner weiteren Erklärung bedürfen.

HINWEIS: Bevor Sie sich diese Tools genauer anschauen, machen Sie sich bewusst, dass die Flussdiagramme Sie zunächst ein wenig überfordern könnten, solange Sie ihre Funktion noch nicht genauer kennen. Manche ziehen nach dem ersten Eindruck den Schluss, dass sie einfach zu viele Informationen enthalten, die man unmöglich verinnerlichen kann. Es wird aber nicht von Ihnen erwartet, dass Sie sich hinsetzen und sämtliche Inhalte der Flussdiagramme auswendig lernen, bevor Sie sie benutzen oder den TPM-Prozess anwenden können (obwohl es ratsam ist, sich im Lauf der Praxis immer besser damit vertraut zu machen). Das TPM-Verlaufsschema und die TPM-Flussdiagramme wurden als Lernhilfen entwickelt, damit Sie sich möglichst schnell alles aneignen können, was Sie für die Anwendung wissen müssen. Bitte betrachten Sie diese visuellen Hilfen nicht als Hindernisse, sondern als Ressourcen, die Ihnen helfen, Ihr Ziel zu erreichen.

Fürs Erste können Sie die Flussdiagramme bereithalten und nach Bedarf zu Hilfe nehmen. Wenn Sie in einer Gebetssitzung an einen Punkt kommen, an dem Sie nicht sicher sind, was als Nächstes zu tun ist, nehmen Sie das entsprechende Flussdiagramm zur Hand, um leichter festzustellen, an welchem Punkt im Prozess Sie sich gerade befinden und was der nächste Schritt wäre. Mit der Zeit werden sich die Flussdiagramme als unschätzbare Hilfe erweisen, doch für den Augenblick genügt es, sie kurz

kennenzulernen.

Hier als Beispiel die Mentee-Version des *Flussdiagramms* für die **Emotionsbox**:



Nun könnte jemand fragen: „Warum brauchen wir so viele verschiedene Versionen des Verlaufsschemas und der Flussdiagramme? Warum nicht alles auf eine Seite bringen, damit wir alles auf einmal sehen können?“ Zwar gefällt auch uns die Vorstellung, alles auf einen Blick sehen zu können, aber wenn wir alle Fragen, Ziele und Abläufe auf eine einzige Seite packen würden, wäre das Ergebnis sehr unübersichtlich und schwer zu verfolgen (ganz zu schweigen von der Lesbarkeit der winzigen Schrift). Deshalb haben wir das grundlegende Verlaufsschema mit den sieben Boxen erstellt und auf zwei Seiten gebracht: eine für die Ziele und eine für die Fragen. Ähnlich ist auch jedes Flussdiagramm nur auf eine Box bezogen und auf einer eigenen Seite abgebildet, damit es leichter zu lesen und zu nutzen ist.

Wie werden das Verlaufsschema und die Flussdiagramme verwendet?

Das Verlaufsschema und die Flussdiagramme erfüllen im Wesentlichen denselben Zweck. Es sind visuelle Tools, die Ihnen helfen, den TPM-Prozess zu verstehen und zu erlernen. Sie können beim Lesen dieses Buchs nützlich sein, sind aber auch in einer TPM-Gebetssitzung sehr wertvoll. Zum Beispiel können Mentees, die noch nicht viel Erfahrung mit TPM haben, die Flussdiagramme bei der Selbstanwendung als Leitfaden benutzen. Mentoren können sie benutzen, um effektiver festzustellen, wo ein Mentee sich im TPM-

Prozess gerade befindet und welche Frage deshalb als nächstes zu stellen ist. Mentoren können sie auch nutzen, um bestimmte Aspekte des TPM-Prozesses zu erklären oder Fragen ihrer Mentees zu beantworten. Sie können auch zu Hilfe genommen werden, wenn man den TPM-Prozess durch Rollenspiele übt. Wir glauben, dass die Flussdiagramme sich für Ihren Weg mit TPM als wertvolle Hilfe erweisen werden.

Wir möchten Ihnen noch einmal nahelegen, sich gleich am Anfang mit diesen Tools vertraut zu machen, denn in absehbarer Zeit wird es nötig sein, die Fragen und Ziele auswendig zu kennen. Halten Sie die Flussdiagramme und Verlaufsschemata beim Üben zur Hand, um sie sich sobald wie möglich einzuprägen.



Den TPM-Prozess mithilfe der Flussdiagramme nachvollziehen

In unseren Erläuterungen über den TPM-Prozess werden Sie viele Beispiele oder Rollenspiele zu TPM-Gebetssitzungen finden. In diesen Beispielen werden wir den „Ort“ im jeweiligen *Flussdiagramm* durch einfache Kürzel und Ziffern kennzeichnen: die Emotionsbox durch ein „G“ (für Gefühle), die Erinnerungsbox durch ein „E“, die Zornbox durch ein „Z“ und die Lösungsbox durch ein „L“. So bezeichnet „G1“ zum Beispiel das erste Kästchen im Flussdiagramm der Emotionsbox und „G8“ das achte Kästchen im Flussdiagramm der Emotionsbox.

Durch dieses Nummerierungssystem können Sie nachvollziehen, wo wir uns in dem jeweiligen Flussdiagramm gerade befinden. Hier ein Beispiel:

Mentee: Meine Frau macht mich verrückt! Ständig liegt sie mir in den Ohren, dass wir unbedingt ihre Familie besuchen sollen, aber wir haben einfach nicht das Geld für eine solche Reise! (G1)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (G2)

Mentee: Ich fühle mich hilflos. Ich kann nichts tun, damit sie endlich damit aufhört! (G5) > (G8)

Mentor: Wenn Sie sich auf dieses Gefühl konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn? (G10)

HINWEIS: In den farbigen Versionen der Flussdiagramme, die Sie auf unserer Webseite finden, sind diese Nummerierungen nicht enthalten.



Wer wendet in einer TPM-Gebetssitzung den Prozess an?

In den ersten Jahren gingen wir irrtümlich davon aus, dass es die Mentoren sind (die wir damals als *TPM-Begleiter* bezeichneten), die in einer Gebetssitzung den Prozess auf die Mentees (die wir *TPM-Empfänger*

nannten) anwenden. Dieses falsche Verständnis führte dazu, dass die Schulung sich damals fast ganz auf die Mentoren und ihre Rolle in einer TPM-Gebetssitzung konzentrierte. Heute wissen wir, dass diese unbeabsichtigt fehlerhafte Auffassung irreführend war.

Obwohl der Mentor oder die Mentorin natürlich eine wichtige Funktion hat, sind Mentoren nicht diejenigen, die den Prozess in einer TPM-Gebetssitzung anwenden. Der Prozess besteht aus den konkreten Schritten der Mentees und den Zielen, die sie während einer Gebetssitzung erfüllen, um in die Position zu kommen, in der der Heilige Geist ihr Herz von der Wahrheit überzeugt. Die Mentees wenden den TPM-Prozess unter der Anleitung von Mentoren an, die ihnen die nötige Orientierung geben und den Prozess erläutern können, doch nichts, was Mentoren tun, ist Teil des eigentlichen Prozesses. Einfach ausgedrückt ist ein Mentor dazu da, Mentoring anzubieten, während der Mentee den Prozess selbst anwendet.

Wenn Sie eine der älteren Versionen der TPM-Schulung kennen, wird diese Modifikation Ihnen vielleicht seltsam oder unnötig erscheinen. Doch betrachten Sie einmal folgende Frage: „Ist es einem Mentee möglich, den TPM-Prozess ohne die Mitwirkung eines Mentors anzuwenden?“ Die Antwort ist natürlich: „Ja.“ Wie fähig ein Mentee dazu ist, hängt natürlich davon ab, wie gut er oder sie mit dem Prozess vertraut ist, doch es ist eindeutig möglich.

Der TPM-Prozess kann mit oder ohne Beteiligung eines Mentors angewendet werden. Diese Tatsache ist sowohl für die Mentees als auch für die Mentoren von Bedeutung. Alle, die an einer Gebetssitzung beteiligt sind, sollten genau wissen, wer was zu tun hat. Mentoren sind nicht dazu da, den TPM-Prozess auf ihre Mentees oder auch nur zusammen mit ihnen anzuwenden. Sie sollen nur sicherstellen, dass ihre Mentees verstehen, was zu tun ist, wie es zu tun ist und warum dies wichtig ist.

Was Sie in diesen letzten Abschnitten gelesen haben, ist sehr wichtig. Das gilt insbesondere dann, wenn Sie TPM auf der Grundlage einer früheren Version des Handbuchs (vor 2010) praktiziert haben. Unser Anliegen ist, Menschen zu vermitteln, wie sie persönlich bewusst mit dem kooperieren können, was Gott tut, um ihren Glauben zu läutern (Herzensüberzeugungen), ihr Denken zu erneuern und ihr Leben zu verwandeln. TPM ist nicht als Ausbildung für Seelsorger bestimmt, die emotional belasteten Menschen dienen oder Personen helfen möchten, die mit unerwünschten Verhaltensweisen zu kämpfen haben. Wir möchten vielmehr Kenntnisse und Fähigkeiten vermitteln, die jedem Menschen helfen, selbst mit Gott zu kooperieren. Das ist eine sehr wichtige Anpassung dieses Konzepts, die entscheidend ist, damit der TPM-Gebetsdienst seinen Zweck erfüllen kann.



„Die Fragen funktionieren nicht!“

HINWEIS: Einige der hier angesprochenen Konzepte werden an späterer Stelle in diesem Handbuch genauer erläutert werden. Wenn also etwas neu oder noch nicht erklärt zu sein scheint, dann ist dieser Eindruck wahrscheinlich richtig. Wie bei jedem Teil der Schulung empfehlen wir Ihnen auch hier, diesen Abschnitt erneut zu lesen, nachdem Sie das ganze Handbuch gelesen haben. Das Ziel ist ja, das Handbuch nicht nur „durchgelesen“ zu haben, sondern die Inhalte wirklich zu verstehen.

Am Anfang klagen Mentoren oft, dass die Fragen „nicht funktionieren“. Aber diese Aussage zeigt, dass sie die Absicht der Fragen nicht verstanden haben. Meist glauben sie, dass sie die Fragen stellen sollen, um ihre Mentees durch den TPM-Prozess zu leiten. Wenn ein Mentee dann in einer TPM-Gebetssitzung nicht weiterkommt, folgern viele daraus, dass die Fragen irgendwie unpassend sind, und

manche versuchen sogar, sie umzuformulieren, um den Prozess wieder in Gang zu bringen.

Doch das ist nur der Versuch, ein missverstandenes Problem zu lösen. Nicht die Formulierung der Frage war das Problem, sondern die Tatsache, dass der Mentee (und möglicherweise auch der Mentor) die Zielsetzung oder Aufgabe nicht verstanden hat, an die er durch die Frage erinnert werden sollte. Tatsächlich helfen die Fragen dem Mentee zu verstehen, an welchem Punkt im TPM-Prozess er gerade steht und welches Ziel als nächstes erreicht werden soll; doch ein Mentor stellt diese Fragen in einer etwas anderen Absicht.

Mentoren sollen vor allem dafür sorgen, dass ihre Mentees verstehen, was sie im TPM-Prozess tun. Um diese Aufgabe effektiv zu erfüllen, müssen Mentoren zuerst feststellen, ob ihre Mentees die *drei Elemente von TPM* gut verstanden haben. Das können sie unter anderem durch die Anwendung der TPM-Fragen tun. Ein Mentor stellt diese Fragen im Verlauf einer TPM-Gebetssitzung, damit deutlich wird, inwieweit der Mentee den TPM-Prozess verstanden hat.

Allgemein ausgedrückt zeigt die Antwort eines Mentee auf die einzelnen TPM-Fragen (in gewissem Maße), was er oder sie zu diesem Zeitpunkt über den TPM-Prozess weiß. Die Antwort kann entweder zeigen, dass ein Mentee versteht, was er tut, oder den Prozess einfach durch die Beantwortung der Fragen anwendet. Die Antworten können aber auch zeigen, ob ein Mentee nicht verstanden hat, was zu tun ist, oder vielleicht ein Lösungsverhalten zeigt (also absichtlich nicht den nächsten Schritt im TPM-Prozess geht).

Wenn ein Mentee zum Beispiel auf irgendeine TPM-Frage antwortet: „Okay, ich versuche es...“, dann hat er oder sie offenbar noch nicht verstanden, dass man im TPM-Prozess nicht vorankommt, indem man sich anstrengt oder bewusste „Versuche“ unternimmt. Man sollte im TPM-Prozess nie „versuchen“ müssen, etwas zu tun. Bei einer solchen Reaktion hat der Mentee offenbar noch nicht verstanden, dass seine Schwierigkeit beim Vorankommen im TPM-Prozess ein Versuch ist, einen Widerstand oder ein Zögern zu überwinden (was wiederum zeigt, dass ein lügenbasierter Grund dafür vorliegt, den nächsten Schritt nicht zu tun). Wenn ein Mentee also sagt: „Ich werde es versuchen“, sagt er damit zugleich: „Mir ist nicht klar, dass ich mich nicht anstrengen müsste, um voranzukommen, und es könnte sein, dass ich gerade ein Lösungsverhalten zeige.“

Wenn Sie als Mentee wissen, was zu tun ist (und wie es zu tun ist), dann werden Sie es tun, ganz gleich welche Frage Ihr Mentor gerade stellt. Wenn Sie noch auf die Unterstützung eines Mentors angewiesen sind, bedeutet dies einfach, dass Sie noch nicht umfassend genug ausgebildet sind. Das ist völlig in Ordnung! TPM ist ein Weg, auf dem Sie schrittweise lernen, das TPM-Konzept anzuwenden. Und mit wachsender Erfahrung wird der Prozess immer intuitiver ablaufen. Wenn Sie verstehen, was bei der Anwendung zu tun ist, sind die Fragen kaum noch notwendig.

Seit den Anfängen von TPM ist das grundlegende Problem, das bei einer TPM-Gebetssitzung auftritt, immer dasselbe: Der Mentee weiß noch nicht, was er oder sie tun soll. Vielleicht stellt der Mentor immer die richtigen Fragen an der richtigen Stelle, aber wenn der Mentee nicht versteht, was zu tun ist und wie es zu tun ist, werden die Ergebnisse weniger befriedigend sein. Selbst im besten Fall würde der Mentee den TPM-Prozess nur anwenden, indem er die Fragen des Mentors zu beantworten versucht, ohne jedoch zu verstehen, was er eigentlich tut. (Deshalb ist es so wichtig, dass Mentoren ihre Aufgabe erfüllen, wirkliche Mentoren für ihre Mentees zu sein, indem sie sie kontinuierlich schulen.)

Wenn ein Mentor denkt, dass er seine Mentees durch den TPM-Prozess leitet, indem er die entsprechenden Fragen stellt, wird er entmutigt reagieren, wenn sie auf diese Fragen hin nicht tun, was sie „eigentlich tun sollten“. Die Fragen erfüllen ihren eigentlichen Zweck jedoch unabhängig davon, wie ein Mentee darauf reagiert. Wenn der Mentee den nächsten Schritt tut, hat die Frage ihm entweder geholfen, den TPM-Prozess weiter zu erlernen, oder sie hat ihn an das erinnert, was er bereits gelernt

hatte. Und wenn der Mentee nicht weiterkommt, hat die Frage geholfen aufzudecken, dass mehr Orientierung nötig ist oder ein Lösungsverhalten vorliegen könnte.

Wer nur mit den ersten Versionen der TPM-Schulung vertraut ist, wird diese Umstellung vielleicht als umständlich oder sogar verwirrend empfinden. Leider haben wir, wie bereits erwähnt, den TPM-Prozess zuerst missverstanden und einige von Ihnen ungewollt in eine falsche Richtung geführt. Wir nahmen irrtümlich an, dass der „TPM-Begleiter“ derjenige ist, der mithilfe der Fragen den TPM-Prozess anwendet, während der „TPM-Empfänger“ die Anwendung „empfängt“, indem er einfach die gestellten Fragen beantwortet. Auf diesem Hintergrund spielten die Fragen damals eine viel wichtigere Rolle.

Heute dienen die Fragen einer anderen Absicht. Sie sind eine Erinnerung an die jeweilige Aufgabe. Wenn ein Mentee versteht, welche Absicht erfüllt werden soll, sind die Fragen nur eine Erinnerung an diese Absicht. Und sie helfen aufzuzeigen, was ein Mentee über den TPM-Prozess weiß oder nicht weiß.

Nehmen wir zum Beispiel an, dass Zorn als Lösungsverhalten vorliegt und der Mentor die zweite Frage in der Lösungsbox stellt: „Was glauben Sie, würde passieren, wenn Sie Ihren Zorn loslassen würden?“ Wenn der Mentee dann antwortet: „Das wäre echt gut! Dann würde es mir viel besser gehen“, ist klar, dass er die Absicht der Frage nicht verstanden hat. Die Aussagen eines Mentee zeigen auf, was er über seine aktuelle Position im TPM-Prozess und über die dort anwendbaren TPM-Prinzipien weiß oder nicht weiß. Sobald wir den gesamten TPM-Prozess erörtert haben, wird das alles natürlich viel klarer werden.

Wenn Mentoren ihren Mentees kontinuierlich Orientierung darüber geben, was in einer TPM-Gebetssitzung ihre eigene Verantwortung ist, werden solche Schwierigkeiten von selbst verschwinden. Würden Sie zum Beispiel mit mir (Ed) als Mentee in einer Gebetssitzung TPM anwenden, würden die Fragen keine Probleme aufwerfen, weil ich weiß, was bei jedem Schritt im TPM-Prozess zu tun ist. Eigentlich wäre es gar nicht nötig, dass Sie mir die Fragen stellen, weil ich sie auswendig gelernt habe und weiß, an welche Absicht sie mich erinnern sollen. In dem Maße, wie ein Mentee weiß, was während einer TPM-Gebetssitzung von ihm erwartet wird, werden keine Probleme, Unsicherheiten und Schwierigkeiten mehr auftreten.

Wenn die Antwort eines Mentee auf eine Frage zeigt, dass er oder sie die Absicht der Frage nicht verstanden hat, sollte der Mentor daraus ableiten, dass Orientierung nötig ist. Statt also die Frage zu erklären oder – noch schlimmer – sie umzuformulieren, sollte der Mentor oder die Mentorin das beabsichtigte Ziel der Frage erklären und die jeweils anwendbaren TPM-Prinzipien erläutern. Wenn Mentees verstehen, was am jeweiligen Punkt der Gebetssitzung zu tun ist, treten die Fragen in den Hintergrund und der Schwerpunkt richtet sich auf das beabsichtigte Ziel. Mentees, die ihre eigene Rolle im TPM-Prozess verstehen und mit den Verlaufsprotokollen und Absichten vertraut sind, können den Prozess durchweg effektiv anwenden, ganz gleich, was ihre Mentoren in der Gebetssitzung tun oder nicht tun. Selbst wenn ein Mentor die falsche Frage zur falschen Zeit stellt, hat das auf einen gut geschulten Mentee wenig oder gar keine Auswirkungen. Entscheidend ist, dass der Mentee selbst über TPM Bescheid weiß!

Was ist der Nutzen eines Mentors und der Fragen?

Vielleicht fragen Sie sich nun: „Wenn man den TPM-Prozess auch ohne Anwendung der Fragen und ohne Beteiligung eines Mentors anwenden kann, welche Rolle spielt beides dann in einer TPM-Gebetssitzung? Tatsächlich können Sie den Prozess selbst anwenden und alles Nötige selbst erlernen, aber es ist zweifellos hilfreich, jemanden an der Seite zu haben, der sich die Zeit genommen hat, TPM gründlich zu erlernen

und anzuwenden. Mentoren haben vor allem die Aufgabe, Sie bei Ihrer eigenen TPM-Anwendung zu unterstützen, indem sie Ihnen die Prinzipien, die Absicht und den Prozess von TPM erklären. Sie werden 1) das Verlaufsschema benutzen, um Ihrer eigenen Anwendung des TPM-Prozesses zu folgen, 2) die vorgesehenen Fragen stellen, die sich auf die jeweiligen Ziele beziehen, und 3) Sie ständig weiter ausbilden, indem sie Ihr Verständnis der drei Elemente von TPM erweitern. Ihr Mentor sollte sich bewusst sein, dass Ihre Antworten auf die Fragen erkennen lassen, inwieweit Sie TPM verstanden oder nicht verstanden haben. Und er sollte bereit und fähig sein, Ihnen bei Bedarf Orientierung zu geben. Es ist wunderbar, wenn alles glatt läuft und Sie vom Herrn Seine Perspektive empfangen, doch langfristig kommt es entscheidend darauf an, sich selbst mit den drei Elementen vertraut zu machen.

Mentoren können hilfreich sein, aber Mentees können sich auch selbst ausbilden

Auch wenn es zur Rolle der Mentoren gehört, Ihnen beim Lernen zu helfen, liegt es in Ihrer eigenen Verantwortung, die drei Elemente von TPM zu verstehen und ihre Anwendung zu erlernen. Es geht um Ihren eigenen Weg mit Gott, der Ihren Glauben läutert und Ihr Denken erneuert. Ihr Mentor ist dazu da, Ihnen auf diesem Weg zu helfen, aber es ist Ihre eigene Verantwortung, sich die Kenntnisse anzueignen, die Ihnen frei zur Verfügung stehen. Es gibt keinen Grund, sich nicht die Zeit zu nehmen, alles Nötige zu erlernen. Alles, was Ihr Mentor über TPM weiß, können Sie sich auch selbst aneignen. Kommen Sie vorbereitet in jede Gebetssitzung, indem Sie die Prinzipien und die Absicht von TPM erlernen. Prägen Sie sich die Fragen des *Verlaufsschemas* ein, entweder in der Mentoren- oder in der Mentee-Version, und machen Sie sich in der *Ziele-Version* des Verlaufsschemas mit den Zielen jeder Box vertraut.

Ihr Mentor hat unter anderem die Aufgabe, Ihre Anwendung des TPM-Prozesses und Ihre Antworten auf die Fragen zu beobachten und festzustellen, wie weit Sie TPM bisher verstanden haben. Wenn Sie gerade erst mit der Praxis beginnen, wird Ihr Mentor oder Ihre Mentorin stärker involviert sein, um Erklärungen und Orientierung anzubieten und die Fragen des Verlaufsschemas zu stellen. Doch schon bei Ihrer allerersten Sitzung sind Sie als Mentee die Person, die den *Prozess* anwendet, auch wenn Ihnen das nicht bewusst ist.

Während einer TPM-Gebetssitzung liegt es an Ihnen, mit Ihren Gefühlen in Kontakt zu kommen und sich auf das zu konzentrieren, was Sie fühlen (**Emotionsbox**); dann zuzulassen, dass Ihr Verstand die Assoziation zur jeweiligen Erinnerung zulässt und die Überzeugung zu identifizieren, die Ihre aktuellen Gefühle auslöst (**Erinnerungsbox**); zu prüfen, ob die identifizierte Überzeugung sich für Sie wahr anfühlt (**Überzeugungsbox**); den Herrn um Seine Wahrheit und Perspektive zu bitten (**Wahrheitsbox**); und zu prüfen, ob der Heilige Geist Ihr Denken verwandelt hat (**Transformationsbox**). Wenn Sie an irgendeiner Stelle im TPM-Prozess Zorn, Wut oder Ärger spüren, ist es Ihre Verantwortung, sich dies einzugestehen und festzustellen, ob Sie einen Widerstand oder ein Zögern spüren, den nächsten Schritt zu tun (**Zornbox** und **Lösungsbox**). Und je besser Sie mit TPM vertraut werden und Erfahrung in der Anwendung sammeln, desto geringer und weniger notwendig sollte die Beteiligung Ihres Mentors werden.

Die Fragen können Ihnen auch helfen, bei der Anwendung auf Kurs zu bleiben, weil sie Ihnen zeigen, an welchem Punkt im TPM-Prozess Sie sich gerade befinden und um welche Absicht es geht. Doch je besser Sie mit den Zielen im TPM-Prozess vertraut werden, desto weniger werden Sie die Fragen nötig haben (weil

Sie schon wissen, was zu tun ist). Wahrscheinlich werden Sie mit wachsender Erfahrung irgendwann sogar anfangen, Ihre Ziele zu erreichen, bevor die entsprechenden Fragen überhaupt gestellt werden.

Ein weiteres Beispiel kann hier hilfreich sein. Ich erinnere mich, dass ich eine gewisse Nervosität spürte, als Joshua mit mir auf dem Beifahrersitz anfang, Autofahren zu lernen. Ich erklärte ihm ständig, was er zu tun hatte, weil er ja noch nicht wusste, wie man ein Auto fährt. Zuerst war es eine etwas herausfordernde und holprige Fahrt, die mir die Gelegenheit bot, einige persönliche Gebetssitzungen folgen zu lassen.

Während der Übungsfahrt saß ich im Auto neben ihm und gab ihm Schritt für Schritt die nötigen Anweisungen, aber zu keinem Zeitpunkt übernahm ich das Steuer. Obwohl ich natürlich mehr Erfahrung hatte, blieb er die ganze Zeit, nachdem wir unsere Sitzgurte angelegt hatten, am Steuer, während ich nur Beifahrer blieb. Er führte jeden Handgriff selbst aus, während ich nur sein Mentor war. Sobald er verstanden hatte, was zu tun war, brauchte er mit zunehmender Übung immer weniger Hilfe von mir, bis er schließlich bereit war, ganz ohne mich zu fahren.

Dasselbe gilt für die TPM-Anwendung. Wenn Sie die *drei Elemente von TPM* verstehen, brauchen Sie Ihren Mentor immer weniger oder gar nicht mehr. Sie können die Ziele im Prozess eigenständig erreichen und selbst „das Auto steuern“, auch wenn der Mentor nicht anwesend ist und die Fragen gar nicht erst gestellt werden müssen.

Soll das heißen, dass wir die Fragen weglassen können? Ja und nein. Wenn Sie genau wissen, was an jedem Punkt im *TPM-Prozess* zu tun ist, lautet die Antwort „ja“. Wenn Sie jedoch nicht verstehen, woran jede einzelne Frage Sie erinnern soll, ist es sinnvoll, die Fragen weiter zu benutzen. Joshua brauchte meine Anwesenheit in der ersten Zeit, doch als er das Autofahren beherrschte, war ich nicht mehr nötig.

Wenn Sie wissen, an welchem Punkt im Verlaufsschema Sie gerade sind, auf welche Absicht Sie sich in diesem Moment konzentrieren müssen, und wie diese Absicht erreicht werden kann, können Sie die einzelnen Schritte im *TPM-Prozess* auch ohne die Hilfe von Mentoren gezielt und effektiv anwenden. Und wenn Sie das an jedem Punkt im Verlaufsschema tun können, werden Sie den TPM-Prozess immer wirksamer und beständiger anwenden.

TPM als Nachfolge Christi

Die Beziehung zwischen Ihnen und Ihrem Mentor beruht auf einem biblischen Modell der Jüngerschaft. Es ist das Modell, das Jesus bei Seinen zwölf Jüngern anwendete, als Er sich in ihr Leben investierte. Sie folgten Seinem Beispiel, und dieses Prinzip gilt bis heute. Wir sind heute Nachfolger („Jünger“) Christi, weil Er ein erfolgreicher Mentor für Seine Jünger war. Im TPM-Gebetsdienst werden einige zu Mentoren, die ihre Brüder und Schwestern in Christus in Seiner Nachfolge anleiten und ermutigen, sie lehren und sie aufbauen (Epheser 4,12). Andere sind Mentees, die sich „unter die mächtige Hand Gottes“ (1 Petrus 5,6) stellen möchten, damit Er ihre Herzen von der Wahrheit überzeugt.

Der einzige wirkliche Unterschied zwischen einem TPM-Mentor und einem TPM-Mentee liegt in ihrer jeweiligen Rolle. Der Mentor hilft dem Mentee, auf seinem Weg zur Läuterung des Glaubens und zur Erneuerung des Denkens zu wachsen und die *drei Elemente von TPM* (die *Prinzipien*, die *Absicht* und den *Prozess*) immer besser zu verstehen. Im Grunde sind sie beide Mentees, die ständig hinzulernen; der einzige Unterschied liegt in ihrer Vertrautheit mit dem Prozess und in ihrer Erfahrung mit der Anwendung des

Erlernen. Nicht alle Anwender sind berufen, Mentoren zu werden, aber wir alle sind Mentees, die sich auf demselben Weg der Läuterung unseres Glaubens und der Erneuerung unseres Denkens durch Gott befinden.

Andere in diesem Dienst als Mentoren anzuleiten ist eine Berufung, wie auch jeder andere Dienst in der Gemeinde eine Berufung ist. Nicht alle sind eine „Hand“ oder ein „Fuß“ (siehe 1 Korinther 12,20-21), aber jede und jeder hat eine wichtige Aufgabe im Leib Christi. Doch wir alle sind Mentees auf unserem Lebensweg mit Gott. Wir alle haben es nötig, dass unser Glaube geläutert, unser Denken erneuert und unser Leben verwandelt wird, sodass wir immer mehr der neuen Schöpfung entsprechen, zu der wir wurden, als wir zum Glauben an Jesus kamen.



Wie viele Gebetssitzungen brauche ich?

Manchmal werden wir gefragt, wie viele Gebetssitzungen nötig sind, bis man so weit ist, dass man TPM nicht mehr braucht. Wer so fragt, hat die *Prinzipien* und die *Absicht* von TPM noch nicht verstanden. TPM ist nicht dazu da, Menschen nur zu helfen, damit sie sich besser fühlen, eine Krise in ihrem Leben überwinden oder ein unerwünschtes Verhalten loswerden. Das Ziel von TPM ist vielmehr, jeden Menschen auszurüsten, mit Gott zu kooperieren, der unseren Glauben läutert, unser Denken erneuert und unser Leben transformiert, sodass es den neuen inneren Menschen widerspiegelt, den Gott in uns geschaffen hat.

Das geschieht nicht in einigen wenigen Gebetssitzungen, sondern ist eine lebenslange Reise mit Gott. Es ist unser Ziel, möglichst viele Menschen mit den nötigen Fähigkeiten und Kenntnissen auszurüsten, damit sie gezielt mit dem Geist Gottes kooperieren können, der uns in die ganze Wahrheit leitet (Johannes 16,13). Wir möchten, dass Sie richtig gut darin werden, den Heiligen Geist bewusst einzuladen, Sein erneuerndes Werk in Ihrem Leben zu vollbringen. Wenn Sie wissen, wie es ist, durch Sein Wirken zu erkennen, dass Sie Seine Perspektive brauchen, und wenn Sie verstehen, was Sie daraufhin tun sollten, sind Sie besser ausgerüstet, mit Seinem Wirken zu kooperieren.

Wie lange dieses „Ausrüsten“ dauert? Das wissen wir nicht. Wir sind jedenfalls noch niemandem begegnet, der diese Aufgabe perfekt beherrscht. Aber wir kennen sehr viele Menschen, die bestätigen können, dass ihr Weg mit dem Herrn viel gezielter und fruchtbarer geworden ist. Eines Tages werden wir TPM nicht mehr brauchen, denn wir werden „Sein Angesicht schauen“ (Offenbarung 22,4; EU) und uns selbst erkennen, „wie auch wir erkannt worden sind“ (siehe 1 Korinther 13,12). Doch bis dahin wollen wir unser Augenmerk darauf richten, besser ausgerüstet zu werden.



Teil IV

Wie sieht eine TPM-Gebetssitzung aus?

Wie schon erwähnt, hängt der Verlauf einer TPM-Gebetssitzung davon ab, wie gut Sie die Grundlagen kennen und wieviel Erfahrung Sie mit dem TPM-Prozess haben. Doch die Ziele und Verlaufsprotokolle, die im TPM-Prozess zu befolgen sind, sind bei jeder Anwendung dieselben. Sie werden gleich sehen, wie eine solche Anwendung aussehen könnte, doch bevor wir mit dem Beispiel beginnen, sind noch zwei Hinweise angebracht.

Erstens ist es wichtig zu wissen, dass man als Mentee bei der Anwendung des TPM-Prozesses oft einige Zeit in der **Lösungsbox** oder der **Zornbox** verweilt. Doch diese Tatsache wollen wir der Einfachheit halber im folgenden Beispiel ausklammern.

Zweitens machen Sie sich bitte bewusst, dass das folgende Beispiel nur veranschaulicht, wie eine Anwendung aussehen *könnte*; es zeigt nicht im Detail, was in einer TPM-Gebetssitzung zu tun ist. Viele wichtige Einzelheiten, die später noch erläutert werden, wurden hier absichtlich weggelassen. Wir wollen Ihnen an dieser Stelle vor allem die Aufgaben oder Ziele zeigen, die in einer TPM-Gebetssitzung erfüllt werden. Es könnte hilfreich sein, beim Lesen dieses Abschnitts je ein Exemplar des Verlaufsschemas mit den Fragen und eines mit den Zielen zur Hand zu haben. Betrachten Sie auf diesem Hintergrund nun folgendes Beispiel:

Ihre Gebetssitzung beginnt normalerweise in der **Emotionsbox**. Das erste Ziel hier ist, dass Sie mit Ihren Gefühlen in Verbindung kommen. Das wird oft erreicht, indem Sie sich an eine kürzliche Situation erinnern, in der Sie „getriggert“ wurden (etwa ein Streit mit einem Familienmitglied, der Verlust eines geliebten Menschen, eine berufliche Stresssituation oder die Niederlage Ihrer Fußballmannschaft im Endspiel). Beim Gedanken an diese Situation werden Sie wahrscheinlich spüren, wie negative Emotionen hochkommen. Doch in den meisten Fällen, in denen Sie sich mit einem Mentor zu einer Gebetssitzung treffen, liegt eine aktuelle Situation aus Ihrem Alltag vor, die Sie getriggert und emotional aufgewühlt hat. Ihre nächste Aufgabe besteht nun darin, sich auf dieses Gefühl zu konzentrieren, sodass Ihnen durch den natürlichen Prozess der *Assoziation*, den Gott in uns angelegt hat, Erinnerungen an vergangene Ereignisse in den Sinn kommen. Sie sollen nicht nach Erinnerungen suchen oder versuchen, sich eine bestimmte Situation in Erinnerung zu rufen, sondern nur zulassen, dass die Assoziation so natürlich abläuft, wie Gott es vorgesehen hat.

Wenn dieselbe Erinnerung Ihnen mehrmals in den Sinn gekommen ist oder wenn keine neue Erinnerung auftaucht, gehen Sie in die **Erinnerungsbox**. Während Sie sich an die Situation erinnern und mit Ihren Gefühlen in Verbindung bleiben, identifizieren Sie eine Überzeugung, die diese Gefühle hervorzurufen scheint.

Wenn das geschehen ist, gehen Sie in die **Überzeugungsbox** und stellen fest, ob die identifizierte Überzeugung sich wahr anfühlt oder Ihnen wahr erscheint. Damit haben Sie einen Bezugspunkt oder eine „Grundlinie“, die Sie gleich benutzen werden. Dann gehen Sie in die **Wahrheitsbox** und bitten den Heiligen Geist, Sie von der Wahrheit zu überzeugen.

Nach einer kurzen Zeit, ganz gleich ob Sie irgendetwas wahrgenommen haben oder nicht, gehen Sie in die **Transformationsbox** und prüfen, ob eine Veränderung in Ihrem Denken eingetreten ist. Wenn der Heilige Geist Sie von der Wahrheit überzeugt hat, ist eine merkliche Änderung Ihres Denkens die Folge. Die „Lüge“, die sich noch vor wenigen Augenblicken in der Überzeugungsbox wahr anfühlte, wird sich nicht mehr wahr anfühlen bzw. Ihnen nicht mehr wahr erscheinen. Diese Transformation des Denkens sollte in der nächsten Zeit auch zu veränderten Gefühlen und Verhaltensweisen führen. Wenn Sie an dieser Stelle noch

Zeit haben, können Sie wieder in die **Emotionsbox** gehen und den TPM-Prozess erneut anwenden, um eine weitere Gelegenheit zu bekommen, sich durch den Heiligen Geist von einer Wahrheit überzeugen zu lassen, die Sie noch nicht mit dem Herzen glauben.

Wie oben gesagt, haben wir in diesem Beispiel bewusst darauf verzichtet, in die **Lösungsbox** oder in die **Zornbox** zu gehen. Doch in den meisten Gebetssitzungen können Sie damit rechnen, in einer dieser Boxen oder in beiden einige Zeit zu verbringen. Das Verlaufsprotokoll für diese beiden Boxen werden wir in Kürze genauer betrachten. Das Beispiel enthält auch keine Angaben darüber, wie viel Zeit Sie in den einzelnen Boxen verbringen. Es kommt oft vor, dass man eine beträchtliche Zeit in der **Emotionsbox**, in der **Erinnerungsbox** oder sogar in der **Lösungsbox** verbringt.

Während Sie den TPM-Prozess anwenden, können Sie sich die Fragen stellen, die Sie im *TPM-Verlaufsschema* finden, um leichter auf Kurs zu bleiben. Vielleicht werden Sie auch durch einen Mentor unterstützt, der oder die Ihren Prozess beobachtet, die Fragen stellt und Ihnen bei Bedarf die nötige Orientierung gibt. Doch in jedem Fall wenden Sie als Mentee den *Prozess* selbst an.

HINWEIS: Es ist angebracht, noch einmal zu wiederholen, dass Sie durch das, was Sie in diesem Kapitel gelesen haben, noch NICHT in der Lage sind, den TPM-Prozess anzuwenden. Immens viele wichtige Informationen wurden bewusst ausgelassen. Wir haben Ihnen nur einen kurzen Überblick gegeben, wie eine TPM-Gebetssitzung aussehen *könnte*. Wir empfehlen Ihnen sehr, weiter zu lesen und weiter zu lernen.



Was ist mit der Führung durch den Heiligen Geist?

Nach dem oben genannten Beispiel fragen sich einige vielleicht: „Was ist mit der Führung durch den Heiligen Geist? Haben Sie den Heiligen Geist aus dem TPM-Prozess entfernt?“ Darauf antworten wir: „Natürlich nicht!“ Der Heilige Geist spielt eine entscheidende Rolle im TPM-Prozess. Er ist es, der uns die Wahrheit schenkt, wenn wir in der Position sind, in der wir sie empfangen können. Würde diese Komponente im TPM-Prozess fehlen, könnten wir allenfalls darauf hoffen, intellektuell klarer zu erkennen, dass wir Seine Wahrheit und Perspektive brauchen, ohne das Problem jedoch lösen zu können. Sein Handeln ist der wichtigste Teil im TPM-Prozess.

Abgesehen von der Wahrheit, von der der Heilige Geist uns überzeugt, gibt es in einer Gebetssitzung nichts (und ist nichts nötig), was wir nicht selbst tun können. Der Heilige Geist gibt uns Seine Perspektive, wenn wir bereit sind, die Position einzunehmen, in der wir die Wahrheit empfangen können. Anders als viele glauben, ist es nicht nötig, dass der Heilige Geist uns zu unseren Erinnerungen führt, verborgene Dinge offenbart, Erinnerungsinhalte aufdeckt, Mauern abreißt, Türen öffnet, den Teufel vertreibt oder uns an irgendeinem Punkt unserer TPM-Gebetssitzung führt. Er braucht auch niemanden, der für Ihn die Wahrheit ausspricht, die Er uns geben möchte. Wir werden Seine Stimme hören, wenn wir bereit sind, zuzuhören. Seine „Schafe“ hören Seine Stimme (Johannes 10,27), wenn sie in der richtigen Position sind, sie zu hören.

So seltsam es zuerst erscheinen mag: Es gibt keine verschlossenen Türen, keine Mauern und keine Hindernisse zwischen Ihnen und der Wahrheit und Freiheit, die Gott für Sie bereit hält. Sie brauchen weder den Heiligen Geist noch irgendeinen anderen Menschen, der Sie aus der Finsternis rettet, den

Teufel vertreibt oder für Gott spricht. Nichts als nur Ihre eigene Überzeugung und Entscheidung kann Sie davon abhalten, die Wahrheit zu empfangen, die Gott für Sie hat. (Auf diesen Punkt werden wir im Kapitel über die Lösungsbox zurückkommen.)

Abgesehen davon, dass nur der Heilige Geist Sie von der Wahrheit überzeugen kann, ist jeder Schritt im TPM-Prozess ohne zusätzliche Beteiligung des Heiligen Geistes möglich. Es kommt wirklich nur darauf an, dass Sie verstehen, was zu tun ist, und sich bewusst entscheiden, es zu tun. Das heißt nicht, dass der Heilige Geist nicht an jedem Aspekt der Gebetssitzung beteiligt wäre, denn das ist Er tatsächlich. Dennoch ist es allein Ihre Sache, sich zu entscheiden, Gefühle zu spüren, Erinnerungen auftauchen zu lassen, Überzeugungen zu identifizieren und Gott um Seine Wahrheit und Perspektive zu bitten.

Diese Tatsache sollte Sie wirklich ermutigen. Nichts steht zwischen Ihnen und der Wahrheit, dem Frieden, der Freiheit und der Transformation, die Er gibt. Freiheit liegt zum Greifen nah. Der Heilige Geist wartet geduldig, bis wir die Position einnehmen, in der wir empfangen können, was Er für uns hat. Sobald wir in dieser Position sind, schüttet Er aus, was wir brauchen. Und dieses Buch wurde geschrieben, damit Sie lernen können, wie Sie gezielt und kontinuierlich genau dies tun können!

Ein wichtiger Hinweis für die weiteren Kapitel

In den nächsten Kapiteln werden wir jede Box ausführlich erörtern. Wir werden die Ziele und Absichten jeder Box erklären, alle Fragen einzeln vorstellen und Beispiele geben, wie es aussehen könnte, den jeweiligen Schritt im TPM-Prozess anzuwenden. Dazu aber ein wichtiger Hinweis: Obwohl ein *Lösungsverhalten* fast an jedem Punkt im TPM-Prozess auftreten kann, werden wir erst dann auf das Konzept der *Lösungen* eingehen, wenn wir zu dem Kapitel über die **Lösungsbox** kommen. Das gibt uns die Möglichkeit, zuerst eine Grundlage zu legen und einen Rahmen zu schaffen, worauf wir später aufbauen können. Außerdem sollte es auf diese Weise leichter sein, unseren Erörterungen zu folgen, während wir den TPM-Prozess nach und nach durcharbeiten.

Unser primärer Schwerpunkt liegt auf dem Erlernen der Konzepte und Verlaufsprotokolle, die den TPM-Prozess ausmachen. Der effektivste Weg zu diesem Ziel scheint zu sein, dass wir unsere Erörterungen über *Zorn* und *Lösungen* bis zum Ende aufschieben. Wir werden nun also den TPM-Prozess Box für Box erläutern, indem wir so tun, als würde jeder Mentee in jeder TPM-Gebetssitzung immer wissen, was zu tun ist, sodass alles so glatt abläuft wie möglich! Sobald wir diese fünf *Boxen* (die linke Spalte im Verlaufsschema) ausführlich besprochen haben, kehren wir in die Wirklichkeit zurück und erfahren alles über die **Zornbox** und die **Lösungsbox**.

Zuletzt noch der Hinweis, dass die letzten Abschnitte in den folgenden Kapiteln jeweils eine Zusammenfassung über den erörterten Teil des Verlaufsschemas enthalten. Am Ende des Kapitels sind diese Zusammenfassungen gewiss gut nachzuvollziehen.

Wie schon gesagt, sollte es Ihr Ziel sein, die Inhalte zu *verstehen*, statt sie nur durchzulesen und dann „*abzuhaken*“. Es ist besser, das hier Erörterte zu verstehen, als es nur gelesen zu haben. Fragen Sie sich: „*Warum lese ich das?*“ Versuchen Sie einfach, das Buch einmal komplett durchzulesen? Oder geht es Ihnen darum, umfassend geschult zu sein, damit Sie das, was hier vermittelt wird, wirklich nutzen können? Wenn das der Fall ist, dann begnügen Sie sich nicht damit, von Ihrem Mentor „löffelweise gefüttert“ zu werden,

obwohl das komplette Buffet vor Ihnen steht. Wir empfehlen Ihnen, vor jeder Gebetssitzung zu lesen und zu lernen. Übernehmen Sie selbst die Verantwortung, sich für diesen lebenslangen Weg mit Gott auszurüsten, der Ihren Glauben läutert, Ihr Denken erneuert und Ihr Leben verwandelt.



Was ist mit der Vertraulichkeit?

Zu erwähnen ist noch, dass sämtliche Informationen, die Sie Ihrem Mentor während einer TPM-Gebetssitzung mitteilen, niemals ohne Ihre Erlaubnis an andere weitergegeben werden dürfen. Die einzig mögliche Ausnahme wäre eine Situation, in der dies gesetzlich vorgeschrieben wäre (wie bei einem Verdacht auf Kindesmissbrauch, bei Übergriffen gegen hilfsbedürftige oder ältere Menschen, bei Selbstmordgefährdung, usw.). Wir empfehlen, dass alle Beteiligten sich informieren, welche gesetzlichen Vorschriften zu beachten sind.



KAPITEL 13

Die EMOTIONSBOX

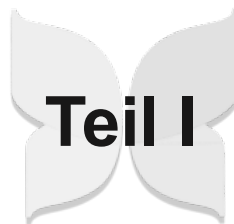
Ziele des Mentee in der EMOTIONSBOX

- 1. Mit meinen Gefühlen in Kontakt kommen*
- 2. Mich auf diese Gefühle konzentrieren, bis eine Erinnerung auftaucht*
- 3. Die ersten beiden Ziele wiederholen, bis dieselbe Erinnerung zweimal auftaucht oder keine andere Erinnerung auftaucht*

Die Fragen in der EMOTIONSBOX

- „Welches Gefühl löst das bei mir aus?“*
- „Wenn ich mich auf dieses Gefühl konzentriere, was kommt mir in den Sinn?“*

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in drei Teile gegliedert. Der erste Teil erörtert die Ziele, die in der Emotionsbox erreicht werden sollen. Der zweite Teil erklärt, warum es wichtig ist, die ersten beiden Ziele der Emotionsbox zu wiederholen, bis dieselbe Erinnerung mehrmals auftaucht. Der dritte Teil beschreibt, wie dieser Teil des TPM-Prozesses in der Anwendung aussieht.



Eine Übersicht über die EMOTIONSBOX

 ine TPM-Gebetssitzung beginnt gewöhnlich in der EMOTIONSBOX. Der erste Schritt oder das erste Ziel besteht darin, mit den eigenen Gefühlen in Kontakt zu kommen. Meist ist das kein Problem, weil Sie vielleicht schon etwas fühlen, bevor die Gebetssitzung überhaupt beginnt. In der Emotionsbox kommen Sie mit Ihren Gefühlen in Berührung und konzentrieren sich darauf, sodass der natürliche Prozess der *Assoziation* einsetzen kann. Sie müssen nie nach einer Erinnerung suchen, sondern brauchen sich nur auf das zu konzentrieren, was Sie fühlen. Wenn eine Assoziation nicht verhindert wird, sollte schon bald eine Erinnerung auftauchen.

Sie wiederholen diese Schritte (sich auf Ihre Gefühle zu konzentrieren und etwas auftauchen zu lassen), bis dieselbe Erinnerung wiederholt auftaucht oder Ihnen nichts anderes in den Sinn kommt. Wenn das der Fall ist, haben Sie Ihre Ziele in der EMOTIONSBOX erreicht. Sollten Sie Ärger oder Zorn fühlen oder Mühe haben, in der Emotionsbox irgendein Gefühl zu spüren, folgen Sie einem etwas anderen Verlaufsprotokoll, das später erklärt wird.

Mit Gefühlen in Kontakt kommen

Es ist wichtig zu beachten, dass Ihr erstes Ziel einfach darin besteht, mit Ihren Gefühlen in Kontakt zu kommen. Oder genauer gesagt: Sie stellen fest, ob Sie gerade ein gewisses Maß an Emotion *spüren* oder nicht. Da die meisten Menschen den TPM-Prozess erst anwenden, nachdem sie irgendeine negative Emotion spüren, ist dieses erste Ziel (mit Gefühlen in Kontakt kommen) am Beginn der TPM-Gebetssitzung oft schon erfüllt.

Vielleicht fühlen Sie sich zum Beispiel besorgt, wenn Sie nach etwas zu essen suchen, obwohl Sie eigentlich gar keinen Hunger haben. Oder Sie fühlen sich überfordert, weil der Termin für ein großes Projekt vorgezogen wurde. Oder Sie spüren Nervosität beim Öffnen Ihres Briefkastens, weil eine Kreditkartenrechnung zu erwarten ist. Vielleicht trauern Sie über den Verlust eines geliebten Menschen, fühlen sich hilflos, wenn Sie die Nachrichten hören, oder haben mit einer kürzlichen Krebsdiagnose zu kämpfen. Was immer der Fall sein mag: Sobald Sie merken, dass Sie sich ängstlich, beunruhigt, besorgt, gestresst, überfordert, außer Kontrolle, hilflos, hoffnungslos, allein, abgelehnt usw. fühlen, haben Sie Ihr erstes Ziel in der EMOTIONSBOX erreicht und können das nächste Ziel in Angriff nehmen.

Die einzige Ausnahme ist gegeben, wenn Sie ein Gefühl von Zorn oder Ärger spüren. Wenn Sie sich wütend, frustriert, irritiert, genervt oder aufgebracht fühlen, gehen Sie in die ZORNBOX (die wir in einem späteren Kapitel erörtern). Sie haben also, wenn Sie eine Emotion (außer Zorn) spüren, Ihr erstes Ziel erreicht.

Manchmal stellen Sie vielleicht fest, dass Sie zu Beginn einer TPM-Gebetssitzung gar nichts fühlen. Das kommt oft dann vor, wenn Ihre Gebetssitzung in einem vorher festgelegten Rahmen wie z.B. einem Gemeindezentrum oder einer Beratungspraxis stattfindet, und nicht als natürliche Reaktion auf das Leben, wie es gerade stattfindet. Glücklicherweise lässt sich der Mangel an Emotion zu Beginn einer TPM-Gebetssitzung oft leicht beheben, indem Sie einfach an eine kürzliche Situation denken oder darüber sprechen, in der Sie eine Emotion gespürt haben. Auf diese Weise können Sie sich selbst „*triggern*“ und fangen sofort an, etwas zu fühlen. Wenn Sie zum Beispiel über das angespannte Familientreffen letzte Woche sprechen oder auch nur daran denken, werden Sie sich wahrscheinlich genauso gestresst oder unruhig fühlen wie bei dem Treffen selbst.

Wenn es so *scheint*, als wären Sie nicht in der Lage, mit irgendeiner negativen Emotion in Verbindung zu kommen, kann das zwei Gründe haben: Entweder glauben Sie die Lügen nicht mehr, die Sie in der vergangenen Situation glaubten, oder – *was wahrscheinlicher ist* – Sie glauben, dass es einen Grund gibt, nicht mit Ihren Gefühlen in Kontakt zu kommen (das erklären wir genauer, wenn wir in einem späteren Kapitel über *Lösungen* sprechen).

Der Rauchfahne folgen

Es ist wichtig zu beachten, dass Ihr erstes Ziel nur darin besteht, mit Ihren Gefühlen *in Kontakt* zu kommen, nicht darin, sie zu *verstärken*, *aufzuwühlen*, zu *unterscheiden*, zu *benennen* oder auch nur zu *identifizieren*. Sie sollen mit dem, was Sie fühlen, wirklich in Berührung kommen und sich nicht nur an Ihre Gefühle erinnern. Sie müssen Ihre Emotion *jetzt spüren*, um Ihre Ziele in dieser „Box“ zu erreichen. Allgemein ausgedrückt: Wenn Sie nicht fühlen, kommen Sie nicht voran.

Betrachten Sie zur Veranschaulichung folgendes Beispiel:

Stellen Sie sich vor, Sie verlassen Ihr Haus und bemerken sofort einen würzig-rauchigen Geruch in der Luft. Der aromatische Duft zeigt, dass jemand in der Nähe grillt. Die Wahrnehmung des Geruchs genügt, um Ihnen diese Tatsache bewusst zu machen. Sie müssen nicht erst den Grill sehen, das Fleisch brutzeln hören oder die Wärme spüren, die von der glühenden Kohle aufsteigt. Sie wissen, dass jemand grillt, weil Sie den Rauch riechen, und Sie könnten den Grillplatz leicht finden, indem Sie einfach Ihrer Nase folgen.

Genauso ist es bei Ihren Emotionen. Sie können Ihren Gefühlen zu ihrer Quelle folgen, so wie die Rauchfahne Sie zu dem Grill führen kann. Das ist einer der Gründe, warum wir emotionalen Schmerz als nützlich und hilfreich betrachten und nicht als Problem. Wenn Sie das TPM-Prinzip „Wir fühlen, was immer wir

glauben“ verstehen und auch wissen, was zu tun ist, wenn negative Emotionen hochkommen, können Sie die Situation nutzen und von dem Schmerz profitieren.

Wenn wir bei diesem einfachen Beispiel bleiben: Wie viel Rauch brauchen Sie, um der Rauchfahne folgen zu können? Es wäre nicht nötig, dass dicke Rauchschwaden durch Ihren Hof ziehen, sodass Sie husten müssen und Ihre Augen tränen. Sie würden nur so viel Rauch brauchen, dass Sie den Geruch wahrnehmen können. Wenn der Geruch wahrnehmbar ist, dann reicht er aus, um ihm zu folgen. Dasselbe gilt für Ihre Emotionen. In einer TPM-Gebetssitzung ist es nicht nötig, irgendein Gefühl, das Sie spüren, zu verstärken oder zu intensivieren, denn es genügt, wenn Sie *etwas* spüren. Es geht nicht darum, *wie viel* Sie fühlen, sondern nur darum, *dass* Sie fühlen.

Wenn Sie der Rauchfahne folgen wollen, müssen Sie dann zuvor feststellen, ob es nach Rind, Huhn, Schwein, Lamm oder Fisch riecht? Natürlich nicht! Was immer auch auf dem Grill liegen mag, es genügt, dass Sie den Grillgeruch wahrnehmen. Sie brauchen nur genug, um ihn wahrzunehmen. So ist es auch in einer TPM-Gebetssitzung. Sie müssen das, was Sie fühlen, nicht genau benennen oder identifizieren, um weiterzukommen. (Das gilt für alle Emotionen außer Zorngefühlen, die wir später erörtern werden.) Entscheidend ist nur die Tatsache, dass Sie etwas fühlen. Wenn Sie also gerade etwas fühlen, genügt das. Eines der Ziele in der EMOTIONSBOX besteht also darin, mit Ihren Gefühlen in Kontakt zu kommen und sie zu spüren; es ist aber nicht nötig, sie zu „benennen“ oder genau zu definieren, um im Prozess weiterzukommen.

Gefühle mit Erinnerungen assoziieren

Ihr nächstes Ziel besteht darin, sich auf die Emotion zu konzentrieren, die Sie spüren. Das sollte automatisch und mühelos dazu führen, dass Ihnen durch den natürlichen, von Gott geschaffenen Prozess

der

Assoziation irgendeine Erinnerung in den Sinn kommt. Gott hat unseren Verstand so angelegt, dass er Dinge miteinander verknüpft. Wir benutzen diese Funktion tagtäglich immer wieder, um den jeweiligen Moment zu deuten, indem wir ganz natürlich und automatisch auf Erinnerungen, Überzeugungen und Eindrücke aus früheren Lebenserfahrungen zurückgreifen. Wenn wir sehen, wie jemand ein Handy aus der Tasche zieht, werden wir vielleicht daran erinnert, unsere Mutter anzurufen und ihr zum Geburtstag zu gratulieren. Solche Assoziationen geschehen automatisch und mühelos.

Der mentale Prozess der Assoziation lässt sich mit einer Begriffssuche im Internet vergleichen. Wenn wir das Wort „Feuerwerk“ in die Suchfunktion eingeben, liefert das Internet uns seitenweise Informationen, die sich auf „Feuerwerk“ beziehen. In ähnlicher Weise brauchen Sie nur an „Feuerwerk“ zu denken, und schon assoziiert Ihr Verstand dieses Wort mit Lebenserfahrungen. Vielleicht werden Sie dabei sogar getriggert und spüren, wie ein Gefühl hochkommt. Haben Sie einmal beobachtet, wie Ihre Gefühle geweckt wurden, als Sie irgendeinen alten Song im Radio hörten? In diesem Moment assoziierte Ihr Verstand den Song mit einem bestimmten Aspekt Ihres Lebens. In solchen Situationen stellt Ihr Verstand die Verbindung zu einer entsprechenden Lebenserfahrung und fest verankerten Überzeugungen her, sodass Sie die damit verbundenen

Gefühle spüren. So hat Gott die Funktionsweise Ihres Verstandes in Ihnen angelegt.

Wenn Sie sich nun auf Ihre Gefühle konzentrieren und die Assoziation zulassen, sollten automatisch und augenblicklich Erinnerungen an andere Situationen auftauchen, in denen Sie ähnliche Gefühle hatten. Das hat einen einfachen Grund: Emotionen entspringen aus Herzensüberzeugungen, jede Herzensüberzeugung wurde in einer Lebenserfahrung erlernt und Lebenserfahrungen werden als Erinnerungen gespeichert. Die Folge ist, dass wir durch die Konzentration auf das, was wir fühlen, mit Überzeugungen in Kontakt kommen, die mit einer Erinnerung verknüpft sind. Wenn es jemals so scheint, als wäre dazu Mühe oder Anstrengung nötig, gibt es einen konkreten Grund dafür (was wir später in dem Kapitel über die LÖSUNGSBOX erklären werden).

Ihr TPM-Mentor braucht in keiner Weise einzugreifen und muss nichts unternehmen, damit dies gelingt. Sollte ein Mentor irrtümlich Fragen stellen, die irgendeine Andeutung über Ihre vergangenen Erfahrungen enthalten oder Sie zu irgendetwas veranlassen, was außerhalb der spezifischen Verlaufsprotokolle dieses Handbuchs liegt, erinnern Sie ihn freundlich daran, sich an das zu halten, was hier gelehrt wird.

Wenn Menschen Mühe haben, sich an etwas zu erinnern, fordern manche Seelsorger oder Pastoren sie in guter Absicht auf, zuerst an etwas Positives zu denken, einen „glücklichen Moment“ in ihrer Erinnerung aufzusuchen, an eine innige Begegnung mit dem Herrn zu denken, Seine Gegenwart in ihren Gedanken zu spüren, irgendetwas aufzubauen oder einzureißen oder gegen den Teufel und dämonische Manifestationen zu beten. Sie tun das in der Annahme, dass es der Person Kraft gibt, wenn sie zuerst etwas *Gutes* spürt, bevor sie ein *schlechtes* Gefühl zulässt. Sie denken, dass es der Person vielleicht an der emotionalen Kapazität oder Fähigkeit fehlt, Erinnerungen an ihre schmerzhaftes Vergangenheit zuzulassen. Doch wie Sie später sehen werden, ist keiner dieser Ansätze nötig, sobald ein Mentee verstanden hat, wie Assoziation funktioniert.

Solche Praktiken mögen hilfreich erscheinen, aber sie gehen an dem eigentlichen Problem vorbei. Normalerweise führen sie dazu, dass die Person sich vorübergehend besser, sicherer, mehr in Kontrolle und weniger verletzlich oder ängstlich fühlt. Aber was in diesen Momenten tatsächlich abläuft, ist eine Form von

Lösungsverhalten. Wie schon erwähnt, werden wir das Phänomen solcher „*Lösungen*“ später erklären.

In einer TPM-Gebetssitzung müssen Sie niemals Erinnerungen „aufstöbern“ oder nach irgendetwas Bestimmtem suchen. Wenn Sie angestrengt versuchen müssen, sich an etwas zu erinnern, stimmt etwas nicht. Assoziation geschieht mühelos und läuft zu jeder Zeit ab. Sie sollten auch nie versuchen, Dinge, die Ihnen in den Sinn kommen, danach zu filtern oder zu bewerten, was wichtig oder relevant sein könnte. Alles, was Sie tun müssen, ist, zu fühlen und Assoziation zuzulassen. Assoziation ist ein von Gott in uns angelegter, natürlicher, müheloser und passiver Prozess. Konzentrieren Sie sich also einfach auf das, was Sie fühlen, und schauen Sie, was Ihnen dabei in den Sinn kommt. Suchen Sie nicht nach „etwas“, sondern lassen Sie „es“ einfach kommen.

Die Tatsache, dass Sie etwas fühlen, zeigt, dass der assoziative Prozess bereits abläuft. Ihr Verstand hat schon eine Verbindung zu dem hergestellt, woran Sie sich erinnern und was Sie glauben, damit er „richtig“ interpretieren kann, was in Ihrer Situation gerade passiert. In gewissem Sinn erinnern Sie sich also schon, wenn Sie etwas fühlen, wenn auch nicht bewusst. Sie müssen einfach auf das achten, was Sie fühlen, damit Sie entdecken können, welche Erinnerungen und Überzeugungen Ihr Verstand abgerufen hat, um Ihre aktuelle Situation zu interpretieren.

Der Prozess der Assoziation ist alles andere als schlecht. Er zeigt, wie Gott unseren Verstand geschaffen hat, damit er Dinge, die wir in der Vergangenheit gelernt haben, dazu benutzt, unsere Gegenwart zu deuten. Gott hat die Assoziation so angelegt, dass sie uns hilft, durch unser Leben zu navigieren, und seine Absicht war, dass sie in der Wahrheit abläuft, damit wir das Leben richtig interpretieren können. Wenn wir das Leben aber durch die Brille lügenbasierter Überzeugungen interpretieren, betrachten wir die Dinge aus einer fehlerhaften Perspektive. Gott möchte unsere fehlerhafte Perspektive korrigieren, indem er unsere fehlerhaften Überzeugungen korrigiert.



Ist Ihnen egal, wie ich mich fühle?

Manche Menschen wundern sich vielleicht, warum ihre TPM-Mentoren nicht mehr Einzelheiten über ihre aktuelle Situation, ihre Familiengeschichte, ihren Hintergrund usw. wissen wollen oder nicht versuchen, sie in ihrem Schmerz zu trösten. Der Grund ist, dass ihre Mentoren verstehen, welchen Zweck der Schmerz und seine wahre Quelle erfüllen. Sie konzentrieren sich darauf, ihre Mentees für ihren Weg der Glaubensläuterung mit dem Herrn auszurüsten. Vielleicht empfinden sie aufrichtiges Mitgefühl und Empathie, aber sie wissen zugleich, dass der Weg nach vorn damit beginnt, mit dem Schmerz in Verbindung zu kommen, statt vor ihm davonzulaufen oder andere dafür verantwortlich zu machen. Wenn Sie Schmerz fühlen, weil Sie eine „Lüge“ – eine Unwahrheit über sich selbst – glauben, brauchen Sie Gottes Perspektive und nicht den Trost eines Mentors.

Auch wenn Ihre aktuelle Situation schmerzhaft, chaotisch oder wirklich ungerecht erscheint, ist sie nicht die Quelle Ihrer Gefühle. Denken Sie daran: Wir fühlen, was immer wir glauben. Genauer gesagt, wir fühlen, was wir heute fühlen, wegen der Dinge, die wir heute glauben. Und wir haben uns in der Vergangenheit genauso gefühlt, weil wir damals dieselben Dinge glaubten. So hat Gott unseren Verstand angelegt. Es mag uns nicht gefallen, wie emotionaler Schmerz sich anfühlt, aber dieser Schmerz erfüllt eine wichtige Funktion auf unserem Weg hin zu der Wahrheit und Freiheit, die Er für

uns hat. Was wir brauchen, ist nicht, aus unserem Schmerz herausgetröstet zu werden; was wir brauchen, ist Gottes Perspektive darüber, warum wir diesen Schmerz fühlen.



Wiederholen, bis dieselbe Erinnerung mehrmals auftaucht

Während Sie in der EMOTIONSBOX sind, wiederholen Sie diese Schritte – sich auf Ihr Gefühl zu konzentrieren und zu sehen, was auftaucht –, bis Ihnen nichts Neues oder Anderes in den Sinn kommt oder bis dieselbe Erinnerung mehrmals auftaucht. Kehren wir zur Veranschaulichung noch einmal zu dem Beispiel über die Online-Suche zurück. In der EMOTIONSBOX geben Sie zuerst Ihre aktuell empfundene Emotion in Ihre mentale „Suchmaschine“ ein und warten, bis automatisch (ohne dass Sie selbst danach suchen) die Ergebnisse erscheinen. Wenn das geschieht, nehmen Sie das erste Ergebnis (was immer Ihnen in den Sinn gekommen ist), achten darauf, dass Sie immer noch etwas fühlen (außer Zorn), und wiederholen das Ganze, indem Sie das, was Ihnen zuletzt in den Sinn gekommen ist, in die „Suchmaschine“ eingeben.

Stellen Sie sich zum Beispiel vor, dass Sie sich gerade auf Ihr Gefühl der Sorge konzentrieren und Ihnen sofort die stressige Situation an Ihrem Arbeitsplatz in den Sinn kommt. Überprüfen Sie jetzt noch einmal Ihren emotionalen Zustand. Wenn Sie immer noch etwas fühlen (außer Zorn), konzentrieren Sie sich auf dieses Gefühl und schauen Sie, ob Ihnen etwas anderes in den Sinn kommt. Wenn nichts anderes als die Erinnerung an Ihre berufliche Situation auftaucht, wechseln Sie in die ERINNERUNGSBOX. Sollte aber eine andere Erinnerung auftauchen, dann bleiben Sie in der EMOTIONSBOX. Sie konzentrieren sich wieder auf Ihre emotionale Reaktion auf diese Erinnerung und warten, welche „Suchergebnisse“ als Nächstes in Ihren Gedanken auftauchen. Diesen Prozess wiederholen Sie, bis Ihnen nichts Neues oder Anderes in den Sinn kommt und dieselbe Erinnerung bestehen bleibt.

Dieses Verlaufsprotokoll ist eine leichte Modifikation gegenüber dem TPM-Prozess, der in früheren Jahren praktiziert wurde. Damals hatten wir missverstanden, welcher Absicht die Erinnerung in diesem Prozess dient, und glaubten, eine Erinnerung an frühere Lebenserfahrungen sei Erinnerungen an spätere Erfahrungen vorzuziehen. Deshalb schenkten wir späteren Erinnerungen im Leben einer Person weniger Beachtung.

Heute empfehlen wir, sich einfach auf das zu konzentrieren, was Sie fühlen und die Assoziation zuzulassen. Wenn dieselbe Erinnerung Ihnen wiederholt in den Sinn kommt, ganz gleich ob aus der frühen Kindheit oder einer späteren Lebensphase, dann wechseln Sie in die ERINNERUNGSBOX und gehen dort die entsprechenden Ziele durch. Ihr Alter zum Zeitpunkt des erinnerten Ereignisses spielt keine Rolle für die Entscheidung, ob Sie in die ERINNERUNGSBOX wechseln können oder nicht.

Die zwei Fragen der EMOTIONSBOX erinnern Sie daran, diesem vorgegebenen Verlauf zu folgen. Sie

fragen zuerst: „Welches Gefühl löst das bei mir aus?“ und dann: „Was kommt mir in den Sinn, wenn ich mich auf dieses Gefühl konzentriere?“ Dieser Teil des Prozesses mag am Anfang redundant oder monoton erscheinen, aber es gibt mehrere wichtige Gründe für diese Vorgehensweise. Vor allem dient sie dazu, Ihre Rolle und Verantwortung als Mentee zu schützen. Sie überlässt Ihnen die Entscheidung, wann es an der Zeit ist, in die ERINNERUNGSBOX zu wechseln, statt den Mentor versuchen zu lassen, hier die richtige Entscheidung zu treffen.

Sie allein entscheiden, wann Sie in die nächste Box wechseln. Indem Sie Ihre ersten beiden Ziele in der EMOTIONSBOX – mit dem Gefühl in Kontakt kommen und sich darauf konzentrieren – solange wiederholen, bis keine neue Erinnerung auftaucht oder dieselbe Erinnerung wiederholt auftaucht, haben Sie sich durch den natürlichen Prozess der Assoziation zeigen lassen, wann Sie in die ERINNERUNGSBOX wechseln sollten. Ihr Mentor weiß nicht mit Sicherheit, wann es soweit ist. Er ist von Ihnen und Ihren Antworten auf seine Fragen abhängig. Wenn dieselbe Erinnerung wiederholt auftaucht, wissen Sie, dass es Zeit für den nächsten Schritt ist.

Es ist wichtig, zu verstehen, dass Sie nicht nach der Quelle des Schmerzes suchen, sondern sich einfach auf das konzentrieren, was Sie fühlen, und Ihrem Verstand die Gelegenheit geben, frei zu assoziieren und irgendwelche mit dem Gefühl verbundenen Erinnerungen abzurufen. Wenn keine anderen Erinnerungen auftauchen oder dieselbe Erinnerung sich wiederholt, während Sie sich auf Ihre Gefühle konzentrieren, dann sind die Ziele der EMOTIONSBOX erreicht und Sie können in die ERINNERUNGSBOX wechseln.

Wenn man diesen Teil im TPM-Prozess richtig verstanden hat, lässt er sich einfach und intuitiv umsetzen. Solange Sie aber nicht klar verstanden haben, was Ihre Ziele sind und wie Sie diese Ziele erreichen, könnte es Sie verwirren oder sogar frustrieren, wenn Ihr Mentor ständig dieselben zwei Fragen wiederholt. Wenn Sie aber verstehen, was zu tun ist und wie es zu tun ist, werden Sie den TPM-Prozess gezielter anwenden und weniger von der Beteiligung Ihres Mentors abhängig sein.

Gott „führt“ uns nicht zu unseren Erinnerungen

Der Heilige Geist ist natürlich die wichtigste Person während einer Gebetssitzung und Seine Beteiligung ist absolut unverzichtbar. Aber Er hat uns die Freiheit gegeben, bestimmte Dinge zu tun, ohne in irgendeiner Weise auf Seine Mitwirkung angewiesen zu sein. So werden Sie Gott wohl kaum bitten, Ihnen atmen zu helfen. Es ist sehr unwahrscheinlich, dass Sie Ihn morgens zuerst um die Kraft und den Mut bitten, ständig ein- und ausatmen zu können. Bedeutet dies, dass Er mit Ihren Atemzügen überhaupt nichts zu tun hat? Natürlich nicht, denn Er gibt jedem Menschen Atem, ob wir Ihn darum bitten oder nicht (Jesaja 42,5). Gott schuf Ihren Verstand mit der Fähigkeit der Assoziation, so wie Er Ihre Lungen mit der Fähigkeit schuf, zu atmen. Beide Funktionen laufen ganz natürlich und automatisch ab.

Doch so wie Sie entscheiden können, Ihren Atem anzuhalten, können Sie auch entscheiden, sich nicht zu erinnern, indem Sie die automatischen mentalen Assoziationen ignorieren (wie wir bei den Erörterungen der *Lösungen* sehen werden). Deshalb versuchen wir nicht, eine Erinnerung „auszugraben“, und bitten Gott nicht um Hilfe, damit wir uns erinnern. So seltsam es im Moment auch klingen mag: Wenn Sie Mühe haben, sich an etwas zu erinnern, was *nötig* wäre, sollte dies nicht als Problem betrachtet werden. Ihre „Unfähigkeit“, sich zu erinnern, zeigt vielmehr, dass Sie versuchen, ein wahrgenommenes Problem zu *lösen*, indem Sie entscheiden, sich nicht zu erinnern.

Dieser Punkt mag einige Leser zunächst irritieren oder verwundern, weil wir diese Auffassung nicht immer

vertreten haben. In den frühen Jahren des TPM-Gebetsdienstes haben wir Jesus irrtümlich gebeten, uns bei der Erinnerung zu helfen. Wir haben sogar gebetet: „Herr Jesus, bitte führe doch John zu der Quelle und ursprünglichen Situation, in der er gelernt hat, so zu fühlen.“ Und wenn der Mentee sich nach diesem Gebet an die erforderliche Situation erinnern konnte, *schien* es so, als hätte Gott unsere Bitte erhört, und dies *schien* zu bestätigen, dass solche Gebete angebracht waren; doch wir wunderten uns in den Fällen, in denen der Herr nicht auf unser Gebet einzugehen schien. Heute verstehen wir, dass Jesus uns *nie* zu irgendeiner Erinnerung führte; wir entschieden einfach, uns zu erinnern.

Wenn „etwas passierte“, nachdem wir den Herrn gebeten hatten, etwas zu tun, bedeutete das nicht, dass Er tatsächlich irgendetwas tat. Nehmen Sie sich zur Veranschaulichung einen Moment Zeit und bitten Sie Jesus im Gebet, Sie zu einer Kindheitserinnerung über Weihnachten zu führen. Hat es funktioniert? Kam Ihnen eine Erinnerung an Weihnachten in den Sinn? Sollten wir daraus den Schluss ziehen, dass der Herr Ihr Gebet erhört hat? Wahrscheinlich nicht. Vielleicht kommt Ihnen dieses Beispiel banal vor, aber es veranschaulicht einen wichtigen Punkt. Nicht Jesus führte Sie zu der Erinnerung, sondern Ihr Verstand förderte mühelos und automatisch eine Erinnerung zutage, weil Gott ihn so geschaffen hat.

Gott wird uns weder zwingen, noch uns helfen, uns zu erinnern, etwas zu fühlen oder etwas zu entscheiden. Das ist auch gar nicht nötig, da wir so geschaffen wurden, dass diese Dinge ganz natürlich ablaufen. Außerdem respektiert Gott unseren freien Willen und wartet, bis wir selbst die Entscheidung treffen, zu Ihm zu kommen. Jakobus drückte es so aus: „Naht euch Gott! Und er wird sich euch nahen“ (Jakobus 4,8). Man kann aber nicht sagen: Wenn Gott sich uns naht, dann werden wir uns unweigerlich auch Ihm nahen. Viel zu oft warten wir verzweifelt darauf, dass Gott irgendetwas tut, während Er in Wirklichkeit darauf wartet, dass wir zu Ihm kommen. Er wird uns nicht zu irgendeiner Erinnerung führen, an die wir uns nicht erinnern wollen, aber wenn wir zu Ihm kommen und zuhören, wird Er uns Seine Perspektive geben.

Heute ist uns bewusst, dass es völlig überflüssig und sogar kontraproduktiv ist, Gott in einer TPM-Gebetssitzung darum zu bitten, uns zu einer Erinnerung zu „führen“. Auch wenn es anders erscheinen mag: Niemand braucht in einer TPM-Gebetssitzung Hilfe, um sich erinnern zu können. Tatsächlich ist es nie nötig, Gott überhaupt um diese Hilfe zu bitten! Wenn es je so *scheint*, als würden Sie Seine Hilfe brauchen, um sich an eine bestimmte Situation zu erinnern, zeigt dies nur, dass Sie den natürlichen Prozess der Assoziation in diesem Moment verhindern (wie schon gesagt, werden wir dies später erörtern).

Für diejenigen, die vor 2015 im TPM-Gebetsdienst geschult wurden, kann dies ein schwieriger Paradigmenwechsel sein. Aber es kommt entscheidend darauf an, dass Sie sich die nötige Zeit nehmen, das Konzept der „*Lösungen*“ zu erlernen. Keiner von uns braucht „Hilfe“, um in einer TPM-Gebetssitzung weiterzukommen. Wir müssen nur lernen, was zu tun ist, und eventuelle lügenbasierte Gründe identifizieren, die uns abhalten, den nächsten Schritt zu tun (auch das wird mehr Sinn ergeben, nachdem Sie das Kapitel über die LÖSUNGSBOX gelesen haben).



Weg durch die EMOTIONSBOX in der TPM-Gebetssitzung

Wenn Sie den TPM-Prozess ohne Mentor bzw. Mentorin anwenden, können Sie das Flussdiagramm der EMOTIONSBOX zur Hand nehmen, um besser auf Kurs zu bleiben, während Sie die Ziele der EMOTIONSBOX erarbeiten. Wenn Sie einen Mentor für Ihre TPM-Gebetssitzung haben, wird er oder sie Ihnen die Fragen stellen oder Sie daran erinnern, an welchem Punkt im TPM-Prozess Sie sich gerade befinden und um welche Ziele es in der EMOTIONSBOX geht. Falls Sie einmal unsicher sind, welches Ziel es gerade zu erreichen gilt, schauen Sie kurz in Ihrem ausgedruckten Ziele-Verlaufsschema nach. Auch Ihr Mentor oder Ihre Mentorin sollte darauf vorbereitet sein, Ihnen bei Bedarf die einzelnen Ziele zu erklären.

Die erste Frage in der EMOTIONSBOX soll Sie an das erste Ziel erinnern (mit Gefühlen in Kontakt kommen) und die zweite an das zweite Ziel (sich auf das konzentrieren, was Sie fühlen, und die Assoziation von Emotion und Erinnerung zulassen). Diese Fragen sehen Sie sowohl im TPM-Verlaufsschema als auch im Flussdiagramm der EMOTIONSBOX (am Ende dieses Buchs zu finden).

„Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus?“

Die erste Frage in der EMOTIONSBOX lautet: *„Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus?“* Diese Frage wird gestellt, während Sie an das denken oder über das sprechen, was Sie „getriggert“ hat. Jemand sagt zum Beispiel: „Ich hatte diese Woche wirklich Probleme auf der Arbeit. Ein neuer Mitarbeiter wurde eingestellt, und statt sich um seine eigenen Angelegenheiten zu kümmern, taucht er ständig in meinem Büro auf!“ Der Mentor fragt daraufhin: *„Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus?“* oder sogar: *„Welches Gefühl löst das jetzt gerade bei Ihnen aus?“* (um den Mentee daran zu erinnern, dass es wichtig ist, die Emotion in diesem Moment zu spüren, statt sich nur daran zu erinnern, wie die Situation sich in der vergangenen Woche anfühlte).

Dieses erste Ziel wirkt vielleicht komplizierter, als es tatsächlich ist. Wie schon gesagt, geht es nur darum festzustellen, ob Sie in diesem Moment eine Emotion spüren. Sie versuchen nicht, Ihre Gefühle richtig zu benennen oder zu identifizieren. Sie versuchen auch nicht, Gefühle zu „schüren“ oder zu verstärken. Sie versuchen nicht, das, was Sie fühlen, auf eine bestimmte Emotion zu beschränken. Sie sollen sich nur darauf konzentrieren, ob Sie in diesem Moment etwas fühlen oder nicht. Wenn Sie irgendetwas fühlen, haben Sie Ihr erstes Ziel in der EMOTIONSBOX erfüllt.

Ganz gleich, wie viele Gefühle vorhanden sind oder wie stark diese Gefühle sind: Wenn Sie etwas fühlen, sind Sie bereit für das nächste Ziel. Die einzige Ausnahme zu dieser Regel wäre gegeben, wenn das, was Sie fühlen, eine Form von Zorn oder Ärger ist. Wenn Sie zornig oder ärgerlich sind, wechseln Sie in die ZORNBOX (aber die erörtern wir in einem späteren Kapitel ausführlich).

„Wenn Sie sich darauf konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn?“

Durch die erste Frage in der EMOTIONSBOX soll festgestellt werden, ob Sie die Emotion, von der Sie reden, in diesem Moment spüren. Das Wort „das“ in der ersten Frage bezieht sich auf das, was Ihre emotionale Reaktion getriggert hat. Das Wort „darauf“ in der zweiten Frage steht für die Emotion, die Sie gerade spüren.

Nachdem Sie gesagt haben, was Sie fühlen oder dass Sie irgendetwas fühlen (vorausgesetzt, es ist

kein Zorngefühl) wird der Mentor (bezogen auf dieses Gefühl) fragen: „Wenn Sie sich darauf konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn?“ oder: „Kommt Ihnen eine Erinnerung in den Sinn, wenn Sie sich auf das konzentrieren, was Sie gerade fühlen?“ (um Sie daran zu erinnern, was sich als natürliche Folge der Assoziation einstellen sollte). Hier wird im Grunde gefragt: „Kommt Ihnen irgendetwas in den Sinn, wenn Sie sich auf Ihr Gefühl konzentrieren?“ oder: „Kommt Ihnen irgendetwas anderes in den Sinn, wenn Sie sich darauf konzentrieren?“ Wenn Ihnen irgendetwas in den Sinn kommt, wird der Mentor fragen, welches Gefühl wiederum das, was aufgetaucht ist, bei Ihnen auslöst. So geht es weiter, bis nichts Neues auftaucht oder dieselbe Sache Ihnen mehrmals in den Sinn kommt.



Nicht übereilt vorgehen und nichts überspringen

Die zweite Frage in der EMOTIONSBOX soll Sie daran erinnern, sich auf Ihre Gefühle zu konzentrieren und eine Assoziation zuzulassen. Unerfahrene Mentoren können manchmal voreilig sein und in der EMOTIONSBOX irrtümlich die zweite Frage der ERINNERUNGSBOX stellen: „Weshalb fühlen Sie so?“ Aber diese Frage sollte erst gestellt werden, wenn Sie tatsächlich in der ERINNERUNGSBOX sind. Es ist wichtig, nicht zu vergessen, dass Sie nie festzustellen versuchen, „warum“ Sie eine Emotion fühlen, während Sie sich in der EMOTIONSBOX befinden. Hier müssen Sie nur mit Ihrer Emotion in Kontakt kommen und den natürlichen Prozess der Assoziation zulassen.

Ein weiterer häufiger Fehler, der unerfahrenen Mentoren unterlaufen kann, ist ein verfrühter Wechsel in die ÜBERZEUGUNGSBOX. Es gibt nie einen Grund, von der EMOTIONSBOX in die ÜBERZEUGUNGSBOX überzugehen. Nicht einmal dann, wenn Sie eine TPM-Gebetssitzung mit einer Feststellung beginnen wie: „Ich bin eine absolute Niete, ein Versager, ein Abschaum und Gott kann mich nur hassen.“ Selbst wenn Sie eindeutig eine innere „Lüge“ ausgesprochen haben, befinden Sie sich noch in der EMOTIONSBOX. Sie können nur von der ERINNERUNGSBOX oder von der LÖSUNGSBOX aus in die ÜBERZEUGUNGSBOX wechseln.

Anwendungsbeispiele der EMOTIONSBOX

Betrachten wir anhand einiger Beispiele, wie dieses Verlaufsprotokoll in einer TPM-Gebetssitzung aussehen könnte. Wenn Sie diese Szenarien durchlesen, werden Sie Ziffern neben jeder Aussage bemerken (G1, G2, G3, usw.) Diese Ziffern dienen zur Orientierung, wenn Sie das *Flussdiagramm* (am Ende dieses Buchs zu finden) als visuelle Hilfe hinzunehmen möchten, um dem Verlauf durch die EMOTIONSBOX zu folgen. Die Ziffern zeigen an, wo Sie sich im Flussdiagramm befinden; sie haben nichts mit der Reihenfolge der „Schritte“ im Prozess zu tun (also Schritt 1, Schritt 2, Schritt 3, usw.), sondern kennzeichnen nur, wo Sie sich im Flussdiagramm gerade befinden.

Das Flussdiagramm der EMOTIONSBOX ist eine visuelle Darstellung des Verlaufsprotokolls, wie es in diesem Kapitel beschrieben wurde. Die Beispiele decken nur einen Teil des Verlaufs ab, der im Flussdiagramm dargestellt wird. Die übrigen Teile des Flussdiagramms werden in späteren Kapiteln erläutert.

Erstes Anwendungsbeispiel der EMOTIONSBOX:

Mentee: Meine Frau macht mich verrückt! Ständig liegt sie mir in den Ohren, dass wir ihre

Familie besuchen müssen, aber wir haben einfach nicht das Geld für eine solche Reise! (G1)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (G2)

Mentee: Machtlos. Ich kann sie nicht davon abhalten, mich ständig damit zu belästigen! (G5) > (G8)

Mentor: Wenn Sie sich darauf konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn? (G10)

Mentee: Mir kommen andere Situationen in den Sinn, wo sie mir wegen der Reise in den Ohren lag. Sie gibt einfach keine Ruhe... (G13) > (G1)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (G2)

Mentee: Wie schon gesagt, ich fühle mich machtlos. (G5) > (G8)

Mentor: Wenn Sie sich darauf konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn? (G10)

Mentee: Also, ich sehe da keinen Zusammenhang, aber was mir in den Sinn kommt, ist mein erstes Auto. Es war eine Schrottkiste. Jedes Mal, wenn ich den Schlüssel ins Zündschloss steckte, betete ich, dass der Motor anspringen würde. Das Auto war stark verrostet und undicht. Ich musste fast täglich Wasser für den Kühler nachfüllen und für alle Fälle immer einen Ersatzkanister im Kofferraum haben. (G13) > (G1)

Mentor: Welches Gefühl löst das jetzt bei Ihnen aus? (G2)

Mentee: ...machtlos und nervös. (G5) > (G8)

Mentor: Okay, was kommt Ihnen in den Sinn, wenn Sie sich darauf konzentrieren? (G10)

Mentee: Irgendwie seltsam, ich erinnere mich an eine Situation in der dritten Klasse, als so ein Rowdy mir in der Pause hinterherjagte und mich zu verprügeln drohte. Wegrennen war alles, was ich tun konnte! (G13) > (G1)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (G2)

Mentee: Es macht mich nervös und ängstlich. (G5) > (G8)

Mentor: Wenn Sie sich darauf konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn? (G10)

Mentee: ...Ich muss immer an den Jungen auf dem Spielplatz denken. Er gab einfach keine Ruhe. Egal, wie weit ich weglief, er blieb mir ständig auf den Fersen. Ich konnte ihm nicht entkommen! (G14) > (G15)

An diesem Punkt des Szenarios hat sich der Mentee auf seine Emotionen konzentriert und dieselbe Erinnerung ist ihm zweimal in den Sinn gekommen. Er hat die Ziele in der EMOTIONSBOX erreicht und kann nun zum nächsten Teil des TPM-Prozesses übergehen. Bevor wir uns mit der ERINNERUNGSBOX beschäftigen, betrachten wir ein weiteres Beispiel dafür, wie es aussehen könnte, wenn sich ein Mentee in der EMOTIONSBOX befindet.

Zweites Anwendungsbeispiel der EMOTIONSBOX:

Mentee: In letzter Zeit war es bei der Arbeit extrem stressig. Vergangene Woche musste wieder ein Kollege entlassen werden, und mein Arbeitspensum hat sich fast verdoppelt. Ich weiß einfach nicht, wie ich es schaffen soll, alles rechtzeitig zu erledigen! (G1)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (G2)

Mentee: Ich fühle mich überfordert! (G5) > (G8)

Mentor: Wenn Sie sich darauf konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn? (G10)

Mentee: Ich denke an all die Projekte, die ich in der Firma erledigen muss, aber ich habe auch die vielen anderen Sachen im Kopf, die noch zu erledigen sind. Ich denke an den ganzen Kram, der noch ansteht, bis wir unser Haus verkaufen können. Dann weiß ich, dass ich noch einkaufen gehen muss. Und ich soll die Medikamente für meine Tochter aus der Apotheke abholen. Zu Hause im Wohnzimmer liegt ein Haufen Wäsche, die noch gefaltet und eingeräumt werden muss. Es gibt immer so viel zu tun, dass ich nie ans Ende komme. (G13) > (G1)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (G2)

Mentee: Ich fühle mich einfach überfordert. Mir scheint, da läuft immer zu viel auf einmal. Ich bin nie gut vorbereitet für das, was ich zu erledigen habe. (G5) > (G8)

Mentor: Wenn Sie sich darauf konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn? (G10)

Mentee: Es kommt mir vor, als hätte ich immer schon in dieser Situation gesteckt. Ich erinnere mich sogar, wie ich mich früher ängstlich fühlte. In der Schule habe ich mich zum Beispiel immer so gefühlt. (G13) > (G5) > (G8)

Mentor: Wenn Sie sich darauf konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn? (G10)

Mentee: Ich erinnere mich besonders, wie ich mir über einen bestimmten Test Sorgen machte, der für meinen Notendurchschnitt in dieser Klasse wichtig war. Ich habe die ganze Zeit gelernt, aber mich nie gut vorbereitet gefühlt. Ich war so nervös, als ich an diesem Tag in die Klasse kam. (G13) > (G1)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (G2)

Mentee: Ich kann dieses besorgte, panikartige Gefühl immer noch spüren, das ich damals fühlte, bevor die Tests ausgeteilt wurden. (G5) > (G8)

Mentor: Wenn Sie sich darauf konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn? (G10)

Mentee: Ich sehe, wie meine Lehrerin die Tests austeilte, und erinnere mich, wie total unvorbereitet ich mich fühlte. (G14) > (G15)

Auch hier hat der Mentee die Ziele in der EMOTIONSBOX erfüllt und ist bereit, in die ERINNERUNGSBOX zu wechseln. Obwohl er die Erinnerung in den beiden Antworten nicht mit denselben Worten beschrieb, konnte der Schluss gezogen werden, dass es sich um dasselbe Ereignis in seinem Leben handelte. Beachten Sie, dass in beiden Szenarios dasselbe Verlaufsprotokoll befolgt wurde. Der Ablauf ist zwar in jedem Beispiel geringfügig verschieden, aber beide Abläufe bewegen sich im Rahmen des beschriebenen Prozesses. Jede TPM-Gebetssitzung ist anders, doch die Ziele, Fragen und Verlaufsprotokolle, die befolgt werden, sind dieselben. Deshalb ist es wichtig, jedes der drei Elemente von TPM zu verstehen, damit Sie wissen, was zu tun ist und wie, wann und warum es zu tun ist.

Drittes Anwendungsbeispiel der EMOTIONSBOX:

Dieses Beispiel veranschaulicht, wie es aussehen könnte, wenn Sie die EMOTIONSBOX selbst anwenden.

Ihr Gedanke: Nicht zu glauben, dass er unseren Jahrestag schon wieder vergessen hat! (G1)

Fragen Sie sich: Welches Gefühl löst das bei mir aus? (G2)

Ihre Antwort: Es fühlt sich so an, als wäre unser Jahrestag ihm nicht wichtig... als wäre ich ihm nicht wichtig. (G1)

Fragen Sie sich: Wie fühlt sich der Gedanke an, ihm nicht wichtig zu sein? (G2)

Ihre Antwort: Das fühlt sich wirklich schlecht an. (G5) > (G8)

Fragen Sie sich: Was kommt mir in den Sinn, wenn ich mich auf dieses Gefühl konzentriere? (G10)

Ihre Antwort: ...Das ist genau so wie damals bei Papa. Er war nie da, wenn es um etwas Wichtiges ging. (G13) > (G1)

Fragen Sie sich: Welches Gefühl löst das bei mir aus? (G2)

Ihre Antwort: Ich fühle mich vergessen und unwichtig. Das tut weh! (G5) > (G8)

Fragen Sie sich: Ok, was kommt mir in den Sinn, während ich mich darauf konzentriere? (G10)

Ihre Antwort: Mir kommt die Erinnerung an mein letztes Spiel in der siebten Klasse. Papa hatte versprochen, da zu sein. (G13) > (G1)

Fragen Sie sich: Welches Gefühl löst das bei mir aus? (G2)

Ihre Antwort: Aufgeregt. Ich erinnere mich, wie ich ihn in der Menge suchte, aber nicht finden konnte. Ich war total niedergeschlagen! (G5) > (G8)

Fragen Sie sich: Wenn ich mich darauf konzentriere, was kommt mir in den Sinn? (G10)

Ihre Antwort: Ich ahnte, dass er an diesem Abend nicht auftauchen würde. Schließlich war er auch zu keinem der anderen Spiele gekommen. Warum sollte es diesmal anders sein? (G14) > (G15)

Der TPM-Prozess ist derselbe, ob Sie ihn allein anwenden oder von einem Mentor oder einer Mentorin begleitet werden, denn in beiden Fällen sind Sie der Mentee, der den Prozess anwendet, nicht Ihr Mentor. Ein Mentor hat die Aufgabe, darauf zu achten, dass Sie dem Verlaufsprotokoll folgen, und Sie weiter auszurüsten für Ihren Weg mit dem Herrn, der Ihren Glauben läutert. Es ist Ihr Weg. Je besser Sie ausgerüstet sind, desto konstanter und gezielter wird Ihr Weg verlaufen.

Die EMOTIONSBOX im Rückblick

Normalerweise beginnen Sie eine TPM-Gebetssitzung in der EMOTIONSBOX. Ihr erstes Ziel besteht darin, mit Ihrer Emotion in Kontakt zu kommen – zu spüren, was Sie gerade fühlen. Während Sie sich auf das konzentrieren, was Sie fühlen, sollten Ihnen ganz natürlich Gedanken und Erinnerungen in den Sinn kommen. Diese Schritte wiederholen Sie, bis keine neue Erinnerung auftaucht oder Ihnen dieselbe Erinnerung wiederholt in den Sinn kommt. Wenn das geschieht, wechseln Sie in die ERINNERUNGSBOX.

Die EMOTIONSBOX in der Realität

Manche TPM-Gebetssitzungen verlaufen vielleicht so glatt wie in den vorangegangenen Beispielen, andere aber nicht. Es ist nicht ungewöhnlich, wenn Sie Mühe haben, mit Ihren Gefühlen in Kontakt zu kommen, oder wenn Ihnen nichts in den Sinn kommt, während Sie sich auf Ihre Gefühle konzentrieren. Vielleicht spüren Sie in der EMOTIONSBOX sogar ein Gefühl von Zorn. Es gibt bestimmte Gründe, warum das passieren kann, und für den Fall, dass es so kommt, gibt es ein Verlaufsprotokoll. Solche Szenarios werden wir später in diesem Buch behandeln. Für den Augenblick gehen wir davon aus, dass Sie keine Mühe hatten, die Ziele in der EMOTIONSBOX zu erfüllen, und nun in die ERINNERUNGSBOX gehen können.



KAPITEL 14

Die ERINNERUNGSBOX

Ziele des Mentee in der ERINNERUNGSBOX

1. *Mit meinen Gefühlen in Verbindung bleiben*
2. *Feststellen, was mich so fühlen lässt (Überzeugung)*
3. *Feststellen, weshalb ich glaube, was ich glaube (Erfahrung)*

Die Fragen in der ERINNERUNGSBOX

„Welches Gefühl löst das bei mir aus?“

„Weshalb fühle ich so?“

„Weshalb löst dieser Gedanke dieses Gefühl bei mir aus?“

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in fünf Teile gegliedert. Der erste Teil bezieht sich auf die ersten beiden Fragen des Verlaufsprotokolls, die wiederholt werden, bevor man die dritte „Looping“-Frage stellt. Der zweite Teil erklärt die „Looping“-Frage. Im dritten Teil wird erörtert, was nach der Beantwortung der „Looping“-Frage zu tun ist. Der vierte Teil beschreibt das Verlaufsprotokoll vor dem Wechsel in die ÜBERZEUGUNGSBOX. Und der fünfte Teil erklärt, was zu tun ist, wenn in der ERINNERUNGSBOX ein „wahrheitsbasiertes Problem“ festgestellt wird.



Eine Übersicht über die ERINNERUNGSBOX



achdem Ihnen dieselbe Erinnerung wiederholt in den Sinn gekommen ist, während Sie sich auf Ihr Gefühl in der EMOTIONSBOX konzentrierten, wechseln Sie in die ERINNERUNGSBOX. Dieser Wechsel ist der einzige Zugang zur ERINNERUNGSBOX. Während Sie in der EMOTIONSBOX waren, achteten Sie auf das, was Sie fühlten, und ließen den mentalen Prozess der Assoziation zu, so wie Gott ihn beabsichtigt hat. Ihre Ziele in der ERINNERUNGSBOX sind den Zielen in der EMOTIONSBOX insofern ähnlich, als Sie sich weiter auf das konzentrieren, was Sie fühlen; aber nun wollen Sie auch feststellen, warum Sie fühlen, was Sie fühlen.

Da Sie fühlen, was immer Sie glauben, ist es wichtig, mit Ihren Gefühlen in Verbindung zu bleiben, während Sie festzustellen versuchen, *weshalb* Sie so fühlen. Indem Sie sich aufmerksam auf Ihre Gefühle konzentrieren, können Sie die Überzeugungen identifizieren, aus denen diese Gefühle entspringen. Diese Überzeugungen entsprechen entweder der Definition von „*Herzensüberzeugungen*“ oder sie beschreiben ein „*wahrheitsbasiertes Problem*“.

Während Sie in der ERINNERUNGSBOX sind, werden Sie noch einen weiteren wichtigen Aspekt Ihrer Überzeugungen feststellen: eine Erklärung, *warum* Sie glauben, was Sie glauben. An diesem Punkt erinnern wir uns an unsere Erörterung über die TPM-Prinzipien: Wir glauben, wovon wir überzeugt wurden, und wir wurden durch etwas überzeugt, das wir selbst erfahren haben. In der ERINNERUNGSBOX geht es also darum, zwei Dinge zu identifizieren: 1) die Überzeugung, die Ihre Gefühle auslöst, und 2) einen Aspekt Ihrer Erfahrung, der die Überzeugung bestätigt, die Sie gegenwärtig glauben. Diese beiden Ziele können Sie erreichen, indem Sie betrachten, was Ihnen in Erinnerung gekommen ist.

Janice erinnerte sich zum Beispiel an eine Erfahrung ihrer Kindheit, als sie ihrem Vater erzählte, was ihr Onkel ihr angetan hatte, und er ihr nicht glauben wollte. Statt ihr zu helfen, wurde ihr Vater wütend und nannte sie eine „böse kleine Lügnerin“. In diesem Moment kam sie zu der Überzeugung, ungeliebt und schutzlos zu sein. Als Janice ihre Erinnerung betrachtete, identifizierte sie nicht nur die Überzeugungen, die ihre Gefühle auslösten, sondern auch den Kontext, der sie zu diesen Überzeugungen veranlasst hatte.

Sobald Sie eine *Herzensüberzeugung* identifiziert haben, die Ihre Gefühle zu erklären scheint, und den allgemeinen Kontext festgestellt haben, in dem Sie zu dieser Überzeugung kamen, haben Sie Ihre Ziele in der ERINNERUNGSBOX erreicht.



Zur Erinnerung: Wir nehmen wahr und fühlen, was wir in unseren Herzen glauben

Wie bereits erörtert, nehmen wir wahr und fühlen, was wir in unseren Herzen glauben. Das, was wir im Herzen für wahr halten, wird sich daher für uns auch wahr anfühlen. Und zwar selbst dann, wenn wir vom Verstand her wissen, dass es nicht wahr ist. Vielleicht wissen Sie mit dem Verstand, dass Sie als Mensch wertvoll sind, und können sogar Jesus zitieren, der sagte, dass wir wertvoller sind als viele Spatzen (Matthäus 10,31). Aber wenn Sie sich wertlos *fühlen*, liegt es daran, dass Sie auf irgendeiner Ebene *glauben*, wertlos zu sein. Diese Art von Überzeugung geht über intellektuelle Überzeugungen hinaus; es ist Ihre Herzensüberzeugung. Das, was wir mit dem Herzen glauben, macht das Wesen unseres Glaubens aus und spielt eine entscheidende Rolle in allen Bereichen unseres Lebens.

Wir alle halten bestimmte Dinge intellektuell für wahr, selbst wenn sie sich für uns nicht wahr *anfühlen* oder uns nicht wahr *erscheinen*. Wenn wir ehrlich sind, fällt vieles von dem, was wir aus der Bibel gelernt haben, in diese Kategorie. Manchmal können wir dem, was wir in der Bibel lesen, intellektuell zustimmen, sind aber in unseren Herzen nicht völlig davon überzeugt. Wenn das der Fall ist, wird die biblische Wahrheit sich für uns nicht wahr *anfühlen* oder uns nicht wahr *erscheinen*. Umgekehrt gibt es auch viele Dinge, die sich für uns wahr *anfühlen* oder uns wahr *erscheinen*, obwohl wir intellektuell wissen, dass sie nicht wahr sind. Doch wie schon gesagt: Wenn wir in unserem Herzen

von etwas überzeugt wurden, wird es sich wahr *anfühlen* oder uns wahr *erscheinen*. Diese unwahren, lügenbasierten Überzeugungen, die sich wahr *anfühlen* oder uns wahr *erscheinen*, sind derjenige Teil unseres Glaubens, der geläutert werden muss. Indem wir uns bewusst werden, was wir wirklich glauben, es uns eingestehen und die Verantwortung dafür übernehmen, haben wir einen entscheidenden Schritt im Prozess zur Läuterung unseres Glaubens getan. Wenn wir unser begrenztes und mangelhaftes Verständnis ehrlich beurteilen und eingestehen, dass wir Gottes Perspektive brauchen, nehmen wir die Position ein, in der wir von Ihm empfangen können, was wir brauchen.

„Welches Gefühl löst das bei mir aus und weshalb fühle ich so?“

Während Sie in der ERINNERUNGSBOX sind, versuchen Sie anzuerkennen und zuzugeben, was Sie wirklich glauben. Dies erreichen Sie, indem Sie Ihre Aufmerksamkeit auf das richten, was sich wahr *anfühlt* oder wahr *erscheint*, während Sie die Erinnerung betrachten, die Ihnen in der EMOTIONSBOX wiederholt in den Sinn kam. Zu identifizieren, was Sie glauben und wie Sie dazu gekommen sind, es zu glauben, wird möglich, indem Sie an Ihre Erinnerung denken, dabei wahrnehmen, was Sie fühlen, und versuchen festzustellen, *weshalb* Sie so fühlen. Es geht darum, die Überzeugung aufzudecken, die Ihre aktuellen Gefühle auslöst.

Die drei Fragen in der ERINNERUNGSBOX helfen Ihnen dabei. Eine dieser Fragen, die benutzt wird, um Sie an Ihre Ziele in dieser Box zu erinnern, ist dieselbe wie die erste Frage der EMOTIONSBOX: „*Welches Gefühl löst das bei mir aus?*“ Diese Frage erinnert Sie daran, mit Ihren Gefühlen in Verbindung zu bleiben und sich darauf zu konzentrieren, um aufzudecken, welche Überzeugung diese Gefühle auslöst.

Wenn Ihnen zum Beispiel eine Kindheitserinnerung mehrmals in den Sinn gekommen ist, welches Gefühl löst sie bei Ihnen aus? Spüren Sie diese Emotionen gerade? Wenn ja, warum empfinden Sie so? Fragen Sie sich: „*Weshalb fühle ich so?*“

Während Sie diese Frage zu beantworten versuchen, behalten Sie bitte in Erinnerung, dass es um das geht, was sich wahr *anfühlt* oder wahr zu sein *scheint*, nicht unbedingt um das, was tatsächlich wahr ist oder war. Ihr Ziel ist, Überzeugungen festzustellen, von denen Sie *glauben*, dass sie wahr sind; es geht nicht um die Frage, ob diese Überzeugungen *tatsächlich wahr* sind oder nicht. Seien Sie also nicht überrascht, wenn Ihre ehrliche Antwort auf diese Frage Ihnen zuerst unlogisch erscheint oder *offensichtlich* unwahr ist, denn das ist oft der Fall.

So wissen Sie zum Beispiel als Erwachsener, dass es nicht die Schuld eines Kindes ist, wenn seine Eltern sich scheiden lassen. Doch während Sie sich an die Situation erinnern, als Ihre Mutter mitteilte, dass Ihr Vater die Familie verlassen wird, *fühlt* es sich wahr an und *scheint* es wahr zu sein, dass sein Weggang irgendetwas mit Ihnen zu tun hatte. Vom Verstand her wissen Sie zwar, dass es nicht Ihre Schuld war, doch bei der Erinnerung an den Moment, als Ihr Vater auszog, *fühlt* es sich wahr an oder *scheint* es wahr zu sein, dass Sie irgendwie verantwortlich sind. Der Grund dafür ist, dass Sie in Ihrem Herzen *glauben*, dass es Ihre Schuld war. Sie meinen zum Beispiel, dass Ihr Vater die Familie verlassen hat, weil mit Ihnen etwas nicht stimmt. Nachdem Sie einen *möglichen* Grund identifiziert haben, warum Sie so fühlen, achten Sie darauf, mit Ihren Gefühlen in Verbindung zu bleiben, während Sie fragen: „*Welches Gefühl löst das bei mir aus?*“ Und anschließend fragen Sie erneut: „*Weshalb fühle ich so?*“

Wichtig zu wissen ist auch, dass diese beiden Fragen nicht in einer bestimmten Reihenfolge gestellt werden. Sie folgen nicht unbedingt abwechselnd aufeinander. Vielmehr wird die Frage „*Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus?*“ immer dann gestellt, wenn eine Überzeugung genannt wurde oder eine Erinnerung aufgetaucht ist. Und die Frage „*Weshalb fühlen Sie so?*“ wird gestellt, wenn eine Emotion genannt wurde.

Dieser Teil des TPM-Prozesses ist nicht so kompliziert, wie er vielleicht erscheint. Sie suchen nach der Überzeugung, die die Ursache für Ihre aktuellen Gefühle ist, und betrachten auch die Erfahrung, in der Sie veranlasst wurden, diese Überzeugung für wahr zu halten. Mit anderen Worten: Fühlen Sie, was Sie fühlen; erinnern Sie sich an das, was Sie erlebt haben, und stellen Sie fest, was Sie tatsächlich glauben.

Fahren Sie in dieser Weise fort, mit Ihrer Emotion in Verbindung zu kommen und festzustellen, weshalb Sie so fühlen, bis Ihre Beschreibung der auftauchenden Überzeugungen und Erinnerungen sich wiederholt. Diese Wiederholung bezeichnen wir als „Looping“ (Es ist wichtig, das Konzept des „Looping“ zu verstehen, denn es bestimmt, wann der nächste Schritt im TPM-Prozess folgt.) Sie werden diese beiden Fragen wahrscheinlich oft wiederholen, bis Ihre Antworten sich wiederholen und übereinstimmen.

In einer TPM-Gebetssitzung, in der Sie von einem Mentor angeleitet werden, könnte der Ablauf so ähnlich sein wie im folgenden Beispiel. Wir beginnen, nachdem Ihnen dieselbe Erinnerung mehrmals in den Sinn gekommen ist und Sie sich nun in der ERINNERUNGSBOX befinden. Wie im Kapitel über die EMOTIONSBOX erläutert, beziehen sich die Ziffern in diesem Beispiel auf das Flussdiagramm der ERINNERUNGSBOX, das Sie am Ende dieses Buchs finden. (Zur Erinnerung: Während sich „G“ auf die Gefühle in der EMOTIONSBOX bezog, bezieht sich „E“ auf die Erinnerungen in der ERINNERUNGSBOX.)

In diesem konkreten Beispiel haben wir die relevanten Aussagen unterstrichen, damit Sie leichter erkennen, wann der Mentee anfängt, in einen Loop zu kommen bzw. eine Überzeugung zu wiederholen.

Mentee: Mir kommt wieder dieselbe Erinnerung an meinen neunten Geburtstag in den Sinn.
Meine Eltern haben sich gestritten, und das direkt vor mir und meinen Freunden. (E4) > (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich habe Angst. (E1)

Mentorin: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil meine Mutter so wütend auf meinen Vater war. (E4) > (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Unruhig und ängstlich. (E1)

Mentorin: Weshalb fühlen Sie sich unruhig und ängstlich? (E2)

Mentee: Weil sie sich so verhalten haben. Sie hat getobt und ihn angeschrien Ich konnte überhaupt nicht verstehen, warum sie so wütend war. Es kam wie aus heiterem Himmel! (E4)
> (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Unwohl und nervös, und es ist mir auch peinlich. Ich fühlte mich so hilflos. (E1)

Mentorin: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil ich nicht weiß, was meine Mutter als Nächstes tun wird. (E4) > (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich fühle mich wirklich hilflos. (E1)

Mentorin: Weshalb fühlen Sie sich hilflos? (E2)

Mentee: Weil ich machtlos bin und sie nicht aufhalten kann. (E4) > (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Wie ich schon gesagt habe, ich fühle mich hilflos, weil ich völlig machtlos bin. Ich kann ihre Wut nicht stoppen. (E4) > (E5)

In diesem Beispiel blieb der Mentee mit seinen Gefühlen in Verbindung und versuchte in der Erinnerung festzustellen, *weshalb* er diese Gefühle hatte (seine Überzeugung). Die Mentorin half dem Mentee dabei, indem sie die entsprechenden Fragen im passenden Moment stellte. Gegen Ende des Beispiels sprach der Mentee wiederholt aus, dass er glaubte, „machtlos“ zu sein. Diese Wiederholung einer Überzeugung ist genau das, wonach wir suchen. Während Sie in der ERINNERUNGSBOX sind, konzentrieren Sie sich beständig auf das, was Sie fühlen, und fragen, was Sie so fühlen lässt, bis Sie wiederholt ausgesprochen haben, was Sie glauben.

Bis zu dieser Wiederholung wird Ihr Mentor nach jeder Aussage entweder fragen: „Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus?“ oder die Frage stellen: „Weshalb fühlen Sie so?“, je nachdem, was Ihre letzte Antwort war. Wenn Ihre letzte Aussage beschrieben hat, was Sie glauben oder woran Sie sich erinnern, wird Ihr Mentor fragen: „Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus?“ Und wenn Sie gerade beschrieben haben, was Sie fühlen, wird er oder sie fragen: „*Weshalb fühlen Sie so?*“ Wie gesagt, konzentrieren Sie sich weiter auf Ihre Gefühle und äußern Sie Gründe, weshalb Sie so fühlen, bis Sie anfangen, in einen „Loop“ zu kommen und zu wiederholen, was Sie glauben.

Wiederholt dieselbe Frage beantworten, ohne in einen „Loop“ zu kommen

Es ist nicht ungewöhnlich, in der ERINNERUNGSBOX immer wieder auf dieselbe Frage zu antworten. Mehrmals dieselbe Frage zu beantworten bedeutet aber noch nicht, dass ein Loop vorliegt. Diese Unterscheidung ist wichtig, denn wenn Ihnen mehrmals hintereinander die Frage gestellt wird: „Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus?“, könnten Sie sonst den Eindruck bekommen, Ihr Mentor würde nicht aufpassen oder nicht wissen, was er zu tun hat. Aber das ist (hoffentlich) nicht der Fall! Er stellt einfach immer diejenige Frage, die zu Ihrer letzten Antwort passt. Und er tut das so lange, bis Sie wiederholt dieselbe Erklärung geäußert haben, weshalb Sie fühlen, was Sie fühlen.

Das folgende Beispiel veranschaulicht, wie eine Gebetssitzung aussehen könnte, in der immer wieder dieselbe Frage gestellt wird, ohne dass es zu einem „Loop“ kommt. Auch hier haben wir Aussagen mit einer Überzeugung unterstrichen, um zu zeigen, dass der Mentee noch nicht in einen „Loop“ eintritt, obwohl der

Mentor immer wieder dieselbe Frage stellt.

Mentee: Ich erinnere mich, wie er mich bei den Familientreffen immer ansah. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ein sehr unangenehmes. Es kam mir so vor, als wollte er, dass ich seine Blicke bemerkte. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich fühle mich ausgeliefert. Ich konnte mich der Situation nicht entziehen. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Es ist, als würde ich in einer Falle stecken. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Machtlos. Ich konnte nichts tun, damit er aufhört, mich anzustarren. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich habe das Gefühl, dass ich schutzlos war. Meine Eltern waren zwar da, aber sie halfen mir nicht. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

In diesem Szenario fragte der Mentor sechsmal hintereinander „*Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus?*“, ohne dass der Mentee in einen „Loop“ kam. Wie gesagt, liegt erst dann ein „Loop“ vor, wenn Sie wiederholt beschreiben, warum Sie fühlen, was Sie fühlen. Das geschieht normalerweise als Antwort auf die Frage „Weshalb fühlen Sie so?“ Doch unabhängig davon, welche Frage gestellt wurde, sind Sie erst dann in einem „Loop“, wenn Ihre Beschreibung einer Überzeugung (*Ihre Erklärung, warum Sie fühlen, was Sie fühlen*) sich wiederholt.

Wiederholt dieselbe Emotion beschreiben, ohne in einen „Loop“ zu kommen

Es ist auch möglich, dass Sie während der ganzen Zeit in der ERINNERUNGSBOX immer dieselbe Emotion spüren. Das ist völlig in Ordnung. Wie Sie wissen, geht es bei Ihrem ersten Ziel einfach darum, mit dem, was Sie fühlen (was immer es sein mag), in Verbindung zu bleiben. Richtig zu identifizieren, was Sie fühlen, ist nicht annähernd so wichtig, wie festzustellen, warum Sie so fühlen. Sie suchen nach der Überzeugung, die Ihre Gefühle auslöst. Selbst wenn Ihre Beschreibung über das, *was Sie fühlen*, wie eine Wiederholung klingt, bedeutet das also nicht, dass Sie in einem „Loop“ sind. Betrachten Sie in dem folgenden Beispiel, wie das in einer TPM-Gebetssitzung aussehen könnte. (*Achten Sie wieder besonders auf die Überzeugungsaussagen des Mentee.*)

Mentee: Ich erinnere mich, wie ich als Kind mit meiner Familie einkaufen ging. Als ich im Supermarkt die vielen Müsli-Sorten sah, war ich abgelenkt, und plötzlich war meine Familie verschwunden. Ich rannte kreuz und quer durch den Laden und suchte sie. (E4)>(E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich fühle Angst... Panik. (E1)

Mentor: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil ich nicht wusste, ob ich sie finden würde. Ich war völlig verloren und allein!
(E4)>(E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich habe wirklich Angst. (E1)

Mentor: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Ich dachte, sie hätten mich vielleicht allein zurückgelassen. Ich hatte wirklich das Gefühl, ganz allein zu sein. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Wie ich schon sagte, Angst. (E1)

Mentor: Weshalb empfinden Sie Angst? (E2)

Mentee: Weil ich nicht wusste, was ich tun sollte. (E4) > (E5)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich fühle Angst ..., große Angst. (E1)

In diesem Beispiel erklärte der Mentee mehrmals hintereinander, dass er „Angst“ spürte, doch seine Erklärung (E4), weshalb er sich ängstlich fühlte, war jedes Mal verschieden. Er kam also noch nicht in einen „Loop“. Das kommt sehr oft vor, besonders wenn Sie noch wenig Erfahrung mit der Anwendung des TPM-Prozesses haben. Aber wie gesagt: Eine wiederholte Aussage über das, was Sie fühlen, bedeutet noch nicht, dass Sie in einem Loop sind.

Zusammenfassend halten wir also fest: Auch wenn Sie mehrmals hintereinander dieselbe Frage beantworten und wiederholt beschreiben, was Sie fühlen oder glauben, sind Sie noch nicht in einem „Loop“, solange sich Ihre Erklärung, warum Sie so fühlen, nicht wiederholt. Erst wenn Ihre Beschreibung über das, was Sie glauben und/oder woran Sie sich erinnern, sich in einem „Loop“ wiederholt, sind Sie bereit für den nächsten Schritt in der ERINNERUNGSBOX: die „Looping“-Frage.



Überzeugungsaussagen erkennen

In den meisten Fällen wird Ihre Aussage über das, was Sie glauben, klar als Überzeugungsaussage erkennbar sein. Aussagen wie „Ich war nicht so klug wie die anderen Kinder“, „Meine Schwester stand immer im Mittelpunkt“, „Bei diesem Unfall dachte ich, ich würde sterben“ oder „Es schien Gott überhaupt nicht zu interessieren, wie hilflos ich war“ beschreiben eindeutig, woran Sie sich erinnern und was Sie glauben. Doch manchmal werden Sie merken, dass Ihre Beschreibung über das, was Sie glauben, mit einer Formulierung beginnt, die eigentlich Ihr Gefühl beschreibt. So sagen Sie vielleicht: „Ich habe das

Gefühl, völlig allein zu sein“, „Es fühlte sich so an, als ob die ganze Situation völlig außer Kontrolle geraten wäre“ oder „Ich habe das Gefühl, dass niemand sich für mich interessiert“. Doch auch wenn diese Aussagen mit Wörtern wie „fühlen“ oder „Gefühl“ beginnen, beschreiben sie, was Sie glauben, und nicht, was Sie fühlen.

Das kann am Anfang verwirrend erscheinen, wenn Sie den TPM-Prozess gerade erst kennenlernen. Doch mit zunehmender Praxis und Erfahrung werden Sie diese subtileren Überzeugungsaussagen intuitiv erkennen. Wenn Sie in der ERINNERUNGSBOX von einem erfahrenen Mentor begleitet werden und eine solche Antwort geben, wird er oder sie wahrscheinlich fragen: „Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus?“ Zum Beispiel: „Welches Gefühl löst es bei Ihnen aus, zu glauben, dass Sie völlig allein sind?“ Oder: „Welches Gefühl löst es aus, zu glauben, dass niemand sich für Sie interessiert?“

Es gibt zwar keine feste Regel, aber zumindest einen Anhaltspunkt, wie Sie unterscheiden können, ob eine Aussage eine Überzeugung statt einer Emotion beschreibt. Aussagen wie „Es fühlt sich so an, als ob niemand mich lieben würde“ oder „Ich habe das Gefühl, als wäre ich allen egal“ oder „Ich fühle mich wie jemand, der in der Falle steckt.“ Wann immer Sie (oder ein anderer Mentee) einen Ausdruck wie „es fühlt sich so an, als ob...“ oder „ich habe ein Gefühl, als wäre...“ verwendet, handelt es sich vermutlich eher um eine Überzeugung als um eine Emotion.



Die „Looping“-Frage

„Weshalb löst dieser Gedanke dieses Gefühl bei mir aus?“

Die „Looping“-Frage ist die letzte Frage in der ERINNERUNGSBOX. Sie bedeutet im Grunde: „*Weshalb löst die Überzeugung, die Sie glauben, das Gefühl aus, das Sie empfinden?*“ Diese Frage lädt Sie ein, noch einmal Ihre Erklärung darüber zu betrachten, warum Sie fühlen, was Sie fühlen. Sie wird normalerweise gestellt, wenn Ihre Beschreibung über das, was Sie glauben oder woran Sie sich erinnern, sich zu wiederholen beginnt oder in einen „Loop“ kommt. (Wie schon gesagt, geht es bei einem „Loop“ um Überzeugungen und Erinnerungsinhalte, nicht um Aussagen über Gefühle oder darum, welche Fragen gestellt werden. Hier ein Beispiel für eine „Looping“-Frage in der ERINNERUNGSBOX:

Mentee: Sie packte mich am Arm, sah mir direkt in die Augen, und sagte: „Wow! Meine Finger passen nicht um dein Handgelenk. Das heißt, du bist echt zu fett!“ Ich wusste gar nicht, was ich sagen oder tun sollte. Ich stand einfach nur da und sie lief kichernd weg. (E4)>(E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich fühle mich schrecklich... ich schäme mich und fühle mich bloßgestellt. (E1)

Mentor: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil ich dachte, sie wäre meine Freundin. Aber so was zu sagen ist echt verletzend!
(E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Dasselbe... ich schäme mich und fühle mich bloßgestellt. (E1)

Mentor: Weshalb schämen Sie sich und Sie fühlen sich bloßgestellt? (E2)

Mentee: Weil meine angebliche Freundin mich vor den anderen aus meiner Klasse fett genannt hat. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Wie ich schon sagte... ich schäme mich und fühle mich bloßgestellt. (E1)

Mentor: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil sie mich vor den anderen Mädchen fett nannte. (E4) > (E5) *(Die unterstrichene Beschreibung einer Überzeugung/eines Erinnerungsinhalts beginnt sich zu wiederholen. Dieser „Loop“ zeigt, dass als nächstes die „Looping“-Frage gestellt werden sollte.)*

Mentor: Weshalb löst das dieses Gefühl aus, beschämt und bloßgestellt zu sein? (E8)
(Beachten Sie die vereinfachte Formulierung der Frage. Sie dient dazu, den Kontext der Aussagen des Mentee besser zu berücksichtigen und zugleich die ursprüngliche Bedeutung und Absicht der Frage zu wahren.)

In diesem Szenario sagte die Person mehrmals, dass sie sich schämte und sich bloßgestellt fühlte, weil ihre Klassenkameradin diese Bemerkung gemacht hatte. Wenn sie auch nicht immer exakt dieselben Worte benutzte, beschrieb sie eindeutig immer wieder dasselbe. Doch obwohl ihre Gefühle durchgehend dieselben waren, kam sie erst in einen „Loop“, als sie wiederholt erklärte, warum sie diese Gefühle hatte.

Beachten Sie auch, dass ihre Erklärung keine Beschreibung einer Herzensüberzeugung (über ihre Selbstidentität oder ihren Seinszustand) war, sondern dass sie einen Erinnerungsinhalt nannte (was sie erlebt zu haben glaubte). Nichtsdestoweniger war es eine erste Erklärung für den Grund ihrer Gefühle, die sie dann wiederholt aussprach. Dies kann als „Loop“ betrachtet werden. Aussagen wie „Weil sie mich vor meinen Klassenkameraden fett nannte“ ist keine Beschreibung darüber, was sie fühlte, sondern ihr Versuch zu beschreiben, weshalb sie diese Gefühle hatte. Es ist eine Überzeugungsaussage.

Während Sie in der ERINNERUNGSBOX sind, fahren Sie also mit den Fragen fort, bis Sie mit irgendeiner Art von Überzeugung in einen „Loop“ kommen. Und wenn sich dann auch Ihre Erklärung darüber wiederholt, weshalb das Ihre Gefühle auslöst, ist es an der Zeit, die „Looping“-Frage zu stellen.

Im Grunde lädt die „Looping“-Frage Sie ein, ein wenig tiefer zu schürfen, um eine Überzeugung zu finden, die erklärt, warum Sie fühlen, was Sie fühlen. Fragen Sie sich: „*Weshalb löst der Gedanke, dass _____, das Gefühl aus, dass _____?*“ Zum Beispiel: „*Weshalb löst der Gedanke, dass ich in der Falle stecke und nicht rauskomme, bei mir Angst und Panik aus?*“ Als Antwort denken Sie vielleicht: „Na, weil ich eben in der Falle stecke!“ Aber Sie hätten genauso gut eine andere Antwort geben können: „Weil ich sterben werde, wenn ich

nicht rauskomme“ oder: „Weil sie mich finden und schnappen werden“ oder sogar: „Weil ich ganz allein und verlassen bin“. Was immer Sie auf die „Looping“-Frage antworten werden, sie hilft Ihnen, entweder in die richtige Richtung zu gehen oder festzustellen, dass Sie es bereits tun.

Beide Fragen auf einmal beantworten

Gelegentlich stellen Sie vielleicht fest, dass Sie entweder auf die erste oder auf die zweite Frage in der ERINNERUNGSBOX eine Antwort geben, die beide Fragen gleichzeitig beantwortet. Antworten wie zum Beispiel „Ich empfinde Angst, weil ich dachte, dass ich sterben würde“ oder „Ich fühlte mich ganz verlassen, weil sie mich allein im Auto zurückgelassen hatten“ drücken sowohl aus, was Sie fühlen, als auch, was Sie glauben und woran Sie sich erinnern. Auch hier ist es angebracht, die „Looping“-Frage zu stellen.

Hier ein Beispiel:

Mentee: Ich erinnere mich noch an den Moment, als mein Vater zur Tür hereinkam. Er schien total wütend zu sein! (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Angst! Er hat angefangen, meine Mutter zu schlagen. Ich dachte, er würde sie umbringen. Es macht mir Angst, wenn ich nur daran denke! (E4) + (E1) *(Diese Antwort der Person beschreibt sowohl ihr Gefühl der Angst als auch ihre Überzeugung und Erinnerung.)*

Mentor: Weshalb löst der Gedanke, dass Ihr Vater sie umbringen würde, Angst bei Ihnen aus? (E8)

Hier ein weiteres Beispiel für eine „Looping“-Frage bei der Selbstanwendung, nachdem Sie als Mentee die beiden ersten Fragen der ERINNERUNGSBOX gleichzeitig beantwortet haben.

Ihr Gedanke: Ich kann mich immer noch an ihr gehässiges Grinsen erinnern, als sie das zu mir sagte! (E4) > (E6)

Fragen Sie sich: Welches Gefühl löst das bei mir aus? (E3)

Ihre Antwort: Verspottet. Unwichtig. (E4) > (E6)

Fragen Sie sich: Welches Gefühl löst es bei mir aus, zu glauben, dass ich verspottet wurde und unwichtig bin? (E3)

Ihre Antwort: Ich fühle mich elend... traurig... unerwünscht... als wäre ich ein Nichts... als würde ich niemandem etwas bedeuten. (E4) + (E1) *(Sie haben sowohl Gefühle als auch Überzeugungen genannt.)*

Fragen Sie sich: Weshalb löst diese Überzeugung aus, dass ich mich elend und traurig fühle? (E8) *(Beachten Sie, wie die Frage durch „diese Überzeugung“ verkürzt wurde. Das ist besonders bei längeren oder komplizierten Beschreibungen einer Überzeugung hilfreich. Auch Gefühle können auf diese Weise verkürzt werden: „Weshalb löst die Überzeugung, unerwünscht zu sein, diese Gefühle bei mir aus?“)*

Warum Sie glauben, was Sie glauben

Das dritte Ziel in der ERINNERUNGSBOX ist, den Grund für Ihre Überzeugung festzustellen. Und obwohl das ein entscheidender Schritt ist, wird dieses Ziel normalerweise automatisch erreicht, während Sie Ihre Erinnerung durchgehen, um festzustellen, was Sie glauben. Sie fragen im Grunde nach den Umständen, die erklären, wie Sie zu der Überzeugung kamen, die Sie gegenwärtig glauben. Das mag zuerst kompliziert erscheinen, ist aber eigentlich ganz einfach: Sie fühlen, was Sie fühlen, weil Sie glauben, was Sie glauben; und Sie glauben, was Sie glauben, wegen der Erfahrung, die Sie gemacht haben.

Betrachten Sie folgende Beispiele, die dieses Konzept veranschaulichen:

Mark hat panische Angst bei der Arbeit, weil er die Situation durch seine Überzeugung „Ich bin machtlos und hilflos“ interpretiert. Und er glaubt, dass er machtlos und hilflos ist, weil er im Alter von neun Jahren versehentlich seinen Hund durch das Gartentor entweichen ließ und nicht verhindern konnte, dass der Hund eine ältere Dame erschreckte und in ihr Haus zurückjagte.

Sasha fühlt sich unbehaglich und nervös, sobald ihr Mann mit ihr intim werden möchte, weil sie diese Momente durch ihre Überzeugung „Ich bin schmutzig und unanständig“ interpretiert. Und sie glaubt, schmutzig und unanständig zu sein, weil ihr Onkel sie missbrauchte, als sie elf Jahre alt war.

Trent spürt Angst, als er zum Auftritt seiner Band auf die Bühne geht, weil er die Situation durch seine Überzeugung „Ich bin nicht gut genug“ interpretiert. Und er glaubt, dass er nicht gut genug ist, weil sein Klavierlehrer ihn als Kind für jeden Fehler tadelte, den er beim Üben machte.

Hannah fühlt sich leer und deprimiert, wenn sie über ihr Leben als Single nachdenkt, weil sie ihre Situation durch die Überzeugung „Ich bin nicht liebenswert“ interpretiert. Und sie glaubt, dass sie nicht liebenswert ist, weil sie als Kind von einer Pflegefamilie zur anderen weitergereicht wurde.

In jedem dieser Beispiele enthält die Erfahrung die Erklärung, warum die Person glaubt, was sie glaubt. Ihre Erfahrungen überzeugten diese Personen, das zu glauben, was sie glauben. Diese Erklärungen traten von selbst zutage, während sie die ERINNERUNGSBOX durchliefen. Fast immer haben Sie Ihr drittes Ziel in der ERINNERUNGSBOX dann erreicht, wenn Sie festgestellt haben, was Sie glauben.



Absicht der Erinnerung im TPM-Prozess

Wir erinnern noch einmal daran, dass die Erinnerung an vergangene Ereignisse im Kontext einer TPM-Gebetssitzung nicht dazu dient, die Gültigkeit, Authentizität oder Genauigkeit der vergangenen Ereignisse zu ermitteln. Wir konzentrieren uns im gesamten TPM-Prozess immer auf ganz spezifische Aufgaben, aber es geht nie darum, was genau uns widerfahren ist, warum es geschah, wer beteiligt war, aus welchen Beweggründen etwas getan wurde, wann es passierte, wie oft es vorkam, usw. Informationen dieser Art können in anderen Kontexten hilfreich sein, doch in einer TPM-Gebetssitzung stehen sie nicht im Fokus und haben keine Priorität.

Wenn Sie den TPM-Prozess anwenden, konzentrieren Sie sich im Wesentlichen darauf, sich einzugestehen, was Sie glauben, und den Heiligen Geist einzuladen, Sie von Seiner Wahrheit zu

überzeugen. In der ERINNERUNGSBOX versuchen Sie einfach festzustellen, *was* Sie glauben und *warum* Sie es glauben. Das ist alles! Sie können diese grundlegenden Aufgaben unabhängig von der „Genauigkeit“ oder „Vollständigkeit“ Ihrer Erinnerung erfüllen. Wie gesagt konzentrieren Sie sich auf das, was Sie glauben, nicht darauf, Fakten zu sammeln über das, was geschehen sein könnte. Deshalb ist es nie notwendig oder angebracht, während einer TPM-Gebetssitzung feststellen zu wollen, ob das, was in der Vergangenheit geschah oder nicht geschah, die „Wahrheit“ ist. In anderen Kontexten steht es Ihnen frei, alles zu tun, was Sie wollen, doch während Sie den TPM-Prozess anwenden, halten Sie sich an das Verlaufsprotokoll.



Nach der Beantwortung der „Looping“-Frage

Wie Sie inzwischen wissen, wird die „Looping“-Frage in der ERINNERUNGSBOX gestellt, wenn sich Ihre Aussagen über das, was Sie glauben, zu wiederholen beginnen. Dazu gehört natürlich Ihre Beschreibung über das, was Sie über sich selbst, über Ihre Situation und über Gott glauben, aber auch alle anderen Arten von Überzeugungen wie Ihre Vermutungen über die Beweggründe anderer Menschen, die Schlüsse, die Sie aus früheren Erfahrungen gezogen haben, oder der Inhalt Ihrer Erinnerung selbst (da er das umfasst, was Sie über Ihre Erfahrung *glauben*). Wenn Sie wiederholt Inhalte beschreiben, bei denen es um Überzeugungen geht, sollte die „Looping“-Frage gestellt werden.

Manchmal unterscheidet sich Ihre Antwort auf die „Looping“-Frage von Ihren wiederholten Antworten auf die vorherigen Fragen der ERINNERUNGSBOX (Flussdiagramm – E9). Ganz gleich, was Sie antworten: Wenn Ihre Antwort auf die „Looping“-Frage sich von den wiederholten Antworten unterscheidet, die Sie noch vor wenigen Momenten gegeben haben, kehren Sie zu den ersten beiden Fragen der ERINNERUNGSBOX zurück, während Sie weiter nach Überzeugungen suchen und mit Ihren Gefühlen in Verbindung bleiben. Fahren Sie nach diesem Muster fort, bis Ihre Antwort auf die „Looping“-Frage dieselbe ist wie Ihre wiederholten Antworten auf die anderen Fragen der ERINNERUNGSBOX (Flussdiagramm – E12).

Betrachten Sie zur Veranschaulichung folgendes Beispiel:

Mentee: Ich erinnere mich, wie ich beim Vorlesen darauf wartete, dass ich an die Reihe kam.
Ich zitterte. (E4) > (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich fühle mich ängstlich und gestresst. (E1)

Mentorin: Weshalb fühlen Sie sich ängstlich und gestresst? (E2)

Mentee: Weil alle anderen Kinder lesen konnten, ohne zu stocken und sich zu korrigieren.
Ich habe es nie hingekriegt. (E4) > (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Es fühlt sich so an, als ob mit mir etwas nicht stimmt. (E4) > (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Es ist mir peinlich. Es ist, als würde irgendetwas mit mir nicht stimmen. (E4) > (E5)

Da sich die Antworten des Mentee zu wiederholen beginnen („Mit mir stimmt etwas nicht“), stellt der Mentor die „Looping“-Frage.

Mentorin: Weshalb löst der Gedanke, dass mit Ihnen etwas nicht stimmt, dieses Gefühl aus? (E8)

Mentee: Weil ich diese simple Aufgabe nicht schaffe. Es fühlt sich so an, als ob ich das nie hinkriegen werde. (E9) > (E10) > (E4)

Beachten Sie, dass die Antwort des Mentee auf die „Looping“-Frage sich von der wiederholten Antwort „Mit mir stimmt etwas nicht“ unterscheidet. Deshalb geht die Suche des Mentee weiter und der Mentor unterstützt ihn, indem er die anderen Fragen der ERINNERUNGSBOX stellt.

Mentorin: Wie fühlt es sich an zu glauben, dass Sie es nie hinkriegen werden? (E3)

Mentee: Ich schäme mich. (E1)

Mentorin: Weshalb schämen Sie sich? (E2)

Mentee: Weil ich offensichtlich zu blöd bin. (E4) > (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Verlegen und beschämt. (E1)

Mentorin: Weshalb fühlen Sie sich verlegen und beschämt? (E2)

Mentee: Weil ich einfach zu blöd bin. (E4) > (E5)

An diesem Punkt beginnen die Antworten des Mentee sich erneut zu wiederholen, sodass wieder der Moment gekommen ist, die „Looping“-Frage zu stellen.

Mentorin: Weshalb löst der Gedanke, dass Sie zu blöd sind, dieses Gefühl aus, „verlegen“ und „beschämt“ zu sein? (E8)

Mentee: Weil ich eben so bin; ich bin zu blöd. (E12)

In diesem Moment hat der Mentee auf die „Looping“-Frage mit derselben Überzeugungsaussage geantwortet, die sich vor der „Looping“-Frage wiederholte (E5) > (E8) > (E12). Weil die Wiederholung bestätigt wurde, besteht der nächste Schritt darin, festzustellen, ob die Antwort des Mentee der Definition einer *lügenbasierten Herzensüberzeugung* entspricht.

Definition von „Herzensüberzeugungen“

Zur Erinnerung: *Herzensüberzeugungen* sind das, was wir in unserem Herzen glauben. Sie sind der Kern unseres Glaubens. Wie wir in einem früheren Kapitel gesehen haben, drückt jede *Herzensüberzeugung* entweder unsere Wahrnehmung über uns selbst (*Selbstidentität*) oder über Gott und Sein Handeln in unserem Leben (*Seinszustand*) aus. Im Grunde geht es bei diesen zwei Arten lügenbasierter Herzensüberzeugungen um die Fragen: „Wer bin ich?“ und: „Wer ist Gott?“

Wenn wir in unserem Herzen davon überzeugt wurden, wer wir in Christus sind und wie innig Gott in unserem Leben wirkt, dann kommen wir in Ihm, der alles für uns vollbracht hat, zur Ruhe und freuen uns an der Frucht Seines Geistes. Doch nicht alles, wovon wir im Herzen überzeugt wurden, ist wahr. Einige unserer Herzensüberzeugungen sind lügenbasiert; das ist derjenige Teil unseres Glaubens, der gereinigt – geläutert – werden muss. Doch bevor diese Unreinheiten beseitigt werden können, müssen sie zuerst identifiziert und eingestanden werden.

Einige Beispiele für lügenbasierte Herzensüberzeugungen über unsere Selbstidentität wurden schon genannt: „Ich bin wertlos“, „Ich bin dumm“, „Ich bin unzulänglich“, „Ich bin nicht liebenswert“ oder „Mit mir stimmt etwas nicht.“ Diese Art von Herzensüberzeugungen definieren, wer und was wir zu sein glauben. Sie beziehen sich auf unsere Identität, unsere Bestimmung, unseren Wert, unseren Charakter und so weiter. Der Herr möchte unsere Herzen von der Wahrheit über diese Eigenschaften überzeugen.

Die andere Art von *Herzensüberzeugungen* bezeichnen wir als *Herzensüberzeugungen über unseren „Seinszustand“*. Sie beschreiben, wie wir unsere Umgebung, unseren Zustand, unser Umfeld und unseren Status wahrnehmen. Unsere Wahrnehmung der Ereignisse in unserem Leben offenbart unsere Sichtweise und unser Verständnis von Gottes Beteiligung. Wenn wir Gottes Perspektive über unsere Situation nicht kennen oder Sein Handeln in unserem Leben nicht sehen können, neigen wir dazu, unseren Zustand falsch zu verstehen.

Wenn ich zum Beispiel verleitet wurde zu glauben, dass *ich ganz allein bin*, zeigt es, dass ich noch nicht völlig von der Allgegenwart des Herrn überzeugt wurde, der bei uns ist „*alle Tage bis zum Ende der Welt*“ (Matthäus 28,20; EU). Wie kann ich gleichzeitig in meinem Herzen davon überzeugt sein, dass *Gott bei mir ist* und dass *ich ganz allein bin*? Wenn Gott immer bei mir ist, kann ich nie ganz allein sein. Und was ist, wenn ich glaube, dass *meine Situation außer Kontrolle* ist? Dann glaube ich noch nicht völlig, dass Gott alles in der Hand hat und „bei denen, die ihn lieben, alles zum Guten mitwirken lässt“ (Römer 8,28; NeÜ). Die Art und Weise, wie wir Gott und Sein Handeln in unserem Leben verstehen, prägt unsere Wahrnehmung der Welt, in der wir leben. Daher ist es so wichtig, dass diese Art von Herzensüberzeugung wirklich der Wahrheit entspricht.

Wiederholte Antworten, die keine Herzensüberzeugungen beschreiben

Während Sie die ERINNERUNGSBOX durchgehen, werden Sie wahrscheinlich Überzeugungen äußern, die nicht der Definition einer *lügenbasierten Herzensüberzeugung* entsprechen. Ihre Aussage entspricht vielleicht der Definition einer *wahrheitsbasierten Herzensüberzeugung* (die wir in Teil V erörtern werden). Aber vielleicht beschreiben Sie auch einfach irgendeine Erinnerung oder äußern Ihre eigenen Vermutungen und Schlussfolgerungen wie: „Mein Vater war nie mit mir zufrieden“, „Nichts, was ich tat, war genug in ihren Augen“, „Sie hat mir nie geglaubt, was immer ich auch sagte“, „Keiner in meiner Klasse wollte mit mir zusammen sein“, „Sie wollten mich überhaupt nicht in ihrem Team haben“, „Sie hassten mich“ oder „Meine Mutter hat mich nicht vor dem beschützt, was er mir angetan hat.“ Aus verschiedenen Gründen entspricht keine dieser Aussagen der Definition einer *lügenbasierten Herzensüberzeugung*.

Erstens ist jede dieser Aussagen, so schlimm es auch klingen mag, *möglicherweise* wahr. Vielleicht waren Sie tatsächlich für Ihre Eltern ein ungewolltes Kind. Vielleicht waren die Anderen wirklich enttäuscht von Ihnen. Und vielleicht stimmt es, dass andere Schulkinder Sie hassten. Trotzdem ist keine dieser

Überzeugungen (ob wahr oder unwahr) der Grund, warum Sie fühlen, was Sie fühlen. Sie könnten in jeder dieser Situationen Ihren Frieden behalten und mit Nachsicht und Freundlichkeit reagieren, wenn Sie sie aufgrund der Wahrheit über sich selbst und über Gott interpretieren könnten. Dies führt uns zu dem zweiten Grund, warum diese Überzeugungen keine „Herzensüberzeugungen“ sind.

Zweitens: Keine der oben aufgezählten Überzeugungen beschreibt Ihre *Selbstidentität* (wer Sie sind) oder Ihren *Seinszustand* (ein Spiegel dafür, wer Gott ist und wie Er in Ihrem Leben beteiligt ist). Sie beschreiben etwas, das passiert zu sein scheint, bieten einen Kontext für das Geschehene oder liefern eine mögliche Erklärung für die Beweggründe der Beteiligten; aber sie geben keinen Aufschluss über Ihre Herzensüberzeugung. Denn wenn Sie in Ihrem Herzen völlig von der Wahrheit überzeugt wären, wer Sie sind (Selbstidentität) und wer Gott ist und wie liebevoll Er in Ihrem Leben wirkt (Seinszustand), dann würde Ihre Reaktion auf jedes dieser hypothetischen Szenarios mühelos die Frucht des Heiligen Geistes zum Ausdruck bringen. Da unsere Gefühle aus unseren Herzensüberzeugungen entspringen, können wir den Schluss ziehen, dass die oben aufgezählten Überzeugungen nicht die Ursache für Ihre Gefühle sind und damit auch nicht die Art von Überzeugung sind, nach der Sie suchen.

Wenn Sie also mit solchen Aussagen auf die „Looping“-Frage antworten, bleiben Sie in der ERINNERUNGSBOX und versuchen weiter, Ihre Ziele in dieser Box zu erreichen. Stellen Sie die anderen beiden Fragen, die Ihnen helfen, sich weiter auf Ihre Gefühle zu konzentrieren und Ihre *Herzensüberzeugungen* zu identifizieren.

Zu beachten ist: Wenn Sie anfangen, solche Aussagen zu wiederholen, und dann auf die „Looping“-Frage dieselbe Art von Antworten geben, bedeutet dies wahrscheinlich, dass Sie noch nicht völlig verstanden haben, worum es hier geht. Doch hoffentlich ist ein Mentor oder eine Mentorin bei Ihnen, der oder die Ihnen diesen Teil des Prozesses erklären kann. Dieser Hinweis ist keine Kritik gegen wen auch immer, sondern einfach eine Beobachtung. Denn wenn Sie wirklich wüssten, was Sie in der ERINNERUNGSBOX tun, würden Sie auf die „Looping“-Frage keine dieser Antworten geben; es sei denn, Sie haben einen lügenbasierten Grund dafür. Aber dieses Konzept erörtern wir im Kapitel über die LÖSUNGSBOX.



Wann Sie von der ERINNERUNGSBOX in die ÜBERZEUGUNGSBOX wechseln

Wenn Sie eine mögliche lügenbasierte Herzensüberzeugung entdeckt haben, sind Sie vielleicht geneigt, sofort in die ÜBERZEUGUNGSBOX zu wechseln, und zweifellos *könnte* das schließlich dazu führen, dass der Heilige Geist Ihnen Seine Wahrheit offenbart. Doch es gibt auch Zeiten, in denen ein verfrühter Wechsel

in die nächste Box zu unnötigen Schwierigkeiten führt! Das Verlaufsprotokoll für die Phase in der ERINNERUNGSBOX wurde so gestaltet, dass möglichst wenig Zeit verschwendet wird und die volle Verantwortung für den Prozess bei Ihnen als Mentee liegt.

Sobald sich Ihre Beschreibungen über das, was Sie glauben, wiederholen UND Sie auf die „Looping“-Frage dieselbe wiederholte Antwort geben, dann (und nur dann) betrachten Sie die Überzeugungsangabe, um festzustellen, was für eine Art von Überzeugung es ist.

Der einzige Moment, in dem es je um die Frage geht, ob eine Überzeugung der Definition einer lügenbasierten „Herzensüberzeugung“ entspricht, ist also dann gegeben, wenn Sie auf die „Looping“-Frage dieselbe wiederholte Antwort geben wie schon auf die anderen Fragen der ERINNERUNGSBOX. Lesen Sie diesen Satz noch einmal, weil er eine entscheidende Information über das TPM-Verlaufsprotokoll enthält. Sie sollten sich auch das Flussdiagramm der ERINNERUNGSBOX (am Ende dieses Buchs) sorgfältig anschauen, weil es diesen Teil des Prozesses veranschaulicht.

Selbst wenn Sie schon sicher sind, dass es sich bei Ihrer Überzeugungsangabe um eine lügenbasierte Herzensüberzeugung (wie: „Ich bin wertlos“ oder „Ich stecke in der Falle und werde sterben“) handelt, sollten Sie weiter dem Verlaufsprotokoll folgen, bis die Überzeugung sich zu wiederholen beginnt. Wenn dieser „Loop“ eintritt, beantworten Sie im nächsten Schritt die „Looping“-Frage. Wenn die Überzeugungsangabe sich als Antwort auf die „Looping“-Frage weiter wiederholt, sind Sie bereit festzustellen, ob sie der Definition einer Herzensüberzeugung entspricht.

Wenn eine lügenbasierte Überzeugung, die der Definition einer „Herzensüberzeugung“ zu entsprechen scheint, an IRGEND EINER anderen Stelle in der TPM-Gebetssitzung auftaucht, hat dies keine Auswirkung auf das, was in diesem Moment zu tun ist. Sie könnten zum Beispiel in der EMOTIONSBOX sein und erklären, Sie wären „ein wertloses, von Gott gehasstes Miststück“. Obwohl diese Überzeugungsangabe der Definition einer „Herzensüberzeugung“ entspricht, sollte sie wie jede andere Überzeugung behandelt werden, solange Sie in der EMOTIONSBOX sind. Denn obwohl die Überzeugung die Definition einer Herzensüberzeugung klar erfüllt, sind Sie noch nicht so weit, sie als solche zu behandeln. Ihnen fehlen noch wichtige Informationen, die Sie bekommen, indem Sie die ERINNERUNGSBOX durcharbeiten.

Selbst wenn Sie feststellen könnten, was Sie glauben, können Sie noch nicht wirklich verstehen, *wie* Sie dazu kamen, das zu glauben, was Sie gegenwärtig glauben. Das verstehen Sie erst, indem Sie das untersuchen, was Sie aus vergangenen Erfahrungen in Erinnerung behalten haben. Obwohl Sie also etwas ausgesprochen haben, das eine Herzensüberzeugung zu sein scheint, sollten Sie in der EMOTIONSBOX bleiben und weiter dem Verlaufsprotokoll dieser Box folgen.

Uns ist bewusst, dass wir uns hier wiederholen, doch selbst wenn Sie eine lügenbasierte Überzeugung identifiziert haben, die der Definition einer „Herzensüberzeugung“ zu entsprechen scheint, bedeutet diese Tatsache allein noch nicht, dass Sie bereit sind, in die ÜBERZEUGUNGSBOX zu wechseln. Sie haben noch nicht angefangen, sich in einem „Loop“ zu wiederholen. Der **einzig**e Moment, in dem Sie daran denken sollten, eine Herzensüberzeugung zu identifizieren, ist in der ERINNERUNGSBOX gegeben und zwar erst, nachdem Sie die „Looping“-Frage mit einer wiederholten Aussage beantwortet haben. Wie gesagt, kann hier das Flussdiagramm der ERINNERUNGSBOX hilfreich sein, um diesen Teil des TPM-Prozesses besser zu verstehen. Die Teile des Verlaufsprotokolls, die wir in diesem Abschnitt erörtern, sind in den Kästchen (E4) > (E5) > (E8) > (E12) > (E13) > (E14) zu finden.

WICHTIGER HINWEIS: Bei der Feststellung, ob eine sich wiederholende Überzeugung die Kriterien einer „Herzensüberzeugung“ erfüllt, geht es Ihnen nicht um die Frage, ob es sich konkret um eine Aussage über Ihre *Selbstidentität* oder über Ihren *Seinszustand* handelt. Sie prüfen einfach, ob die Überzeugung der allgemeinen Definition einer *Herzensüberzeugung* entspricht. Wenn ja, sind Sie bereit, von der ERINNERUNGSBOX in die ÜBERZEUGUNGSBOX zu wechseln.



Was soll das ganze „Looping“?

Manche haben gefragt: „Warum ist es so wichtig, zuerst in einen „Loop“ zu kommen, bevor man in die ÜBERZEUGUNGSBOX wechselt? Einer der wichtigsten Gründe ist, dass Sie als Mentee die Person sind, die entscheidet, wann Sie von einer Box in die nächste Box wechseln. Der Zeitpunkt für diesen Wechsel wird nicht durch Ihre bewusste Entscheidung oder durch die Anweisung eines Mentors (was nie geschehen sollte) bestimmt, sondern durch den von Gott geschaffenen Prozess der Assoziation. Sie wechseln erst dann in die ÜBERZEUGUNGSBOX, wenn dieselbe Überzeugung Ihnen mehrmals in den Sinn gekommen ist (mindestens zweimal, bevor Sie die „Looping“-Frage beantworten und einmal nach der Antwort auf die „Looping“-Frage).

Das ist so ähnlich wie beim Wechsel in die ERINNERUNGSBOX, nachdem Ihnen in der EMOTIONSBOX dieselbe Erinnerung mehrmals in den Sinn gekommen ist. Auch hier hängt der Wechsel von dem ab, was Ihr Verstand automatisch tut, und nicht von Ihren Vermutungen oder dem „Urteilsvermögen“ Ihres Mentors. Ihr Mentor oder Ihre Mentorin weiß nie, worauf Sie sich konzentrieren oder woran Sie sich erinnern müssen, und aller Wahrscheinlichkeit nach wissen Sie selbst es auch nicht (zumindest nicht bewusst).

Wie bereits erörtert, schalten Sie in einer TPM-Gebetssitzung im Grunde das Tempo herunter und achten bewusst auf das, was Ihr Verstand auf natürliche Weise tut. Er hat bereits an das angeknüpft, was Sie aus früheren Erfahrungen gelernt haben (als Erinnerungen gespeichert), und diese Überzeugungen benutzt, um Ihre aktuelle Situation zu interpretieren. Er hat auch die Gefühle hervorgerufen, die Sie gegenwärtig spüren, und lenkt Ihr aktuelles Verhalten. Im TPM-Prozess folgen Sie einfach diesem Pfad der Interpretation in umgekehrter Richtung. Sie gestehen sich ehrlich ein und übernehmen

Verantwortung für das, was Sie wahrnehmen, fühlen und tun, um die Überzeugungen zu identifizieren, die Ihren Wahrnehmungen, Gefühlen und Handlungen vorausgehen. Es ist ein passiver Prozess. Sie beobachten einfach, was gerade geschieht.

Ein weiterer wichtiger Grund für die „Looping“-Frage ist, dass sie mit höherer Wahrscheinlichkeit verhindert, dass Sie zu früh in die ÜBERZEUGUNGSBOX wechseln. Wenn Sie zum Beispiel in die ÜBERZEUGUNGSBOX gehen, sobald eine potentielle Herzensüberzeugung auftaucht, ist es sehr unwahrscheinlich, dass diese anfänglich aufgetauchte Überzeugung so klar und deutlich ist, wie sie es wäre, wenn Sie sich etwas mehr Zeit für die Schritte im TPM-Prozess nehmen würden. Und so gehen Sie vielleicht ungewollt mit einer Überzeugung weiter, die Sie in Wirklichkeit gar nicht glauben. Oder Sie bitten am Ende den Herrn um Wahrheit, ohne die tatsächlichen Lügen zu benennen, die Sie gegenwärtig glauben. Das führt in der Regel zu weniger guten Ergebnissen, indem Sie keine Wahrheit empfangen und keine Transformation erkennbar wird.

Wie wir später noch erörtern werden, können Sie tatsächlich erst dann wissen, ob Sie eine lügenbasierte Überzeugung richtig identifiziert haben, wenn Sie Gott um Seine Perspektive gebeten

haben und anschließend überprüft haben, ob es zu einer Veränderung Ihres Denkens gekommen ist. Sie können also mit etwas mehr Zuversicht in die ÜBERZEUGUNGSBOX gehen, wenn Sie sich in der vorherigen Box genügend Zeit genommen haben, damit Sie aufgrund Ihrer Assoziation entscheiden, wann Sie den nächsten Schritt tun. Auf den ersten Blick mag eine lügenbasierte Herzensüberzeugung so aussehen, als könnte sie sein, wonach Sie suchen; doch wenn Sie sich die Zeit lassen, bis sie Ihnen wiederholt in den Sinn gekommen ist, wächst die Wahrscheinlichkeit, dass sie es tatsächlich ist.

Ein zu früher Wechsel in die ÜBERZEUGUNGSBOX ist besonders problematisch, wenn es zunächst so scheint, als würden Ihre Gefühle durch ein wahrheitsbasiertes Problem ausgelöst. Denn wie wir in Kürze erörtern werden, sind nicht alle wahrgenommenen Probleme, die auf der Wahrheit zu beruhen scheinen, tatsächlich wahrheitsbasierte Probleme. Doch erst nachdem wir unsere Herzensüberzeugungen genauer betrachtet und sie uns ehrlich eingestanden haben, entdecken wir die wahre Ursache unseres emotionalen Schmerzes.

Bevor Sie in die ÜBERZEUGUNGSBOX gehen, sollten Sie (so genau wie möglich) identifizieren, was Sie glauben, und sich ehrlich eingestehen, welche Erfahrung Sie veranlasst hat, dies zu glauben. Manchmal ist es offenbar nötig, etwas länger dranzubleiben, um diese Ziele zu erreichen, aber es lohnt sich, noch einige Momente länger in der ERINNERUNGSBOX zu bleiben, um nicht durch einen zu frühen Wechsel in die ÜBERZEUGUNGSBOX Zeit zu verschwenden.

Beispiele für die Identifikation von Herzensüberzeugungen in der ERINNERUNGSBOX

Wie gesagt, wechseln Sie erst dann von der ERINNERUNGSBOX in die ÜBERZEUGUNGSBOX, nachdem Sie auf die „Looping“-Frage mit derselben lügenbasierten Herzensüberzeugung geantwortet haben, die Sie vor der „Looping“-Frage gegeben haben. *(Mithilfe des Flussdiagramms können Sie diesen Verlauf leichter nachvollziehen.)*

Die folgenden Dialoge zeigen beispielhaft, wie ein Mentee die Ziele in der ERINNERUNGSBOX erreicht und ein Mentor die einzelnen Fragen stellt. Wir haben die Phasen unterstrichen, in denen eine Überzeugungsaussage sich in einem „Loop“ zu wiederholen beginnt.

Mentee: Ich muss immer wieder daran denken, wie ich auf meinen kleinen Bruder aufpassen sollte. Ich hatte nur ganz kurz mal nicht aufgepasst und schon ist er die ganze Einfahrt bis auf die Straße gekrabbelt. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich fühle mich richtig schlecht. (E1)

Mentor: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil es eine wichtige Aufgabe war und ich nicht aufgepasst habe. Das hätte echt schlimm ausgehen können. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Als wäre ich wertlos... als könnte man mir nicht mal solche einfachen Sachen anvertrauen. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Richtig schlecht. Schrecklich sogar. (E1)

Mentor: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil ich wertlos bin. (E4) > (E5) *(Die Überzeugungsaussage beginnt sich zu wiederholen.)*

Mentor: Weshalb löst der Gedanke, wertlos zu sein, dieses Gefühl bei Ihnen aus? (E8)

Mentee: Weil es so ist. Ich bin wertlos. (E12) > (E13) > (E14)

Die Überzeugungsaussage des Mentee begann sich zu wiederholen und wurde auch als Antwort auf die „Looping“-Frage wiederholt. Da sie der Definition einer „Herzensüberzeugung“ entspricht, hat er die Ziele in der ERINNERUNGSBOX erreicht und ist damit bereit, in die ÜBERZEUGUNGSBOX zu wechseln.

Ein weiteres Beispiel für die ERINNERUNGSBOX:

Mentee: Ich wollte die Tür aufmachen, aber sie war abgeschlossen. Ich kam nicht raus. Ich saß im Keller fest! (E4) > (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Angst. (E1)

Mentorin: Weshalb fühlen Sie diese Angst? (E2)

Mentee: Weil ich da unten allein war. Für uns Kinder war das ein unheimlicher Ort. (E4) > (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Unruhig und ängstlich. (E1)

Mentorin: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Ich glaube nicht, dass irgendeiner hört, wie ich mit der Faust gegen die Tür schlage. (E4) > (E6)

Mentorin: Und welches Gefühl löst der Gedanke aus, dass niemand Sie hört? (E3)

Mentee: Angst. Schreckliche Angst. (E1)

Mentorin: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil niemand mich hört. (E4) > (E5) *(Diese Überzeugungsaussage beginnt sich zu wiederholen.)*

Mentorin: Weshalb löst der Gedanke, dass niemand Sie hört, diese Angst bei Ihnen aus? (E8)

Mentee: Weil es bedeutet, dass ich da unten ganz allein bin. (E9) > (E10) > (E4) *(Das ist eine andere, neue Überzeugung.)*

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich fühle mich ängstlich. (E1)

Mentorin: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil ich allein bin. (E4) > (E5) *(Nun kommt diese Überzeugungsaussage in einen „Loop“.)*

Mentorin: Weshalb löst der Gedanke, allein zu sein, diese Angst aus? (E8)

Mentee: Weil ich da unten nicht allein sein möchte; aber es ist so. Ich bin ganz allein. (E12) > (E13) > (E14)

Auch hier hat der Mentee die Ziele der ERINNERUNGSBOX erreicht und ist nun bereit, in die ÜBERZEUGUNGSBOX zu gehen.



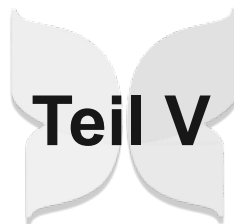
Fragen, die Ihr Mentor nie stellen sollte

Sie erinnern sich, dass Sie den TPM-Prozess auch dann selbst anwenden, wenn ein Mentor dabei ist. Mentoren brauchen nur relativ wenige Informationen von Ihnen, damit sie ihre Aufgabe erfüllen können. In der ERINNERUNGSBOX müssen Mentoren zum Beispiel wissen, ob Sie sich gerade auf Ihr Gefühl konzentrieren oder sich an das erinnern, was Sie erlebt haben. Von Ihrer Antwort hängt ab, welche Frage sie Ihnen als nächstes stellen.

Ein Mentor braucht aber keine konkreten Informationen über Einzelheiten des Ereignisses, über Ihr Alter zum Zeitpunkt der Erfahrung, über die Namen der beteiligten Personen oder ihre Beziehungen. Deshalb werden Mentoren nur diejenigen Fragen stellen, die zum TPM-Verlaufsprotokoll gehören, und nie nach solchen Informationen fragen. Mentoren sollten zum Beispiel nie fragen: „Denken Sie, dass...“, „Was geschah dann?“, „Wer war dabei?“, „Könnte es sein, dass...?“, „Was glauben Sie, warum das passiert ist?“, „Ist das auch schon zu einem früheren Zeitpunkt passiert?“ usw.

Außerdem sollten Mentoren NIE Vermutungen äußern oder andeuten, dass Sie vielleicht einen Missbrauch erlebt, ein Trauma erlitten oder eine Krise durchgemacht haben, die Ihnen nicht bewusst ist. Sie sollten auch nie vorschlagen, dass Sie nach einer „verborgenen“ Erinnerung suchen oder etwas Bestimmtes herausfinden sollen. Ihr Mentor hat weder die Aufgabe, noch die Verantwortung oder das Recht, in irgendeiner Weise zu leiten, zu lenken, Andeutungen zu machen oder „Erkenntnisse“ zu äußern über das, was Sie erfahren oder nicht erfahren haben.

Noch einmal: Sie sind die Person, die den TPM-Prozess anwendet. Es ist Ihr Weg der Glaubensläuterung mit dem Herrn. Ihr Mentor ist nur da, um Ihnen beim Erlernen der drei Elemente von TPM zu helfen und darauf zu achten, dass Sie bei der Anwendung des Prozesses dem Verlaufsprotokoll folgen. Alles andere gehört nicht zu seiner Rolle als TPM-„Mentor“.



Wahrheitsbasierte Probleme in der ERINNERUNGSBOX

Manchmal ist Ihre Antwort auf die „Looping“-Frage zwar dieselbe wiederholte Antwort, die Sie schon auf die anderen Fragen der ERINNERUNGSBOX gegeben haben, aber sie entspricht nicht der Definition einer *Herzensüberzeugung*. Statt eine Unwahrheit oder Lüge zu beschreiben, die Sie über sich selbst, über Ihre

Situation oder über Gott glauben, könnte die Überzeugungsaussage ein potentiell *wahrheitsbasiertes Problem* beschreiben.

Ein Beispiel dafür könnte folgendes Szenario sein:

Mentee: Ich sehe immer noch den Blick in seinen Augen, als er starb. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Unendlich traurig... (E1)

Mentor: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil ich mir sicher bin, dass er den Herrn noch nicht angenommen hatte! (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Es macht mich sehr traurig. (E1)

Mentor: Und weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil er gestorben ist, ohne den Herrn zu kennen ... (E4) > (E5)

Mentor: Weshalb löst der Gedanke, dass er gestorben ist, ohne den Herrn zu kennen, diese Traurigkeit aus? (E8)

Mentee: Weil das traurig ist! Zu wissen, dass er gestorben ist, ohne Jesus zu kennen, macht es noch viel schwerer, seinen Tod zu ertragen! (E12) > (E15) > (E16) > (E17)

Wie Sie aus dem Abschnitt über das „Prinzip von Überzeugung und Emotion“ gelernt haben, werden wir bei *wahrheitsbasierten Problemen* – zum Beispiel, dass wir Opfer eines Übergriffs wurden oder unter den Folgen schlechter Entscheidungen leiden oder über den Tod eines geliebten Menschen trauern – ein gewisses Maß an *wahrheitsbezogenem Schmerz* spüren. Das ist eine ganz natürliche Reaktion, die zu erwarten ist. Gott empfindet Traurigkeit über die wahrhaft schlimmen Dinge, die passieren, und auch wir sollten solche Gefühle haben, aber nicht auf Dauer.

Wie schon erwähnt, zeigt auch ein *wahrheitsbasierter Schmerz*, dass wir Gottes Perspektive brauchen. Es ist nötig, dass Er unsere begrenzte Sicht weitet und uns von Seinem Wirken und Seiner Absicht mitten in unserer schwierigen Situation überzeugt. Wir sind darauf angewiesen, dass Er *die Augen unseres Herzens öffnet*, sodass wir Seinen ewigen Plan und Sein tiefes Wirken in unserem Leben erkennen. Solange wir nicht in der Lage sind, Seine Lösungen für unsere *wahrheitsbasierten Probleme* zu sehen und darauf zu vertrauen, werden wir weiter *wahrheitsbasierten Schmerz* spüren. Und dieser Schmerz wird uns weiter belasten, bis wir in unseren „Herzen“ glauben, dass Gott den Schmerz für uns trägt.

Hier ein weiteres Beispiel für eine Person, die ein *wahrheitsbasiertes Problem* identifiziert:

Mentee: Ich habe das Gefühl, dass ich meiner Mutter vergeben habe. Sie hat getan, was sie konnte. Aber ich fühle mich immer noch bedrückt, wenn ich an all die Jahre denke, die ich wegen ihrer Entscheidungen in einer Pflegefamilie verbracht habe. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich habe das Gefühl, dass ich um meine Kindheit gebracht wurde. Obwohl ich gar

nichts dafür konnte, wurde ich aus meiner Familie gerissen und bin von einer schlimmen Situation in die nächste geraten. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst der Gedanke aus, dass Sie um Ihre Kindheit gebracht wurden? (E3)

Mentee: Es macht mich traurig und enttäuscht... fast so, als würde ich jetzt um den Verlust meiner Kindheit trauern, die ich nie hatte. (E4) + (E1) (*Diese Antwort beschreibt sowohl, wie die Person sich fühlt, als auch, was sie glaubt und woran sie sich erinnert.*)

Mentor: Weshalb löst der Gedanke, dass Sie über den Verlust Ihrer Kindheit trauern, diese traurigen und enttäuschten Gefühle aus? (E8)

Mentee: Weil es traurig ist, dass mir meine Kindheit geraubt wurde! (E12) > (E15) > (E16) > (E17)

In diesem Beispiel identifizierte der Mentee ein potentiell wahrheitsbasiertes *wahrgenommenes Problem*. Was er brauchte, war also, dass der Heilige Geist sein Herz von der größeren Wahrheit Seines Wirkens überzeugte. Doch zuerst musste er sicher sein, dass er das Problem nicht selbst zu „lösen“ versuchte. Wenn uns eine schmerzhafteste Wahrheit bewusst wird, vergehen oft viele Tage, Wochen oder sogar Jahre, bis wir Gottes Perspektive über unsere Situation gewinnen. Und in der Zwischenzeit sind wir fast immer überzeugt, dass wir an diesen wahrheitsbasierten Lasten festhalten sollten.

Wir lassen uns verleiten zu glauben, dass wir ein *wahrgenommenes Problem* lösen oder lindern können, indem wir an unserem *wahrheitsbasierten Schmerz* festhalten. So trauern wir vielleicht weiter, weil wir irrtümlich meinen, durch unsere Trauer irgendwie mit den Menschen verbunden zu bleiben, die wir verloren haben; oder wir halten an unseren Enttäuschungen fest, damit sie uns motivieren, es nächstes Mal besser zu machen; vielleicht glauben wir sogar, durch ständige Traurigkeit erreichen zu können, dass andere Menschen uns Aufmerksamkeit, Bestätigung und Trost spenden.

Wenn Ihre wiederholte Überzeugungsaussage (nach der „Looping“-Frage) ein *wahrheitsbasiertes Problem* beschreibt, wechseln Sie nicht in die ÜBERZEUGUNGSBOX, sondern in die LÖSUNGSBOX. Dies tun Sie, um festzustellen, ob Ihr anhaltender *wahrheitsbasierter Schmerz* deshalb bleibt, weil er für Sie eine *Lösung* darstellt. Es wird Sie vielleicht überraschen festzustellen, wie oft unser *wahrheitsbasierter Schmerz* nur vorhanden ist, weil wir eine Lüge darüber glauben. Das ist nicht immer der Fall, aber die Wahrscheinlichkeit ist immer gegeben!

Was wir später noch genauer erörtern: Wenn Sie an einem wahrheitsbasierten Schmerz nur deshalb festhalten, weil Sie glauben, dass er zur „Lösung“ eines Problems beitragen kann, brauchen Sie Gottes Perspektive zu dieser Entscheidung. Doch solange Sie den Grund für Ihr Lösungsverhalten nicht mit Seinen Augen sehen, ist es *unwahrscheinlich*, dass Sie Ihr Verhalten ändern, und Sie werden die Last des Schmerzes weiter spüren.

Lassen Sie sich nicht entmutigen, wenn das ein wenig verwirrend klingt! Im Kapitel über die LÖSUNGSBOX werden wir das Thema *wahrheitsbasierter Probleme* im Kontext einer TPM-Gebetssitzung ausführlich behandeln. Bis dahin möchten wir Ihnen sehr empfehlen, noch einmal die Abschnitte über die grundlegenden TPM-Prinzipien zu lesen und sich das Konzept der *wahrheitsbasierten Probleme*, des *wahrheitsbasierten Schmerzes* und der *Lösungen* noch einmal anzuschauen.



Wenn wahrheitsbasierter Schmerz kein wahrheitsbasierter Schmerz ist

Auch wenn Sie eine Emotion spüren, die normalerweise mit *wahrheitsbasierten Problemen* einhergeht (wie Traurigkeit, Trauer, Enttäuschung, Bedauern, Zorn, usw.), bedeutet das noch nicht, dass es sich tatsächlich um wahrheitsbasierten Schmerz handelt. Vielleicht fühlen Sie sich zum Beispiel enttäuscht, weil Freunde zum vereinbarten Restaurantbesuch zu spät kamen, während die Verspätung in Wirklichkeit einfach aufgedeckt hat, dass Sie in Ihrem Herzen glauben, unwichtig zu sein. In diesem Fall beruht Ihre emotionale Reaktion auf einer *lügenbasierten Herzensüberzeugung*. Was nach einem *wahrheitsbasierten Schmerz* aussah, war in Wirklichkeit ein *lügenbasierter Schmerz*.

Betrachten wir ein solches Beispiel im Kontext einer TPM-Gebetssitzung. (Das Szenario beginnt, als die Person sich in der ERINNERUNGSBOX befindet.)

Mentee: Ich erinnere mich noch an den Abend, als meine Eltern starben. Ich war noch zu jung, um das Ganze zu verstehen. Aber ich weiß noch, wie meine Tante den ganzen Weg vom Krankenhaus nach Hause geschluchzt hat. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ganz traurig (E1)

An diesem Punkt denken Sie vielleicht: „Sie reagiert mit Traurigkeit auf dieses schreckliche wahrheitsbasierte Problem, also muss es sich um einen wahrheitsbasierten Schmerz handeln.“ Doch wie wir oben erörtert haben, ist es wichtig, in der ERINNERUNGSBOX zu bleiben, bis die geäußerte Überzeugung sich in einem „Loop“ wiederholt, und dann die „Looping“-Frage zu stellen. Das nächste Szenario wird hoffentlich mehr Licht darauf werfen, warum das so ist.

Mentor: Weshalb fühlen Sie sich traurig? (E2)

Mentee: Es hat mich total beunruhigt, sie so sehr weinen zu sehen. Sie hat zwar immer wieder gesagt, es würde alles gut werden, aber ich wusste, dass etwas nicht stimmte! Dass etwas Schlimmes passiert war. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Es macht mich richtig traurig und verunsichert. (E1)

Mentor: Und weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil ich an der Reaktion meiner Tante ablesen konnte, dass wirklich etwas sehr Schlimmes passiert war. Ich hatte sie noch nie so aufgewühlt erlebt. (E4) > (E5)

Mentor: Weshalb löst der Gedanke, dass etwas Schlimmes passiert war, die traurigen und verunsicherten Gefühle bei Ihnen aus? (E8) (Die „Looping“-Frage)

Mentee: Weil ich nicht sicher war, was mit meinem kleinen Bruder und mir passieren würde. Ich wollte sicher sein, dass wir nichts zu befürchten hatten. Aber weil meine Tante immer wieder in Tränen ausbrach, dachte ich, wir wären irgendwie in Gefahr. (E9) > (E10) > (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich fühle mich verletztlich. (E1)

Mentor: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil ich glaubte, mein Bruder und ich wären in Gefahr. (E4) > (E5)

Mentor: Weshalb löst der Gedanke, dass Sie und Ihr Bruder in Gefahr waren, das Gefühl aus, verletztlich zu sein? (E8)

Mentee: Weil wir in Gefahr waren! Oder zumindest dachte ich das. (E12) > (E13) > (E14)

Beachten Sie, wie die Person zuerst erklärte, dass der Tod ihrer Eltern und die emotionale Reaktion ihrer Tante sie traurig machte, und dann berichtete, dass sie sich verletztlich fühlte, weil sie glaubte, dass sie und ihr Bruder in Gefahr waren. Was zunächst so aussah, als könnte es ein wahrheitsbasierter Schmerz sein, stellte sich als emotionale Folge einer „Lüge“ heraus (der lügenbasierten Herzensüberzeugung über ihren Seinszustand: „Wir sind in Gefahr“).

Behalten Sie in Erinnerung, dass nicht das Gefühl selbst das Kriterium ist, ob es sich bei einer Emotion um wahrheitsbasierten Schmerz handelt. Der entscheidende Faktor ist vielmehr die Überzeugung, durch die das Gefühl hervorgerufen wird. Da das Gefühl der Person die Folge einer *lügenbasierten Herzensüberzeugung* war, wird es nicht als *wahrheitsbasierter Schmerz* betrachtet. Aber das hätte sie nicht gewusst, wenn sie nicht das Verlaufsprotokoll in der ERINNERUNGSBOX eingehalten hätte.

Die ERINNERUNGSBOX im Rückblick

Nachdem Ihnen dieselbe Erinnerung wiederholt in den Sinn gekommen ist, während Sie sich in der EMOTIONSBOX auf Ihre Gefühle konzentriert haben, wechseln Sie in die ERINNERUNGSBOX. Dort bleiben Sie mit Ihren Gefühlen in Verbindung, während Sie nach dem suchen, was Sie glauben. Sie suchen nach dem, was sich wahr *anfühlt* oder wahr zu sein *scheint*, während Sie die Erinnerung durchgehen, die Ihnen in den Sinn gekommen ist. Wenn Ihnen dieselbe Überzeugung wiederholt in den Sinn kommt, stellen Sie sich die „Looping“-Frage: „*Weshalb löst dieser Gedanke dieses Gefühl bei mir aus?*“ Wenn Sie diese „Looping“-Frage mit einer neuen oder anderen Aussage beantworten, bleiben Sie in der ERINNERUNGSBOX und stellen weiter die entsprechenden Fragen. Wenn Sie die „Looping“-Frage jedoch mit derselben wiederholten Überzeugung beantworten und diese der Definition einer *lügenbasierten Herzensüberzeugung* entspricht, sind Sie bereit, in die ÜBERZEUGUNGSBOX zu wechseln.

Die ERINNERUNGSBOX in der Realität

In einer realen TPM-Gebetssitzung kann es vorkommen, dass Sie in der ERINNERUNGSBOX reibungslos Ihre Ziele erreichen, aber das ist nicht immer der Fall. Wie wir in einem späteren Kapitel erörtern werden, können jederzeit „*Lösungen*“ auftauchen. Vielleicht merken Sie, dass Sie Mühe haben, mit Ihrer Emotion in Verbindung zu bleiben oder sich auf das zu konzentrieren, woran Sie sich erinnern. Vielleicht stellen Sie fest, dass die Erfahrung, an die Sie sich erinnern, Sie wütend macht. Vielleicht beantworten Sie die „Looping“-Frage mit einer Aussage, die nicht der Definition einer lügenbasierten *Herzensüberzeugung* entspricht. Oder Sie entdecken sogar, dass die Emotion, die Sie fühlen, möglicherweise ein „*wahrheitsbezogener Schmerz*“ ist, der sich auf ein „*wahrheitsbasiertes Problem*“ bezieht.

Es gibt viele verschiedene Szenarios, die ablaufen können. Wenn Sie sich in einer dieser Situationen befinden, besteht Ihr nächster Schritt vermutlich nicht darin, in die ÜBERZEUGUNGSBOX zu wechseln. Solche Szenarios werden wir in späteren Kapiteln besprechen, doch für den Augenblick wollen wir der Einfachheit halber annehmen, dass Sie mit Ihrer Emotion in Verbindung geblieben sind, eine *lügenbasierte Herzensüberzeugung* identifiziert haben, und feststellen konnten, warum Sie das glauben, sodass wir nun die ÜBERZEUGUNGSBOX erörtern können.



KAPITEL 15

Die ÜBERZEUGUNGSBOX

Ziel des Mentee in der ÜBERZEUGUNGSBOX

1. Feststellen, ob ich die lügenbasierte Herzensüberzeugung, die ich in der vorherigen Box identifiziert habe, aktuell glaube

Die Frage in der ÜBERZEUGUNGSBOX

„Nicht dass es wahr ist: Aber fühlt es sich wahr an oder scheint es wahr zu sein, dass...?“

Eine Übersicht über die ÜBERZEUGUNGSBOX

In der ÜBERZEUGUNGSBOX haben Sie nur eine einzige Aufgabe, nämlich festzustellen, ob Sie die lügenbasierte Überzeugung, die Sie in der vorherigen „Box“ identifiziert haben, aktuell glauben. Damit haben Sie einen Vergleichspunkt, um später in der TRANSFORMATIONSBBOX festzustellen, ob der Heilige Geist Sie von der Wahrheit überzeugt hat. Wenn Sie bestätigt haben, dass die identifizierte Lüge sich wahr anfühlt oder wahr zu sein scheint, sind Sie bereit, in die WAHRHEITSBOX zu gehen. Wenn Sie jedoch feststellen, dass Sie die Lüge nicht wirklich glauben, kehren Sie in die EMOTIONSBOX zurück.

Feststellen, ob die Lüge sich wahr anfühlt

Um Ihr Ziel in der ÜBERZEUGUNGSBOX zu erreichen, müssen Sie die lügenbasierte Überzeugung, die Sie in der vorherigen „Box“ (je nach Kontext entweder die ERINNERUNGSBOX oder die LÖSUNGSBOX) identifiziert haben, ehrlich in den Blick nehmen. Sie erinnern sich: Wenn Sie in Ihrem Herzen davon überzeugt sind, dass etwas wahr ist, wird es Ihnen wahr *erscheinen* oder sich wahr *anfühlen*, auch wenn Sie vom Verstand her wissen, dass es nicht so ist. Wenn die Überzeugung sich also wahr anfühlt oder wahr zu sein scheint, dann glauben Sie, dass sie wahr ist. Ist das nicht der Fall, dann glauben Sie sie nicht. Es ist tatsächlich so einfach.

Sie versuchen also nicht herauszufinden, ob die Lüge wahr ist oder war, sondern vielmehr, ob sie sich aktuell wahr anfühlt oder wahr zu sein scheint. Sie versuchen nicht herauszufinden, ob die Überzeugung das widerspiegelt, was logisch gesehen wahr ist, was die „richtige Antwort“ ist oder was in der Heiligen Schrift steht. Es geht nur darum, ob sich die Überzeugung für Sie in diesem Moment wahr *anfühlt* oder wahr zu sein *scheint*.

Bei dieser Aufgabe geht es eher darum, etwas zu *spüren* oder zu *empfinden*, als darum, etwas zu entschlüsseln oder herauszufinden. Sie nehmen die lügenbasierte Überzeugung, die Sie identifiziert haben, einfach noch mal genau in den Blick, um zu erkennen, ob sie das widerspiegelt, was Sie fühlen und erleben.

Das ist der Grund, warum die Frage in der ÜBERZEUGUNGSBOX so formuliert ist: „Nicht, dass es wahr ist: Aber fühlt es sich wahr an, dass...?“ Sie soll Sie daran erinnern, wonach Sie in der ÜBERZEUGUNGSBOX suchen oder nicht suchen: Sie versuchen festzustellen, ob Sie die identifizierte Lüge aktuell glauben. Wenn sie sich wahr *anfühlt* oder wahr zu sein *scheint*, dann lautet die Antwort: „Ja!“ Und das zeigt, dass Sie die lügenbasierte Überzeugung aktuell *glauben*.

Hier zwei Beispiele, wie Sie sich selbst diese Frage stellen könnten:

„Nicht, dass es wahr ist: Aber fühlt es sich wahr an, dass ich wertlos bin?“

„Nicht, dass es wahr ist: Aber fühlt es sich wahr an, dass ich ganz verlassen und allein bin?“

Oder zwei Beispiele, wie ein Mentor Ihnen diese Frage stellen könnte:

„Nicht, dass es wahr ist: Aber fühlt es sich wahr an, dass an Ihnen etwas nicht stimmt?“

„Nicht, dass es wahr ist: Aber fühlt es sich wahr an, dass Sie sterben werden?“

Eine Grundlinie (base line) feststellen

Ihr Ziel in der ÜBERZEUGUNGSBOX ist es, festzustellen, ob Sie die lügenbasierte Überzeugung, die Sie in der vorherigen Box (entweder der ERINNERUNGSBOX oder der LÖSUNGSBOX) identifiziert haben, tatsächlich glauben. Wahrscheinlich wissen Sie vom Verstand her schon, dass sie nicht wahr ist. Ihre Aufgabe besteht aber nicht darin, herauszufinden, was wahr *ist*, sondern festzustellen, was sich für Sie wahr *anfühlt* oder wahr zu sein *scheint*. Die Bestätigung, dass Sie die lügenbasierte Überzeugung tatsächlich glauben, gibt Ihnen einen Vergleichspunkt oder eine Grundlinie, die Sie später in der TRANSFORMATIONSBBOX verwenden können.

Die Herstellung dieser Grundlinie als Vergleichspunkt ist die zentrale Absicht der ÜBERZEUGUNGSBOX. Deshalb ist es wichtig, sie genau festzuhalten. So haben Sie eine genaue Formulierung, die Ihnen als Bezugspunkt dient; andernfalls hätten Sie keine zuverlässige Möglichkeit, zu prüfen, ob eine echte Transformation geschehen ist. Wenn Sie zum Beispiel bestätigt haben, dass Sie die Lüge „*Ich bin wertlos*“ glauben, und den Herrn dafür um Seine Perspektive gebeten haben, aber in der TRANSFORMATIONSBBOX eine etwas andere Aussage benutzen wie „*Ich habe keinen Wert*“, kann die Überprüfung unzuverlässig sein. Auch wenn die beiden Aussagen ähnlich klingen, ist ihre Bedeutung nicht unbedingt identisch. Wenn Sie den TPM-Prozess selbst anwenden (besonders wenn Sie gerade erst mit TPM beginnen), ist es deshalb hilfreich, die Überzeugung aufzuschreiben, bevor Sie in die WAHRHEITSBOX gehen.

Wenn ein Mentor Sie begleitet, sollte er oder sie die von Ihnen formulierte Überzeugung wörtlich aufschreiben, um sicherzustellen, dass der anschließende Transformationstest zuverlässig ist. Denn wenn dieser Test zuverlässig sein soll, muss natürlich dieselbe Überzeugung geprüft werden, auf die Sie sich gerade konzentrieren. Jede Abweichung in der Formulierung könnte das Ergebnis des Tests beeinflussen. Die Frage der TRANSFORMATIONSBBOX ist der einzige Test, durch den Sie feststellen können, ob Sie durch den Heiligen Geist Wahrheit empfangen haben oder nicht. (Im Kapitel über die TRANSFORMATIONSBBOX werden wir ausführlicher darauf eingehen.)

„Aber ich weiß, dass die Bibel sagt, dass...“

Seien Sie nicht überrascht, wenn Ihre ersten Versuche, das Ziel der ÜBERZEUGUNGSBOX zu erreichen, Ihrer Intuition zu widersprechen scheinen oder sich seltsam anfühlen. Der Versuch, festzustellen, was sich für Sie wahr *anfühlt* oder Ihnen wahr *erscheint*, kann Ihnen am Anfang kontraproduktiv vorkommen,

besonders wenn man Ihnen beigebracht hat, solche Dinge zu verleugnen und Ihre Gedanken auf die Wahrheit zu konzentrieren. Wahrscheinlich werden Sie vom Verstand her wissen, was wahr ist und dass die identifizierte Überzeugung nicht der Wahrheit entspricht. Doch wie schon mehrfach betont: Es geht nicht um das, was wahr IST, sondern um das, was sich wahr ANFÜHLT. Deshalb ist die Frage der ÜBERZEUGUNGSBOX so formuliert: „*Nicht, dass es wahr ist: Aber fühlt es sich wahr an, dass...?*“

Viele von uns wurden verleitet zu glauben, dass es nicht darauf ankommt, was sich für uns wahr anfühlt oder wahr zu sein scheint, und dass gehorsames Handeln außerordentlich wichtig ist. Mit einem alten Hymnus ausgedrückt, wird von uns erwartet: „Trust and obey! For there's no other way“ (Vertraue und gehorche! Denn einen anderen Weg gibt es nicht). Wir mögen vom Verstand her wissen, dass unsere gegenwärtige Perspektive und unser aktueller emotionaler Zustand nicht auf der Wahrheit beruhen, doch das ändert nichts an dem Einfluss, den unsere Herzensüberzeugung auf uns hat. Solange unsere Überzeugungen nicht aufgearbeitet sind, leiden wir weiter an den Folgen unserer Täuschung.

Trotzdem werden manche Mentees auf die Frage der ÜBERZEUGUNGSBOX mit Bibelversen antworten, die sie auswendig gelernt haben, oder sie werden etwas nennen, das offensichtlich oder logisch betrachtet wahr ist, um so die Lüge zu widerlegen, die sie glauben. Auch wenn solche Verhaltensweisen in anderen Kontexten akzeptabel und nützlich sein können, ist das in einer TPM-Gebetssitzung unnötig und nicht hilfreich. Es sind Versuche, ein Problem zu lösen, bei dem Gott schon geduldig darauf wartet, es zu beheben.

Statt zu versuchen, sich selbst von der Wahrheit zu überzeugen, stellen Sie fest und gestehen Sie sich ein, was Sie tatsächlich glauben, und bitten Sie dann den Heiligen Geist, die Überzeugungsarbeit zu leisten. Das ist im Wesentlichen das, was wir in einer *TPM-Gebetssitzung* erreichen möchten. Wie gesagt: Wenn Sie sich selbst ehrlich überzeugen könnten, die Wahrheit zu glauben, hätten Sie es dann nicht schon längst getan? (*Lesen Sie zu diesem Thema noch einmal unsere Erörterung über das Prinzip von „Glaube und Überzeugung“.*)

In gewisser Weise gleicht die Phase der ÜBERZEUGUNGSBOX der Zeit in einem Beichtstuhl. Das neutestamentliche Wort „*homologéo*“, das oft mit „bekennen“ oder auch mit „beichten“ übersetzt wird, bedeutet einfach, einer Sache zuzustimmen oder etwas offen zuzugeben; in einem wörtlicheren Sinn bedeutet es, mit jemand zu einer Übereinstimmung zu kommen und dieselbe Perspektive zu teilen. Wenn wir die Lügen, die wir glauben, aufdecken und Gott hinhalten, nehmen wir die Position bzw. Haltung ein, in der wir Seine Perspektive empfangen können. Wir sagen im Grunde: „Gott, ich stimme mit dir überein, dass ich mich getäuscht habe und deine ewige Perspektive brauche. Bitte bringe meine Überzeugung mit deiner Wahrheit in Einklang.“

Die ÜBERZEUGUNGSBOX im Rückblick

Nachdem Sie eine lügenbasierte Überzeugung entweder in der ERINNERUNGSBOX oder in der LÖSUNGSBOX identifiziert haben, gehen Sie in die ÜBERZEUGUNGSBOX. Ihr einziges Ziel hier besteht darin, eine „Grundlinie“ zu ermitteln, indem Sie feststellen, ob Sie die identifizierte Überzeugung tatsächlich glauben. Wenn sich die Überzeugung wahr *anfühlt* oder wahr zu sein *scheint*, gehen Sie in die WAHRHEITSBOX. Wenn sie sich nicht wahr *anfühlt* oder nicht wahr zu sein *scheint*, gehen Sie zurück in die EMOTIONSBOX.

Die ÜBERZEUGUNGSBOX in der Realität

Wenn Sie verstehen, was Sie in der ÜBERZEUGUNGSBOX zu erreichen versuchen, wird dies zu einem der leichtesten Schritte im TPM-Prozess. Wahrscheinlich werden Sie feststellen, dass es nur wenige Augenblicke dauert, bis Sie festgestellt haben, ob sich die identifizierte lügenbasierte Überzeugung wahr anfühlt oder wahr zu sein scheint. Es kann aber auch vorkommen, dass die lügenbasierte Überzeugung, die Sie in der vorherigen Box identifiziert haben, sich für Sie zunächst nicht mehr wahr *anfühlt* oder wahr zu sein *scheint*. Dies ist besonders häufig der Fall, wenn Sie den TPM-Prozess zum ersten Mal anwenden. Es mag schwierig oder kontraintuitiv erscheinen, sich einzugestehen, dass man Dinge glaubt, von denen man rational weiß, dass sie unwahr sind. Nehmen Sie sich in solchen Fällen einen Moment Zeit, die Überzeugung neu zu prüfen. Selbst wenn diese sich nur geringfügig wahr anfühlt, bedeutet es, dass Sie sie teilweise glauben. Und auch eine nur teilweise geglaubte Lüge ist eine Täuschung. Behalten Sie in Erinnerung: Sie versuchen festzustellen, ob Sie die Lüge, die Sie identifiziert haben, glauben. Wenn diese sich wahr anfühlt oder wahr zu sein scheint, dann glauben Sie auf irgendeiner Ebene, dass sie wahr ist.

Wenn sich die lügenbasierte Überzeugung jedoch nach einer erneuten Überprüfung nicht wahr *anfühlt* oder wahr zu sein *scheint*, gehen Sie nicht in die WAHRHEITSBOX, sondern kehren zurück in die EMOTIONSBOX (Beispiele dazu finden Sie in einem späteren Kapitel). Diese Situation kann eintreten, wenn Sie aus irgendeinem Grund zu früh in die ÜBERZEUGUNGSBOX gegangen sind oder wenn es nicht dazu kam, dass Sie eine Lüge, die Sie glauben, richtig identifizieren konnten. Grund dafür kann ein Lösungsverhalten sein (das in einem späteren Kapitel behandelt wird). Für den Augenblick gehen wir davon aus, dass die lügenbasierte Überzeugung sich tatsächlich wahr *anfühlt* oder wahr zu sein *scheint*, und gehen zur WAHRHEITSBOX weiter.



KAPITEL 16

Die WAHRHEITSBOX

Ziele des Mentee in der WAHRHEITSBOX

1. Gott einladen, mich von der Wahrheit zu überzeugen
2. Bereit sein, anzunehmen, was Er für mich hat

Die Fragen in der WAHRHEITSBOX

„Können wir diese Überzeugung dem Herrn hinhalten?“

„Herr, was möchtest Du (Name des Mentee) wissen lassen?“

Eine Übersicht über die WAHRHEITSBOX



Wenn die Ziele in der ÜBERZEUGUNGSBOX erreicht sind, besteht der nächste Schritt darin, den Herrn um Seine Perspektive zu bitten. Nur der Heilige Geist kann uns überzeugen, die Wahrheit im Herzen zu glauben. Er ist der „Helfer“ und „Ratgeber“, der uns in die Erkenntnis der Wahrheit führt (Johannes 16,13). In der WAHRHEITSBOX geht es um zwei Ziele: Dass Sie bereit sind, von Gott zu hören, und dass Sie den Herrn bitten, Sie von der Wahrheit zu überzeugen (Bibelgriechisch: *peitho*).

„Herr, was möchtest Du mich wissen lassen?“

Wenn Sie sich an das Verlaufsprotokoll gehalten haben und bis in die WAHRHEITSBOX gekommen sind, dann bedeutet es, dass Sie eine lügenbasierte Überzeugung identifiziert haben, die sich wahr *anfühlt* oder wahr zu sein *scheint*, und nun den Heiligen Geist bitten können, Sein Werk in Ihnen zu tun, indem Er Sie von Seiner Perspektive überzeugt. Vielleicht stellt Ihr Mentor oder Ihre Mentorin die folgende Frage, um Sie daran zu erinnern, was der nächste Schritt ist: *„Können wir diese Überzeugung dem Herrn hinhalten?“*

Bis zu diesem Moment in einer TPM-Gebetssitzung richteten sich alle Fragen an Sie selbst, also an die Person, die den TPM-Prozess anwendet. Doch in der WAHRHEITSBOX richten Sie eine Frage an Gott: *„Herr, was möchtest Du mich wissen lassen?“* Mit dieser Frage bitten Sie Ihn um Seine Perspektive zu der Lüge, die Sie glauben und Ihm bekannt haben. Sie laden Ihn ein, Sie von der Wahrheit zu überzeugen, die Sie brauchen. Es ist ein Akt der Unterordnung und eine Anerkennung Seiner Rolle als „*Wahrheitsgeber*“. Er ist derjenige, der *„uns in die ganze Wahrheit leitet“*; wir selbst sind dazu nicht fähig (Johannes 16,13).

Wenn Sie willens und bereit sind, vom Heiligen Geist zu empfangen, können Sie Ihr nächstes Ziel erreichen, indem Sie einfach fragen: *„Herr, was möchtest Du mich wissen lassen?“* Diese Frage ist im Grunde ein einfaches Gebet. Und es ist nicht nötig, diesen Schritt komplizierter, umfangreicher oder „spiritueller“ zu machen. Sie laden den Herrn einfach ein, zu Ihnen zu sprechen.

Manche Menschen sträuben sich gegen die Vorstellung, dass der Heilige Geist gern bereit ist, zu unserem Herzen zu sprechen. Es gab viele Menschen, die mir nach ihrer ersten TPM-Gebetssitzung sagten: „Das ist das erste Mal, dass ich mit Sicherheit weiß, dass Gott zu mir gesprochen hat.“ Auch wenn viele Christen sich dazu bekennen, dass Gott zu Seinen Kindern spricht und dass „Seine Schafe Seine Stimme hören“ (siehe Johannes 10,27), reagieren viele überrascht, wenn Er es tatsächlich tut. Doch wir glauben und erwarten,

dass der Heilige Geist zu uns „reden“ und uns von der Wahrheit überzeugen wird, wenn wir in der richtigen „Position“ oder Haltung sind, von Ihm zu empfangen.

Hier ein Beispiel für den Verlauf in der WAHRHEITSBOX:

Fragen Sie sich: „Nicht, dass es wahr wäre: Aber fühlt es sich wahr an oder scheint es wahr zu sein, dass etwas mit mir nicht stimmt?“ (ÜBERZEUGUNGSBOX)

Ihre Antwort: „... Ja, das fühlt sich wahr an.“

Fragen Sie Gott: „Herr; was möchtest du mich wissen lassen?“ (WAHRHEITSBOX)

Oder, wenn ein Mentor den Mentee bei seinem TPM-Prozess begleitet:

Mentor: „Nicht, dass es wahr wäre: Aber fühlt es sich wahr an oder scheint es wahr zu sein, dass Sie unzulänglich sind?“ (ÜBERZEUGUNGSBOX)

Mentee: „Ja.“

Mentor: „Können wir diese Überzeugung dem Herrn hinhalten?“

Mentee: „Ja, natürlich.“

Mentor: „Herr; was möchtest du (Name des Mentee) wissen lassen?“ (WAHRHEITSBOX)

Sobald Sie festgestellt haben, was Sie glauben, und bereit sind zu empfangen, was der Heilige Geist Ihnen geben möchte, laden Sie Ihn ein, Ihnen Seine Perspektive mitzuteilen. Wenn Sie in der richtigen Haltung oder Einstellung vor Ihm sind, wird Er Sein Werk tun. Gott hält nicht zurück, was Sie brauchen, bis Sie Ihn oft genug gebeten oder lange genug gewartet haben. Er wartet geduldig darauf, dass Sie die richtige Position einnehmen, um zu empfangen, was Er für Sie hat. Er ist in dem Moment bereit, in dem Sie es sind!

Die Ziele in der WAHRHEITSBOX werden automatisch erreicht, es sei denn, Sie haben einen lügenbasierten Grund, nicht anzunehmen, was Er für Sie hat. Wenn es so scheint, als wären Sie nicht bereit, Seine Perspektive zu empfangen, oder wenn Sie zumindest einen Widerstand oder ein Zögern spüren, von Ihm zu hören, liegt es wahrscheinlich daran, dass Sie ein *Lösungsverhalten* ausüben (was wir im Kapitel über die LÖSUNGSBOX erörtern werden). Für den Augenblick nehmen wir an, dass Sie willens und bereit sind, zu hören, was der Herr zu sagen hat.

Vom Herrn „hören“

Nachdem Sie den Heiligen Geist um Seine Perspektive gebeten haben, warten Sie einige Momente in einer offenen und empfangenden Haltung. Vielleicht benutzt Er Worte, bildhafte Eindrücke, Sinneswahrnehmungen oder eine andere Form der Kommunikation, um Sie von der Wahrheit zu überzeugen. Vielleicht hören Sie Ihn sagen: „*Ich war bei dir*“, „*Ich habe dich erwählt*“, „*Du bist wertvoll*“, „*Du bist jetzt in Sicherheit*“ oder: „*Ich habe alles unter Kontrolle*“. Oder es kommt Ihnen ein Bild von Jesus in den Sinn, der Sie anlächelt und Ihnen die Hände entgegenstreckt. Vielleicht spüren Sie Seine Gegenwart oder haben das Gefühl, als würde eine Last von Ihren Schultern genommen. Vielleicht haben Sie den Eindruck, dass der Schmerz verschwindet, den Sie vorher spürten, und ein tiefer Friede Sie einhüllt, oder Sie erfahren die Erkenntnis einer Wahrheit, wie Sie sie vorher nicht hatten.

Es kann auch sein, dass Sie einfach schweigend dasitzen und überhaupt nichts wahrnehmen. Das ist völlig in Ordnung. Gehen Sie nie davon aus, dass der Heilige Geist gar nichts getan hat, nur weil Sie nichts

bemerkt haben. Der Heilige Geist ist absolut in der Lage, etwas in Ihrem Leben zu wirken, ohne dass es Ihnen zunächst bewusst ist.

Wenn es andererseits so scheint, als hätte Gott etwas getan, bedeutet das nicht unbedingt, dass dies tatsächlich der Fall ist. Wenn der Heilige Geist Sie überzeugt, die Wahrheit zu glauben, wird es einen untrüglichen Beweis für diese Veränderung geben. Wir prüfen immer anhand verlässlicher Indikatoren, ob Er gehandelt und eine Transformation bewirkt hat, doch diesen „Test“ führen wir nicht in der WAHRHEITSBOX durch.

Ihr Mentor oder Ihre Mentorin versteht dieses Konzept und wird deshalb nie Fragen stellen wie: „Haben Sie etwas gehört?“, „Sehen Sie Jesus?“, „Was tut Jesus gerade in Ihrer Erinnerung?“, „Was hat Gott zu Ihnen gesagt?“, „Haben Sie das Gefühl, dass Sie etwas vom Herrn gehört haben?“ Solche Fragen sind irreführend und in gewisser Weise eine Form der geleiteten Imagination. Wenn Mentoren solche Fragen stellen, pflanzen sie Ihnen (wissentlich oder unwissentlich) Ideen ein und suggerieren Ihnen Vorstellungen, die nicht von Ihnen kommen. In diesen Momenten hält Ihr Mentor sich **nicht** an die Verlaufsprotokolle, die in der TPM-Schulung vermittelt werden!

Ihr Mentor oder Ihre Mentorin wird auch keine Ermutigungen folgen lassen wie: die Botschaft, die Sie gerade „empfangen“ haben, in sich „aufzusaugen“, Ihre Zeit in der Gegenwart des Herrn weiter zu genießen, oder den Herrn um zusätzliche Wahrheiten zu bitten, nachdem Sie von Ihm „gehört“ haben. Auch wenn solche Vorschläge hilfreich oder gut zu sein *scheinen*, gehen sie von der falschen Annahme aus, dass Ihre Erfahrung, nachdem Sie den Herrn um Wahrheit gebeten haben, ein Hinweis darauf wäre, ob der Heilige Geist etwas getan hat oder nicht. Aber das ist einfach nicht der Fall, und wir wollen nie von dieser potentiell irreführenden Annahme ausgehen.

Wenn Sie den Herrn um Wahrheit gebeten haben und dann zum Beispiel die Worte „Ich bin bei dir“ in Ihrem Bewusstsein wahrnehmen, bedeutet dies, dass Sie von Gott gehört haben? Möglicherweise. Doch es könnten auch genauso gut Ihre eigenen Gedanken gewesen sein, indem Sie versuchen, sich selbst die Wahrheit zu sagen. Was ist, wenn Sie plötzlich spüren, wie Unruhe und Angst verschwinden? Geschah das durch ein Wirken des Heiligen Geistes? Vielleicht. Aber es könnte auch genauso das Ergebnis Ihrer unbewussten Entscheidung sein, Ihre Gefühle zu unterdrücken. Wenn Ihnen ein tröstlicher Bibelvers in den Sinn kommt, ist es das Werk des „Trösters“ (Johannes 14,26; LUT)? Das könnte sein; aber vielleicht ist es auch einfach das Ergebnis Ihres fleißigen Bibellesens und ein unbewusster Versuch, das Problem Ihrer lügenbasierten Überzeugung selbst zu lösen.

Wenn Sie andererseits gar nichts spüren oder wenn das, was Sie bemerken, schlecht oder ineffektiv oder nicht hilfreich zu sein scheint, gehen Sie nicht gleich davon aus, dass Gott nichts getan hat. So seltsam es auch scheinen mag: Das, was Sie erfahren oder nicht erfahren haben, unmittelbar nachdem Sie den Herrn um Seine Perspektive gebeten haben, ist kein sicheres Anzeichen für was auch immer. Ganz gleich, was Sie sehen, hören, wahrnehmen, spüren oder in anderer Weise erfahren, nachdem Sie den Herrn um Wahrheit gebeten haben: Ziehen Sie keine Schlüsse, dass etwas geschehen oder nicht geschehen ist (denn ob etwas geschehen ist oder nicht, werden Sie in der nächsten Box feststellen).

Aus diesem Grund werden Mentoren auch Fragen unterlassen wie: „Was hat Er sonst noch gesagt?“, „Herr, gibst es noch etwas, das du _____ wissen lassen möchtest?“ oder: „Gott, was hast du sonst noch für _____?“ Wie schon gesagt, setzen solche Fragen voraus, dass der Heilige Geist Sie gerade von der Wahrheit überzeugt hat (auch wenn das tatsächlich der Fall sein mag). Solche Fragen gehen auch von der Annahme

aus, dass der Heilige Geist erst auf solche Fragen wartet, bevor er Ihnen mehr mitteilt oder Ihnen alles gibt, was Sie brauchen. Auch das stimmt natürlich nicht. Mentoren müssen solche Fragen konsequent vermeiden, weil sie irreführend sind und natürlich nicht zum TPM-Protokoll gehören.

Um es noch einmal zu sagen: Das bedeutet nicht, dass das, was Sie vielleicht erfahren haben, nachdem Sie den Herrn um Wahrheit gebeten haben, unwichtig und irrelevant wäre. Es kann durchaus eine treffende Beschreibung Ihrer persönlichen Begegnung mit dem Herrn sein. Aber wenn der Heilige Geist etwas tut, gibt es immer eine Frucht bzw. einen Beweis, der einer Überprüfung standhält. Sein Werk kann nicht rückgängig gemacht werden (Jesaja 43,13). Das stellt nichts in Frage, was Sie vielleicht erfahren haben, aber es ist ein Grund, Ihre Erfahrung in der WAHRHEITSBOX offen zu lassen, bis Sie in der TRANSFORMATIONSBOX geprüft haben, ob eine Transformation geschehen ist.

Wenn Er für das verantwortlich ist, was Sie gesehen, gehört, gespürt oder erfahren haben, sollte es zu einer bleibenden und mühelosen Transformation in dem kommen, was Sie glauben; und dies sollte auch zu einer Transformation Ihrer Perspektive, Ihrer Gefühle und Ihres Verhaltens führen. Was immer in der WAHRHEITSBOX zu geschehen scheint: Der nächste Schritt besteht immer darin, in die TRANSFORMATIONSBOX zu gehen, wo Sie den „Transformationstest“ machen.

Während Sie also einige Momente still dasitzen, nachdem Sie Gott um Seine Perspektive gebeten haben, wird Ihr Mentor nach einer Weile vielleicht eine Frage stellen wie: „Was passiert gerade?“, um zu sehen, ob es angebracht wäre, in die TRANSFORMATIONSBOX zu gehen. Wie gesagt, dient diese Frage nicht dazu, Informationen über das zu sammeln, was der Heilige Geist getan oder gesagt hat oder nicht; sie soll dem Mentor nur helfen zu wissen, wann Sie bereit sind zu prüfen, ob eine Transformation geschehen ist. (Hinweis: Diese Frage ist im Verlaufsschema für Mentoren in der ORIENTIERUNGSBOX enthalten.)



Das Wort Gottes als Maßstab

Das geschriebene Wort Gottes ist der Maßstab für das, was wahr ist und was nicht. Wenn irgendetwas oder irgendjemand dem widerspricht, was Gott für wahr erklärt hat, handelt es sich um einen Irrtum, der richtiggestellt werden muss. Aus diesem Grund haben viele vorgeschlagen, anhand der

Bibel zu überprüfen, ob das, was in der WAHRHEITSBOX geschieht, gültig ist und von Gott kommt. Tatsächlich war dieser Ansatz Bestandteil der ersten Versionen der TPM-Schulung. Doch wir haben seither festgestellt, dass diese Methode der Überprüfung nicht so einfach oder verlässlich ist, wie es zunächst schien. Ich habe schon bald die Erfahrung gemacht, dass nicht jeder meiner persönlichen Auslegung der Bibel zustimmt.

Man muss nicht allzu tief in der Kirchengeschichte graben, um festzustellen, dass wir alle möglichen Aktivitäten auf unser begrenztes Verständnis der Bibel gestützt haben. Ohne zu sehr ins Detail zu gehen, stellen wir einfach fest, dass nicht jedes Handeln, das wir für „biblisch begründet“ gehalten haben, sich als Gott wohlgefällig erwiesen hat (siehe 2 Petrus 1,20).

Wir können und sollten versuchen, uns gegenseitig an den Maßstab der Wahrheit zu erinnern, der in der Bibel dargelegt ist, aber wir müssen auch ehrlich zugeben, dass nicht alles, was aus unserer Sicht biblisch wahr zu sein *scheint*, genau widerspiegelt, was tatsächlich wahr ist. Die Wahrheit der Bibel ist wahr, aber wir verstehen sie nicht immer richtig.

Wir alle können Beispiele von einer „Wahrheit“ nennen, die wir mit glühendem Eifer vertreten haben, obwohl wir inzwischen gelernt haben, dass wir sie zu stark vereinfacht oder missverstanden hatten. Es gibt nur Einen, der allumfassend weiß, was mit den Worten der Bibel gemeint ist, und Er wirkt in jedem von uns darauf hin, unseren Glauben zu läutern und uns „in die ganze Wahrheit“ zu leiten (Johannes 16,13). Doch bei keinem von uns ist dieser Prozess abgeschlossen (siehe Philipper 3,12).

Wie wir jedoch im nächsten Kapitel erörtern werden, ist es gar nicht nötig, uns auf unser eigenes Bibelverständnis zu stützen, um zu überprüfen, ob der Heilige Geist gewirkt hat. Denn wenn Er einen Menschen von der Wahrheit überzeugt, gibt es immer einen Beweis Seines Wirkens; wir müssen nur wissen, worauf wir achten sollen. Paulus sagt: „Der Herr aber ist der Geist; wo aber der Geist des Herrn ist, ist Freiheit“ (2 Korinther 3,17). Wenn der Heilige Geist unsere Herzen von der Wahrheit überzeugt, ist Freiheit die Folge, und diese Freiheit kommt mühelos in der Frucht des Geistes zum Ausdruck. Die Lügen, die wir glaubten, wurden durch Seine Wahrheit ersetzt und fühlen sich deshalb nicht mehr wahr an; stattdessen erfüllt die Wahrheit unser Herz. Daran erkennen wir, dass ein Mensch der Gegenwart Christi begegnet ist. Daraus folgt immer eine Änderung des Denkens (metanoia) und eine anschließende Transformation.

Wir mögen nicht alle darin übereinstimmen, was die Wahrheit ist (das heißt, wie wir die Bibel interpretieren), aber wir sind uns wahrscheinlich einig, was unwahr ist. Die meisten Christen würden übereinstimmend sagen, dass Gott uns nicht hasst, dass Er uns nicht verlässt, dass Er uns nicht als Dreck oder Schande betrachtet und dass wir nicht wertlos sind, sondern bei Ihm großen Wert haben. Bei der Anwendung des TPM-Prozesses suchen wir also primär nach lügenbasierten Überzeugungen. Wenn der Heilige Geist das Herz eines Menschen mit dem Licht Seiner Wahrheit erleuchtet, geht es uns nicht so sehr darum, ob das, was diese Person berichtet, völlig mit unserer persönlichen Theologie übereinstimmt, sondern darum, ob es Beweise einer Transformation gibt. Kam es zu einer Änderung der Überzeugung, die die Person glaubte? Wir beurteilen das, was geschehen ist, anhand von Beweisen und nicht nach unserem subjektivem Bibelverständnis.

Um es noch einmal zu betonen: Wir sagen nicht, dass Gottes Wort nicht wahr oder verlässlich wäre, denn das ist es absolut! Wir meinen nur, dass es (besonders im Kontext einer TPM-Gebetssitzung) nicht der beste Weg ist, unser aktuelles Verständnis und unsere persönliche Auslegung des Wortes Gottes zu benutzen, um die Erfahrung eines Mentee in der Wahrheitsbox zu bewerten.

Kommunikation mit Ihrem Mentor

Sie sollten sich nie gedrängt fühlen, Ihrem Mentor oder Ihrer Mentorin irgendetwas mitzuteilen. Das gilt für jeden Schritt im TPM-Prozess. Allerdings ist es hilfreich, wenn Sie ihm oder ihr Hinweise geben, wo Sie sich bei der Anwendung des TPM-Prozesses gerade befinden. Ein Beispiel: Auch wenn das, was Sie erlebt haben, nachdem Sie den Herrn um Wahrheit gebeten haben, noch keinen Beweis für irgendetwas darstellt, ist es dennoch hilfreich, Ihren Mentor wissen zu lassen, wann Sie bereit sind, in die TRANSFORMATIONSBOX zu gehen.

Ob es nun so scheint, als wäre etwas geschehen, oder ob Sie den Eindruck haben, dass überhaupt nichts geschehen ist: Sie können Ihrem Mentor oder Ihrer Mentorin zum Beispiel einfach sagen: „Okay.“ Oder: „Ich denke, ich bin jetzt bereit für den Transformationstest.“ Oder noch besser: Prüfen Sie selbst, ob eine Transformation eingetreten ist, und teilen Sie Ihrem Mentor mit, was Sie festgestellt haben (nähere Erläuterung dazu im nächsten Kapitel).

Die WAHRHEITSBOX im Rückblick

Nachdem Sie in der ÜBERZEUGUNGSBOX eine „Grundlinie“ festgehalten haben, gehen Sie in die WAHRHEITSBOX und bitten den Heiligen Geist, Sie von der Wahrheit zu überzeugen. Wenn Sie einen Moment aufmerksam gewartet haben oder den Eindruck haben, dass etwas geschehen sein könnte, gehen Sie zur TRANSFORMATIONSDOX weiter, um zu prüfen, ob sich Ihre Überzeugung verändert hat.

Die WAHRHEITSBOX in der Realität

Die Ziele in der WAHRHEITSBOX sind einfach und leicht zu erreichen, sobald man sie verstanden hat. Sie bitten den Herrn einfach, Sie von Seiner Perspektive zu überzeugen, und empfangen, was immer Er für Sie hat. Es gibt Zeiten, in denen wir nicht bereit sind, Seine Perspektive zu der lügenbasierten Überzeugung zu hören, die wir identifiziert haben. Auch wenn Sie den Wunsch haben, von Gott zu hören, bedeutet das noch nicht, dass Sie bereit sind, offen hinzuhören oder anzunehmen, was Er Ihnen geben möchte. Wenn Sie einen Grund haben, Gottes Perspektive abzulehnen, werden Sie sie ablehnen, auch wenn Sie wirklich von Ihm hören möchten und Ihn um Seine Wahrheit gebeten haben. Ein weiterer häufiger Grund, weshalb wir nichts von Gott hören, ist, dass wir zornig auf Ihn sind. Die verschiedenen Gründe für einen Widerstand, von Gott etwas zu hören, erörtern wir im Kapitel über die LÖSUNGSBOX.

Es gibt keine „normale“ Erfahrung, mit der Sie rechnen können, nachdem Sie eine lügenbasierte Überzeugung identifizieren konnten und den Herrn gebeten haben, Sie von der Wahrheit zu überzeugen. Vielleicht fällt es Ihnen auch schwer, nicht von der Vermutung auszugehen, dass der Heilige Geist etwas getan oder nicht getan hat. Das gilt insbesondere dann, wenn es eine herrliche geistliche Begegnung mit Jesus zu sein schien oder wenn Sie den Eindruck hatten, dass überhaupt nichts geschah! Behalten Sie jedenfalls in Erinnerung, dass Sie keine Annahmen treffen oder Vermutungen anstellen sollten, was immer Sie auch sehen, hören, fühlen oder erfahren. Ganz gleich, was geschieht, nachdem Sie den Heiligen Geist um Seine Wahrheit und Perspektive gebeten haben: Ihr nächster Schritt führt immer in die TRANSFORMATIONSDOX.



Einfache Wahrheiten

Ein interessanter Aspekt des charakteristischen Geschehens in der WAHRHEITSBOX ist, wie einfach die Wahrheiten oft sind, von denen Mentees berichten. Selten ist es ein tiefer theologischer Glaubenssatz; meist sind es einfache Zusagen wie „Ich liebe dich“, „Du bedeutest mir so viel“, „Du bist jetzt in Sicherheit“, „Ich bin bei dir“, „Ich habe alles in der Hand“, „Du bist mein“ oder „Du bist mir kostbar“. Tatsächlich zeichnen sich auch viele tiefe theologische Wahrheiten in der Bibel durch solche Einfachheit aus. Wenn der Schöpfer des Universums unsere Herzen von Seiner Liebe überzeugt, indem Er einfach sagt: „Ich liebe dich“, ist das gewaltig! Gott braucht nicht viele Worte zu machen, um Großes zu bewirken. Denken Sie an das, was geschah, als Er nur sagte: „Es werde Licht!“ Wie unfassbar es ist zu wissen, dass Gott uns liebt, offenbarte Paulus, als er für die Epheser betete:

„...damit ihr imstande seid, mit allen Heiligen völlig zu erfassen, was die Breite und Länge und Höhe und Tiefe ist, und zu erkennen die Erkenntnis übersteigende Liebe des Christus, damit ihr erfüllt

werdet zur ganzen Fülle Gottes“ (Epheser 3,18-19; unsere Hervorhebung).



KAPITEL 17

Die TRANSFORMATIONSBOX

Ziel des Mentee in der TRANSFORMATIONSBOX

1. Feststellen, ob der Heilige Geist mich von der Wahrheit überzeugt hat

Die Frage in der TRANSFORMATIONSBOX

„Fühlt es sich immer noch wahr an, dass... (die lügenbasierte Überzeugung, die in der ÜBERZEUGUNGSBOX identifiziert wurde)?“

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in zwei Teile gegliedert. Der erste Teil beschreibt das TPM-Protokoll in der TRANSFORMATIONSBOX. Der zweite Teil erörtert, was zu tun ist, nachdem Sie überprüft haben, ob eine Transformation eingetreten ist.



Eine Übersicht über die TRANSFORMATIONSBOX



Nachdem Sie in der ÜBERZEUGUNGSBOX festgestellt haben, was Sie glauben, und in der WAHRHEITSBOX den Heiligen Geist eingeladen haben, Sie von der Wahrheit zu überzeugen, besteht Ihr nächstes Ziel darin, in der TRANSFORMATIONSBOX zu prüfen, ob eine Transformation eingetreten ist. Wie wir in Kapitel 16 erörtert haben, gibt es immer einen bleibenden und überprüfbaren Beweis, wenn der Heilige Geist uns verwandelt hat. In der TRANSFORMATIONSBOX prüfen Sie, ob etwas geschehen ist, das nur Gott bewirkt haben kann: eine Veränderung in dem, was Sie glauben.

„Fühlt sich die Lüge immer noch wahr an?“

Um festzustellen, ob es zu einer Änderung Ihres Denkens gekommen ist, benutzen Sie die Grundlinie, die in der ÜBERZEUGUNGSBOX ermittelt wurde. Die lügenbasierte Überzeugung, die Sie nur wenige Momente zuvor identifiziert haben, *fühlte* sich für Sie wahr an oder *schien* wahr zu sein. In der TRANSFORMATIONSBOX geht es darum, anhand eines Tests festzustellen, ob sich diese Lüge immer noch wahr *anfühlt* oder wahr zu sein *scheint*. Sie prüfen, ob sich Ihre Überzeugungen verändert haben. Dazu stellen Sie in der TRANSFORMATIONSBOX einfach die Frage: „Fühlt es sich immer noch wahr an, dass _____?“

Wenn Sie den TPM-Prozess selbst anwenden, würden Sie sich zum Beispiel fragen:

„Fühlt es sich immer noch wahr an, dass ich wertlos bin?“

Oder: „Fühlt es sich immer noch wahr an, dass ich schmutzig und eine Schande bin?“

Wenn Sie den TPM-Prozess unter der Anleitung eines Mentors anwenden, würde er oder sie fragen:

„Fühlt es sich immer noch wahr an, dass Sie keine Kontrolle haben?“

Oder: „Fühlt es sich immer noch wahr an, dass Sie verletzbar und schutzlos sind?“

Beachten Sie, dass Sie die Lüge prüfen, nicht die Wahrheit. Fühlt sich die Lüge immer noch wahr an oder scheint sie immer noch wahr zu sein? Wenn ja, dann glauben Sie sie noch immer. Wenn nicht, hat sich Ihre Überzeugung geändert. Diese Veränderung des Denkens geschah durch das Wirken des Heiligen Geistes. Die veränderte Überzeugung ist ein Beweis, dass Er Sie überzeugt hat, die Wahrheit zu glauben. Wenn die Lüge sich nicht mehr wahr anfühlt, hat sich Ihre Überzeugung verändert. Nur der Heilige Geist kann diese Transformation bewirken.

Solange Sie nicht überprüft haben, ob die Lüge sich immer noch wahr anfühlt, haben Sie kein klares oder verlässliches Mittel, um festzustellen, ob Gott etwas getan hat. Das gilt selbst dann, wenn es so scheint, als hätten Sie eine lebendige Begegnung mit dem Herrn gehabt. Doch wie herrlich Ihre Erfahrung in der WAHRHEITSBOX auch gewesen sein mag, ist sie für sich genommen keine Garantie, dass etwas Geistliches oder Bleibendes geschehen ist. Wie Sie in Kapitel 16 gelernt haben, ist das, was Sie unmittelbar nach der Bitte um die Perspektive des Herrn erfahren haben, kein verlässliches Zeichen für Sein Wirken.

Nachdem Sie den Herrn um Wahrheit gebeten haben, kommt Ihnen vielleicht ein Bibelvers in den Sinn oder Sie hören eine tröstliche Wahrheit in Ihren Gedanken. Vielleicht sehen Sie ein ermutigendes inneres Bild oder Sie fühlen sich deutlich besser, nachdem Sie Gott eingeladen haben, Ihnen Seine Perspektive mitzuteilen. Doch nichts von alledem ist für sich genommen ein Hinweis auf eine Transformation. Vielleicht hatten Sie eine „herrliche“ Erfahrung in der WAHRHEITSBOX, meinten Engelchöre zu hören, sahen den Herrn in Ihrer Vorstellung neben sich stehen und spürten, wie Ihr Schmerz verschwand; wenn die Lüge sich jedoch immer noch wahr *anfühlt*, weist das alles nur darauf hin, dass Sie eine gute Vorstellungskraft haben.

Wenn das, was Sie nach der WAHRHEITSBOX sehen, spüren, hören oder sonstwie erleben, von einer Veränderung Ihres Denkens begleitet wird – erkennbar daran, dass sich die lügenbasierte Überzeugung nicht mehr wahr anfühlt oder wahr zu sein scheint –, dann hat der Heilige Geist dieses Werk vollbracht, denn nur Er kann das bewirken. Es geht uns um mehr als nur eine Erfahrung; es geht um echte Transformation.

Letztlich ist es die mühelos wachsende Frucht des Geistes, die uns einen weiteren greifbaren Nachweis dieser Transformation bietet. Wenn Sie nach einer Weile merken, dass Liebe, Freude, Frieden, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Treue und Selbstbeherrschung (Galater 5,22-23) spontan zum Ausdruck kommen, dann können Sie sicher sein, dass Seine Wahrheit in Ihr Herz gepflanzt wurde. So formulierte es Jakobus: „Nehmt das eingepflanzte Wort mit Sanftmut auf, das eure Seelen zu retten vermag“ (Jakobus 1,21; unsere Hervorhebung).

Jakobus benutzte für „*einpflanzen*“ das griechische Wort „*émphytos*“, um etwas Wichtiges zu unterstreichen. Denn dieses Wort beschreibt, wie ein Same in die Erde gepflanzt wird, damit er keimt. Es bezeichnet auch das Einpfropfen eines Zweiges in einen neuen Wurzelstock. Beide Bilder vermitteln eine Vorstellung von Wachstum und Leben, aus der ganz natürlich Frucht entsteht.

Wenn der Heilige Geist unsere Herzen von der Wahrheit überzeugt, ist als Resultat „*Frucht*“ zu erwarten. Wenn keine Frucht entsteht, hat kein „*émphytos*“ stattgefunden. Eine intellektuelle Zustimmung zur Wahrheit gleicht einem Samen, den wir in der Hand halten. Wir haben das Potential zu einer Ernte in der Hand, doch solange der Same nicht in die Erde gepflanzt wird, wird keine Frucht wachsen. Wir sind darauf angewiesen, dass der Heilige Geist die Wahrheit, die wir in unserem Verstand tragen, in die „*Erde*“ unseres Herzens pflanzt.

Im Wesentlichen ist das der Grund, weshalb wir nicht mehr anhand des „inneren Friedens“ prüfen, ob eine Transformation geschehen ist, denn weder das Vorhandensein noch das Fehlen von Schmerz ist ein gültiger Hinweis auf eine Transformation. Vielleicht scheinen Sie sich besser, genauso oder sogar schlechter zu fühlen, nachdem Sie den Herrn um Seine Perspektive gebeten haben. Die verschiedensten Dinge können beeinflussen, wie Sie sich fühlen, und deshalb ist eine Änderung von Emotionen kein verlässlicher Hinweis auf das Wirken des Heiligen Geistes. Es ist sogar möglich, dass Sie sich schlechter fühlen, nachdem Sie von der Wahrheit überzeugt wurden! Das ist oft dann der Fall, wenn Sie in Bezug auf Ihre *Lösungsüberzeugungen* von der Wahrheit überzeugt wurden (die wir in Kapitel 19 erörtern werden). Ein vorhandener oder fehlender emotionaler Schmerz ist kein gültiger Nachweis für das verwandelnde Wirken des Heiligen Geistes.

Das soll nicht heißen, dass wir keinen Frieden erfahren, nachdem wir von der Wahrheit überzeugt wurden, denn das ist oft der Fall. Liebe, Freude, Frieden, Gewissheit, Zuversicht, Sicherheit, Geborgenheit und vieles mehr können wir fühlen, wenn wir die Wahrheit in unserem Herzen glauben. Doch der wahre Prüfstein einer Transformation ist die Veränderung des Denkens, die immer folgt, wenn der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt hat.

Wie gesagt, soll damit nichts abgewertet werden, was vor der TRANSFORMATIONSBOX geschehen sein mag. Wir betonen nur, wie wichtig es ist, anhand der richtigen Variablen zu prüfen, ob eine Transformation stattgefunden hat. Viele Menschen waren zuerst von einer Erfahrung begeistert, die sie für eine Transformation oder eine Begegnung mit Gott gehalten haben, und dann entmutigt, als die „Frucht“ gar nicht oder nicht dauerhaft sichtbar war. Im TPM-Gebetsdienst prüfen wir immer, ob der Heilige Geist beteiligt war. Und das tun wir, indem wir untersuchen, ob es zu einer Änderung unserer Überzeugung gekommen ist.

Wenn Sie etwas hören, von dem Sie glauben, dass es Gottes Stimme war, und dies zu einer Veränderung Ihrer Überzeugung geführt hat, war der Heilige Geist am Werk. Wenn Ihnen ein Bild in den Sinn kommt, und es dazu führt, dass die Lüge sich nicht länger wahr anfühlt, hat der Heilige Geist gewirkt. Wenn Sie eine tröstende Gegenwart spüren und sich deshalb besser fühlen, fragen Sie sich: „*Fühlt die Lüge sich immer noch wahr an?*“ Wenn nicht, ist das ein Zeichen für das Wirken des Heiligen Geistes.

Die folgenden Beispiele zeigen, wie das in einer TPM-Gebetssitzung aussehen könnte.

Sie fragen sich: Nicht, dass es wahr ist: Aber fühlt es sich wahr an, dass mit mir etwas nicht stimmt? (ÜBERZEUGUNGSBOX)

Ihre Antwort: ...Ja, das fühlt sich wahr an.

Sie fragen Gott: Herr, was willst Du mich wissen lassen? (WAHRHEITSBOX)

Ihr Gedanke: ...Ich habe den Eindruck, Er erinnert mich daran, dass ich staunenswert und wunderbar geschaffen bin.

Sie fragen sich: Fühlt es sich immer noch wahr an oder scheint es immer noch wahr zu sein, dass mit mir etwas nicht stimmt? (TRANSFORMATIONSBOX)

TRANSFORMATIONSGEBET

Ihre Antwort: Nein, das fühlt sich nicht mehr wahr an.

Ein weiteres Beispiel:

Ihr Gedanke: Es fühlt sich definitiv wahr an, dass ich allein bin! (ÜBERZEUGUNGSBOX)

Sie fragen Gott: Herr, was willst Du mich wissen lassen? (WAHRHEITSBOX)

Ihr Gedanke: Ich kann spüren, dass Er bei mir ist. Es ist, als würde Er Seine Hände auf meine Schultern legen. Das ist so tröstlich.

Sie fragen sich: Aber fühlt es sich immer noch wahr an, dass ich allein bin?
(TRANSFORMATIONSBBOX)

Ihre Antwort: Nein. Es fühlt sich nicht mehr wahr an, dass ich allein bin. Er ist bei mir!

Ein Beispiel für die Anwendung des TPM-Prozesses mit einem Mentor:

Mentor: Nicht, dass es wahr ist: Aber fühlt es sich wahr an, dass Sie dumm sind?
(ÜBERZEUGUNGSBOX)

Mentee: Logisch betrachtet weiß ich, dass das nicht stimmt, aber es fühlt sich wahr an.

Mentor: Herr, was willst Du (Name des Mentee) wissen lassen? (WAHRHEITSBOX)

Mentee: Ich sehe Jesus, der wie ein Lehrer gekleidet ist. Er zeigt auf eine Tafel, auf der in großen Buchstaben geschrieben steht: „Wenn du das liest, bist du nicht dumm.“

Mentor: Fühlt es sich immer noch wahr an, dass Sie dumm sind?
(TRANSFORMATIONSBBOX)

Mentee: Nein. Dieser Gedanke kommt mir jetzt ganz komisch vor.

Ein weiteres Beispiel:

Mentor: Nicht, dass es wahr ist: Aber fühlt es sich wahr an, dass Sie wertlos sind?
(ÜBERZEUGUNGSBOX)

Mentee: Ja, das fühlt sich wahr an.

Mentor: Herr, was willst Du (Name des Mentee) wissen lassen? (WAHRHEITSBOX)

Mentee: Ich habe gehört: „Ich habe Meinen Sohn hingegeben, damit du Mein Kind sein kannst.“

Mentor: Fühlt es sich immer noch wahr an oder scheint es immer noch wahr zu sein, dass Sie wertlos sind? (TRANSFORMATIONSBBOX)

Mentee: Nein. Ich bin Gott sehr wertvoll. Er hat den höchsten Preis für mich bezahlt!

Jedes dieser Beispiele verläuft nach demselben TPM-Protokoll: In der ÜBERZEUGUNGSBOX eine Grundlinie feststellen, in der WAHRHEITSBOX den Herrn um Seine Perspektive bitten und in der TRANSFORMATIONSBBOX die Grundlinie als Vergleichspunkt benutzen. Die Lüge eingestehen, um Wahrheit bitten und dann prüfen, ob eine Transformation stattgefunden hat.



Das gute Werk Gottes prüfen

Manche fühlen sich vielleicht unwohl bei dem Gedanken, das Werk des Heiligen Geistes in Frage zu stellen oder zu prüfen. Doch eine Prüfung der Echtheit des göttlichen Wirkens schmälert seine Tragweite, Kraft oder Wirksamkeit in keiner Weise. Die Prüfung der Echtheit Seines Handelns stellt es nur unter Beweis und gibt Ihm die Ehre, die Ihm gebührt. Sein Werk wird jeder noch so genauen Überprüfung immer standhalten. So sehr man es auch unter die Lupe nimmt: Das Werk des Heiligen Geistes kann nicht vereitelt, gefährdet oder beeinträchtigt werden. Deshalb können wir es ohne Bedenken prüfen. Tatsächlich werden wir sogar dazu aufgefordert (1 Johannes 4,1).

Die Frage der TRANSFORMATIONSBOX (anhand der Grundlinie, die in der ÜBERZEUGUNGSBOX ermittelt wurde) befähigt Sie, das zu evaluieren, was in der WAHRHEITSBOX geschehen zu sein scheint. Es gibt Ihnen ein praktisches Mittel an die Hand, um festzustellen, ob der Heilige Geist Sie tatsächlich von der Wahrheit überzeugt hat. Ganz gleich wie spektakulär oder unscheinbar Ihre Erfahrung gewesen sein mag, nachdem Sie den Herrn um Wahrheit gebeten haben: Es gibt nur einen Weg, um zu überprüfen, ob Sie „von Gott gehört“ haben oder nicht, nämlich indem Sie prüfen, ob sich Ihre Überzeugungen verändert haben.

Wie Sie aus unserer Erörterung über das „Prinzip von Glaube und Überzeugung“ gelernt haben, können wir bestenfalls auf eine verstandesmäßige Zustimmung zur Wahrheit hoffen, solange der Heilige Geist uns nicht im Herzen von der Wahrheit überzeugt. Wir können der Wahrheit intellektuell voll und ganz zustimmen, ohne dass sie sich auch in unserem Herzen wahr anfühlt. Solange der Heilige Geist nicht die Augen unseres Herzens für die Erkenntnis der Wahrheit öffnet (Epheser 1,18), können wir sie nicht vollständig glauben.

Ganz gleich, wie Sie sich fühlen: Wenn die Lüge sich immer noch wahr anfühlt, hat der Heilige Geist Sie nicht von der Wahrheit überzeugt. Und selbst wenn der Gedanke oder die Botschaft, die Ihnen in den Sinn kommt, voll und ganz mit der Bibel übereinstimmt: Wenn sie nicht auch zu einer merklichen Veränderung Ihrer Überzeugungen führt, war es nicht das Werk des Heiligen Geistes.

Behalten Sie in Erinnerung, dass wir so manches tun können, ohne dass Gott irgendetwas zusätzlich tun müsste. Wir können atmen, ohne Ihn ständig um Luft zu bitten, und wir können uns selbst die Wahrheit sagen, ohne Ihn daran zu beteiligen. Doch solange Er diese Wahrheit nicht in unser Herz „einpflanzt“, werden wir sie nicht völlig glauben (siehe Jakobus 1,21). Tatsächlich könnten wir uns jederzeit an die Wahrheiten erinnern, die wir auswendig gelernt haben, und würden doch in unserem zwiespältigen Denken bleiben, solange nicht der Geist der Wahrheit selbst uns davon überzeugt (siehe Jakobus 1,6-8).

Nichtsdestoweniger kommt es oft vor, dass Mentees in der WAHRHEITSBOX Bibelverse zitieren oder die Wahrheit der Bibel deklarieren. Doch das ist, wie gesagt, nicht unbedingt ein Zeichen dafür, dass der Heilige Geist sie von der Wahrheit überzeugt hat. Was immer Sie auch erleben, nachdem Sie den Herrn um Wahrheit gebeten haben, sollten Sie immer in der TRANSFORMATIONSBOX *prüfen*, ob es zu einer *Transformation* gekommen ist.

Es ist durchaus angebracht, denselben Maßstab auch an andere Bereiche des Gemeindedienstes anzulegen, in denen wir tätig sind. Allzu oft engagieren wir uns in Aufgaben und Diensten, ohne je das Ergebnis zu überprüfen. Statt uns allein auf die Ehrbarkeit unserer Ziele und den Aufwand an Zeit und

Mühe zu konzentrieren, den wir in unser Werk investieren, sollten wir ehrlich auswerten, was wir damit erreichen. Wenn Gott beteiligt ist, gibt es immer überprüfbare Nachweise dafür. Wenn Er wirkt, werden wir immer die Früchte Seines Wirkens erkennen können.

Eine merkliche Veränderung

Bei der Überprüfung, ob eine Transformation eingetreten ist, suchen Sie einfach nach einer Veränderung in Ihren Überzeugungen, sei sie dramatisch und offensichtlich oder eher unterschwellig und nur allmählich. Manchmal scheint die Lüge, nachdem Sie Gott um Wahrheit gebeten haben, noch genauso unlogisch und unwahr zu sein, wie Sie es sich vorher bereits dachten. Ein andermal scheint sie nur „weniger wahr“ zu sein. Doch in beiden Fällen kam es zu einer merklichen Veränderung in Ihrer Überzeugung. Das ist alles, wonach Sie suchen: eine merkliche Veränderung.

Sie haben bereits gelernt: Das, was Sie glauben, weil Sie davon überzeugt wurden, können Sie nicht durch eigene Anstrengung, Entscheidung, Willenskraft oder Entschlossenheit ändern. Sie sind überzeugt, dass das, was Sie glauben, wahr ist, weil irgendwo irgendjemand oder irgendetwas Sie davon überzeugt hat. Sobald Sie glauben, dass etwas wahr ist, können Sie nicht durch eine Willensentscheidung einfach aufhören, es zu glauben. Sie glauben es solange, bis eine Person, der Sie vertrauen und die in dieser Sache eine größere Autorität hat, Sie von etwas anderem überzeugt. Das ist der wesentliche Punkt bei dem bereits erörterten „*Prinzip von Vertrauen und Autorität*“.

Wenn Ihre Überzeugung sich verändert hat, dann weil Sie überzeugt wurden, etwas anderes zu glauben als zuvor. Nachdem Sie in einer TPM-Gebetssitzung eine lügenbasierte Überzeugung aufgedeckt haben, die Sie glauben, gibt es nur Einen, der Sie von der Wahrheit überzeugen kann: der Heilige Geist! Wenn Sie eine Veränderung in Ihrem Denken bemerken, nachdem Sie den Herrn um Seine Perspektive gebeten haben, und sei sie noch so gering, ist das eine Bestätigung, dass der Heilige Geist Sie von der Wahrheit überzeugt hat („*peitho*“ – das bibelgriechische Wort für „überzeugen“).

Während Ihrer ersten TPM-Gebetssitzungen wird Ihr Mentor oder Ihre Mentorin vielleicht etwas zur Erinnerung oder zur Klärung sagen, wenn er oder sie die Frage der TRANSFORMATIONSBBOX stellt. Hier ein Beispiel:

Mentee: Ich glaube, der Herr hat gerade gesagt, dass es nicht meine Schuld war. Ich war ein unschuldig kleines Mädchen. (WAHRHEITSBOX)

Mentor: Fühlt es sich immer noch wahr an, dass das, was Ihr Onkel getan hat, Ihre Schuld war? (TRANSFORMATIONSBBOX)

Mentee: Ich bin nicht sicher, was Sie meinen. (*braucht Klärung und Orientierung*)

Mentor: Wenn der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt, werden sich die Lügen, die wir vorher geglaubt haben, nicht mehr wahr anfühlen. Merken Sie, dass das passiert ist? Haben Sie eine Veränderung in Ihrem Denken bemerkt? Oder fühlt sich die Überzeugung, die sich gerade eben noch wahr anfühlte, immer noch wahr an? Es geht nicht um eine Veränderung im Gefühl, sondern um eine Veränderung in der Überzeugung. Erscheint Ihnen die Lüge, die Sie identifiziert haben, noch genauso wahr, wie vor dem Moment, als Sie den Herrn um Seine Perspektive gebeten haben, oder gibt es eine Veränderung?

Wie gesagt: Sie suchen nur nach einer merklichen Veränderung in Ihrer Überzeugung. Manchmal ist diese Veränderung dramatisch und einschneidend, während sie in anderen Fällen subtiler und unscheinbar ist. Doch wenn sich die Lüge nicht mehr so wahr anfühlt, wie sie es tat, bevor Sie den Herrn um Seine Perspektive baten, ist es zu einer *Erneuerung des Denkens* gekommen. Diese Veränderung in Ihrem Denken zeigt, dass der Heilige Geist Sie überzeugt hat, die Wahrheit zu glauben. Vielleicht müssen Sie (was wahrscheinlich ist) noch andere lügenbasierte Überzeugungen identifizieren, aber wenn die Lüge, die Sie gerade identifiziert haben, sich nicht mehr wahr anfühlt, haben Sie Grund, sich zu freuen und dem „Geist der Wahrheit“ (Johannes 16,13) zu danken.



Woher wissen wir, dass es der Heilige Geist war?

Nun könnte jemand sagen: „Woher weiß ich, dass der Heilige Geist die Veränderung in meinem Denken bewirkt hat? Hätte ich mich nicht einfach dafür entscheiden können, die Lüge nicht mehr zu glauben?“ Ein einfacher Test wäre, sich zu *entscheiden*, die Lüge wieder zu glauben. Wenn Sie die Lüge nicht mehr glauben, weil Sie sich entschieden haben, die Wahrheit zu glauben, sollten Sie diesen Prozess auch umkehren können. Versuchen Sie es! Aber seien Sie nicht überrascht, wenn es Ihnen nicht gelingt.

Wir empfehlen Ihnen, noch einmal den Abschnitt über das „Prinzip von Glaube und Überzeugung“ zu lesen. Wir glauben nichts einfach dadurch, dass wir uns dazu entscheiden. Wir glauben etwas, weil wir davon überzeugt wurden. In einer TPM-Gebetssitzung entscheiden wir uns zwar, zum Herrn zu kommen, der uns von der Wahrheit überzeugt, aber die Überzeugung selbst haben wir nicht in der Hand.



„Was ist, wenn die Lüge sich immer noch wahr anfühlt?“

Wenn die Lüge, die in der ÜBERZEUGUNGSBOX bestätigt wurde, sich in der TRANSFORMATIONSBOX immer noch wahr anfühlt oder wahr zu sein scheint, weist dies darauf hin, dass Sie noch nicht von der Wahrheit überzeugt wurden. Es legt auch den Schluss nahe, dass das, was in der WAHRHEITSBOX geschah, nicht das Werk des Heiligen Geistes war. Vielleicht sagt jemand: „Aber ich habe den Bibelvers ‚Ich bin bei euch alle Tage‘ gehört.“ Diese Aussage steht in der Bibel, also ist sie eindeutig wahr! Warum *fühlt* sich der Gedanke, allein und verlassen zu sein, für die Person dann immer noch wahr an? Wenn Sie einen Bibelvers in Ihren Gedanken vernehmen, bedeutet das nicht unbedingt, dass Sie ihn im Herzen vom Heiligen

Geist gehört haben. Einen Bibelvers, den Sie auswendig gelernt haben, können Sie sich in Erinnerung rufen. In einer TPM-Gebetssitzung kommt es oft vor, dass Mentees versuchen, sich selbst von der Wahrheit zu überzeugen, die sie mit dem Verstand schon glauben. Wir können (und sollten) Bibelverse auswendig lernen, doch nachdem wir sie fest in unserem Denken verankert haben, brauchen wir noch den Heiligen Geist, der sie uns auch ins Herz pflanzt. Der Verstand ist die Pforte zu unserem Herzen, doch solange der Heilige Geist uns nicht von Seiner Wahrheit überzeugt, wird sie nicht in unser Herz einziehen.

Das folgende Beispiel veranschaulicht diese Möglichkeit.

Mentor: Joe, ich frage dich: „Nicht, dass es wahr ist: Aber fühlt es sich wahr an, dass du ein elender Verlierer bist? (ÜBERZEUGUNGSBOX)

Mentee: Ja, das fühlt sich wahr an.

Mentor: Herr, was möchtest Du Joe wissen lassen? (WAHRHEITSBOX)

Mentee: Oh Mann! Das ist unglaublich. Ich sehe Jesus, der auf einem großen weißen Pferd reitet und auf mich zukommt. Er scheint sich zu freuen, mich zu sehen. Er hievt mich auf das Pferd und wir reiten gemeinsam der untergehenden Sonne entgegen. Er sagt mir, dass ich kein Verlierer bin! In Seinen Augen bin ich ein Gewinner! Das ist so klasse! Danke, Jesus!

Mentor: Fühlt es sich immer noch wahr an, dass du ein elender Verlierer bist? (TRANSFORMATIONSBBOX)

Mentee: Hm...na ja... also ich schätze, es fühlt sich immer noch wahr an... Aber ich weiß, dass es nicht stimmt, weil Jesus gesagt hat, dass ich ein Gewinner bin! Ich muss mich auf Ihn konzentrieren und auf das, was Er über mich gesagt hat, egal was ich fühle!

So herrlich und inspirierend es auch klingt, was Joe berichtet: Solange ein Mentee nicht feststellt, dass sich die identifizierte Lüge nicht mehr wahr (oder zumindest weniger wahr) anfühlt, hat keine Änderung seiner Überzeugung stattgefunden und er hat keine Erneuerung des Denkens erfahren. Manche Menschen haben eine starke Vorstellungskraft und können visuelle Bilder und Erfahrungen entfalten, die geistlich und herrlich erscheinen. Doch auch wenn eine starke Vorstellungskraft uns für eine Weile von unseren Gefühlen ablenken mag, kann sie keine Erneuerung des Denkens und keine echte Transformation bewirken. Später werden wir entdecken, dass Vorstellungskraft und positives Denken oft als ein „Lösungsverhalten“ benutzt werden, das Menschen in Wirklichkeit davon abhält, die Lügen, die sie glauben, abzulegen und die Wahrheit mit dem Herzen anzunehmen.

Wie schon gesagt, gibt es viele mögliche Erklärungen dafür, warum sich die Lüge immer noch wahr anfühlt, nachdem Sie den Herrn um seine Perspektive gebeten haben. Es kann sein, dass Sie einfach zu früh in die ÜBERZEUGUNGSBOX gegangen sind, bevor Sie eine lügenbasierte Herzensüberzeugung oder Lösungsüberzeugung richtig erkannt haben. Das ist häufig der Fall, wenn jemand noch wenig Erfahrung mit TPM hat und den TPM-Prozess allein anwendet. Vielleicht haben Sie irrtümlich versucht, sich selbst die Wahrheit zu sagen, statt zu warten und sie vom Herrn zu empfangen. Das passiert häufig bei denjenigen von uns, die sich bemühen, Bibeltexte auswendig zu lernen. Neue Mentees fangen manchmal sofort an, passende Bibelverse zu zitieren, nachdem sie Gott um Seine Wahrheit und Perspektive gebeten haben. Aber der Versuch, sich selbst im Herzen von der Wahrheit zu überzeugen, wird wahrscheinlich nicht gelingen.

Dass sich die lügenbasierte Überzeugung immer noch wahr anfühlt, stellen Sie vielleicht auch dann fest, wenn Sie einen lügenbasierten Grund dafür haben, Gott nicht zuzuhören. So glauben Sie vielleicht, dass es negative Konsequenzen haben könnte, den Herrn um Seine Perspektive zu bitten. Oder was wäre, wenn Er nicht auftaucht? Oder wenn Er die Lüge, die Sie glauben, bestätigt und Ihnen sagt, dass Sie wirklich wertlos, nicht liebenswert oder ein Verlierer sind? Auf Jesus zu schauen und auf Seine Perspektive zu warten, gibt Ihnen vielleicht das Gefühl, verletztlich und ausgeliefert zu sein. Vielleicht glauben Sie, sich vor Ablehnung schützen zu können, indem Sie das Gespräch mit Ihm meiden. Das kann dazu führen, dass Sie sich entscheiden, Ihm nicht zuzuhören – obwohl Sie Ihn bewusst bitten, zu Ihnen zu sprechen. (Darüber sprechen wir, wenn wir uns mit Lösungen beschäftigen.) Vielleicht sind Sie auch einfach nur zornig auf Gott, ohne sich dessen bewusst zu sein. Das kann es schwer machen, von Ihm etwas über andere Überzeugungen zu erfahren (ähnlich wie wenn man gezwungen ist, mit jemandem ein Gespräch zu führen, auf den man wütend ist). Was immer auch der Grund sein mag, warum Sie nichts von Gott gehört haben, ist der nächste Schritt immer derselbe.

Was nach der TRANSFORMATIONSBOX zu tun ist

Nach dem „Transformationstest“ wenden Sie – unabhängig davon, ob eine Änderung Ihres Denkens eingetreten ist oder nicht – im nächsten Schritt das „Uhr-Prinzip“ an. Dieser Schritt wird im Verlaufsschema am linken Rand durch eine Linie von der TRANSFORMATIONSBOX bis zur EMOTIONSBOX angezeigt. Es geht einfach darum zu prüfen, ob Sie noch genug Zeit haben, den TPM-Prozess erneut anzuwenden. Während Sie sich auf die Anwendung konzentriert haben, ist vielleicht mehr Zeit vergangen, als Ihnen bewusst war. Dieser Punkt im TPM-Prozess bietet eine günstige Gelegenheit für einen „Blick auf die Uhr“. Wenn Sie nicht genug Zeit haben, um weiterzumachen, ist das ein passender Moment, um aufzuhören.

Wenn Sie den TPM-Prozess selbst anwenden, ist dieses Prinzip leicht zu befolgen. Solange Sie Zeit haben, können Sie einfach weitermachen. Wenn Sie jedoch mit einem Mentor arbeiten, der noch weitere TPM-Gebetssitzungen mit anderen Mentees vereinbart hat, muss dieses Prinzip berücksichtigt werden. Wenn die Zeit vorbei ist, ist sie vorbei. Wenn Sie mit einem Mentor oder einer Mentorin eine bestimmte Zeit vereinbart haben, ist es wichtig, sich an diese Vereinbarung zu halten. Vielleicht haben Sie beide nach der TPM-Gebetssitzung andere Aufgaben zu erledigen.

Falls Sie den TPM-Prozess als natürliche Reaktion auf eine Situation anwenden, in der Sie „getriggert“ wurden, können die zeitlichen Bedingungen sehr verschieden sein. Dabei ist besonders zu berücksichtigen, dass die erforderliche Zeit vermutlich geringer sein wird, wenn Sie mit der Anwendung des TPM-Prozesses und den „*TPM-Prinzipien*“ vertraut sind. Letzteres ist ein weiterer Grund, warum TPM-Mentoren darauf achten, ihre Mentees *auszurüsten* und durch ihr Mentoring *anzuleiten*.

In welchem Kontext Sie TPM auch anwenden: Wenn Sie keine Zeit mehr haben, dann ist das so, und Sie können die Gebetssitzung an dieser Stelle im Gebet abschließen. Sollten jedoch noch einige Minuten der vereinbarten Zeit übrigbleiben, empfehlen wir Ihnen, diese Zeit zu nutzen, um mit Ihrem Mentor über den TPM-Prozess zu sprechen, ihm bzw. ihr Fragen zu stellen, die aufgekommen sind, und bestimmte Abschnitte aus den Schulungsunterlagen zu wiederholen. Behalten Sie das primäre Ziel einer TPM-Gebetssitzung in Erinnerung, nämlich dass Sie als Mentee mehr über die drei Elemente von TPM lernen, Erfahrungen mit der Anwendung sammeln und mit dem TPM-Prozess vertrauter werden. Nutzen Sie Ihre Zeit weise.

Wenn Sie nun tatsächlich noch Zeit haben und den TPM-Prozess erneut anwenden möchten, dann gehen Sie in die EMOTIONSBOX. Ihre Ziele sind dieselben wie zuvor. Im Wesentlichen arbeiten Sie den *TPM-Prozess* erneut durch. So erhalten Sie die Gelegenheit, eine weitere lügenbasierte Überzeugung zu identifizieren oder zu ermitteln, warum es bei der zuvor identifizierten Überzeugung nicht zu einer Veränderung kam (wenn Sie das in der TRANSFORMATIONSBOX festgestellt haben).

Wenn Sie den TPM-Prozess mit einem Mentor anwenden, wird er oder sie nach dem Wechsel von der TRANSFORMATIONSBOX in die EMOTIONSBOX die erste Frage vielleicht etwas abwandeln: „*Was fühlen Sie jetzt?*“ Das entspricht dem Gesprächscharakter und dem Kontext besser, doch die Absicht dieser Frage bleibt dieselbe: Sie prüfen einfach, ob Sie aktuell irgendeine negative Emotion spüren.

Beachten Sie, dass die Frage nicht lautet: „*Fühlen Sie sich jetzt besser?*“ Oder: „*Haben Sie immer noch dasselbe Gefühl wie am Anfang?*“ Sie suchen nicht nach einer Veränderung der Emotion, denn das wäre unnötig und könnte irreführend sein. Die erste Frage in der EMOTIONSBOX dient nicht dazu, festzustellen, ob Sie vom Herrn gehört haben oder nicht. Das wurde in der TRANSFORMATIONSBOX überprüft. Behalten Sie in Erinnerung, dass eine Änderung Ihrer Emotion nicht das Ziel ist und auch keinen Hinweis auf eine Transformation darstellt. Die Frage lautet einfach: „*Was fühlen Sie jetzt?*“ und soll Sie an Ihr erstes Ziel in der EMOTIONSBOX erinnern: mit Ihren Gefühlen in Kontakt zu kommen.

Vielleicht wird Ihnen bewusst, dass Sie jetzt den Frieden Christi spüren. Wenn wir die Wahrheit in unseren Herzen glauben und gegenwärtig darin leben und handeln, dann sollten wir fühlen, wie die Wahrheit sich anfühlt. Genießen Sie diesen neu gefundenen Frieden, die Sicherheit und den Trost! Aber seien Sie nicht überrascht, wenn diese positiven Emotionen gelegentlich von einem Schmerz überlagert werden, der aus anderen lügenbasierten Überzeugungen stammt, die noch nicht behoben wurden. Denken Sie daran: Wir fühlen, was immer wir glauben. Wenn Sie ausschließlich die Wahrheit glauben würden, würden Sie ausschließlich fühlen, was die Wahrheit bewirkt. Doch wenn irgendein Teil Ihrer Überzeugungen lügenbasiert bleibt, werden Sie auch da die Konsequenzen fühlen.

Auch wenn wir gewöhnlich Gefühle wie Frieden, Ruhe, Sicherheit oder Erleichterung empfinden, nachdem der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt hat, bedeutet ein Fehlen dieser positiven Emotionen nicht, dass keine Transformation stattgefunden hat. Wir wissen, dass der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt hat, wenn sich die Lüge nicht länger wahr anfühlt. Doch selbst wenn sich die zuvor identifizierte Lüge nicht länger wahr anfühlt und die Wahrheit in unseren Herzen bestätigt ist, kann es sein, dass wir uns schlecht fühlen. Unser gegenwärtiger emotionaler Zustand ist das Ergebnis der Überzeugungen, mit denen wir uns gerade beschäftigen. Wenn wir über die Lüge nachdenken, die sich nicht mehr wahr anfühlt, wird sie nicht mehr dieselben negativen Gefühle hervorrufen wie zuvor. Wenn jedoch bei der Überprüfung der Transformation eine andere Lüge getriggert wurde, werden wir auch da die schmerzhafteste Emotion spüren, die von dieser lügenbasierten Überzeugung hervorgerufen wird. Auch hier sehen wir wieder, dass Gefühle wie Frieden und Ruhe keine verlässlichen Indikatoren dafür sind, ob eine Transformation erfolgt ist! Der einzig verfügbare Indikator einer Transformation ist eine Änderung der Überzeugung.

Wie schon erwähnt, kann das Fehlen schmerzhafter Emotionen verschiedene Ursachen haben. Ein „schmerzfreier“ Zustand kann zum Beispiel das vorübergehende Ergebnis einer erfolgreichen Verdrängung, einer inneren Ablenkung oder einer Form der Selbstmedikation sein. Nur der Heilige Geist kann Sie von der Wahrheit überzeugen, sodass eine Lüge sich nicht mehr wahr anfühlt. Wenn die fragliche Lüge sich also

nicht mehr wahr anfühlt, dann ist eine Transformation geschehen; und wenn Sie dennoch negative Emotionen spüren, liegt das einfach an anderen Lügen, die gerade getriggert werden. Das bietet Ihnen eine weitere Gelegenheit, Ihren Glauben läutern, Ihr Denken erneuern und Ihr Leben verwandeln zu lassen!

Es kann also sein, dass Sie zwar eine wesentliche Veränderung Ihrer Überzeugung erfahren, sich jedoch aufgrund anderer lügenbasierter Überzeugungen, die getriggert werden, schlecht fühlen. Die folgende erfundene Geschichte kann dieses Konzept veranschaulichen:

Nehmen wir an, ein Mann kommt in die Notfallambulanz eines Krankenhauses. Seine beiden Hände stecken in einer großen eisernen Biberfalle fest. Der Arzt fragt ihn: „Wie in aller Welt ist das denn passiert?“ Der Mann antwortet: „Ich war im Sumpfgebiet, um Biberfallen aufzustellen. Dabei habe ich eine Falle versehentlich ausgelöst und mir beide Hände eingeklemmt.“ „Oh weh!“, sagt der Arzt. „Das ist ja schrecklich. Haben Sie Schmerzen?“ „Ja, entsetzliche Schmerzen! Ich kann es kaum aushalten. Können Sie mir helfen?“ Der Arzt beginnt eine Seite der Falle zu lösen, sodass die rechte Hand des Mannes frei wird. Zufrieden fragt er den Mann: „Das hätten wir. Fühlt sich Ihre rechte Hand jetzt besser an?“ Verzweifelt ruft der Mann aus: „Das kann sein, aber ich weiß es nicht, weil meine andere Hand immer noch so weh tut!“

Der anhaltende Schmerz in seiner anderen Hand machte es fast unmöglich, die Erleichterung in seiner freien Hand wertzuschätzen. Ähnlich hier: Nachdem der Heilige Geist Sie in Bezug auf einen Teil Ihrer lügenbasierten Überzeugung von der Wahrheit überzeugt hat, kann es sein, dass Ihre andere „Hand“ immer noch sehr weh tut. Das bedeutet nicht, dass keine Transformation geschehen ist, sondern einfach, dass Sie weitere Lügen glauben, bei denen Sie Seine Perspektive brauchen.

In dem Beispiel fragte der Arzt den Fallensteller ganz konkret: „Fühlt sich Ihre befreite rechte Hand jetzt besser an?“ Aber der Fallensteller konnte es nicht sicher sagen, weil der noch vorhandene Schmerz die Erleichterung überlagerte, die er sonst gespürt hätte. Deshalb antwortete er ehrlich: „Ich weiß es nicht, weil meine andere Hand immer noch so weh tut!“ Der Schmerz der noch eingeklemmten Hand war stärker zu spüren als die Erleichterung in der befreiten Hand. Der Fallensteller erfuhr eine echte Befreiung in der einen Hand, hatte aber weiter Schmerzen, weil seine andere Hand noch in der Falle steckte.

Nichtsdestoweniger ändert der Schmerz seiner linken Hand nichts an der Befreiung seiner rechten Hand. Wir können den Frieden Christi da erleben, wo die Wahrheit herrscht, doch vielleicht können wir diesen Frieden nur schwer genießen, wenn wir durch einen Schmerz abgelenkt sind, den andere getriggerte Lügen hervorrufen. Der Arzt hätte die Frage der TRANSFORMATIONSBOX in abgewandelter Form stellen können: „Fühlt es sich immer noch so an, als würde Ihre rechte Hand in der Falle stecken?“ Das hätte dem Fallensteller die Gelegenheit gegeben, seinen Verletzungszustand genauer zu untersuchen und zu antworten: „Nein, meine rechte Hand ist frei, aber ich habe immer noch starke Schmerzen. Können Sie bitte weitermachen und auch meine linke Hand befreien?“

Sollten Sie also merken, dass immer noch Schmerz vorhanden ist, nachdem Sie tatsächlich vom Herrn Wahrheit empfangen haben, seien Sie nicht entmutigt! Fragen Sie sich stattdessen: „Fühlt sich die Lüge, die ich vorhin identifiziert habe, immer noch wahr an?“ Wenn Ihre Überzeugung sich verändert hat, dann hat der Herr Ihr Herz von der Wahrheit überzeugt. Der noch vorhandene Schmerz deutet auf weitere Überzeugungen hin, die noch behandelt werden müssen, und bietet Ihnen weitere Gelegenheiten zur Läuterung Ihres Glaubens, zur Erneuerung Ihres Denkens und zur Transformation Ihres Lebens!

Wenn Sie in die EMOTIONSBOX zurückgekehrt sind und dort feststellen, dass Sie keine negative Emotion mehr spüren, können Sie die TPM-Gebetssitzung an diesem Punkt beenden. Sollten Sie jedoch noch die Zeit und den Wunsch haben, weiterzumachen, kann es hilfreich sein, sich selbst zu „triggern“. Sie können dazu an etwas denken, auf das Sie sich zu Beginn der Gebetssitzung konzentriert hatten, oder zu einer Erinnerung zurückkehren, die während der Gebetssitzung aufgetaucht war. Wenn Sie merken, dass Sie sich schlecht oder sogar noch schlechter als am Anfang fühlen, ist das kein Grund zur Entmutigung, sondern eine Gelegenheit zur Erneuerung Ihres Denkens!

Der Heilige Geist wirkt in Ihrem Leben darauf hin, Ihre lügenbasierten Herzensüberzeugungen durch Seine Perspektive zu ersetzen. Dies ist ein lebenslanger Weg des Entdeckens und der Transformation. Denken Sie daran, dass Ihr eigentliches Ziel nicht darin besteht, Hürden zu überwinden, Hindernisse zu umgehen oder weitgehend schmerzfrei zu werden. Es geht vielmehr darum, das Wirken Gottes in Ihrem Leben bewusster wahrzunehmen und dabei effizienter mit Ihm zu kooperieren!

Ausnahmen von der Regel

Auch wenn das Verlaufsschema Sie nach der TRANSFORMATIONSBBOX wieder in die EMOTIONSBOX führt, gibt es einige „Ausnahmen“ von dieser Regel, die wir besprechen sollten. Wie Sie in den nächsten Kapiteln entdecken werden, sollten Sie zum Beispiel immer dann in die ZORNBOX wechseln, wenn Sie an irgendeinem Punkt in Ihrem TPM-Prozess merken, dass Sie ärgerlich sind. Und sobald Sie einen möglichen „Lösungsindikator“ (Erläuterung folgt später) wahrnehmen, sollten Sie sofort in die LÖSUNGSBOX gehen. *Zorn* und *Lösungen* können an jeder Stelle im TPM-Prozess auftreten, und sobald das geschieht, werden sie zur Priorität. ALLERDINGS sollten Sie, nachdem Sie den Herrn um Wahrheit gebeten haben, immer zuerst in die TRANSFORMATIONSBBOX gehen und prüfen, ob eine Transformation (eine Änderung der Überzeugung) geschehen ist, bevor Sie irgendetwas anderes tun!

Wenn Sie wütend werden oder Ihnen bewusst wird, dass Sie vielleicht ein *Lösungsverhalten* ausüben, NACHDEM Sie den Herrn um Wahrheit gebeten haben, prüfen Sie also zuerst in der TRANSFORMATIONSBBOX, ob eine Transformation eingetreten ist, BEVOR Sie in die ZORNBOX oder in die LÖSUNGSBOX wechseln. Im Prinzip wird die allgemeine „Regel“, wann Sie in die ZORNBOX oder in die LÖSUNGSBOX wechseln, von der übergeordneten Regel abgelöst, nach der Sie zuerst den Transformationstest machen, nachdem Sie den Herrn um Wahrheit gebeten haben. All das wird klarer werden, nachdem wir die TPM-Protokolle für die ZORNBOX und die LÖSUNGSBOX erörtert haben.



Gedenksteine setzen

Im Alten Testament erfahren wir, dass die Israeliten zum Gedenken an das, was Gott für Sein Volk getan hatte, Monumente errichteten, Steine aufstapelten oder einen Altar bauten. Sie taten es, um später an ihre Erfahrungen mit Gott erinnert zu werden, wann immer sie an diesen Orten vorbeikamen. Auch wir können „Steine errichten“, nachdem wir in einer Gebetssitzung vom Heiligen Geist Wahrheit empfangen haben. Indem wir schriftlich festhalten, was Gott für uns getan hat, können wir diese Meilensteine auf unserem Weg der Glaubensläuterung immer wieder aufsuchen.

Das schlagen wir aber nicht vor, damit Sie nicht vergessen, was der Heilige Geist gesagt hat, denn sobald Er Sie in Ihrem Herzen von der Wahrheit überzeugt hat, können und werden Sie es nicht mehr vergessen. Vielleicht widerstrebt Ihnen diese Vorstellung und Sie halten es für notwendig, sich immer wieder selbst an die Wahrheit zu erinnern. Doch wie viel Energie haben Sie aufgewendet, um sich an die Lügen zu erinnern, die Sie früher glaubten? Mussten Sie sich ständig daran erinnern, dass Sie wertlos oder allein oder verlassen sind? Natürlich nicht! Unsere Herzensüberzeugungen vergessen wir nicht, ob sie wahr oder unwahr sind.

Wir können nicht anders, als weiter zu glauben, was wir gegenwärtig glauben. Das ändert sich erst, wenn wir von etwas anderem überzeugt werden. Wir können versuchen, unsere lügenbasierten Überzeugungen zu unterdrücken und uns von dem Schmerz abzulenken, den sie hervorrufen, aber die Lügen bleiben. Auch wenn es uns vielleicht nicht gelingt, uns unsere Herzensüberzeugungen ins Bewusstsein zu rufen, beeinflussen sie trotzdem alles, was wir tun. Die gute Nachricht ist, dass dies auch umgekehrt gilt: Die Wahrheit, die wir in unserem Herzen glauben, wird uns auch dann prägen und der „*Friede des Christus*“ wird auch dann „*in unseren Herzen regieren*“ (siehe Kolosser 3,15), wenn es uns nicht bewusst ist.

Versuchen Sie, am Ende Ihrer TPM-Gebetssitzung die Lügen aufzuschreiben, die Sie identifiziert haben und die sich wahr anfühlten, und auch die Wahrheit aufzuschreiben, die Sie empfangen haben (also die Wahrheit, die tatsächlich zu einer Änderung Ihres Denkens geführt hat). Zu einer späteren Zeit, wenn Sie vielleicht von anderen Lügen getriggert werden und sich entmutigt fühlen, können Sie zu diesen Aufzeichnungen zurückkehren und feststellen, dass die erfahrene Erneuerung Ihres Denkens und Transformation Ihres Lebens echt und dauerhaft ist. Wenn Sie entdecken, dass die Lügen, die Sie früher glaubten, sich nicht mehr wahr *anfühlen* oder wahr zu sein *scheinen*, wird es Sie wahrscheinlich ermutigen, sich erneut zu „positionieren“, um mehr Wahrheit zu empfangen.

Auch nachdem der Herr Sie von vielen Wahrheiten überzeugt hat, wird Ihr Glaube nie vollkommen rein sein (jedenfalls nicht bevor Christus wiederkommt). Doch wenn Sie auf den Weg der Glaubensläuterung zurückschauen, den Sie mit Ihm zurückgelegt haben, und erkennen, welche Fortschritte Sie gemacht haben, können Sie daraus Kraft und Mut schöpfen, um dranzubleiben, wenn weitere Lügen aufgedeckt werden. Dieser Weg ist ein Langlauf und kein Sprint!



KAPITEL 18

Die ZORNBOX

Ziele des Mentee in der ZORNBOX

1. Feststellen, ob ich zornig oder wütend bin
2. Identifizieren, gegen wen oder was ich Zorn oder Wut empfinde
3. Einen vermutlichen Grund nennen, weshalb ich so empfinde

Die Fragen in der ZORNBOX

„Richtet sich ein Teil des Gefühls, das ich empfinde, auf eine Person oder Sache?“

„Gegen wen oder was empfinde ich _____ (Zorn, Ärger, Wut)?“

„Weshalb empfinde ich Zorn, Ärger oder Wut gegen _____?“

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in vier Teile gegliedert. Der erste Teil erörtert mehrere Bibeltexte, die sich mit Zorn beschäftigen. Der zweite Teil fasst einige typische Merkmale von Zorngefühlen zusammen. Der dritte Teil stellt mehrere konkrete Beispiele für Abläufe in der ZORNBOX vor. Und der vierte Teil erklärt, was damit gemeint ist, einen vermutlichen Grund für Zorngefühle zu identifizieren.



Zorn aus biblischer Sicht

 Es gibt eine Fülle von Bibeltexten, die sich mit Zorn beschäftigen. Statt alle Bibelverse zu untersuchen, in denen von Zorn die Rede ist, werden wir uns auf drei wesentliche Abschnitte konzentrieren. Aus diesen Versen können wir sehr viel über Zorn lernen: Ob wir Zorn fühlen sollen, wie lange wir ihn fühlen sollen, was wir tun sollen, wenn wir Zorn empfinden, und anderes mehr. Hier die drei Bibeltexte:

Zürnet, und sündigt dabei nicht! Die Sonne gehe nicht unter über eurem Zorn, und gebt dem Teufel keinen Raum! (Epheser 4,26-27).

Denn der Zorn des Menschen bewirkt nicht, was vor Gott recht ist (Jakobus 1,20; NGÜ).

Rächt euch nicht selbst, Geliebte, sondern gebt Raum dem Zorn Gottes! Denn es steht geschrieben: „Mein ist die Rache; ich will vergelten, spricht der Herr“ (Römer 12,19).

Aus diesen kurzen Texten können wir mindestens fünf hilfreiche Prinzipien über Zorngefühle ableiten, die

sich auf TPM anwenden lassen:

1. Es ist uns erlaubt, zornig zu sein.

„Zürnet...“ (Epheser 4,26).

Zorn ist im Grunde eine von Gott geschaffene Reaktion auf wahrgenommene Ungerechtigkeiten. Gott selbst empfindet Zorn über die Ungerechtigkeit in der Welt. Und wenn wir Ungerechtigkeit mitansehen oder selbst erleben, empfinden wir zu Recht Zorn. Tatsächlich entstand ein großer Teil der Zorngefühle, die wir empfinden, *ursprünglich* im Kontext einer Ungerechtigkeit wie Missbrauch, Grausamkeit oder Vernachlässigung. Gott hat es in uns angelegt, dass wir in dieser Weise auf solche Erfahrungen reagieren. Es ist unwahrscheinlich, dass wir nicht ein gewisses Maß an Wut empfinden, wenn wir mit einer wahrgenommenen Ungerechtigkeit konfrontiert sind.

2. Es ist möglich, zornig zu sein, ohne zu sündigen.

„Zürnet, und sündigt dabei nicht...“ (Epheser 4,26; unsere Hervorhebung).

Zorn ist eine starke Kraft, die oft zu unangemessenen Handlungen führt. Zorngefühle an sich sind keine Sünde, doch wenn wir Zorn spüren, müssen wir vorsichtig sein, wie wir reagieren. Denn statt uns in unserem Zorn richtig zu verhalten, neigen wir zu Reaktionen, die sündig sind. Gott ist der Einzige, der richtig auf Seinen Zorn reagieren kann. Wenn ich mich von meinem Zorn leiten lasse, werde ich *wahrscheinlich* etwas Sündiges tun. Gottes Wort erlaubt Ihnen also, zornig zu sein, nur achten Sie darauf, dabei nicht zu sündigen. Hoffentlich gelingt es Ihnen!

Es ist interessant zu sehen, wie Paulus Zorn und Verhalten in Verbindung bringt, wenn er sagt: „Jetzt aber legt auch ihr das alles ab: Zorn, Wut, Bosheit, Lästerung, schändliches Reden aus eurem Mund“ (Kolosser 3,8). Zuerst spricht er davon, Zorn, Wut und Bosheit abzulegen, und bringt dann Lästerung und schändliches Reden zur Sprache. Paulus wusste, dass wir im Zorn dazu neigen, den Mund aufzumachen und alle möglichen unpassenden Bemerkungen loszulassen.

3. Wir sollen nur für kurze Zeit zornig sein.

„Die Sonne gehe nicht unter über eurem Zorn“ (Epheser 4,26).

Wir sind so geschaffen, dass wir Zorn empfinden, wenn wir mit Ungerechtigkeit oder Fehlverhalten konfrontiert sind. Zorn ist die angemessene emotionale Reaktion auf eine Ungerechtigkeit. Wenn wir allerdings sehr lange an unserem Zorn festhalten, bezieht er sich irgendwann nicht mehr auf die Ungerechtigkeit, sondern wird zu einer treibenden Kraft, die uns versuchen lässt, selbst das Problem zu lösen, das *scheinbar* durch die Ungerechtigkeit hervorgerufen wurde. Das hat immer negative Konsequenzen zur Folge.

4. Wir geben dem Teufel „Raum“, wenn wir zornig bleiben.

„Gebt dem Teufel keinen Raum“ (Epheser 4,27).

Satan sucht nach Gelegenheiten, uns lügenbasierte Gründe zu liefern, die uns an unserem Zorn festhalten lassen. Wenn wir an unserem Zorn festhalten, nachdem „die Sonne untergegangen ist“, zeigt dies, dass wir durch den Feind getäuscht wurden. Wenn wir den Zorn nicht loslassen wollen oder sogar einen Widerstand bei dem Gedanken spüren, ihn loszulassen, ist das ein Hinweis, dass wir den Zorn benutzen, um ein wahrgenommenes Problem zu lösen.

Wir glauben zum Beispiel: „Mein Zorn wird mich schützen und mir Sicherheit geben“, „Mein Zorn zieht die Person, die mich verletzt hat, zur Rechenschaft und verhindert, dass sie mit ihrem Verhalten davonkommt“, „Mein Zorn hilft mir, meine Situation unter Kontrolle zu halten“ oder „Mein Zorn bestraft diejenigen, die mir das angetan haben“. So logisch und rational diese Gedanken auch erscheinen mögen, ist keiner von ihnen wahr. Indem wir an unserem Zorn festhalten, geben wir dem Teufel eine Gelegenheit, uns zu täuschen, und er nutzt dies voll aus, weil er weiß, dass wir am Ende sündigen werden, wenn wir zornig bleiben.

5. Unser Zorn und unsere Vergeltung bewirken nicht, was vor Gott recht ist

„Rächt euch nicht selbst, Geliebte, sondern gebt Raum dem Zorn Gottes! Denn es steht geschrieben: ‚Mein ist die Rache; ich will vergelten, spricht der Herr‘“ (Römer 12,19), denn „der Zorn des Menschen bewirkt nicht, was vor Gott recht ist“ (Jakobus 1,20; NGÜ)

Selbst wenn unser Zorn eine berechtigte Entrüstung zu sein scheint, kann er nicht Gottes gerechtes Urteil vollbringen. Das neutestamentliche griechische Wort „dikaïosunē“ in Jakobus 1,20, das mit „Gerechtigkeit“ übersetzt wird, bedeutet auch „gerechtes Urteil“. Nur Gott kann eine gerechte Rechtsprechung über das Unrecht herbeiführen, das einem Unschuldigen angetan wurde. Auch wenn mein Zorn eine berechtigte Reaktion auf eine Ungerechtigkeit ist, kann ich das gerechte Urteil nicht herbeiführen, dass eine solche Ungerechtigkeit verlangt.

Gott hat uns zwar erlaubt, zornig zu sein (Epheser 4,26), aber Er sagt uns auch, dass unser Zorn nicht bewirken wird, was Er möchte (siehe Jakobus 1,20). Der Psalmist verstand das, als er sagte: „Steh ab vom Zorn und lass den Grimm, erzeuge dich nicht, es führt nur zu Bösem!“ (Psalm 37,8; EU). Deshalb hat Gott immer wieder gesagt: „Mein ist die Rache“ (Hebräer 10,30; Römer 12,19). Wir können keine gerechte Vergeltung üben; Rache oder Vergeltung ist allein Gottes Sache. Da dies so ist, macht es mehr Sinn, „alle unsere Sorgen auf Ihn zu werfen“ (siehe 1 Petrus 5,7), weil uns klar ist, dass unser Zorn weder das Unrecht beheben noch Gottes Willen erfüllen wird.

Das heißt aber nicht, dass wir überhaupt nichts tun sollen, wenn wirklich Unrecht geschieht. Den Menschen, die Unrecht erlitten haben, sollen wir mit Anteilnahme, Unterstützung und Ermutigung zur Seite stehen, indem wir die erlittenen Ungerechtigkeiten aus einer himmlischen Perspektive betrachten und wissen, dass Gott bei allem, was uns widerfährt, Sein Werk in uns tut. Die Bibel sagt klar: „Wenn Gott für uns *ist*, wer *ist* gegen uns?“ (Römer 8,31).

Die meisten Gesellschaften haben ein Strafrechtssystem etabliert, um diejenigen zu bestrafen, die Böses tun (siehe 1 Petrus 2,13-14). Doch können wir, nachdem das Strafrecht vollzogen wurde, wirklich sagen, dass die Gerechtigkeit wiederhergestellt wurde? Haben die Opfer des Unrechts das Gefühl, dass eine Wiedergutmachung erfolgt ist? Empfinden diejenigen, denen ein geliebter Mensch durch Unrecht genommen wurde, dass der Gerechtigkeit Genüge getan wurde, wenn der Täter ins Gefängnis geworfen wurde? Ganz und gar nicht! Nichts, was wir hier auf der Erde tun, kann wahre Gerechtigkeit herbeiführen. Die Gerechtigkeit wird kommen, aber erst wenn Gott sie bringt, wird sie zu finden sein! Für Gläubige bleibt es jedoch dabei, dass „denen, die Gott lieben, ALLE DINGE zum Guten mitwirken ... [denn sie sind dazu] vorherbestimmt, dem Bild seines Sohnes gleichförmig zu sein“ (Römer 8,28-29; unsere Hervorhebung).

Wir sollten tun, was wir können, aber die Vergeltung müssen wir Gott überlassen. Zorn scheint manchmal unser einziges Mittel zu sein, aber er wird nicht die gerechten Absichten erfüllen, die wir eigentlich im Sinn haben. Alles, was wir tun, sollte durch Liebe motiviert sein, denn „*das Einzige, was zählt, ist der Glaube, der durch Liebe wirkt*“ (Galater 5,6; NeÜ). Jesus lehrte uns, dass die richtige Antwort auf Menschen, die uns

verletzen, weit von dem entfernt ist, was wir normalerweise tun. Denken Sie daran, dass ein solches Handeln menschlich unmöglich ist, solange der Heilige Geist uns nicht in unserem Herzen von der Wahrheit überzeugt, sodass wir das Leben aus Seiner Perspektive betrachten können. Jesus sagte:

Ihr habt gehört, dass gesagt worden ist: Auge für Auge und Zahn für Zahn. Ich aber sage euch: Leistet dem, der euch etwas Böses antut, keinen Widerstand, sondern wenn dich einer auf die rechte Wange schlägt, dann halt ihm auch die andere hin! Und wenn dich einer vor Gericht bringen will, um dir das Hemd wegzunehmen, dann lass ihm auch den Mantel! Und wenn dich einer zwingen will, eine Meile mit ihm zu gehen, dann geh zwei mit ihm! Wer dich bittet, dem gib, und wer von dir borgen will, den weise nicht ab! Ihr habt gehört, dass gesagt worden ist: Du sollst deinen Nächsten lieben und deinen Feind hassen. Ich aber sage euch: Liebt eure Feinde und betet für die, die euch verfolgen, damit ihr Kinder eures Vaters im Himmel werdet. (Matthäus 5,38-45; EU)

Wir können die Anweisungen Jesu nicht erfüllen, ohne dass der Heilige Geist uns zuerst von Seiner himmlischen Perspektive überzeugt. Nur wenn wir unsere Feinde als Werkzeuge in der Hand Gottes verstehen, der Seinen vollkommenen Willen in unserem Leben vollbringt, können wir sie jemals in dieser Weise „lieben“ und für sie beten.

6. Unser Zorn verfehlt immer die Gerechtigkeit Gottes

Alles, was wir aus Zorn heraus tun, wird hinter Gottes gerechtem Urteil zurückbleiben. Wenn Zorn unser Handeln motiviert, werden wir immer das Beste verfehlen, das Gott will, selbst wenn unser Tun „geistlich“ zu sein scheint. Jakobus sagte: „Im Zorn tut keiner, was vor Gott recht ist“ (Jakobus 1,20; NeÜ). Die Bibel stellt auch klar, dass wir der Ungerechtigkeit und dem Bösen dadurch entgegentreten sollen, dass wir Gutes tun (siehe Römer 12,17-21; Lukas 6,33-35). Wenn der *Friede Christi* „in unseren Herzen regiert“ und wir wirklich durch *Liebe* motiviert sind, wird unser Verhalten *gut* sein.

Wie Sie aus unserer Erörterung über das Prinzip von „*Glaube und Überzeugung*“ wissen, mag unser äußeres Verhalten richtig und gerecht erscheinen, aber „der Herr sieht nicht auf das, worauf der Mensch sieht. Denn der Mensch sieht auf das, was vor Augen ist, aber der Herr sieht auf das Herz“ (1 Samuel 16,7; siehe auch 1 Korinther 4,5). Wenn wir hoffen, unser Verhalten richtig beurteilen zu können, müssen wir auf das schauen, worauf Gott Seine Aufmerksamkeit richtet: unsere Motive. Wenn Zorn unser Handeln motiviert, dann versuchen wir, etwas zu tun, was Gottes Sache ist. Doch wenn wir wirklich durch Gottes Liebe und den Frieden Christi motiviert sind, dann erfüllen wir Seine Berufung in unserem Leben.

Die Bibel sagt klar: „Übt nicht selbst Vergeltung..., sondern lasst Raum für das Zorngericht Gottes; denn es steht geschrieben: Mein ist die Vergeltung, ich werde vergelten, spricht der Herr“ (Römer 12,19). Wann immer wir im Zorn versuchen, Unrecht zu korrigieren, zu bestrafen, Rache zu üben oder Gerechtigkeit herbeizuführen, wird unser Handeln nicht das gerechte Gericht Gottes erfüllen. Manche Menschen bezeichnen ihre zornigen Taten als „berechtigte Entrüstung“. Doch Jakobus sagte unmissverständlich, dass unser Zorn kein gerechtes Ergebnis erzielen kann. Deshalb werden selbst die besten Bemühungen aus „berechtigter Entrüstung“ nur dazu führen, dass wir ein Problem zu lösen versuchen, das nur Gott auf gerechte Weise lösen kann. Es ist Gottes Sache, für ein gerechtes Gericht zu sorgen; unsere Aufgabe ist es, aus Liebe zu handeln.

Bedeutet das, vor dem Bösen und den Ungerechtigkeiten in der Welt die Augen zu verschließen?

Überhaupt nicht, denn wir werden aufgefordert, in Liebe die Wahrheit zu sagen (siehe Epheser 4,15). Paulus offenbart auch, dass Gott die staatliche Autorität benutzen wird, um diejenigen zu strafen, die Böses tun. Paulus schreibt:

Die [staatliche Autorität] steht im Dienst Gottes für dich zum Guten. Wenn du aber das Böse tust, fürchte dich! Denn nicht ohne Grund trägt [die staatliche Autorität] das Schwert. Sie steht nämlich im Dienst Gottes und vollstreckt das Urteil an dem, der das Böse tut (Römer 13,4; EU; unsere Hervorhebung)

Als Paulus sagte: „Zürnet, und sündigt dabei nicht!“ (Epheser 4,26), zeigte er, dass unsere anfängliche Zornreaktion normal und zu erwarten ist. Doch indem er sagte: „sündigt dabei nicht“, spricht er an, wie weit wir in unserem Zorn allenfalls gehen sollen. Da unser Zorn die Gerechtigkeit Gottes nicht erfüllen oder herbeiführen kann, wird alles, was wir im Zorn tun, zu kurz greifen und der Definition von „Sünde“ entsprechen (siehe Römer 3,23).

Paulus sagt also mit anderen Worten: „Fühle, was Gott fühlt (Zorn), wenn du eine Ungerechtigkeit siehst, aber reagiere nicht aus diesem emotionalen Zustand heraus. Überlasse die Vergeltung Gott.“ Geben wir Gott Raum, das zu tun, was nur Er tun kann. Unsere Berufung liegt darin, aus einem Herzen der Liebe zu handeln. Hier ist eine Auswahl von Bibelstellen, die uns zeigen, wie wir angesichts von Ungerechtigkeiten reagieren sollen. Es sind immer Taten, die aus einem Herzen der Liebe geschehen sollen. Wenn uns der Maßstab in diesen Versen zu hoch erscheint, dann liegt es daran, dass wir nicht in unserem Herzen von ihrer Wahrheit überzeugt sind.

Glücklich seid ihr, wenn ihr verspottet und verfolgt werdet und wenn Lügen über euch verbreitet werden, weil ihr mir nachfolgt. Freut euch darüber! Jubelt! Denn im Himmel erwartet euch eine große Belohnung (Matthäus 5,11-12; NLB).

Alle Bitterkeit und Wut und Zorn und Geschrei und Lästerung sei von euch weggetan, samt aller Bosheit! Seid aber zueinander gütig, mitleidig, und vergebt einander, so wie auch Gott in Christus euch vergeben hat! (Epheser 4,31-32).

Vergeltet niemand Böses mit Bösem; seid bedacht auf das, was ehrbar ist vor allen Menschen! (Römer 12,17).

Ich aber sage euch: Liebt eure Feinde, und betet für die, die euch verfolgen (Matthäus 5,44).

Ertragt einander und vergebt einander, wenn einer dem anderen etwas vorzuwerfen hat! Wie der Herr euch vergeben hat, so vergebt auch ihr! (Kolosser 3,13; EU).

Lass dich nicht vom Bösen überwinden, sondern überwinde das Böse mit dem Guten! (Römer 12,21).

Vergeltet nicht Böses mit Bösem oder Beschimpfung mit Beschimpfung, sondern im Gegenteil segnet, weil ihr dazu berufen worden seid, dass ihr Segen erbt! (1 Petrus 3,9).

Segnet, die euch verfolgen; segnet, und flucht nicht! (Römer 12,14).

Wenn nun deinen Feind hungert, so speise ihn; wenn ihn dürstet, so gib ihm zu trinken! Denn wenn du das tust, wirst du feurige Kohlen auf sein Haupt sammeln (Römer 12,20).

Wie gesagt: Jeder von uns wird gelegentlich Zorn empfinden. Das lässt sich nicht vermeiden. Und

manchmal sind wir zornig über das, was auch Gott zornig macht; aber genau aus diesem Grund brauchen wir nicht zornig zu bleiben. Gottes Zorn genügt! Unser Zorn ist ineffektiv und unnötig. Wenn wir in der Lage sind, Seinen Zorn und sein gerechtes Richten wahrzunehmen, wird diese Offenbarung unseren Zorn auslöschen und wir werden nicht mehr versuchen, das zu erledigen, was allein Seine Sache ist.



Merkmale des Zorns

Wenn Sie den TPM-Prozess anwenden, ist es wichtig zu erkennen, wann Sie Zorn empfinden, doch diese Aufgabe scheint manchmal schwierig zu sein. Wenn Sie jedoch die Merkmale von Zorngefühlen und ihre Dynamik kennen, können Sie sie leichter von anderen Emotionen unterscheiden, weil diese Merkmale nur auf Gefühle zutreffen, die zur Kategorie der „Zorngefühle“ gehören.

Zur Kategorie der „Zorngefühle“ gehören Emotionen wie Rachsucht, Hass, Zorn, Schadenfreude, Wut, Ungeduld, Frustration; oder wir fühlen uns beleidigt, eingeschnappt, aufgebracht, genervt, wütend, verärgert, irritiert, verbittert und so weiter. Auch wenn diese Gefühle mit verschiedenen Wörtern bezeichnet werden, haben sie gemeinsame Eigenschaften, die sie der Kategorie der *Zorngefühle* zuweisen.

1. Unser Zorn richtet sich auf jemanden oder etwas.

Das wichtigste Merkmal, an dem Sie erkennen können, wann Sie Zorn fühlen, ist die Richtung, in die der Zorn normalerweise geht. Die meisten anderen negativen Emotionen spüren wir innerlich, doch unser Zorn richtet sich auf jemanden oder etwas. Ich kann zum Beispiel wütend „auf“ Sie sein, nicht aber traurig „auf“ Sie, ängstlich „auf“ Sie, oder besorgt „auf“ Sie sein. Wir empfinden Zorn *auf* andere Menschen, *auf* Gott, *auf* unsere Situation und sogar *auf* uns selbst.

Die Richtung, in welche die Emotion fließt, zeigt, ob sie zur Gruppe der „Zorngefühle“ gehört. Alle Emotionen dieser Gruppe werden äußerlich empfunden und richten sich auf eine Person oder Sache. Dieses besondere Merkmal ist die Grundlage für die erste Frage der ZORNBOX: „Richtet sich ein Teil des Gefühls, das Sie empfinden, auf eine Person oder Sache?“ Wenn Sie etwas fühlen, das sich *auf* jemanden oder etwas richtet, dann ist diese Emotion wahrscheinlich eine Form von Zorn. Oft werden wir gefragt, ob eine spezielle Emotion zur Gruppe der Zorngefühle gehört. Diese Frage beantworten wir immer mit einer Gegenfrage: „Richtet sich diese Emotion *auf* eine Person oder Sache?“ Wenn das der Fall ist, lautet die Antwort „ja“. Das ist ein entscheidendes Konzept, das Sie sich merken sollten.

Vielleicht sagt jemand: „*Ich glaube eigentlich nicht, dass ich Zorn gegen diese Person empfinde. Ich ärgere mich nur über das, was sie getan hat.*“ Wieder würden wir fragen: „Richtet sich ein Teil Ihrer Ärger-Gefühle auf diese Person? Wenn die Antwort „ja“ lautet, toben Sie vielleicht nicht vor Wut, aber Sie sind

zornig. Jemand anders protestiert vielleicht: „*Auf einer Skala von eins bis zehn liege ich vielleicht höchstens bei eins. Soll das dann wirklich Zorn sein?*“ Es ist nicht die Intensität unseres Gefühls, die darüber entscheidet, ob wir zornig sind oder nicht. Es ist, als würde ich die Mütter unter Ihnen fragen: Waren Sie schon mal nur ein bisschen schwanger? Selbst wenn wir kaum zornig sind, sind wir zornig.

2. Wir halten absichtlich an unserem Zorn fest, weil wir glauben, dass er etwas bewirken wird

Wir halten an unseren Zorngefühlen fest, weil wir glauben, dass sie uns in irgendeiner Weise dienen oder uns helfen, ein wahrgenommenes Problem zu „lösen“. Wir glauben zum Beispiel, dass unser Zorn uns Sicherheit gibt und schützt; dass er diejenigen, die uns verletzt haben, zur Rechenschaft zieht; oder dass unser Zorn eine Kraft zum Guten ist, indem wir uns für unschuldige Opfer von Misshandlungen einsetzen. Vielleicht dient unser Zorn gegen uns selbst als eine Form der Bestrafung, weil wir hoffen, dadurch unser schlechtes Verhalten ändern zu können. Oder wir haben den Eindruck, dass es uns ein Gefühl der Macht oder Kontrolle gibt, zornig zu sein. Wenn wir verleitet wurden zu glauben, dass es einen Grund gibt, an unserem Zorn festzuhalten, werden wir uns genötigt fühlen, trotz möglicher Konsequenzen zornig zu sein.

3. Wir können nicht an unserem Zorn festhalten, ohne dass es negative Konsequenzen hat

Zorn ist zu heiß, um ihn länger festzuhalten. Zorn führt nicht nur zu falschen Entscheidungen und sündigen Verhaltensweisen, sondern fordert auch einen mentalen, emotionalen und physischen Tribut. Zornig zu sein verbrennt mentale Energie und führt dazu, dass wir abgelenkt sind. Wenn wir für eine längere Zeit zornig bleiben, kann das sehr reale physische Folgen haben. Wir können zum Beispiel Geschwüre entwickeln, unter Sodbrennen leiden, Kopfschmerzen bekommen oder sogar an Krebs erkranken. Es ist unmöglich, zornig zu bleiben, ohne einen Preis dafür zu bezahlen.

4. Wenn wir zornig sind, kann es uns schwerfallen, mit unseren anderen Emotionen in Verbindung zu kommen

Wenn Eltern mit ihrem dreijährigen Kind an einer stark befahrenen Straße entlanggehen und das Kind plötzlich in den entgegenkommenden Verkehr läuft, wie würden sie sich Ihrer Meinung nach sofort fühlen? Entsetzt! Außer Kontrolle! Hilflos! Machtlos! Doch sobald sie das Kind wieder sicher auf den Bürgersteig gezogen haben, werden sich ihre empfundenen Gefühle wahrscheinlich ändern. Zuerst reagieren sie vielleicht erleichtert, aber wahrscheinlich empfinden sie auch einen gewissen Zorn. Dieser Zorn kann sich auf das Kind richten, weil es etwas so Gefährliches getan hat. Oder sie sind zornig auf die Autofahrer, die gefährlich nahe an ihnen vorbeirasen. Oder die Eltern sind sogar aufeinander zornig, weil beide nicht verhindert haben, dass sich das Kind ihrer Fürsorge entzieht. In jedem Fall werden ihre anfänglichen Gefühle der Hilflosigkeit, Ohnmacht und Machtlosigkeit von ihrem Zorn überlagert werden.

5. Den Menschen, auf die wir zornig sind, hören wir gewöhnlich nicht zu

Wenn ich auf Sie zornig bin, wird das unsere Fähigkeit beeinträchtigen, effektiv zu kommunizieren. Nur wenig von dem, was Sie sagen, wird zu mir durchdringen, und was mich tatsächlich erreicht, wird wenig Gewicht haben. Dieselbe Dynamik kommt auch in einer TPM-Gebetssitzung zum Tragen, wenn Sie zornig sind, besonders wenn Sie auf Gott zornig sind. Zorn ist ein häufiger Grund, wenn wir in einer TPM-Gebetssitzung nichts von Gott „hören“. Solange Sie nicht den Grund feststellen, weshalb Sie zornig auf Gott sind, und Seine Perspektive gewinnen, werden Sie wahrscheinlich nicht bereit sein, Ihm in anderen Dingen

zuzuhören. Zuerst müssen Sie der Überzeugung auf den Grund gehen, die dazu führt, dass Sie zornig bleiben.

6. Oft haben wir Gründe, nicht zuzugeben, dass wir zornig sind

Viele von uns tun sich schwer, Zorngefühle zuzugeben. Besonders oft ist das der Fall, wenn wir auf Gott zornig sind. Zorn gegen Gott gilt im Allgemeinen als sündig und inakzeptabel. Vielen von uns wurde beigebracht, dass wir aufhören sollen, zornig zu sein, oder unseren Zorn zumindest verleugnen oder unterdrücken sollten. Diese Einstellung kann dazu führen, dass wir die Tatsache, dass wir wütend sind, unbewusst ignorieren.

Es ist allgemein üblich, Zorngefühle zu verleugnen oder zu behaupten, dass man „nichts“ fühlt, obwohl man zornig ist. Dafür kann es eine Fülle von Gründen geben. Viele Kulturen lehnen jede Äußerung von Zorngefühlen ab, weil sie als schlecht, sündig, unangebracht und unhöflich gelten. Kleine Kinder werden oft dazu angehalten, „bis zehn zu zählen“ und ihren Ärger zu unterdrücken. Oder noch schlimmer: Sie werden getröstet und ermutigt, wenn sie sich ängstlich, unsicher oder abgelehnt fühlen, aber getadelt und bestraft, wenn sie Zorn zeigen.

Solche Reaktionen vermitteln den falschen Eindruck, dass manche negative Emotionen erlaubt, andere dagegen unerwünscht sind. Und auch wenn diese Techniken zunächst hilfreich und produktiv zu sein schienen, änderten sie wahrscheinlich nichts an den ursprünglichen Gründen für unseren Zorn. Wir haben unseren Zorn nicht bewältigt, sondern es nur unterlassen, ihn zu äußern.

Tatsache ist, dass Gott es ohnehin weiß, wenn wir zornig sind. Er ist nicht daran interessiert, dass wir unsere Gefühle zu leugnen versuchen. Wenn wir zornig sind, möchte Er, dass wir dies wahrnehmen, die Gründe für unseren Zorn ehrlich in den Blick nehmen und zu Ihm kommen, um Seine Perspektive zu gewinnen.

Falls wir jedoch Gründe haben, unseren Zorn nicht zuzugeben, müssen diese *Lösungsüberzeugungen* behandelt werden, bevor wir uns um den Zorn selbst kümmern können. In diesen Fällen brauchen wir zuerst Seine Perspektive über unsere Entscheidung, unseren Zorn zu verleugnen; erst dann werden wir in der Lage sein, anzuerkennen und zuzugeben, aus welchen Gründen wir an unserem Zorn festhalten. Wenn wir versuchen, ein solches Lösungsverhalten in einer anderen Reihenfolge anzugehen, ist das in der Regel nicht zielführend.



Eine Übersicht über die Zornbox

Wenn Sie wahrnehmen, dass Sie Zorn empfinden, oder irgendein Merkmal von Zorngefühlen feststellen, befinden Sie sich in der ZORNBOX. Das kann *fast* zu jedem Zeitpunkt einer TPM-Gebetssitzung vorkommen,

ganz gleich an welchem Punkt im *TPM-Prozess* Sie sich befinden. (Die einzige Ausnahme ist der Moment, wenn Sie den Herrn um Wahrheit gebeten haben und als nächstes prüfen, ob es zu einer Transformation gekommen ist.) In der ZORNBOX geht es um drei Ziele: erstens festzustellen, ob Sie eine Emotion spüren, die zur Gruppe der *Zorngefühle* gehört; wenn ja, zweitens zu identifizieren, auf wen oder was sich Ihr Gefühl richtet; und drittens einen vermutlichen Grund zu nennen, weshalb Sie so empfinden. Sobald Sie diese Ziele erreicht haben, sind Sie bereit, in die LÖSUNGSBOX zu gehen.

Erkennen, wann Sie zornig sind

Der erste Schritt zur Bewältigung von Zorn besteht darin, ihn wahrzunehmen und anzuerkennen. Zorngefühle zu leugnen oder zu unterdrücken macht die Sache nur noch schwieriger. Und auch wenn Ihnen nicht bewusst ist, dass Sie zornig sind, oder wenn Sie sich bemühen, Ihren Zorn zu verleugnen, zeigt schon das bloße Vorhandensein dieser Gefühle, dass Sie Gottes Perspektive brauchen und eine Gelegenheit zur Erneuerung Ihres Denkens und zur Läuterung Ihres Glaubens haben. Wahrzunehmen und anzuerkennen, was Sie fühlen, ist einer der ersten Schritte, um zu empfangen, was Gott für Sie hat. Denken Sie daran, dass Gott es schon weiß, wenn Sie zornig sind. Er weiß auch, warum Sie zornig sind, und wartet geduldig, bis Sie beides zugeben, damit Er Ihnen Seine Perspektive vermitteln kann.

Emotionen, die zur Gruppe der Zorngefühle gehören, wie Frustration, Irritation, Zorn, Bosheit, Verärgerung oder „sauer“ zu sein haben mehrere auffällige Eigenschaften gemeinsam. Ein spezifisches Merkmal ist im TPM-Kontext besonders relevant, nämlich die Tatsache, dass diese Emotionen nach außen empfunden werden und sich *auf* jemanden oder etwas *richten*. Wenn Sie zornig sind, werden Sie feststellen, dass Sie *auf* sich selbst, *auf* eine andere Person oder *auf* eine konkrete Sache oder Situation zornig sind.

Wenn Sie unsicher sind, ob das, was Sie empfinden, ein Zorngefühl ist, können Sie einfach in die ZORNBOX gehen und sich fragen: „*Richtet sich ein Teil dieses Gefühls auf eine Person oder Sache?*“ Wenn ja, können Sie davon ausgehen, dass Ihr Gefühl zur Gruppe der *Zorngefühle* gehört, und sollten dann Ihren Weg durch die ZORNBOX fortsetzen.

Nachfolgend ein Beispiel, wie das aussehen könnte, wenn Sie mit einem Mentor oder einer Mentorin arbeiten. Die Ziffern in Klammern zeigen, wo Sie sich in dem entsprechenden „*Flussdiagramm*“ befinden. Das folgende Beispiel beginnt in der ERINNERUNGSBOX.

Mentee: Ich erinnere mich an dieses beklemmende Gefühl in meiner Brust, als er mir das an den Kopf warf. Das hätte er nicht vor den anderen sagen sollen! (E1)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: ...Ich weiß nicht recht. (Sagt es mit knirschenden Zähnen und geballten Fäusten – ein Hinweis, dass Zorn vorliegen könnte) (Z3)

Mentor: Nun, richtet sich ein Teil von dem, was Sie fühlen, auf eine Person oder Sache? (Z4)

Mentee: Ja. Ich bin sauer auf ihn! (Z7) > (Z10) > (Z19) > (Z20)

Dieses Beispiel zeigt: Wenn Sie einfach nicht bemerkt oder wahrgenommen haben, dass Sie zornig sind, können Sie untersuchen, in welche Richtung Ihre Gefühle gehen, um herauszufinden, ob ein Teil des Gefühls

Zorn ist. Auch wenn der Mentee in diesem Beispiel sein Gefühl nie als „Zorn“ oder „Ärger“ beschrieb, wurde klar, dass ein Zorngefühl vorlag, als er einräumte, dass das Gefühl sich auf die andere Person richtete. Dieses besondere Merkmal der *Zorngefühle* kann uns helfen festzustellen, ob wir zornig sind, wenn es uns sonst nicht bewusst ist.

Wenn sich ein Teil von dem, was Sie fühlen, *auf* jemanden oder etwas richtet, dann fragen Sie sich: „*Was fühle ich gegenüber _____?*“ Wenn es irgendeine Form von Zorn, Irritation, Ärger, Hass usw. ist, dann gehen Sie weiter zum nächsten Ziel in der ZORNBOX.

HINWEIS: Wenn Sie merken, dass Sie etwas fühlen, was sich auf Sie selbst, eine andere Person, Ihre Situation oder Gott richtet, aber Schwierigkeiten haben, die spezielle Emotion anzuerkennen, könnte das ein Hinweis auf ein Lösungsverhalten sein. Mit anderen Worten haben Sie vielleicht einen Grund, nicht zuzugeben, dass Sie etwas empfinden, das zur Gruppe der Zorngefühle gehört. Gehen Sie in diesem Fall in die LÖSUNGSBOX.

Gegen wen oder was empfinden Sie Zorn?

Nachdem Sie festgestellt haben, dass Sie zornig sind, geht es im nächsten Schritt um die Frage, auf wen oder was Sie zornig sind. Ihr Zorn wird immer auf ein bestimmtes Subjekt oder Ziel gerichtet sein. Sie sind nicht einfach nur verärgert, sondern Sie ärgern sich über jemanden oder etwas. Vielleicht sind Sie auf eine andere Person wütend oder über einen bestimmten Umstand. Vielleicht empfinden Sie Zorn auf sich selbst oder sogar auf Gott. Sie beantworten einfach die Frage: „*Gegen wen oder was empfinde ich Zorn?*“ Der nächste Schritt ist dann, einen vermutlichen Grund zu finden, weshalb Sie zornig sind.

HINWEIS: Es kommt nicht darauf an, auf wen oder was wir zornig sind; entscheidend ist nur, dass wir anerkennen, auf welches Ziel sich unser Zorn richtet. Ich erinnere mich an eine Situation, als jemand mir sagte, der empfundene Zorn wäre berechtigt, weil er sich gegen den Teufel richtete. Seine Erklärung schien berechtigt zu sein, war aber nicht biblisch. Die Bibel sagt nicht, dass wir Gefühle wie „Bitterkeit und Wut und Zorn und Geschrei und Lästerung mit allem Bösen“ (Epheser 4,31) ablegen sollen, es sei denn, sie richten sich gegen den Teufel. Der Zorn, den wir gegen den Teufel empfinden können, wirkt nicht „die Gerechtigkeit Gottes“. Wir sollen der List des Teufels widerstehen, aber wir werden nicht aufgefordert, zornig gegen ihn zu sein.



Was fühlen Sie gerade?

Zorngefühle zu haben und zum Ausdruck zu bringen gilt in vielen Kulturen als verpönt. Es wird als unbeherrscht, potentiell schädlich und sogar als Sünde betrachtet. Deshalb geben manche Menschen nur zögerlich zu, dass sie zornig sind. Vielleicht sind sie bereit einzuräumen, dass sie „etwas“ gegen jemand empfinden, und können sogar einen vermutlichen Grund nennen, warum sie so fühlen; aber sie scheuen sich zuzugeben, dass es sich bei diesem Gefühl um Zorn handelt. Ihre Weigerung, Zorngefühle zuzugeben, kann sehr unterschiedliche Gründe haben, aber im Allgemeinen zögern sie, weil sie einen lügenbasierten Grund haben, diese Gefühle nicht zuzugeben.

Wenn Sie den TPM-Prozess mit einem Mentor oder einer Mentorin anwenden und nicht klar

anerkennen, was Sie fühlen, werden Sie vielleicht gefragt: „*Was fühlen Sie gerade?*“ Diese Frage soll Sie daran erinnern, wie wichtig es ist, Ihre Gefühle ehrlich zuzugeben; und sie gibt Ihnen eine Gelegenheit, ein eventuelles Lösungsverhalten zu erkennen. Wenn Sie bei dem Gedanken, die Gefühle zuzugeben, die Sie spüren, einen gewissen Widerstand oder ein Zögern bemerken, kann das ein Hinweis sein, dass Sie ein Lösungsverhalten ausüben (was wir im nächsten Kapitel ausführlich erörtern werden).



Ein vermutlicher Grund, warum Sie zornig sind

Wenn wir zugeben, auf wen oder was wir zornig sind, geben wir normalerweise auch irgendeinen Grund für diese Gefühle an. Das gilt besonders dann, wenn wir mit unseren Zielen in der ZORNBOX vertraut sind. Statt zum Beispiel einfach zu sagen: „Ich bin wütend auf meine Schwester“, sagen wir vielleicht: „Ich bin wütend auf meine Schwester, weil sie mich so behandelt.“

Wir bezeichnen solche Gründe als „*vermutlich*“, denn wie Sie im nächsten Kapitel entdecken werden, entspricht der Grund, aus dem wir nach der anfänglichen Verletzung zornig bleiben, selten dem, was wir glauben, während wir in der ZORNBOX sind. Unsere anfängliche Begründung für unseren Zorn beruht auf unserer Annahme über das, was passiert oder nicht passiert ist. Wir sagen dann zum Beispiel: „Ich bin verärgert, weil sie mich angelogen hat“ oder: „Ich bin sauer, weil er mich verletzt hat“ oder: „Ich bin zornig, weil sie mich nicht vor ihm beschützt hat“ oder: „Ich empfinde Zorn, weil Gott das nicht verhindert hat.“

Solche Erklärungen beschreiben, was Sie ursprünglich zu Ihren Zorngefühlen veranlasst hat, aber sie sind nicht der Grund, warum Sie immer noch zornig sind. Wie Sie bald sehen werden, sind Sie nicht aufgrund der ursprünglichen Ereignisse immer noch zornig, sondern weil Sie glauben, dass Sie mit Ihrem Zorn ein Problem lösen können. Auch wenn es oft den Anschein hat, dass Sie völlig zu Recht zornig sind und Ihre Reaktion ursprünglich auf der Wahrheit beruhte, liegt der wahre Grund, warum Sie immer noch Zorn fühlen, meistens darin, dass Ihnen die Perspektive Gottes fehlt.

Vielleicht war Ihr Zorn ursprünglich eine Reaktion auf eine wahrgenommene Ungerechtigkeit, aber Sie bleiben zornig, weil Sie zu der Überzeugung verleitet wurden, Ihr Zorn würde etwas Gerechtes bewirken. Das zeigt, dass Sie dem Feind „Raum“ gegeben oder eine Gelegenheit geboten haben, Sie zu täuschen, sodass Sie mit Ihrem Zorn sündigen.

Das heißt nicht unbedingt, dass Ihre Perspektive ungenau oder verzerrt ist (obwohl das oft zutrifft), sondern dass es in der ewigen Perspektive Gottes Aspekte gibt, die Ihnen noch nicht bewusst sind. Ihnen

fehlen sozusagen noch weitere Teile im Puzzle. Deshalb wird Ihre Situation Ihnen wahrscheinlich ungerecht und problematisch erscheinen.

Wenn wir mit einem Problem konfrontiert sind – zum Beispiel einer Situation, die uns ungerecht erscheint – und noch nicht von *Gottes Lösung* für das Problem überzeugt sind, versuchen wir das Problem normalerweise selbst zu lösen. Nachdem Sie den Grund für Ihr Zorngefühl ehrlich geprüft haben, stellen Sie vielleicht fest, dass Sie in Wirklichkeit zornig sind, weil Sie glauben, dass Ihr Zorn Sie schützt oder jemanden zur Rechenschaft zieht oder Sie in Zukunft zu besseren Entscheidungen motivieren wird.

Wie gesagt: Ihre anfängliche Zornreaktion schien eine berechtigte Entrüstung über ein Unrecht zu sein. Sie fühlten vielleicht das, was Gott fühlt, aber Sie sind nicht in der Lage, selbst für Gerechtigkeit zu sorgen. Vielleicht erkennen wir oft richtig, dass all das Unrecht in unserer Umgebung ein gerechtes Urteil verlangt; Tatsache ist aber, dass wir nicht selbst für wahre Gerechtigkeit sorgen können. Unser Zorn ist immer unzureichend. Doch wenn wir glauben, dass Zorn uns Sicherheit bietet oder uns Kraft gibt oder andere zur Verantwortung zieht oder schlechtes Verhalten bestraft usw., dann werden wir versuchen, unseren Zorn zu benutzen, um Gottes Gerechtigkeit zu erfüllen, und das liegt einfach nicht in unserer Hand (siehe Jakobus 1,20; Psalm 37,8).

Was immer auch geschehen sein mag: In der ZORNBOX äußern Sie einfach einen vermutlichen Grund, warum Sie Zorn empfinden, auch wenn Sie wissen, dass sich später herausstellen könnte, dass es nicht der tatsächliche Grund ist. Während Sie diesen vermutlichen Grund noch frisch im Gedächtnis haben, wird es Ihnen wahrscheinlich leichter fallen, die Ziele der nächsten *Box* zu erfüllen, weil diese vermutlichen Gründe meist das Problem beschreiben, das wir durch unseren Zorn zu lösen versuchen. Sie weisen gewöhnlich darauf hin, dass nach unserer Überzeugung etwas passiert ist oder versäumt wurde, das uns falsch, unfair oder ungerecht erscheint. Doch inzwischen ist „die Sonne über unserem Zorn untergegangen“ und der Grund für unseren anhaltenden Zorn betrifft nicht das, was geschah. (*Im nächsten Kapitel wird dieses Konzept ausführlicher erörtert.*)

Hier einige Beispiele zu *vermutlichen* Gründen für unseren Zorn:

- „Sie hat nie zugegeben, was sie getan hat!“
- „Er hat versprochen, da zu sein, ließ sich aber nie blicken!“
- „Sie wollten einfach nicht aufhören, obwohl ich sie angefleht habe!“
- „Gott hat diesen Mann nicht daran gehindert, mir weh zu tun!“
- „Meine Mutter hört nicht auf, sich einzumischen!“
- „Er hat mir ins Gesicht gelogen!“
- „Sie gibt einfach keine Ruhe. Ständig reitet sie auf diesem Thema herum!“
- „Er tut, als wäre es nie passiert!“
- „Ich hasse es, dass ich das immer wieder tue! Ich weiß, dass Gott mehr von mir erwartet!“
- „Gott hat es zugelassen. Er hätte es verhindern können, aber das tat Er nicht!“
- „Die Kinder hören alle nicht zu. Selbst wenn ich schreie, ist es, als wäre ich gar nicht da!“
- „Irgendwie muss sie mich ständig damit nerven. Sie lässt mich einfach nicht in Ruhe!“
- „Er will sich mir gegenüber nicht öffnen. Er zieht immer eine Mauer zwischen uns hoch!“
- „Sie wussten, was los war, und haben trotzdem nichts unternommen!“
- „Sie interessieren sich nur für sich selbst. Andere sind ihnen egal!“
- „Er hätte wissen müssen, welche Folgen das für mich und die Kinder haben würde!“

Hier einige Beispiele, wie das in einer TPM-Gebetssitzung aussehen könnte, wenn ein Mentee mit einem Mentor oder einer Mentorin arbeitet.

Das folgende Szenario beginnt in der EMOTIONSBOX.

Mentee: Das macht meine Frau ständig. Ich hab nur versucht, ihr eine einfache Frage zu beantworten, und schon geht sie auf mich los! (E1)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E2)

Mentee: Das macht mich verrückt. (E5) > (E6) > (E7) ... (Z10) > (Z15)

Mentorin: Gegen wen oder was empfinden Sie so? (Z16) (Beachten Sie, dass die Frage mit „so“ abgekürzt wurde, um sie an den Kontext anzupassen.)

Mentee: Gegen meine Frau, natürlich! (Z19) > (Z20)

Mentorin: Und weshalb empfinden Sie ihr gegenüber so? (Z22)

Mentee: Weil sie in die Defensive geht und mir vorwirft, ihre Meinung nicht ernst zu nehmen, was überhaupt nicht stimmt. Das macht mich jedesmal wahnsinnig! (Z21) > (Z25)

Ein weiteres Beispiel: Dieses Szenario beginnt in der ERINNERUNGSBOX....

Mentee: Als er endlich aufhörte, sagte mein Onkel, ich solle niemandem was davon erzählen! (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich bin richtig wütend auf ihn! (E11) ... (Z10) > (Z19) > (Z20)

Mentor: Weshalb sind Sie wütend auf Ihren Onkel? (Z22)

Mentee: Weil das, was er getan hat, falsch war! Er hat mein Vertrauen missbraucht. (Z21) > (Z25)

Ein weiteres Beispiel: Dieses Szenario beginnt in der ERINNERUNGSBOX...

Mentee: Ich weiß noch, wie ich dastand und die anderen Kinder mich auslachten. (E4) > (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich fühle mich abgelehnt und beschämt. (E1)

Mentorin: Weshalb fühlen Sie so? (E2)

Mentee: Weil ich sofort verspottet wurde, als ich davon erzählte. Ich wusste, ich hätte den Mund halten sollen. Ich hätte vorsichtiger sein sollen! (E4) > (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich schätze, ich bin frustriert über mich selbst. (E11) ... (Z10) > (Z19) > (Z20)

Mentorin: Weshalb fühlen Sie sich frustriert über sich selbst? (Z22)

Mentee: Weil ich selbst schuld bin, dass die anderen Kinder es erfuhren. Ich hätte die Klappe halten sollen! (Z21) > (Z25)

Ein letztes Beispiel: Dieses Szenario beginnt in der ERINNERUNGSBOX...

Mentee: Als dieser Mann sich an mir vergriffen hat, habe ich die ganze Zeit gebetet, dass Gott ihn endlich stoppt. (E4) > (E6)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ich bin wirklich wütend auf Gott. (E11) ... (Z10) > (Z19) > (Z20)

Mentor: Weshalb sind Sie wütend auf Gott? (Z22)

Mentee: Weil es Seine Aufgabe ist, die Schwachen zu schützen. Ich war doch noch ein kleines Kind! Und Er hat einfach zugelassen, dass dieser Mann das mit mir gemacht hat. Gott hat mich nicht beschützt! (Z21) > (Z25)

Jedes dieser Beispiele endet an dem Punkt, an dem der Mentee alle Ziele der ZORNBOX erreicht hat und bereit ist, in die LÖSUNGSBOX zu gehen.

Die ZORNBOX im Rückblick

Wenn Sie merken, dass Sie zornig sind, oder wenn es Anzeichen gibt, dass Sie ein Zorngefühl haben könnten, gehen Sie sofort in die ZORNBOX. Ihre Ziele in der ZORNBOX sind einfach: feststellen, ob Sie zornig sind, identifizieren, gegen wen oder was sich Ihr Zorn richtet, und einen vermutlichen Grund für Ihren Zorn nennen. Die Fragen in der ZORNBOX sind dazu da, Sie an diese Ziele zu erinnern. Die Fragen: *„Richtet sich ein Teil des Gefühls, das Sie empfinden, auf eine Person oder Sache?“* und *„Was fühlen Sie?“* sollen Ihnen helfen, wahrzunehmen und anzuerkennen, dass Sie zornig sind. Die Frage: *„Gegen wen oder was empfinden Sie Zorn?“* fordert Sie auf zu identifizieren, auf wen Sie zornig sind. Die letzte Frage: *„Weshalb empfinden Sie Zorn?“* hilft Ihnen, einen vermutlichen Grund für Ihren Zorn zu identifizieren.

Es kommt oft vor, dass die Fragen der ZORNBOX beantwortet werden, bevor sie überhaupt gestellt wurden. Aussagen wie: „Ich bin wütend auf meine Frau, weil sie mich angeschrien hat“, beantworten alle drei Fragen zugleich. „Ich bin wütend“ zeigt, dass ich Zorn empfinde. „Auf meine Frau“ zeigt, auf wen sich mein Zorn richtet. „Weil sie mich angeschrien hat“ drückt den vermutlichen Grund für meinen Zorn aus.

Ähnlich ist es bei diesen Aussagen: „Ich bin frustriert über mich selbst, weil ich scheinbar nichts richtig machen kann“, „Ich bin sauer auf meinen Nachbarn, weil er seinen Hund auf meinen Rasen gelassen hat“ oder „Ich bin wütend auf Gott, weil er zugelassen hat, dass sie mir wehtun.“ Jede dieser Aussagen beantwortet alle Fragen der ZORNBOX und erfüllt alle Ziele der ZORNBOX.

Ihr Mentor oder Ihre Mentorin wird aufmerksam zuhören, was Sie in der ZORNBOX sagen, denn sobald Sie diese drei Ziele erfüllt haben, bleibt in der ZORNBOX nichts mehr zu tun. Der nächste Schritt führt immer in die LÖSUNGSBOX.

Die ZORNBOX in der Realität

In der Zornbox versuchen Sie im Wesentlichen, drei einfache Fragen zu beantworten: (1) „Bin ich wütend?“, (2) „Auf wen oder was bin ich wütend?“ und als Vermutung (3) „Warum bin ich wütend?“ Doch so

einfach und klar diese Ziele auch sind, werden Sie von Zeit zu Zeit vielleicht Schwierigkeiten haben, sie zu erreichen.

Vielleicht fühlen Sie sich gezwungen, Ihre Wut vor anderen zu verbergen. Oder Sie zögern, zuzugeben, auf wen Sie wütend sind. Vielleicht fällt es Ihnen sogar schwer, überhaupt in Worte zu fassen, warum Sie glauben, dass Sie wütend sind (das kommt oft vor, wenn wir auf Gott wütend sind). Jedes dieser Probleme können Sie angehen, indem Sie das anwenden, was Sie im nächsten Kapitel lernen werden.

Wenn Sie Ihre Ziele in der ZORNBOX erreicht haben, sind Sie bereit, in die LÖSUNGSBOX zu wechseln und nach dem wahren Grund zu suchen, warum Sie immer noch Zorn empfinden.



Eine Änderung im Verlaufsprotokoll: Die ZORNBOX

Wenn Sie mit der Version des TPM-Prozesses vertraut waren, die vor der Veröffentlichung dieses Buches galt, haben Sie im Verlaufsschema wahrscheinlich viele Änderungen in der ZORNBOX sowie den Wegfall der Abschnitte „Zorn gegen Gott“ und „Zorn gegen jemand oder etwas anderes als Gott“ bemerkt. Diese Änderungen wurden vorgenommen, damit der TPM-Prozess genauer den TPM-Prinzipien entspricht, wie wir sie heute verstehen.

Als die ältere Version erschien, hatten wir bereits festgestellt, dass das Verhalten von Menschen, die auf irgendetwas oder auf jemand anderen als Gott zornig waren, genau der Definition eines *Lösungsverhaltens* entsprach. Doch der Zorn, den wir gegen Gott empfinden, wurde anders verstanden. Wir erkannten zwar, dass zwischen unserer Perspektive über Gott und dem Zorn, den wir Ihm gegenüber empfinden, ein Zusammenhang besteht. Aber einige wichtige Aspekte bei diesem Zusammenhang waren uns nicht klar.

Früher lehrten wir, dass unser Zorn gegen Gott darauf beruht, dass wir ihn missverstanden haben. Wir gingen davon aus, dass diese lügenbasierte Perspektive die Ursache unseres Zorns war. Auch wenn dies teilweise zutrifft, haben wir inzwischen erkannt, dass unser Zorn keine direkte Folge unserer Überzeugung über Gott ist. Wenn wir zornig gegen Gott sind, haben wir Ihn wahrscheinlich missverstanden, aber wir haben auch einen lügenbasierten Grund, zornig gegen Ihn zu bleiben. Es ist wichtig zu verstehen, dass es sich um zwei verschiedene Überzeugungen handelt.

Unsere unzutreffende Überzeugung über Gott schafft das *wahrgenommene Problem*, das wir zu lösen versuchen, indem wir zornig auf Ihn sind. Wenn Sie zum Beispiel wirklich glauben würden, dass Gott grausam und nicht vertrauenswürdig ist, welches Gefühl würde das bei Ihnen auslösen? In früheren Versionen der TPM-Schulung lautete die Antwort: „Zorn.“ Doch diese Annahme lässt einige wichtige Schritte aus.

Würden Sie diese falschen Dinge über Gott wirklich glauben, würden Sie sich wahrscheinlich zuerst ängstlich, unruhig, angespannt, unbehaglich, verletzbar, hilflos, hoffnungslos fühlen oder eine andere Form von emotionalem Schmerz spüren. Wie bei den negativen Emotionen und den *wahrgenommenen Problemen*, die durch andere lügenbasierte Herzensüberzeugungen hervorgerufen werden, werden Sie

auch auf Ihre lügenbasierte Sicht von Gott wahrscheinlich dadurch reagieren, dass Sie irgendetwas tun. Nach einer gewissen Zeit werden Sie irgendein *Lösungsverhalten* einsetzen.

So entscheiden Sie vielleicht, zu leugnen, was Sie glauben, oder Ihre Gefühle zu unterdrücken oder Bibeldverse zu zitieren, bis Sie sich wieder „beruhigen“. Oder Sie werden vielleicht zornig auf Gott, weil Sie glauben, dass das irgendwie helfen oder irgendetwas bewirken kann. Ihr Zorn ist keine direkte Folge Ihrer falschen Auffassung über Gott (wie wir früher lehrten). Sie sind zornig, weil Sie glauben, dass es Ihnen irgendwie helfen wird, richtig auf das lügenbasierte wahrgenommene Problem der Grausamkeit und Untreue Gottes zu reagieren. Wie bei jeder anderen Form von Zorn reagieren Sie auf ein *wahrgenommenes Problem* und benutzen Ihren Zorn als *Lösung*.

Im Grunde veranlasste die ältere Version der TPM-Schulung die Teilnehmenden irrtümlich dazu, unwissentlich ihr *Lösungsverhalten* zu umgehen und die lügenbasierte *Herzensüberzeugung* zu identifizieren, die ihr *wahrgenommenes Problem* verursachte. In der Regel betrachteten sie zuerst Gottes Verhalten als Grund für ihre zornige Reaktion, und der Mentor fragte dann immer wieder: „*Warum löst das Zorn gegen Gott aus?*“, bis die Person schließlich ihre Perspektive über Gott selbst anerkannte. Das schien den Mentees zu helfen, ihre lügenbasierten Überzeugungen über Gott zu identifizieren, aber es wurde in vielen Gebetssitzungen auch zu einer herausfordernden Phase sowohl für die Mentoren als auch für die Mentees.

Inzwischen verstehen wir, warum dieses ältere Verlaufsprotokoll schwierig und kompliziert wirkte. Im Grunde versuchten wir unwissentlich, „Schritte zu überspringen“, indem wir versuchten, auf das *wahrgenommene Problem* einzugehen, ohne uns zuvor mit dem *Lösungsverhalten* zu befassen, das gerade aktiv war. Auf diesem Hintergrund ist es – wie auch bei jeder anderen Form von Lösungsverhalten – am besten, zuerst unseren Zorn anzusprechen, bevor wir zu den *Herzensüberzeugungen* kommen, die das *wahrgenommene Problem* hervorrufen, das wir zu lösen versuchen.

Wenn wir auf irgendjemand (einschließlich Gott) oder irgendetwas zornig bleiben, liegt es daran, dass wir versuchen, *wahrgenommene Probleme* durch unseren Zorn zu lösen. Dieses Konzept hilft zu erklären, warum Mentees in ihrer Wut normalerweise nicht erkennen, was sie über Gott glauben: Sie suchen nach der Überzeugung, die ihr *wahrgenommenes Problem* hervorruft, während sie zugleich aktiv versuchen, dieses Problem durch ihren Zorn zu lösen. Es ist einfacher und folgerichtiger, wenn Mentees sich mit ihrer Herzensüberzeugung erst befassen, nachdem sie sich mit der *Lösung* befasst haben, mit der sie auf die Herzensüberzeugung reagieren. Dies spiegelt sich jetzt im Verlaufsprotokoll der ZORNBOX wider.

Dieses klarere Konzept erklärt auch, warum jemand eine Lüge über Gott (eine lügenbasierte Herzensüberzeugung über den eigenen Seinszustand) glauben kann, ohne mit Zorngefühlen zu reagieren. Wenn Sie zum Beispiel glauben, dass Sie allein sind (was – wenn es wahr wäre – bedeuten würde, dass Gott nicht allgegenwärtig ist) oder dass Sie hilflos sind (Gott ist nicht Ihre Stärke und Ihr Helfer) oder dass Ihre Situation außer Kontrolle ist (Gott hat die Sache nicht in der Hand) oder dass Ihre Situation hoffnungslos ist (Gott ist nicht treu), dann fühlen Sie ein gewisses Maß an negativen Emotionen oder Gefühlen der Verletzbarkeit. Sie würden aber nicht zornig auf Ihn sein, wenn Sie nicht glauben würden, dass Ihr Zorn gegen Gott irgendwie dazu beiträgt, einige dieser Probleme zu lösen.

Sie würden wahrscheinlich irgendein anderes *Lösungsverhalten* wählen, um diese *wahrgenommenen Probleme* zu bewältigen. Die eine Überzeugung ruft unser *wahrgenommenes Problem* hervor, während die andere ein Hinweis auf ein *Lösungsverhalten* ist.

Was Sie gerade gelesen haben, mag kompliziert erscheinen, aber es wird klarer werden, nachdem wir uns im nächsten Kapitel mit *Lösungen* beschäftigen haben. Wir benutzen unser Zorngefühl in dem Bemühen, irgendein wahrgenommenes Problem zu lösen, ob es sich nun auf andere Menschen, auf unsere Situation, auf den Teufel oder auf Gott konzentriert. Der vermutliche Grund für unseren Zorn erscheint uns vielleicht vernünftig und logisch, aber es ist nicht der wahre Grund, weshalb wir zornig bleiben. Unser Zorn ist unser vergeblicher Versuch, für ein „gerechtes Gericht“ zu sorgen; und dazu sind wir einfach nicht fähig.

Ein großer Teil des älteren Verlaufsprotokolls ist unverändert geblieben, bis auf einige Teile, die anders angeordnet wurden. Zum Beispiel wurde die zweite Frage, die bei Zorn gegen Gott gestellt wurde – „*Weshalb empfinden Sie Zorn gegen Gott?*“ –, beibehalten, verschoben und umfunktioniert. Sie erwies sich als hilfreich, wenn sie bei einem Anzeichen von Zorn unmittelbar vor dem Wechsel in die LÖSUNGSBOX gestellt wurde. Diese Frage fordert Sie dazu auf, einen vermutlichen Grund für Ihr Zorngefühl zu nennen. Ihre Antwort spiegelt oft das *wahrgenommene Problem* wider, das Sie durch Ihren Zorn zu lösen versuchen. Diese Vorgehensweise kann oft den Übergang von der ZORNBOX in die LÖSUNGSBOX erleichtern. Insofern wird sie jetzt unabhängig davon gestellt, auf wen oder was sich Ihr Zorn richtet. Das Ergebnis ist eine einfachere und folgerichtige ZORNBOX, die den bestehenden *TPM-Prinzipien* besser entspricht als frühere Versionen der TPM-Schulung.

Hoffentlich konnten wir klarer verständlich machen, *warum* diese Änderungen vorgenommen wurden. Uns geht es darum, möglichst genaue Informationen zu bieten und dafür zu sorgen, dass der *TPM-Prozess* die *TPM-Prinzipien* und die *Absicht von TPM* klar widerspiegelt.



KAPITEL 19

Die LÖSUNGSBOX

Ziele des Mentee in der LÖSUNGSBOX

1. Feststellen, ob ich mich in einem „**Lösungsverhalten**“ befinde
2. Das „**wahrgenommene Problem**“ identifizieren, das ich mit meinem Verhalten zu lösen versuche
3. Eine „**Lösungsüberzeugung**“ benennen, die mein Verhalten erklärt

Die Fragen in der LÖSUNGSBOX

„Spüre ich einen Widerstand / ein Zögern bei dem Gedanken _____?“

„Was, glaube ich, würde passieren, wenn ich _____?“

„Was ist also der Grund, weshalb ich _____?“

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in sechs Teile gegliedert. Der erste Teil stellt die drei Komponenten einer „Lösung“ kurz vor und erklärt das Konzept der sogenannten „Lösungsindikatoren“. Im zweiten Teil wird erläutert, dass die Lösungsindikatoren ein Spektrum verschiedener Abstufungen bilden und uns zeigen, dass wir Gottes Perspektive brauchen. Der dritte Teil erklärt, wie wir feststellen können, ob wir uns in einem „Lösungsverhalten“ befinden. Der vierte Teil zeigt anhand von Beispielen, wie wir „wahrgenommene Probleme“ effektiv identifizieren können. Der fünfte Teil beschreibt, wie „Lösungsüberzeugungen“ artikuliert werden. Und der sechste Teil zeigt anhand von Beispielen, wie man das Verlaufsprotokoll der LÖSUNGSBOX benutzen kann.



Eine Übersicht über die LÖSUNGSBOX

Wie Sie aus unserer Erörterung der TPM-Prinzipien wissen, benutzen wir den Begriff *Lösungen* oder *Lösungsverhalten* für unsere Versuche, *wahrgenommene Probleme* zu lösen. Immer wieder benutzen wir im Alltag und auch während einer TPM-Gebetssitzung ein Lösungsverhalten. Selbst wenn unser Verhalten uns nicht bewusst ist, gibt es immer erkennbare Indikatoren, die uns zeigen, dass wir uns in einer *Lösung* befinden. Wir fühlen uns zum Beispiel gezwungen, etwas zu tun, empfinden einen Widerstand dagegen, etwas zu tun, oder haben das Gefühl, dass unsere Probleme irgendwie durch das, was wir tun, gelindert werden.

Wenn Sie einen dieser *Lösungsindikatoren* bemerken, sollten Sie in die LÖSUNGSBOX gehen (die einzige Ausnahme ist der Moment, nachdem Sie den Herrn in der WAHRHEITSBOX um Seine Perspektive gebeten haben und als Nächstes in der TRANSFORMATIONSBBOX prüfen, ob eine Transformation geschehen ist). Dort können Sie sowohl das *wahrgenommene Problem* identifizieren, das Sie zu lösen versuchen, als auch eine Überzeugung, die erklärt, warum Sie als Reaktion auf das wahrgenommene Problem dieses Verhalten zeigen. Nachdem Sie diese *Lösungsüberzeugung* formuliert haben, können Sie in die ÜBERZEUGUNGSBOX wechseln und dort dem Verlaufsprotokoll folgen.

HINWEIS: Bevor wir die Ziele in der LÖSUNGSBOX ausführlich erläutern, betrachten wir kurz jede der drei Komponenten einer Lösung: (1) *Lösungsverhaltensweisen*, (2) *wahrgenommene Probleme*, und (3) *Lösungsüberzeugungen*. Bevor Sie weiterlesen, empfehlen wir Ihnen sehr, noch einmal Kapitel 6 über das „Prinzip von Überzeugung und Entscheidung“ aufzuschlagen und zu wiederholen, was wir dort bereits über „Lösungen“ gesagt haben. Das Verständnis dieser Prinzipien ist eine wichtige Voraussetzung für die folgenden Erörterungen.

Eine Übersicht über die drei Komponenten einer Lösung

Wie Sie gelesen haben, erscheinen uns unsere *wahrheitsbasierten Probleme* ungelöst und problematisch, wenn wir Gottes Absicht und Wirken nicht aus einer himmlischen Perspektive betrachten können. Wir werden den Eindruck haben, dass wir unsere echte Trauer und unseren Kummer allein tragen müssen,

dass andere, die uns verletzt haben, einfach davonkommen oder dass die Reue und Scham über unsere vergangenen Sünden bestehen bleiben und uns in unlösbaren Schuldgefühlen gefangen halten. Obwohl Gott alle diese Probleme bereits vollständig gelöst hat (oder versprochen hat, sie in Zukunft zu lösen), werden wir sie weiter als ungelöst betrachten und selbst zu lösen versuchen, wenn uns Seine höhere Perspektive fehlt.

Noch schlimmer: Unsere lügenbasierte und fehlerhafte Perspektive wird dazu führen, dass wir Probleme *wahrnehmen*, die gar nicht existieren. Weil wir getäuscht wurden, kann es uns so vorkommen, als wären wir wertlos, allein oder verlassen oder als wäre unsere Situation hoffnungslos und nicht zu kontrollieren, obwohl nichts von alledem wahr ist.

Wenn wir mit solchen *wahrgenommenen Problemen* (ob lügenbasiert oder wahrheitsbasiert) konfrontiert sind, werden wir früher oder später nach Wegen suchen, sie zu *lösen*. Vielleicht versuchen wir zu leugnen, was wir fühlen, oder anderen die Schuld zu geben oder an unserem Zorn festzuhalten oder unseren aktuellen Umständen irgendwie zu entkommen. Doch was immer wir auch tun, geschieht in dem Bemühen, diese Probleme zu „lösen“: Es ist ein *Lösungsverhalten*.

Was wir als Reaktion auf unsere Probleme unternehmen, tun wir in der Überzeugung, dass es helfen wird. Wir alle tun das, was aus unserer aktuellen Perspektive am „besten“ zu sein scheint. Vielleicht möchten Sie zum Beispiel während einer TPM-Gebetssitzung *wirklich* mit Ihren Gefühlen in Kontakt kommen; doch wenn Sie *glauben*, dass es Sie schützt, Ihre Gefühle abzublocken, dann werden Sie sich gedrängt fühlen, genau das zu tun. Wie Sie in unserer Erörterung über das „Prinzip von Überzeugung und Entscheidung“ gesehen haben, handeln wir nach dem, was wir glauben. Jede Ihrer Entscheidungen beruht also auf dem, was Sie glauben. Sie sind motiviert, das zu tun, von dem Sie *glauben*, dass es funktionieren wird. Die Überzeugungen,

die uns zu *Lösungsverhaltensweisen* veranlassen, werden als „*Lösungsüberzeugungen*“ bezeichnet.

Wie Sie bald erfahren werden, kann in fast jeder Phase im TPM-Prozess ein *Lösungsverhalten* auftreten. Es ist aber auch möglich, dass Sie mitten in Ihrem Alltag ein Lösungsverhalten feststellen. Genauso wie Ihre negativen Emotionen können auch Ihre *Lösungsverhaltensweisen* zeigen, dass Ihnen Gottes Perspektive fehlt. Wir sollten lernen, unsere Beweggründe zu prüfen und ehrlich auf die Frage zu antworten: „Was ist WIRKLICH der Grund für das, was ich tue?“

Ihre Vertrautheit mit diesen drei Komponenten (Lösungsverhaltensweisen, wahrgenommene Probleme und Lösungsüberzeugungen) und ihrer Dynamik wird entscheidend dafür sein, wie es Ihnen gelingen wird, sie zu identifizieren und effektiv darauf zu reagieren. Deshalb ist es wichtig, dass Sie diese Konzepte gut verstehen. Im Folgenden werden wir jedes Konzept genau betrachten.

Lösungsindikatoren

Wenn Sie ein Lösungsverhalten ausüben, gibt es immer Anzeichen oder Hinweise dafür. *Lösungsindikatoren* decken auf, dass Sie konkrete Gründe für das haben, was Sie tun. Es gibt drei primäre *Lösungsindikatoren*, auf die wir achten sollten: „zwanghafte Verhaltensweisen“, „gelinderte Probleme“ und „Widerstand oder Zögern“. Nehmen wir uns einige Augenblick Zeit, um jeden dieser Indikatoren ausführlicher zu betrachten.

Lösungsindikator: „Zwanghafte Verhaltensweisen“

Wenn Sie überzeugt wurden zu glauben, dass ein bestimmtes Verhalten Ihnen helfen wird, ein *wahrgenommenes Problem* zu lösen, dann werden Sie motiviert sein, dieses Verhalten zu diesem Zweck auszuüben. Sie werden sich dazu gedrängt oder hingezogen fühlen. Das gilt *sogar* dann, wenn Sie vom Verstand her wissen, dass das *Lösungsverhalten* nicht hilfreich oder sogar zerstörerisch oder sündig ist. Dies erklärt, warum bestimmte Verhaltensweisen oder „schlechte Gewohnheiten“ so schwer zu brechen sind. Wenn wir sie unterlassen, bleiben wir mit dem „ungelösten“ Problem zurück, das wir durch das Lösungsverhalten zu „lösen“ versuchten.

Vielleicht haben Sie den aufrichtigen Wunsch, Ihr Verhalten zu ändern, aber es besteht ein großer Unterschied zwischen „Wille“ und „Wunsch“. Ihr Wunsch ist das, was Sie gern tun *möchten*, aber Ihr *Wille* zeigt sich in dem, was Sie tatsächlich tun. Wenn Sie auf irgendeiner Ebene überzeugt sind, dass es einen guten Grund für ein bestimmtes Verhalten gibt, dann werden Sie sich zu diesem Verhalten hingezogen fühlen und es wird wahrscheinlich Ihre gewohnheitsmäßige Reaktion auf bestimmte *wahrgenommene Probleme* werden.

Hier ist eine (nicht vollständige) Liste von Beispielen für *zwanghaftes Verhalten*:

- * Sie haben das Bedürfnis, erst einmal „Dinge in Ordnung zu bringen“, bevor Sie mit Gott reden.
- * Sie spüren einen Drang, online nach anzüglichen Bildern zu suchen, obwohl Sie wissen, dass es falsch ist.
- * Sie fühlen sich gezwungen, über das, was Sie getan haben, zu lügen, um die Konsequenzen

Ihres Handelns zu vermeiden.

- * Sie fühlen sich verpflichtet, eine ehrenamtliche Aufgabe zu übernehmen, obwohl Ihnen bewusst ist, dass Sie schon überarbeitet sind.
- * Sie haben das Gefühl, Sie müssten das Verhalten Jesu nachahmen, um Gottes Anerkennung zu verdienen.
- * Sie fühlen sich gezwungen, sich die Hände zu waschen, obwohl Sie wissen, dass sie nicht schmutzig sind.
- * Sie haben das Bedürfnis, etwas zu essen, obwohl Sie nicht hungrig sind.
- * Sie fühlen sich gezwungen, auf die Person, die Sie verletzt hat, wütend zu bleiben.
- * Sie spüren einen Drang, alle Gegenstände auf Ihrem Schreibtisch so zu platzieren, dass sie in dieselbe Richtung zeigen.
- * Sie haben das Bedürfnis, etwas Bemerkenswertes zu leisten, um Ihrem Leben Sinn zu verleihen.
- * Sie fühlen sich dazu hingezogen, Unterhaltungsmedien zu konsumieren, statt sich auf Ihre Arbeit oder andere Verpflichtungen zu konzentrieren.
- * Beim Anblick einer Maus, Spinne, Schlange, Kakerlake usw. haben Sie das Bedürfnis, wegzulaufen.
- * Sie fühlen sich genötigt, Ihre Entrüstung oder Wut zum Ausdruck zu bringen, indem Sie Ihre Meinung in den sozialen Medien posten.
- * Es ist Ihnen ein Bedürfnis, über eine andere Person peinliche Dinge zu verbreiten.
- * Sie haben das Gefühl, in einem Gespräch das letzte Wort haben zu müssen.

Diese Liste könnte man endlos fortsetzen; es gibt so viele „Lösungen“, wie es „Probleme“ gibt. Gott möchte aber, dass Sie die Lösung für alle Ihre Probleme allein bei Ihm suchen. Jedes Problem, mit dem Sie konfrontiert werden, hat Er entweder bereits gelöst oder zu lösen geplant. Seine Antwort zielt darauf, dass Sie Seine himmlische Perspektive gewinnen und „von ganzem Herzen auf den Herrn vertrauen und sich nicht auf Ihren Verstand verlassen“ (siehe Sprüche 3,5; NLB).

Lösungsindikator: „Gelinderte Probleme“

Wenn Sie ein Lösungsverhalten ausüben, scheinen die negativen emotionalen Konsequenzen der Probleme, die Sie zu lösen versuchen, nachzulassen. Vermutlich fühlen Sie sich infolgedessen merklich „besser“ – sicherer, wohler, mehr in Kontrolle, weniger ängstlich, weniger besorgt usw. Sie haben vielleicht den Eindruck, dass Sie Ihr Problem in gewissem Maß „gelindert“ haben; doch in Wirklichkeit wurde Ihr eigentliches Problem überhaupt nicht beeinflusst. Sie haben einfach einen Weg gefunden, sich vorübergehend von den Symptomen abzulenken.

Unsere Versuche, unseren Schmerz zu lindern, lösen das Problem zwar nicht, lassen es aber erträglicher erscheinen. Manche Verhaltensweisen können durchaus nützlich, gut oder sogar biblisch erscheinen, aber wenn sie dazu benutzt werden, ein *wahrgenommenes Problem* zu lösen, bleiben sie hinter Gottes Lösungen zurück und sind weiter als *Lösungsverhaltensweisen* zu betrachten. Und sobald Sie diese Verhaltensweisen unterlassen, wird das Problem unweigerlich wieder seinen problematischen Charakter annehmen, sodass alles wieder „schlimmer“ zu werden scheint. Mit anderen Worten kann ein *Lösungsverhalten* zwar eine

vorübergehende Veränderung unserer Emotionen bewirken, ohne jedoch unsere Überzeugungen zu verändern. Würden wir das Lösungsverhalten unterlassen, würde der Schmerz, der mit dem *wahrgenommenen Problem* verbunden ist, wieder auftauchen.

Hier ist eine (nicht vollständige) Liste von Beispielen für *gelinderte Probleme*:

- * Sie fühlen sich stärker, wenn Sie wütend sind.
- * Sie fühlen sich sicherer, wenn Sie dissoziieren.
- * Sie fühlen sich weniger allein, solange Sie im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit stehen.
- * Sie haben das Gefühl, mehr Kontrolle zu haben, wenn Sie Ihre Gefühle unterdrücken.
- * Sie fühlen sich weniger verletztlich, wenn Sie mit dem Rücken zur Wand oder neben einem Ausgang sitzen.
- * Es gibt Ihnen ein Gefühl der Sicherheit, wenn Sie bestimmte Kleidungsstücke oder Accessoires tragen.
- * Wenn Sie von Menschen umgeben sind, die dasselbe glauben wie Sie, fühlen Sie sich wohler und mutiger.
- * Sie fühlen sich sicherer, wenn Sie Ihre tatsächliche Meinung in der Öffentlichkeit abstreiten.
- * Sie fühlen sich weniger deprimiert, wenn Sie sich auf positivere Gedanken konzentrieren.
- * Eine außereheliche Affäre gibt Ihnen das Gefühl, „glücklicher“ oder „begehrter“ zu sein.
- * Sie fühlen sich weniger wütend, nachdem Sie bei einem Freund Dampf abgelassen haben.
- * Wenn Sie Bibelverse zitieren, fühlen Sie sich weniger gestresst.
- * Sie fühlen sich weniger ängstlich, wenn Sie das Licht einschalten.
- * An einer Bar fühlen Sie sich mehr akzeptiert und anerkannt als zuhause.
- * Ihre Anspannung oder Unruhe lässt nach, während Sie Musik hören, Sport treiben, an Ihren Fingernägeln kauen, etwas Produktives tun, etwas mit Öl salben, eine Zigarettenpause einlegen, Ihre Atmung kontrollieren und so weiter.

Lösungsindikator: „Widerstand und/oder Zögern“

Wenn Sie überzeugt sind, dass ein bestimmtes „Lösungsverhalten“ zur Lösung eines konkreten Problems beitragen wird, wird Ihnen der Gedanke *widerstreben*, es nicht auszuüben, und die Vorstellung, etwas anderes zu versuchen, wird Sie *zögern* lassen. Wenn Sie zum Beispiel draußen in der Kälte unterwegs wären, würde es Ihnen widerstreben, den Mantel auszuziehen, weil Sie überzeugt sind, dass er Sie warmhält. Sie würden auch zögern, Ihren Mantel gegen eine weniger isolierende Bekleidung einzutauschen, weil Sie glauben, dass Ihr Mantel einen besseren Kälteschutz bietet. Genauso werden Sie sich gegen die Vorstellung sträuben, auf Ihre emotionale Schutzmauer zu verzichten, weil Sie glauben, dass sie Sie vor Schaden bewahrt.

Würden Sie die Möglichkeit in Betracht ziehen, das Gegenteil Ihres Lösungsverhaltens zu tun (indem Sie Ihren Mantel ablegen bzw. auf Ihren Schutzwall verzichten), würde es Sie zurückschrecken, innehalten oder Abstand nehmen lassen. Selbst wenn Sie den aufrichtigen Wunsch hätten, Ihr Verhalten zu ändern, würde Ihnen das unmöglich erscheinen oder es würde zumindest große Anstrengung, Konzentration oder Willenskraft erfordern. Das liegt daran, dass Sie dann versuchen würden, im Gegensatz zu Ihrer

Überzeugung zu handeln (*Lösungsüberzeugung*).

Vielleicht empfinden Sie zum Beispiel einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, Ihre Wut gegen eine Person loszulassen, die Sie verletzt hat, weil Sie glauben, dass Ihre Wut diese Person zur Verantwortung zieht (*Lösungsüberzeugung*). Nach dieser falschen Logik würde der Verzicht auf Ihre Wut dazu führen, dass die Person mit ihrem Fehlverhalten davonkommt (*wahrgenommenes Problem*). Auch wenn Sie vom Verstand her wissen, dass es gut, hilfreich oder moralisch richtig wäre, die Wut loszulassen, zeigt der Widerstand, den Sie spüren, dass Sie immer noch glauben, aus einem berechtigten Grund an Ihrer Wut festzuhalten.

Oder Sie spüren ein Zögern oder einen Widerstand bei dem Gedanken, sich an eine schmerzhaftes Lebenserfahrung zu erinnern. Obwohl Sie einen tiefen Schmerz fühlen, kommt Ihnen keine Erinnerung in den Sinn. Wenn Sie glauben, dass ein Abblocken der Erinnerung Sie davor bewahrt, von Ihren Erinnerungen überwältigt zu werden (*Lösungsüberzeugung*), werden Sie natürlich den Eindruck haben, dass Sie Gefahr laufen, überwältigt zu werden, wenn Sie die Erinnerung auftauchen lassen (*wahrgenommenes Problem*). Logisch betrachtet verstehen Sie vielleicht, dass die Erinnerung an das vergangene Ereignis ein Schritt in die richtige Richtung wäre, aber Ihr Zögern zeigt, dass Sie es für besser halten, die Vergangenheit auszublenden.

Hier ist eine (nicht vollständige) Liste von Beispielen für einen *Widerstand* oder ein *Zögern*:

- * Sie spüren einen Widerstand, mit Ihren Gefühlen in Kontakt zu kommen.
- * Sie zögern bei dem Gedanken, sich an eine Missbrauchserfahrung zu erinnern.
- * Sie sind nicht bereit, Ihre eigenen Fehler zuzugeben.
- * Es fällt Ihnen schwer, eine Schuld zu vergeben.
- * Bei dem Gedanken, zu einem Familientreffen zu gehen, spüren Sie einen Widerstand.
- * Sie zögern, wenn Sie aufgefordert werden, von Ihrem Glauben zu erzählen.
- * Es fällt Ihnen schwer zu akzeptieren, dass Gottes Gnade für das Problem Ihrer Sünde völlig ausreicht.
- * Sie zögern bei dem Gedanken, auf eine wahrgenommene Ungerechtigkeit nicht wütend zu reagieren.
- * Es fällt Ihnen schwer zuzugeben, dass Sie Hilfe brauchen.
- * Sie zögern bei der Vorstellung, ehrlich zuzugeben, was Sie wirklich glauben.
- * Es widerstrebt Ihnen, ehrlich zu sagen, auf wen Sie wütend sind.
- * Sie zögern bei dem Gedanken, sich aus der Deckung zu wagen.
- * Sie spüren einen Widerstand, sich die Meinung anderer anzuhören, wenn Sie glauben, dass sie Ihren eigenen Ansichten widerspricht.
- * Es fällt Ihnen schwer, „nein“ zu sagen, wenn andere Sie um einen Dienst bitten.
- * Sie haben das Gefühl, sich anstrengen zu müssen, um bei der Anwendung des TPM-Prozesses fokussiert zu bleiben, usw.

Seien Sie nicht überrascht, wenn Sie bei dem Gedanken an etwas, das Sie wirklich tun möchten, einen Widerstand oder ein Zögern feststellen. Dies zeigt einfach, dass Sie einen Grund haben, Ihr jetziges Verhalten fortzusetzen, auch wenn Sie wissen, dass Sie eigentlich etwas anderes tun sollten. Mentees, für die das Konzept noch neu ist, behaupten oft, dass sie „bereit“ sind, ihr Lösungsverhalten loszulassen, weil

sie wissen, dass es der richtige Schritt wäre. Wenn sie jedoch gefragt werden, ob sie bei diesem Gedanken einen Widerstand oder ein Zögern spüren, sind sie über ihr eigenes Zaudern überrascht.



Lösungsindikatoren bilden ein Spektrum

Bei dem Versuch, mögliche *Lösungsindikatoren* zu identifizieren, ist es wichtig zu verstehen, dass sie ein breites Spektrum bilden. Es ist nicht die Stärke des Zögerns oder des Widerstands, die darüber entscheidet, ob ein Verhalten eine Lösung ist oder nicht. Denn selbst der kleinste Widerstand, Ihr aktuelles Verhalten zu ändern, zeigt, dass Sie einen Grund haben, es fortzusetzen. Wenn Sie sich zum Beispiel in der EMOTIONSBOX auf Ihre Gefühle konzentrieren, bemerken Sie vielleicht einen leichten Impuls, vor dem Schmerz

zurückzuweichen. Oder Sie stoßen auf einen starken Widerstand bei dem Gedanken, Ihre Emotionen zuzulassen, und zwar so sehr, dass es Ihnen unmöglich erscheint, überhaupt irgendwelche Gefühle zu spüren. Trotz des großen graduellen Unterschieds handelt es sich in beiden Fällen um eine Form des Widerstands.

Stellen Sie es sich so vor: „Wenn Sie mit der Hand Wasser in einem Eimer umrühren, spüren Sie einen geringen Widerstand. Wenn Sie Zement hinzufügen und das Wasser wieder mit der Hand umrühren, bemerken Sie einen wesentlich höheren Widerstand. Und wenn Sie warten, bis der Zement ausgehärtet ist, können Sie das Wasser natürlich überhaupt nicht mehr bewegen. Jedes dieser Gefühle ist ein Beispiel für den

„Widerstand“. Ob er kaum merklich ist, überhaupt keine Bewegung zulässt oder sich irgendwo dazwischen befindet: Er entspricht der Definition „Widerstand“ oder „Zögern“.

Auch die anderen *Lösungsindikatoren*, die wir genannt haben, bilden ein Spektrum. Der Drang, aus einem brennenden Gebäude zu fliehen, wäre zum Beispiel unwiderstehlich; doch auch der leise Impuls, einen Blick auf Ihr Handy zu werfen, wenn Sie ein entsprechendes Signal wahrgenommen haben, ist ein Beispiel für *zwanghaftes Verhalten*. Sie würden sich zu beiden Verhaltensweisen *gedrängt* fühlen, weil Sie sie für nützlich halten würden.

Das gilt genauso in einer TPM-Gebetssitzung. Wenn Sie sich während der Sitzung zu einem bestimmten Verhalten gedrängt fühlen – wie zum Beispiel an Wut festzuhalten, anderen die Schuld für Ihren Schmerz zu geben, sich leicht durch Geräusche von außen ablenken zu lassen, ständig die Augen zu öffnen, Ihren Mentor immer wieder in ein Gespräch zu verwickeln oder auf Ihrem Stuhl herumzurutschen – kann es sich bei diesen Verhaltensweisen um *zwanghaftes Verhalten* handeln. Sie werden in der Hoffnung benutzt, wahrgenommene Probleme zu lösen. Das geschieht unabhängig davon, wie *stark* Sie sich zu diesen Verhaltensweisen

gedrängt fühlen.

Wenn Sie sich spürbar „besser“ fühlen, nachdem Sie ein bestimmtes Verhalten ausgeübt haben, ist das ein Beispiel für ein „gelindertes Problem“. In welchem Umfang das Problem gelindert wurde, spielt dabei keine Rolle. Ob Sie nun das Gefühl haben, dass Sorge und Stress völlig von Ihnen „abfallen“, sobald Sie den ersten Löffel Eis genießen, oder ob es sich nur so anfühlt, als hätten Sie die Dinge etwas mehr im Griff, nachdem Sie Ihre Kinder angeschrien haben: Sie befinden sich in einem *Lösungsverhalten*. Wenn Sie den TPM-Prozess anwenden und merken, wie Ihr emotionaler Schmerz irgendwie nachlässt oder verschwindet, weist dies in der Regel darauf hin, dass Sie ein Lösungsverhalten ausüben. *(Abgesehen natürlich von dem Moment, in dem der Heilige Geist Ihr Herz von der Wahrheit überzeugt, sodass Ihre Emotionen der Wahrheit entsprechen, die Sie nun in Ihrem Herzen glauben.)*

Beim ersten Ziel in der LÖSUNGSBOX geht es einfach darum, festzustellen, ob Sie *Lösungsindikatoren* bemerken oder nicht. Die erste Frage in der LÖSUNGSBOX soll Sie an dieses Ziel erinnern: „*Spüren Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken...?*“ Wenn Sie auch nur einen leisen Widerstand oder ein leichtes Zögern bei dem Gedanken bemerken, das Verhalten zu unterlassen, haben Sie Ihr erstes Ziel in dieser Box erreicht. Wenn Sie merken, dass Sie sich irgendwie gedrängt oder gezwungen fühlen, Ihr momentanes Verhalten fortzusetzen, haben Sie Ihr erstes Ziel erreicht. Wenn Sie merken, dass es Ihnen unmöglich erscheint, das Gegenteil von Ihrem momentanen Verhalten zu tun, haben Sie Ihr erstes Ziel erreicht. Und wenn Sie feststellen, dass Sie sich ein wenig besser fühlen, nachdem Sie Ihr *Lösungsverhalten* benutzt haben, haben Sie Ihr erstes Ziel erreicht.

Ein „Lösungsverhalten“ zeigt, dass wir Gottes Perspektive brauchen

Wenn *Lösungsindikatoren* vorhanden sind, ist anzunehmen, dass Sie sich gerade in einem *Lösungsverhalten* befinden. Mit anderen Worten tun Sie das, was Sie gerade tun, *möglicherweise* in der Annahme, durch dieses Verhalten ein *wahrgenommenes Problem* lösen zu können. Die Fähigkeit, ein auftretendes Lösungsverhalten zu identifizieren, halten wir für einen der nützlichsten Skills, die Sie durch TPM erlernen werden. Diese Fähigkeit spart auch viel Zeit, wenn Sie den TPM-Prozess mit einem Mentor anwenden. Statt zu warten, bis Sie offensichtlich nicht mehr weiterkommen, können Sie Ihrem Mentor schon beim ersten Auftreten eines *Lösungsindikators* einen Hinweis geben und in die LÖSUNGSBOX wechseln.

Das Verständnis dieser Konzepte hilft Ihnen nicht nur bei der Selbstanwendung des TPM-Prozesses, sondern erweitert auch Ihre Kompetenz, andere als Mentor oder Mentorin zu begleiten, und befähigt Sie, im Alltag die Gelegenheiten zur Glaubensläuterung zu erkennen, die Gott Ihnen anbietet. So wie unser emotionaler Schmerz zeigt, dass wir Seine Perspektive brauchen, dient unser Verhalten als ein weiteres Alarmsystem, das uns auf etwas aufmerksam macht, das nicht stimmt. Wenn es Ihnen zum Beispiel widerstrebt, bei einer Gemeindeveranstaltung mit anderen ins Gespräch zu kommen, ist das nicht Ihr wirkliches Problem; Ihr Widerstreben ist vielmehr ein Versuch, ein Problem zu *lösen*. Wenn Sie feststellen, dass Sie in einem Saal immer ganz hinten oder in der Nähe des Ausgangs sitzen, ist dieses Verhalten kein Zufall, sondern die Art und Weise, wie Sie ein Problem zu *lösen* versuchen. Und wenn Sie vor Ihrem Kühlschrank stehen, obwohl Sie wissen, dass Sie nicht hungrig sind, haben Sie kein „Essproblem“, sondern eine vermeintliche „Esslösung“.

Wenn wir uns zu irgendeiner Art von Lösungsverhalten gedrängt fühlen, brauchen wir Gottes Perspektive.

Wenn wir das Gefühl haben, dass etwas uns hindert, die guten Werke zu tun, die Gott für uns bereitet hat, brauchen wir Seine Perspektive. Wenn wir uns weniger gestresst, ängstlich oder wütend fühlen, nachdem wir irgendwohin gegangen sind, irgendetwas getan haben oder mit irgendjemand gesprochen haben, müssen wir unser eigenes Verhalten überprüfen. Gelegenheiten zur Glaubensläuterung bieten sich reichlich in unserem Alltag! Doch bevor wir diese Gelegenheiten gezielt nutzen können, müssen wir in der Lage sein, sie zu entdecken. Wenn wir das Konzept der Lösungsindikatoren verstehen, sind wir besser in der Lage, Gelegenheiten zu erkennen, die wir sonst verpassen würden.



Unser emotionaler Schmerz motiviert uns zu einem Lösungsverhalten

Wie Sie aus unserer Erörterung über das „Prinzip von Überzeugung und Entscheidung“ wissen, motivieren unsere Emotionen uns zum Handeln. Die Motivation, „etwas zu tun“, ist in einem emotional gesteigerten Zustand am stärksten. Und wenn wir mit den schmerzhaften emotionalen Folgen einer Herzensüberzeugung konfrontiert sind, werden wir irgendetwas tun. So hat Gott es in uns angelegt. Er möchte, dass wir auf unsere Gefühle reagieren, aber Er möchte auch, dass sowohl unsere Emotionen als auch unser Handeln der Wahrheit entsprechen.

Denn wenn Sie in Ihrem Herzen eine Lüge glauben, werden Sie lügenbasierten Schmerz spüren und motiviert sein, etwas dagegen zu unternehmen. Sie werden *wahrscheinlich* versuchen, entweder den Schmerz loszuwerden oder das wahrgenommene Problem zu „lösen“, das Sie für die Ursache des empfundenen Schmerzes halten. Doch keine dieser Optionen richtet sich auf das eigentliche Problem; was Sie brauchen, ist Gottes Perspektive.

Und auch wenn Sie die Wahrheit teilweise in Ihrem Herzen verstehen, aber Gottes liebevolles und gezieltes Wirken nicht erkennen, werden Sie *wahrscheinlich* glauben, dass Ihre wahrheitsbasierten Probleme nicht gut aufgehoben sind. Deshalb werden Sie einen gewissen wahrheitsbasierten Schmerz fühlen und motiviert sein, entweder den Schmerz zu lindern oder das Problem selbst zu „lösen“. Doch auch hier sind beide Strategien vergeblich und unnötig.

Was Sie brauchen, ist Gottes Perspektive. Sie brauchen den Heiligen Geist, der Sie von der Wahrheit über Ihre aussichtslosen eigenen Versuche der Problemlösung überzeugt und Ihnen zu dem Problem, das Sie zu lösen versuchen, Seine Perspektive schenkt. Alles, was Sie als Reaktion auf Ihren emotionalen Schmerz tun, das nicht zu einer veränderten Herzensüberzeugung (Erneuerung des Denkens) führt, ist im Kern ein *Lösungsverhalten*.

Was tun Sie zum Beispiel, wenn Emotionen hochkommen? Greifen Sie zur TV-Fernbedienung? Holen Sie sich einen Becher Eis? Rufen Sie Ihre Mutter an? Lesen Sie die Bibel? Hören Sie Musik? Ignorieren Sie Ihre Gefühle? Lassen Sie es an einer anderen Person aus? Mixen Sie sich einen Cocktail? Ganz gleich, welches emotionsgeladene Verhalten Sie wählen: Wenn es nicht durchgehend dazu führt, dass Sie die Wahrheit mit dem Herzen glauben, dann versäumen Sie wertvolle Gelegenheiten zur Glaubensläuterung und müssen immer wieder etwas anderes versuchen.

Falls Sie je Zweifel haben, ob Sie ein *Lösungsverhalten* ausüben oder nicht, dann überprüfen Sie Ihren emotionalen Zustand. Wenn Sie Stress, Unruhe, Sorge, Angst, Wut oder eine andere negative Emotion spüren, dann lautet die Antwort *wahrscheinlich* „ja“.



Feststellen, ob Sie ein „Lösungsverhalten“ ausüben

Wann immer Sie den Eindruck haben, dass Sie sich in einem Lösungsverhalten befinden (oder auch nur befinden *könnten*), sollten Sie an dieser Stelle abbrechen und in die LÖSUNGSBOX wechseln. Wenn Sie sich zum Beispiel gezwungen fühlen, etwas zu tun, obwohl Sie wissen, dass Sie es nicht tun sollten (etwa einen großen Becher Eis zu essen, einen überforderten Schiedsrichter zu beschimpfen oder an Ihrem Zorn festzuhalten, nachdem längst „die Sonne untergegangen“ ist), befinden Sie sich *wahrscheinlich* in einem *Lösungsverhalten*. Wenn Sie merken, dass Sie sich nach einem ganz bestimmten Verhalten „besser“ fühlen (etwa nachdem Sie Ihre Lieblingssendung eingeschaltet haben, sich bei einer Person „Luft“ gemacht haben, von der Sie Verständnis erwarten können, oder sich selbst Bibelverse zugesprochen haben), *könnte* das ein *Lösungsverhalten* sein. Und wenn Sie feststellen, dass Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem bloßen Gedanken spüren, etwas Bestimmtes zu tun (zum Beispiel zuzugeben, dass Sie Hilfe brauchen, Ihre Trauer loszulassen oder mit Ihren Emotionen in Kontakt zu kommen), befinden Sie sich *vielleicht* in einem *Lösungsverhalten*.

Wenn Sie eine solche Dynamik bemerken, die mit *Lösungsindikatoren* einhergeht – wenn Sie sich zum Beispiel gezwungen fühlen, an Ihrer Wut festzuhalten, oder ein Zögern bei dem Gedanken spüren, sich an ein bestimmtes Ereignis zu erinnern, oder sich weniger verletzbar fühlen, wenn Sie während einer TPM-Gebetssitzung die Augen öffnen, üben Sie ein „*Lösungsverhalten*“ aus und haben das erste Ziel in der LÖSUNGSBOX schon erreicht.

Falls Sie unsicher sind, ob Sie sich in einem *Lösungsverhalten* befinden oder nicht, kann die erste Frage der LÖSUNGSBOX Ihnen helfen, weil sie Sie daran erinnert, wonach Sie suchen. Die Frage zu diesem Ziel lautet: „Spüren Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken ... (das Verhalten zu unterlassen)?“

Der Widerstand oder das Zögern, das Sie schon bei dem bloßen Gedanken spüren, ein bestimmtes Verhalten loszulassen (etwa, nicht an Ihrer Wut festzuhalten) oder etwas Bestimmtes zu tun (etwa, eine Erinnerung auftauchen zu lassen, an die Sie sich nicht erinnern wollen), weist auf ein Lösungsverhalten hin.

Wenn Sie sich also die erste Frage der LÖSUNGSBOX stellen – „Spüre ich einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken... (meine Wut loszulassen; mich an etwas zu erinnern, an das ich mich nicht erinnern will; mir zu erlauben, emotionalen Schmerz zu spüren; meine Augen während der ganzen TPM-Gebetssitzung geschlossen zu halten, usw.)?“ – dann schauen Sie, ob es Anzeichen für Abwehr oder Zurückhaltung gibt.

Diese Frage fordert Sie nicht auf, mit irgendetwas *anzufangen* oder *aufzuhören*, und Sie werden auch nicht gefragt, ob Sie den *Wunsch* oder die *Bereitschaft* haben, etwas Bestimmtes zu tun. Sie sollen sich nur darauf konzentrieren, ob Sie *bei dem bloßen Gedanken*, etwas zu tun oder nicht zu tun, einen Widerstand oder ein Zögern spüren. Unabhängig davon, ob Sie den nächsten Schritt im TPM-Prozess wirklich gehen *wollen*: Wenn Sie irgendeinen Widerstand oder ein Zögern (in welcher Weise auch immer) bei dem Gedanken

spüren, den nächsten Schritt zu tun, dann glauben Sie auf irgendeiner Ebene, dass Sie einen berechtigten Grund haben, stehen zu bleiben. Dies zeigt, dass Sie sich absichtlich so verhalten. Sie versuchen aktiv, ein *wahrgenommenes Problem* zu „lösen“.

Hier ein Beispiel, wie diese Frage in einer TPM-Gebetssitzung gestellt werden könnte:

Mentee: Als er das zu mir sagte, wusste ich, dass ich in Schwierigkeiten steckte. (G1)

Mentor: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (G2)

Mentee: Panik (G5) > (G8)

Mentor: Wenn Sie sich darauf konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn? (G10)

Mentee: ... Ich bemerke eigentlich gar nichts. Nichts kommt mir in den Sinn! (G11) > (G12)

Mentor: Spüren Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, zuzulassen, dass Ihnen etwas in den Sinn kommt? (L1)

Mentee: Hm, also... Ich weiß, dass ich mich eigentlich an etwas erinnern sollte, aber irgendetwas in mir sträubt sich dagegen! (L6)

Wie bei jeder anderen Frage im TPM-Prozess ist es auch hier wichtig zu verstehen, worum es bei dieser Frage geht und an welche Konzepte Sie Sie erinnern soll. Jede Frage im TPM-Verlaufsschema dient als Erinnerung an das Ziel, das an dieser Stelle erreicht werden soll. Diese erste Frage soll Sie zum Beispiel daran erinnern, wie Sie feststellen können, ob Sie sich in einem Lösungsverhalten befinden, indem Sie auf Lösungsindikatoren achten. Die Frage fordert Sie nicht auf, irgendetwas zu *tun* oder auch nur zu *versuchen*. Sie fordert Sie nicht auf, irgendetwas zu *wollen* oder zu *wünschen*. Sie fragt Sie nicht einmal, ob Sie *bereit* sind, irgendetwas zu tun. Diese Frage lädt Sie nur ein, ehrlich anzuschauen, was Sie bereits tun, und dabei auf *Lösungsindikatoren* zu achten. Das ist ein wichtiges Konzept, das Sie verstehen müssen. Viele Mentoren und Mentees geraten hier ins Stocken, weil sie dieses Ziel nicht richtig verstanden haben.

Behalten Sie in Erinnerung, dass der TPM-Prozess keine Liste von Fragen ist, die es zu stellen und zu beantworten gilt, sondern vielmehr eine Reihe von Zielen oder Aufgaben, die erfüllt werden sollen. Die Fragen sind dazu da, Sie bei jedem Schritt im TPM-Prozess an Ihre Ziele zu erinnern. Die „Ziele“-Version des Verlaufsschemas sollte in dieser Hinsicht hilfreich sein.

Wenn Sie mit einem Mentor arbeiten, wird er Ihnen vielleicht eine kurze Erklärung geben, bevor er diese Frage stellt. Er oder sie könnte zum Beispiel sagen: *„Bei der Frage, die ich Ihnen jetzt stellen werde, geht es nicht darum, dass Sie versuchen, irgendetwas zu tun oder loszulassen oder geschehen zu lassen. Es ist im Wesentlichen eine Ja-Nein-Frage, die Sie einfach einlädt zu schauen, ob Sie irgendeinen Widerstand, ein Zögern, eine Abneigung oder ein Innehalten spüren, wenn Sie auch nur daran denken, das Gegenteil von dem zu tun, was Sie jetzt gerade tun.“*

Je besser Sie mit den drei *Komponenten einer Lösung* und mit den primären *Lösungsindikatoren* vertraut sind, desto leichter können Sie feststellen, wann Sie ein *Lösungsverhalten* ausüben. Sie werden lernen, genauer darauf zu achten, warum Sie tun, was Sie gerade tun. Das wird sich nicht nur in Ihren TPM-Gebetssitzungen, sondern auch in Ihrem Alltag als nützlich erweisen.

Wie gesagt: Wenn Sie während Ihrer TPM-Gebetssitzung irgendeine mit den *Lösungsindikatoren* verbundene Dynamik bemerken (was an fast jedem Punkt im TPM-Prozess geschehen kann), befinden Sie sich wahrscheinlich in einem *Lösungsverhalten* und haben das erste Ziel der LÖSUNGSBOX bereits erreicht.



Es sind nur „wahrgenommene Probleme“, die uns zu schaffen machen

Wir sprechen von „wahrgenommenen Problemen“, weil aus Gottes Perspektive keine Probleme existieren. Er hat jede berechtigte Sorge, die wir je haben werden, auf Seine eigene Weise gelöst oder wird sie zu Seiner Zeit lösen. Jedes Problem, auf das wir stoßen, wird nur durch unsere begrenzte oder fehlerhafte Perspektive zum Problem. Entweder nehmen wir ein Problem wahr, das nicht real ist (fehlerhafte Perspektive) oder wir sehen Gottes Lösung für unser echtes Problem nicht (begrenzte Perspektive).

Petrus zeigt uns die richtige Antwort auf unsere wahrgenommenen Probleme, wenn er schreibt:

„Demütigt euch nun unter die mächtige Hand Gottes, damit er euch erhöht zur rechten Zeit... er selbst wird euch, die ihr eine kurze Zeit gelitten habt, vollkommen machen, stärken, kräftigen, gründen“ (1 Petrus 5,6.10).

Trotz dieser Zusage neigen wir immer noch dazu, selbst nach Lösungen für die Probleme zu suchen, mit denen wir uns konfrontiert sehen. Was immer wir tun, um unsere wahrgenommenen Probleme zu beheben, ist unsere Lösung oder unser Lösungsverhalten.

Um es noch einmal zu wiederholen: Wir achten das echte Leid nicht gering, das uns vielleicht abverlangt wird. Wir weisen nur darauf hin, dass Gott eine ewige Lösung für jedes Problem hat, mit dem wir konfrontiert werden könnten. Paulus drückte es so aus: „Denn unsere jetzigen Sorgen und Schwierigkeiten sind nur gering und von kurzer Dauer, doch sie bewirken in uns eine unermesslich große Herrlichkeit, die ewig andauern wird!“ (2 Korinther 4,17).



Ein wahrgenommenes Problem identifizieren

Sobald Sie festgestellt haben, dass Sie sich gerade in einem *Lösungsverhalten* befinden, besteht Ihr nächstes Ziel darin, das *wahrgenommene Problem* zu identifizieren, das Sie zu lösen versuchen. Wie Sie aus unserer Erörterung der TPM-Prinzipien wissen, sind *wahrgenommene Probleme* Schwierigkeiten, die Sie selbst zu lösen versuchen, Situationen, die Sie zu meiden versuchen, und Herausforderungen, auf die Sie reagieren. Es sind die schlechten Situationen oder unerwünschten Ergebnisse, die Sie zu verhindern, zu verringern, zu lösen oder zu umgehen versuchen.

Da Sie Ihr *wahrgenommenes Problem* aktiv zu „lösen“ versuchen, können Sie es leichter identifizieren, indem Sie an die hypothetischen Konsequenzen einer Veränderung Ihres momentanen Verhaltens denken. Ihr *wahrgenommenes Problem* ist das problematische Ergebnis, das scheinbar bestehen bleiben würde, wenn Sie aufhören würden, es selbst zu lösen. Um das durch ein Beispiel zu veranschaulichen, stellen Sie

sich vor, welche Probleme entstehen würden, wenn Sie aufhören würden, Ihre Rechnungen zu bezahlen, sich die Zähne zu putzen oder zur Arbeit zu gehen. Die dadurch entstehenden Schwierigkeiten, Folgen und Kosten sind die *wahrgenommenen Probleme*, die durch eine Änderung Ihres aktuellen Verhaltens ungelöst bleiben würden.

Nachdem Sie festgestellt haben, dass Sie sich in einem *Lösungsverhalten* befinden, kann die zweite Frage der LÖSUNGSBOX Ihnen helfen, das wahrgenommene Problem zu identifizieren, das Sie zu lösen versuchen. Diese Frage lässt Sie prüfen, was aus Ihrer Sicht geschehen würde, wenn Sie Ihr Lösungsverhalten aufgeben würden. Dieses unerwünschte Ergebnis beschreibt das Problem, das Sie durch Ihr Lösungsverhalten zu beheben versuchen.

Die Frage, die zu diesem Zweck gestellt wird, lautet: „Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Sie ____?“ Wenn Sie den TPM-Prozess selbst anwenden, würden Sie sich also fragen: „*Was, glaube ich, würde passieren, wenn ich das Gegenteil von meinem jetzigen Verhalten tun würde oder wenn ich mein jetziges Verhalten aufgeben würde?*“ Wenn Sie zum Beispiel bemerkt hätten, dass Sie Schwierigkeiten haben, mit Ihren Gefühlen in Kontakt zu kommen, würden Sie sich fragen: „*Was, glaube ich, würde passieren, wenn ich mit meinen Gefühlen in Kontakt kommen würde oder wenn ich aufhören würde, den Schmerz zu unterdrücken?*“ Oder wenn Sie sich gezwungen fühlen würden, auf Ihren Vater wütend zu sein, würden Sie sich fragen: „*Was, glaube ich, würde passieren, wenn ich die Wut gegen meinen Vater loslassen würde?*“

Bei der Beantwortung dieser Frage suchen Sie nach dem möglichen Ergebnis einer hypothetischen Verhaltensänderung, das Ihnen schlecht, traurig, chaotisch, ungerecht, gefährlich, verletzend, einsam machend, Angst oder Panik auslösend, deprimierend, bedauerlich oder in anderer Weise negativ und unerwünscht erscheint.

Die folgenden Sätze veranschaulichen, was Sie zu artikulieren versuchen, wenn es darum geht, Ihr *wahrgenommenes Problem* zu identifizieren:

„Wenn ich dies (Lösungsverhalten) nicht mehr tue, dann glaube ich, dass das (wahrgenommenes Problem) geschehen wird.“

„Wenn ich das Gegenteil davon (Lösungsverhalten) tue, wird es dazu (wahrgenommenes Problem) führen.“

„Wenn ich dies (Lösungsverhalten) nicht mehr tue, wird es das (wahrgenommenes Problem) bedeuten.“

„Wenn ich dies (Lösungsverhalten) aufgebe, dann wird das (wahrgenommenes Problem) eintreten.“

„Wenn ich dies (Gegenteil des Lösungsverhaltens) wähle, habe ich das Gefühl, dass das (wahrgenommenes Problem) passieren wird.“

Hier sind einige konkrete Beispiele:

„Wenn ich mit meinen Gefühlen in Kontakt komme, werden die Emotionen mich überrollen.“

„Wenn ich mich an das erinnere, was mir passiert ist, wird es mein Leben zerstören.“

„Wenn ich aufhöre, wütend zu sein, hören meine Kinder nicht auf mich.“

„Wenn ich nicht auf mich selbst wütend bin, werde ich das immer wieder tun.“

„Wenn ich mit ihr zusammenbleibe, werde ich nie glücklich werden.“

„Wenn ich nicht verletzt reagiere, werde ich ignoriert und vergessen.“

„Wenn ich das jetzt nicht esse, bleibe ich nervös und ängstlich.“

- „Wenn ich Gefühle zulasse, wird es mich umhauen, und ich werde die Kontrolle verlieren.“
- „Wenn ich zugebe, was ich getan habe, werde ich abgelehnt und alleingelassen.“
- „Wenn ich das loslasse, habe ich nichts mehr, wofür ich leben kann.“
- „Wenn ich mir das nicht mehr antue, lande ich wieder in der Depression.“
- „Wenn ich sie nicht zurückgewinne, werde ich nie wieder geliebt werden.“
- „Wenn ich meinen Zorn loslasse, kommt er mit dem davon, was er mir angetan hat.“
- „Wenn ich über meinen Glauben spreche, werde ich für dumm gehalten und blamiere mich.“
- „Wenn ich mich nicht mehr so verhalte, weiß ich nicht mehr, wer ich eigentlich bin.“
- „Wenn ich das sein lasse, werde ich am Ende genau wie meine Mutter.“
- „Wenn ich diese Aufgabe nicht übernehme, werden alle von mir enttäuscht sein.“
- „Wenn ich den Herrn um Seine Perspektive bitte, wird Er nur bestätigen, dass ich wertlos bin.“
- „Wenn ich diese Grenzen nicht aufrechterhalte, können sie mit mir machen, was sie wollen.“
- „Wenn ich aufhöre zu trauern, bedeutet es, dass ich meinen Sohn nicht wirklich geliebt habe.“
- „Wenn ich nicht mehr ständig auf der Hut bin, könnte es mir noch einmal passieren.“
- „Wenn ich dort hingehe, wird es schlimmer sein, als ich es ertragen kann.“
- „Wenn ich mich nicht darüber aufrege, bedeutet es, dass das keine große Sache war.“
- „Wenn ich mich wegen meiner Sünde nicht mehr schuldig fühle, wird Gott sich von mir distanzieren.“
- „Wenn ich nicht mehr so hart daran arbeite, werde ich nie gut genug sein.“

Jede dieser hypothetischen Folgen einer Veränderung des aktuellen Verhaltens würde als *wahrgenommenes Problem* verstanden werden. Jede beschreibt ein mögliches negatives Ergebnis, das aus der Sicht des Mentee eintreten würde, wenn er oder sie das entsprechende *Lösungsverhalten* aufgeben würde. Das ist das ungelöste Problem, das angegangen werden soll.

Wonach Sie suchen (oder nicht suchen)

Wenn es darum geht, das *wahrgenommene Problem* zu identifizieren, versuchen Sie nicht angestrengt, etwas herauszufinden. Sie nehmen vielmehr eine passive Haltung ein. Schalten Sie einen Gang herunter und beurteilen Sie ehrlich, was als Antwort auf die Frage „Was, glaube ich, würde passieren, wenn ich mein Verhalten unterlassen oder das Gegenteil tun würde?“ wahr *erscheint* oder sich wahr *anfühlt*. Zum Beispiel: „Was, glaube ich, würde passieren, wenn ich Gefühle zulassen würde?“ Oder: „Was, glaube ich, würde passieren, wenn ich meinen Zorn gegen sie loslassen würde?“ Oder: „Was, glaube ich, würde passieren, wenn ich bereit wäre, Erinnerungen auftauchen zu lassen?“

Ihre erste, „reflexartige“ Reaktion auf diese Frage mag Ihnen zuerst unlogisch, kindisch oder sogar dumm erscheinen. Aber statt sie sofort abzulehnen oder zu verwerfen, denken Sie an Ihr Ziel: Sie versuchen festzustellen, was Sie glauben, selbst wenn das offensichtlich unwahr sein sollte. Wenn es Ihnen wahr *erscheint* oder sich wahr *anfühlt*, spiegelt es wider, was Sie in Ihrem Herzen für wahr halten.

Solange Sie das Konzept der *wahrgenommenen Probleme* noch nicht in den Grundzügen verstanden haben, werden Sie vielleicht falsch auffassen, worum es bei der zweiten Frage der LÖSUNGSBOX geht, und darauf eine „positive“ oder „geistliche“ Antwort geben: Sie würden zum Beispiel antworten: „*Dann wäre ich frei*“, „*Es würde mir viel besser gehen*“ oder: „*Ich könnte die nächsten Schritte tun*.“ Auch wenn diese

Aussagen vermutlich wahr sind, beschreiben sie offensichtlich nicht das *wahrgenommene Problem* bzw. erklären nicht, warum Sie sich zu dem *Lösungsverhalten* gedrängt fühlen.

Wenn Sie beispielsweise auf die zweite Frage der LÖSUNGSBOX antworten würden: „Wenn ich meine Wut loslasse, werde ich frei sein“, wäre das ein Hinweis, dass Sie das Ziel dieser Frage nicht richtig verstanden haben. Denn auch wenn diese Antwort wahr sein kann, beschreibt sie nicht, mit welchem theoretischen Problem Sie ohne Ihre Wut konfrontiert wären; und sie erklärt auch nicht, warum Sie einen Widerstand

oder ein Zögern spüren, Ihre Wut loszulassen. Wenn überhaupt, beschreibt eine solche Antwort mögliche Resultate, die Sie ermutigen würden, Ihr aktuelles Lösungsverhalten zu ändern, statt es fortzusetzen.

Ihr Ziel ist es, das Gegenteil festzustellen, nämlich das *wahrgenommene Problem*, das Sie motivieren wird, Ihr *Lösungsverhalten* auszuüben, statt es zu unterlassen. Lesen Sie die folgenden Überzeugungsaussagen und beachten Sie, wie jede einzelne Sie ermutigt, an Ihrer Wut festzuhalten, statt sie loszulassen.

„Wenn ich meine Wut loslasse, wird der, der mich verletzt hat, einfach damit durchkommen.“

„Wenn ich nicht zornig bin, werde ich erneut verletzt werden.“

„Ohne meinen Zorn werde ich ignoriert.“

„Wenn ich nicht über mich selbst wütend bin, werde ich denselben Fehler wiederholen.“

„Wenn ich aufhöre, zornig zu sein, wird meine Trauer mich überwältigen.“

Dieser Teil im TPM-Prozess wird oft missverstanden. Wenn Sie gerade erst damit anfangen, wird es Ihnen naheliegender erscheinen, auf die Frage „*Was, glauben Sie, würde passieren, wenn _____?*“ eine logische, positive oder offensichtliche Antwort zu geben. Doch die wirkliche Antwort ist oft unlogisch, negativ und unklar. Sie suchen nach dem problematischen potentiellen Ergebnis, das eine Änderung Ihres aktuellen Verhaltens nach sich ziehen würde. Sie versuchen etwas zu artikulieren, das Ihnen wahr *erscheint* oder sich wahr *anfühlt*, obwohl Ihnen logisch bewusst ist, dass das Gegenteil zutrifft. Zum Beispiel wissen Sie vielleicht genau, dass Sie nicht sterben werden, wenn Sie sich an eine bestimmte Situation erinnern, aber wenn Sie das im Herzen glauben, dann ist es Ihre Herzensüberzeugung. Und diese müssen Sie sich ehrlich eingestehen, um in dem Prozess weiterzukommen.

Wie Sie aus unserer Erörterung über die TPM-Prinzipien wissen, nehmen wir wahr, was wir glauben. Wenn wir also feststellen wollen, was wir glauben, müssen wir genau auf das achten, was sich für uns wahr *anfühlt* oder wahr zu sein *scheint*. Wenn es so *scheint*, als würden Ihre Gefühle Sie überwältigen, wenn Sie mit ihnen in Kontakt kommen, ist das die Überzeugung, die Sie für wahr halten. Wenn Sie das *Gefühl* haben, dass Sie abgelehnt werden, wenn Sie ehrlich zugeben, was Sie getan haben, ist das die *Überzeugung*, die Sie für wahr halten.

Manche erweitern diese zweite Frage, um das entsprechende Ziel deutlich zu machen. Sie sagen zum Beispiel: „Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Sie [das Gegenteil des Lösungsverhaltens tun würden], das bei Ihnen einen Widerstand oder ein Zögern auslöst, [das Gegenteil des Lösungsverhaltens zu tun]?“ Zum Beispiel: „Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Sie mit Ihrer Emotion in Kontakt kommen würden, was bei Ihnen einen Widerstand oder ein Zögern auslöst, Ihre Gefühle zu spüren?“ Diese ausführlichere Formulierung kann hilfreich sein, doch sobald Sie Ihre Ziele in der LÖSUNGSBOX verstanden haben, wird

diese Version der Frage (und sogar die Frage selbst) überflüssig.



Eine Lösungsüberzeugung artikulieren

Nachdem Sie das *wahrgenommene Problem* identifiziert haben, besteht Ihr nächstes Ziel in der LÖSUNGSBOX darin, eine „*Lösungsüberzeugung*“ zu benennen, die erklärt, warum Ihr aktuelles Verhalten eine angemessene Reaktion zu sein scheint. Diese Überzeugung dient als Begründung oder Argument, warum Sie Ihr *Lösungsverhalten* ausüben. Mit anderen Worten erklärt Ihr *wahrgenommenes Problem*, warum Sie *irgendetwas* tun müssen; Ihre *Lösungsüberzeugung* dagegen erklärt, warum Sie mit diesem bestimmten *Lösungsverhalten* reagieren. Ihre *Lösungsüberzeugungen* sind die „Gründe“, warum Sie mit diesem Verhalten auf Ihre *wahrgenommenen Probleme* reagieren. Gäbe es diese *Lösungsüberzeugungen* nicht, würden Sie nicht versuchen, Ihre Probleme so zu „lösen“, wie Sie es gerade tun.

Sie würden zum Beispiel bei einem Brand in der Küche nur deshalb einen Feuerlöscher holen, weil Sie *glauben*, dass er sich dazu eignet, das Feuer zu löschen. Sie schnallen sich im Auto an, weil Sie *glauben*, sich dadurch vor größeren Verletzungen und unerwünschten Geldstrafen schützen zu können. Und weil Sie *glauben*, dass ein geringerer Zuckerkonsum sich positiv auf Ihre Gesundheit auswirken wird, geben Sie sich Mühe, Zucker zu meiden.

Betrachten Sie einmal das folgende einfache Beispiel für dieses Konzept. Wenn Sie je Pflanzen (oder andere lebende Organismen) gepflegt haben, wissen Sie, dass sie Wasser brauchen, um zu überleben. Weil Sie davon überzeugt sind, bewässern Sie sie. Wenn Sie das nicht tun, werden die Pflanzen absterben. Die drei Komponenten in diesem Beispiel sind die folgenden: Weil Sie verstehen, dass Ihre Pflanzen ohne Wasser sterben werden (das *wahrgenommene Problem*) und dass Sie sie durch Bewässerung am Leben erhalten können (*Lösungsüberzeugung*), bewässern Sie Ihre Pflanzen (*Lösungsverhalten*).

Zur weiteren Veranschaulichung der Beziehung zwischen den drei Komponenten einer Lösung betrachten Sie die folgenden praktischen Beispiele:

Wenn Sie glauben, dass Ihre Emotionen Sie überwältigen könnten (*wahrgenommenes Problem*), aber auch glauben, dass Sie das verhindern können, indem Sie Ihre Gefühle abblocken (*Lösungsüberzeugung*), dann werden Sie Ihre Gefühle wahrscheinlich abblocken (*Lösungsverhalten*).

Wenn Sie glauben, dass die Erinnerung an bestimmte Erfahrungen Ihr Leben ruinieren wird (*wahrgenommenes Problem*), aber auch glauben, dass Sie Ihre Beziehungen und Ihren Lebensstil intakt halten können, indem Sie diese Erinnerungen unterdrücken

(Lösungsüberzeugung), dann werden Sie Ihre Erinnerungen wahrscheinlich unterdrücken (Lösungsverhalten).

Wenn Sie glauben, dass Ihr Onkel wieder versuchen wird, Sie zu verletzen (wahrgenommenes Problem), aber auch glauben, dass Sie sich davor schützen können, indem Sie zornig sind (Lösungsüberzeugung), wird dies wahrscheinlich dazu führen, dass Sie auf ihn zornig bleiben (Lösungsverhalten).

Wenn Sie ständig dieselben sündigen Fehler machen (wahrgenommenes Problem), aber auch glauben, dass Sie sich durch Zorn und Selbstbestrafung motivieren können, anders zu werden (Lösungsüberzeugung), werden Sie wahrscheinlich bei jedem Fehler über sich selbst frustriert sein und Schuldgefühle haben (Lösungsverhalten).

Wenn Sie glauben, dass Sie wertlos sind (wahrgenommenes Problem), aber auch glauben, dass gute berufliche Leistungen beweisen, dass Sie einen Wert haben (Lösungsüberzeugung), werden Sie wahrscheinlich enorm viel Zeit und Energie für Ihre beruflichen Leistungen aufwenden (Lösungsverhalten).

Wenn Sie glauben, dass Sie dumm sind (wahrgenommenes Problem), aber auch glauben, dass Sie diese Schwäche verstecken können, indem Sie den Mund halten (Lösungsüberzeugung), wird es Ihnen wahrscheinlich sehr schwerfallen, ehrlich Ihre Meinung zu äußern, wenn Sie danach gefragt werden (Lösungsverhalten).

Wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihnen etwas fehlt (wahrgenommenes Problem), aber auch glauben, dass Sie nur die „richtige“ Person finden müssen, die Sie ergänzt (Lösungsüberzeugung), werden Sie vermutlich überall nach „Liebe“ und „Anschluss“ suchen (Lösungsverhalten).

Wenn Sie glauben, dass Sie Gefahr laufen, Ihrem gewalttätigen Vater immer ähnlicher zu werden (wahrgenommenes Problem), aber auch glauben, dass Sie das verhindern können, indem Sie sich schwören, anders zu sein (Lösungsüberzeugung), werden Sie wahrscheinlich versuchen, diese Selbstverpflichtung aufrechtzuhalten (Lösungsverhalten).

Wenn Sie mit irgendeinem Suchtverhalten zu kämpfen haben, das Sie wirklich loswerden wollen (wahrgenommenes Problem), aber auch glauben, dass Sie es durch Willenskraft und Entschlossenheit überwinden können (Lösungsüberzeugung), werden Sie wahrscheinlich zu den engagiertesten Mitgliedern Ihrer Selbsthilfegruppe gehören (Lösungsverhalten).

Und wenn Sie glauben, dass ein geliebter Mensch gestorben ist, ohne Christus zu kennen (wahrgenommenes Problem), aber auch glauben, dass Ihre Traurigkeit und Ihr Bedauern Sie motivieren werden, öfter Ihren Glauben zu bezeugen (Lösungsüberzeugung), dann werden Sie wahrscheinlich versuchen, die Last dieser Traurigkeit zu tragen, um mehr Seelen zu retten (Lösungsverhalten).

Hoffentlich erkennen Sie, wie sich die einzelnen *Komponenten einer Lösung* voneinander unterscheiden. Es ist besonders wichtig, zwischen Ihrem *wahrgenommenen Problem* und Ihrer *Lösungsüberzeugung* zu unterscheiden. Das wahrgenommene Problem beschreibt die problematischen Umstände, die Sie zu meiden, zu verhindern, zu lindern oder auf andere Weise zu „lösen“ versuchen, während Ihre Lösungsüberzeugung erklärt, warum ein bestimmtes Lösungsverhalten eine angemessene, effektive oder in irgendeiner Weise

nützliche Antwort auf das Problem zu sein scheint.

Die dritte Frage in der LÖSUNGSBOX soll Sie an diese Unterscheidung erinnern. Sie fordert Sie auf, nach der logischen (oder manchmal unlogischen) Verbindung zwischen Ihrem aktuellen Verhalten und dem Problem zu suchen, das Sie zu lösen versuchen. Es geht darum, die Begründung, Erklärung oder Überlegung zu artikulieren, auf der Ihr konkretes *Lösungsverhalten* beruht.

Deshalb lautet die dritte Frage der LÖSUNGSBOX: „Was ist also der Grund für (das, was Sie tun)?“ Oder: „Was ist der Grund, warum Sie ____?“ Zum Beispiel: „Was ist also der Grund, Ihre Emotion zu unterdrücken?“ Oder: „Was ist also der Grund, warum Sie an Ihrem Zorn festhalten?“ Oder einfach: „Wie hilft das, was Sie tun, um dieses Problem zu lösen?“

Als Antwort auf diese Frage sagen Sie vielleicht: „Es schützt mich“, „Es verhindert, dass das passiert“, „Es motiviert mich, mich zu ändern“, „Es zieht die Anderen zur Verantwortung“, „Es beweist, dass ich recht hatte“, „Es bewahrt mich davor, überwältigt zu werden“, usw. Jede dieser Aussagen erklärt, warum das ausgeübte Lösungsverhalten eine sinnvolle Option zu sein scheint. Diese fehlerhafte Logik ist die Überzeugungsaussage, mit der Sie in die nächste Box gehen.

Nachdem Sie eine *Lösungsüberzeugung* artikuliert haben, haben Sie Ihr letztes Ziel in der LÖSUNGSBOX erreicht und können nun in die *ÜBERZEUGUNGSBOX* wechseln.



Die Fragen anders formulieren

Manche denken vielleicht, dass man die Fragen in der LÖSUNGSBOX (oder andere Fragen im TPM-Verlaufsschema) besser formulieren kann, damit ein Mentee leichter versteht, was zu tun ist. Die Motivation hinter diesen Änderungswünschen ist gut, aber am effektivsten können Mentoren dadurch helfen, dass sie einfach die Ziele und die zugrundeliegenden Prinzipien erklären.

Die Fragen sind, wie gesagt, dazu da, Mentees an ihre Ziele zu erinnern. Wenn ein Mentee hört: „Was ist also der Grund, an Ihrer Wut festzuhalten?“, sollte er oder sie hören: „Sie haben erkannt, dass Sie absichtlich und bewusst wütend sind, um ein wahrgenommenes Problem zu lösen. Sie haben auch ermittelt, worin dieses Problem besteht. Nun müssen Sie einfach noch feststellen, welche Überzeugung Sie über die Art und Weise haben, wie Ihre Wut zur Lösung des Problems beiträgt. Sie suchen nach der lügenbasierten Begründung oder Überlegung hinter Ihrer Entscheidung, wütend zu bleiben. Inwiefern scheint Ihre Wut Ihnen bei der Problemlösung zu helfen? Was, glauben Sie, bewirkt Ihre Wut?“

Das ist der Grund, warum wir immer und immer wieder gesagt haben, dass es entscheidend darauf ankommt, dass ein Mentee die TPM-Prinzipien, die Absicht von TPM und den TPM-Prozess versteht. Wenn Sie verstehen, was zu tun ist und wie es zu tun ist, sind Sie immer weniger auf die Fragen und ein unterstützendes Mentoring angewiesen.

Die LÖSUNGSBOX im Rückblick

Grundsätzlich gilt an jeder Stelle des TPM-Prozesses, dass Sie direkt in die LÖSUNGSBOX gehen, sobald Sie einen *Lösungsindikator* bemerken, damit Sie feststellen können, ob Sie sich gerade in einem *Lösungsverhalten* befinden. Es gibt jedoch zwei Ausnahmen von dieser Regel. Erstens: Wenn Sie den Herrn in der WAHRHEITSBOX um seine Perspektive gebeten haben, dann ist Ihr nächster Schritt IMMER die Frage

in der TRANSFORMATIONSBOX, egal was gesagt wurde oder passiert ist. Und dann gehen Sie – unabhängig davon, wie Sie die Frage in der TRANSFORMATIONSBOX beantwortet haben – in die EMOTIONSBOX, sofern es keine Anzeichen dafür gibt, dass Sie sich in einem *Lösungsverhalten* befinden. Denn wenn dies der Fall ist, befinden Sie sich bereits in der LÖSUNGSBOX. Die zweite Ausnahme, bei der Sie nicht direkt in die LÖSUNGSBOX wechseln, ist ein vorhandener Zorn. Obwohl jeder Zorn eine Form von *Lösungsverhalten* ist, gehen Sie zuerst in die ZORNBOX und erst dann zur LÖSUNGSBOX.

Wenn Sie festgestellt haben, dass Sie sich in einem Lösungsverhalten befinden, haben Sie Ihr erstes Ziel in der LÖSUNGSBOX schon erreicht. Nun können Sie das *wahrgenommene Problem* identifizieren, das Sie zu lösen versuchen. Die zweite Frage in der LÖSUNGSBOX erinnert Sie an dieses Ziel. Als Drittes müssen Sie die *Lösungsüberzeugung* artikulieren, die erklärt, warum Sie mit diesem Verhalten auf das Problem reagieren. Die letzte Frage in der LÖSUNGSBOX erinnert Sie an diesen Schritt. Zum Schluss gehen Sie mit der Lösungsüberzeugung in die ÜBERZEUGUNGSBOX und machen dort nach dem Verlaufsprotokoll weiter.

Die LÖSUNGSBOX in der Realität

Auch wenn Sie Ihre Ziele in der LÖSUNGSBOX verstanden haben und wissen, wie Sie sie erreichen, kann es eine Weile dauern, bis Sie mit diesem Teil der Anwendung des TPM-Prozesses vertraut werden. In vieler Hinsicht versuchen Sie hier, anders zu denken, zu reagieren und Dinge zu verarbeiten, als Sie es wahrscheinlich gewohnt sind. Statt einfach anzunehmen, dass Sie richtig auf Ihre Situation reagieren und dass Ihre Haltung berechtigt ist, werden Sie hier ermutigt, ehrlich und gründlich zu prüfen, warum Sie tun, was Sie tun.

Oft belügen wir uns selbst, um unser eigenes Verhalten zu rechtfertigen. Wir möchten gern glauben, dass unsere Motive rein sind, doch wenn wir in einer TPM-Gebetssitzung (und auch sonst in unserem Leben) weiterkommen wollen, müssen wir ehrlich untersuchen, welche Überzeugungen unser Verhalten bestimmen. Wie gesagt, ist das keine Kritik gegen wen auch immer; wir möchten Sie einfach ermutigen, sich selbst und Gott gegenüber ehrlich zu sein.

Besonders schwer fällt uns das bei Verhaltensweisen, die eigentlich produktiv, nützlich, moralisch gut oder sozial annehmbar erscheinen – wie, anderen Menschen zu helfen, Jesus nachzuahmen, unser eigenes Temperament zu „kontrollieren“ (oder in anderer Weise zu unterdrücken), usw. Aber es geht nicht darum, zu beurteilen, wie moralisch oder nützlich Ihr Verhalten ist, sondern einfach genauer hinzuschauen, welche Gründe und Motive Ihr Verhalten bestimmen. Wie wir in dem Kapitel „Das Prinzip von Überzeugung und Entscheidung“ gesehen haben, können auch Verhaltensweisen, die harmlos, alltäglich, produktiv oder gottgefällig zu sein scheinen, von weniger reinen Motiven bestimmt sein. Es ist besser, Ihre Beweggründe ehrlich zu prüfen, statt einfach vorauszusetzen, dass sie rein sind. Wenn Ihr Verhalten aus Gottes Wirken in Ihrem Leben resultiert, dann halten Ihre Motive auch der härtesten Überprüfung stand.



Wenn es bei Mentoren zu einem
Lösungsverhalten kommt

Wie schon erwähnt, können auch Mentoren in einer TPM-Gebetssitzung getriggert werden. Wenn das geschieht, spüren sie die negativen emotionalen Konsequenzen einer Situation, in der ihnen Gottes Perspektive fehlt. Viele werden das sofort erkennen und entsprechend reagieren. Sie merken sich den Triggermoment oder machen sich eine kurze Notiz, damit sie später bei einer passenderen Gelegenheit in Demut mit dem kooperieren können, was Gott in ihrem Leben tun möchte.

Allerdings ist das nicht immer der Fall. Ein Mentor kann stattdessen zu irgendeinem Lösungsverhalten greifen, durch das er das wahrgenommene Problem zu „lösen“ versucht. Wenn sein Mentee zum Beispiel ständig „steckenbleibt“, kann das einen lügenbasierten Schmerz des Mentors triggern, sodass er sich ängstlich, besorgt, gestresst oder außer Kontrolle fühlt.

Als Reaktion auf diesen emotionalen Schmerz fühlt der Mentor sich vielleicht *gedrängt*, den Mentee sanft zu „ermutigen“, fokussiert zu bleiben, sich mehr anzustrengen oder voranzugehen. Vielleicht hat er das Bedürfnis, den Mentee in eine bestimmte Richtung zu „stupsen“. Manche Mentoren haben vielleicht sogar das Bedürfnis, Schritte zu überspringen, Fragen umzuformulieren oder einen direkteren Ansatz zu wählen, indem sie ihrem Mentee einfach sagen, was Gott ihm ihrer Meinung nach mitteilen möchte. Vermutlich wissen sie es eigentlich besser, fühlen sich aber trotzdem zu einem solchen

Verhalten *gedrängt*.

Oder sie fühlen sich zwar nicht gedrängt, etwas zu tun, zögern aber trotz besseren Wissens, den Mentee weiter so zu begleiten, wie sie es eigentlich tun sollten. Das kommt besonders bei Mentoren vor, die sich mit der Vorstellung schwertun, ihre Mentees bei ihrer Anwendung des TPM-Prozesses zu unterbrechen, um Orientierung anzubieten. Sie zögern, anwendbare Prinzipien mitzuteilen, den Prozess zu erklären und die Absicht von TPM zu erörtern. Was immer der Grund sein mag: Die Tatsache, dass sie zögern, während der TPM-Gebetssitzung die nötige Orientierung anzubieten, zeigt, dass sie sich in einem Lösungsverhalten befinden.

Ein Mentor kann auch subtilere Formen eines *Lösungsverhaltens* ausüben, aber die Indikatoren werden trotzdem vorhanden sein. Manche noch unerfahrenen Mentoren fühlen sich zum Beispiel erleichtert, wenn ihr Mentee behauptet, etwas vom Herrn gehört zu haben, und erklärt, dass die Lüge sich nicht länger wahr anfühlt. Natürlich hoffen wir, dass der Mentee von der Wahrheit überzeugt wurde, aber wenn dieser Moment in irgendeiner Weise beim Mentor negative Gefühle (wie Sorge, Nervosität, Stress, Angst, usw.) lindert, dann entspricht das der Definition von „gelinderten Problemen“ und zeigt, dass der Mentor durch seinen eigenen lügenbasierten Schmerz motiviert war, dem Mentee zu „helfen“. Der Mentor sollte sein eigenes Verhalten ehrlich prüfen und Gott um Seine Perspektive bitten.

Wenn Sie je solche Verhaltensweisen bei sich feststellen, während Sie andere als Mentor oder Mentorin begleiten, nehmen Sie sich einen kurzen Augenblick Zeit, um zu prüfen, ob Sie in irgendeiner Weise Sorge, Angst, Wut, Frustration, Hilflosigkeit usw. empfinden. Wenn ja, dann wurden Sie getriggert, und es hat sich gezeigt, dass Sie Gottes Perspektive brauchen. Tun Sie Ihr Bestes, nicht nach diesen unreinen Motiven zu handeln, und nehmen Sie sich fest vor, das so bald wie möglich mit dem Herrn in Angriff zu nehmen. Wenn Sie die Sache ignorieren oder entschuldigen, wird das Problem garantiert bald wieder auftreten!

Tatsache ist, dass wir fühlen, was wir glauben. Kein Mensch, keine Situation und keine TPM-Gebetssitzung kann uns zu irgendwelchen Gefühlen veranlassen. Wenn wir während einer TPM-Gebetssitzung ein gewisses Maß an negativer Emotion spüren, liegt das immer an etwas, das wir glauben.

Die Gebetssitzung ist nicht stressig, langsam vorangehende Mentees machen uns nicht verrückt, und die

Erleichterung, die wir spüren, wenn Gott zu einem Mentee gesprochen hat, hat nichts mit Erneuerung des Denkens zu tun; es ist einfach ein *Lösungsindikator*. Doch wie gesagt: Es ist nicht schlecht, wenn Ihnen Ihre eigenen Trigger bewusst werden. Jedes dieser Szenarios ist eine weitere Gelegenheit, immer mehr Gottes Perspektive zu gewinnen!



Kurze Beispiele für den Weg durch die LÖSUNGSBOX

Die folgenden einfachen Beispiele zeigen, wie es aussehen könnte, die LÖSUNGSBOX zu durchlaufen. Sie veranschaulichen die *Komponenten einer Lösung* und Ihre Ziele in der LÖSUNGSBOX. Halten Sie Ihr Exemplar des Flussdiagramms der LÖSUNGSBOX bereit, während Sie die Beispiele durchlesen (zur Erinnerung: die Verlaufsschemata und Flussdiagramme finden Sie im Anhang dieses Handbuchs).

Ein sehr wichtiger Hinweis: Die folgenden Szenarios sind keine Liste „schwieriger Fälle“. Tatsächlich haben wir festgestellt, dass es eigentlich keine schwierigen Fälle gibt! Im Grunde gibt es zwei mögliche Erklärungen für alle „Schwierigkeiten“, „Fragen“ oder „Probleme“, die in einer TPM-Gebetssitzung auftauchen: entweder (1) der Mentee weiß noch nicht, was zu tun ist und wie es zu tun ist, oder (2) der Mentee befindet sich in irgendeiner Form von *Lösungsverhalten*. Wenn Sie noch nicht wissen, wie man den TPM-Prozess anwendet, wird das natürlich eine Hürde für Sie darstellen. Und wenn Sie einen lügenbasierten Grund

haben, den nächsten Schritt im TPM-Prozess nicht zu tun, obwohl Sie wissen, dass er nötig wäre (*Lösungsüberzeugung*), wird das natürlich auch ein Hindernis sein. Beide Probleme lassen sich durch die Begleitung erfahrener Mentoren, hilfreiche Orientierung, weitere Schulung und regelmäßige Praxis beheben. Denn wenn Sie verstehen, was zu tun ist, werden Sie es tun. Und wenn Sie einen lügenbasierten Grund haben, es nicht zu tun, werden Sie wissen, wie Sie mit diesem Hindernis umgehen (in der LÖSUNGSBOX). In jedem Fall kommt es entscheidend darauf an, dass Sie als Mentee die drei Elemente von TPM verstehen!

Schwierigkeiten, mit Gefühlen in Kontakt zu kommen

Mentee: Ich möchte mit dem Gefühl in Kontakt kommen, aber es fällt mir echt schwer. (G3) >
(G4)

Mentorin: Spüren Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, mit Ihrem Gefühl in Kontakt zu kommen? (L1)

Mentee: Ja. Ich habe das Gefühl, ich müsste mich dann sehr anstrengen, mit dem Gefühl in Verbindung zu bleiben. (L6)

Mentorin: Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Sie weiter mit Ihrem Gefühl verbunden bleiben würden? (L8)

Mentee: Ich könnte von Gefühlen überwältigt werden. (L12)

Mentorin: Was ist also der Grund, weshalb Sie nicht mit Ihren Gefühlen in Verbindung bleiben? (L13)

Mentee: Ich habe das Gefühl, es bewahrt mich davor, von Emotionen überwältigt zu werden.
(L16) > (L17)

Mit der Überzeugung „*Indem ich nicht mit meinen Gefühlen in Kontakt komme, werde ich davor bewahrt, von ihnen überwältigt zu werden*“ würde der Mentee dann in die ÜBERZEUGUNGSBOX wechseln und dort dem Verlaufsprotokoll folgen.

Bei der Konzentration auf die Gefühle kommt nichts in den Sinn

Mentee: Ich spüre das Gefühl noch, aber mir kommt nichts in den Sinn. (G11) > (G12)

Mentor: Spüren Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, dass Ihnen etwas in den Sinn kommt oder dass Sie zulassen, sich an etwas zu erinnern? (L1)

Mentee: Ich denke schon. Ich nehme ein gewisses Zögern wahr. (L6)

Mentor: Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Sie zulassen würden, dass Ihnen etwas in den Sinn kommt? L8)

Mentee: Ich würde mich vielleicht an etwas sehr Schlimmes erinnern; etwas, an das ich mich nicht erinnern möchte. (L12)

Mentor: Was ist also der Grund, weshalb Sie nicht zulassen, dass Ihnen etwas in den Sinn kommt? (L13)

Mentee: Damit ich mich nicht an etwas Schlimmes zu erinnern brauche! (L16) > (L17)

Mit der Überzeugung „*Indem ich nicht zulasse, dass mir etwas in den Sinn kommt, brauche ich mich nicht an etwas Schlimmes zu erinnern*“ würde der Mentee nun in die ÜBERZEUGUNGSBOX gehen und dort dem Verlaufsprotokoll folgen.

Wut äußern

Mentee: Ich bin immer noch richtig wütend auf meine Nachbarin, weil sie das getan hat! (Z10)
> (Z19) > (Z21) > (Z25)

Mentorin: Spüren Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, nicht wütend auf sie zu sein? (L1)

Mentee: Absolut! Was sie getan hat, war gemein! (L6)

Mentorin: Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Sie nicht wütend auf sie wären? (L8)

Mentee: Dann hätte ihr Verhalten keine Konsequenzen. Sie würde mit dem, was sie getan hat, einfach davonkommen! (L12)

Mentorin: Was ist also der Grund, weshalb Sie weiter wütend auf sie sind? (L13)

Mentee: Um sie zur Verantwortung zu ziehen! (L16) > (L17)

Mit der Überzeugung „*Indem ich wütend auf meine Nachbarin bleibe, ziehe ich sie zur Verantwortung*“ würde der Mentee dann in die ÜBERZEUGUNGSBOX wechseln und dort dem Verlaufsprotokoll folgen.

Wahrheitsbasiertes Problem in der ERINNERUNGSBOX (Bedauern über die Vergangenheit)

Mentee: Ich fühle mich schlecht, weil ich nicht für meine Kinder da war. Sie hatten nicht den Vater, den sie verdient hätten, weil ich mich unverantwortlich verhalten habe, und das bricht mir das Herz. Es macht mich wirklich traurig. (E12) > (E15) > (E16) > (E17)

Mentor: Noch mal zur Erinnerung: Ich fordere Sie jetzt nicht auf, irgendetwas zu tun oder zu unterlassen. Ich erinnere Sie einfach nur daran, an welchem Punkt im TPM-Prozess Sie sich befinden. Was Sie beschreiben, klingt so, als wäre es der Schmerz, der auf einem wahrheitsbasierten Problem beruht. Doch wie wir bereits erläutert haben, entscheiden wir uns oft, an einem solchen Schmerz festzuhalten, weil wir glauben, dass er uns bei der Lösung eines wahrgenommenen Problems helfen wird. Wenn das so ist, fühlen wir uns zu diesem Verhalten gedrängt und spüren einen Widerstand bei der Vorstellung, es nicht zu tun. Ich frage Sie also jetzt: Spüren Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, nicht traurig darüber zu sein, dass Sie nicht für Ihre Kinder da waren? (L1)

Mentee: Ja, ich meine, ich habe mich schließlich falsch verhalten. Ich hätte für sie da sein sollen. Und ich sollte doch traurig über das sein, was ich getan habe. (L6)

Mentor: Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Sie Ihre Traurigkeit loslassen würden und nicht mehr traurig darüber wären, dass Sie nicht für Ihre Kinder da waren? (L8)

Mentee: Es würde bedeuten, dass ich mein Verhalten nicht bedaure ... dass es mir nicht leid tut, dass ich nicht für sie da war. (L12)

Mentor: Was ist also der Grund, weshalb Sie darüber weiter traurig sind? (L13)

Mentee: Meine Traurigkeit beweist, dass mir leid tut, was ich getan habe. (L16) > (L17)

Mit der Überzeugung „*Meine Traurigkeit beweist, dass mir leid tut, was ich getan habe*“ würde der Mentee nun in die ÜBERZEUGUNGSBOX gehen und dort dem Verlaufsprotokoll folgen.

Wahrheitsbasiertes Problem in der ERINNERUNGSBOX (Opferrolle)

Mentee: Es ist ein schreckliches Gefühl, dass ich meine Kindheit verloren habe. Das hätte mir nie passieren dürfen! (E12) > (E15) > (E16) > (E17)

Mentorin: Spüren Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, sich nicht schrecklich wegen Ihrer verlorenen Kindheit zu fühlen? (L1)

Mentee: Ich denke schon. Wenn ich mich nicht schrecklich deswegen fühle, scheint es, als würde ich den erlittenen Missbrauch irgendwie herunterspielen. Es würde bedeuten, dass der Verlust meiner Kindheit mir nichts bedeutet. (L6) + (L12)

Mentorin: Was ist also der Grund, weshalb Sie an diesem schrecklichen Gefühl festhalten? (L13)

Mentee: Mir scheint, als ob mein Schmerz zeigen würde, wie viel ich verloren habe und wie sehr der Missbrauch mich beeinträchtigt hat! (L16) > (L17)

Mit der Überzeugung „*Mein Schmerz zeigt, wie viel ich verloren habe und wie sehr der Missbrauch mich beeinträchtigt hat*“ würde der Mentee in die ÜBERZEUGUNGSBOX wechseln und dort nach dem Verlaufsprotokoll weiterarbeiten.

Wahrheitsbasiertes Problem in der ERINNERUNGSBOX (Tod eines geliebten Menschen)

Mentee: Ich bin traurig, weil ich meine Großmutter so geliebt habe. Und auch wenn mir klar war, dass sie sterben würde, machte es mich fertig, sie so leiden zu sehen! (E12) > (E15) > (E16) > (E17)

Mentor: Spüren Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, die Traurigkeit über den Tod Ihrer Großmutter loszulassen? (L1)

Mentee: Ja. Es widerstrebt mir, die Traurigkeit loszulassen. Ich habe es zwar versucht, aber auch nach all diesen Jahren fühle ich mich tief traurig, wenn ich daran denke, wie sie da in ihrem Krankenhausbett lag. (L6)

Mentor: Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Sie die Traurigkeit loslassen würden? (L8)

Mentee: Ohne meine Traurigkeit ist es so, als wäre mir ihr Leiden oder ihr Tod gleichgültig. Aber es war mir alles andere als gleichgültig. Ich habe sie sehr geliebt und fand es schrecklich, dass sie am Ende ihres Lebens eine so schwere Zeit durchmachen musste. (L12)

Mentor: Was ist also der Grund, weshalb Sie an der Traurigkeit festhalten? (L13)

Mentee: Ich weiß, dass das nicht stimmt, aber anscheinend sind mein Kummer und meine Traurigkeit eine Möglichkeit, zu zeigen, dass ich sie sehr geliebt habe. (L16) > (L17)

Mit der Überzeugung „*Mein Kummer und meine Traurigkeit zeigen, dass ich sie sehr geliebt habe*“ würde der Mentee in die ÜBERZEUGUNGSBOX wechseln und dort nach dem Verlaufsprotokoll weiterarbeiten.

In der ERINNERUNGSBOX einen Schwur äußern

Mentee: In diesem Moment habe ich mir geschworen, nie wieder zuzulassen, dass jemand so etwas zu mir sagt! (E4) > (E6)

Mentorin: Welches Gefühl löst das bei Ihnen aus? (E3)

Mentee: Ehrlich gesagt, fühle ich mich dadurch etwas besser. Ich fühle mich irgendwie stärker. (E7) (*Lösungsindikator:* gelinderte Probleme – sich „besser“ fühlen)

Mentorin: Die Entscheidung, nie wieder zuzulassen, dass jemand so etwas zu Ihnen sagt, war Ihr Weg, das wahrgenommene Problem zu lösen. Deshalb fühlen Sie sich „besser“ und irgendwie stärker. Wenn Sie eine gewisse negative Emotion spüren und etwas tun, um sich besser zu fühlen, ohne jedoch etwas gegen die Überzeugung zu unternehmen, die diesen

Schmerz auslöst, wird dieses Vorgehen als *Lösungsverhalten* betrachtet. In gewisser Weise tun Sie das, was Sie tun, um ein *wahrgenommenes Problem* zu „lösen“. Und Sie können erkennen, ob Ihr aktuelles Verhalten ein *Lösungsverhalten* ist, indem Sie auf *Lösungsindikatoren* achten. Wenn Sie sich zum Beispiel zu diesem Verhalten gedrängt fühlen, könnte es eine

Lösung sein. Oder wenn Sie sich nach diesem Verhalten besser fühlen, könnte es eine Lösung sein. Oder wenn Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken spüren, das Lösungsverhalten zu unterlassen, könnte es eine Lösung sein. (L3) + (L7)

Mentee: Ach so, okay. Das leuchtet mir ein. Es fühlt sich tatsächlich so an, als müsste ich aufrechterhalten, was ich mir geschworen habe. Ich fühle mich irgendwie gezwungen, dafür zu sorgen, dass niemand sich einfach herausnehmen kann, so grob und herablassend zu mir zu reden. Und ich fühle mich echt besser bei dem Gedanken, diesen Schwur durchzusetzen. Also, ja, ich denke, das ist so ein Lösungsding.

Mentorin: Ausgezeichnet! Freut mich, dass es Ihnen einleuchtet. Denn je mehr Sie das alles verstehen, desto besser werden Sie es anwenden können. Was, glauben Sie also, würde passieren, wenn Sie jemandem erlauben würden, so mit Ihnen zu reden? (L8)

Mentee: Man würde mich als schwach und verletzlich betrachten. Ich würde jeden Respekt verlieren! (L12)

Mentorin: Was ist also der Grund, weshalb Sie so etwas nie wieder zulassen wollen? (L13)

Mentee: Wenn ich andere daran hindere, so mit mir zu reden, Sorge ich dafür, dass ich den nötigen Respekt bekomme! (L16) > (L17)

Mit der Überzeugung „*Indem ich andere daran hindere, so mit mir zu reden, Sorge ich dafür, dass ich den nötigen Respekt bekomme!*“ würde der Mentee in die ÜBERZEUGUNGSBOX gehen und dort nach dem Verlaufsprotokoll weiterarbeiten. Es ist nie notwendig, einen Schwur zu widerrufen, Jesus um irgendeine Maßnahme zu bitten oder gegen irgendeinen dämonischen Einfluss zu beten. Schwüre sind einfach *Lösungen* für wahrgenommene Probleme. Wenn Sie die Wahrheit kennen und Gottes Perspektive haben, werden Ihnen die Schwüre nicht mehr notwendig oder hilfreich erscheinen, weil sie es in Wirklichkeit nie waren!

In der WAHRHEITSBOX Bibelverse zitieren

Mentor: Nicht, dass es wahr ist, aber: Fühlt es sich wahr an, dass Sie ganz allein und auf sich gestellt sind? (ÜBERZEUGUNGSBOX)

Mentee: Ich weiß, dass es nicht wahr ist, aber es fühlt sich tatsächlich wahr an.

Mentor: Können wir diese Überzeugung dem Herrn hinhalten? (WAHRHEITSBOX)

Mentee: Natürlich. Kommen wir mutig vor Seinen Thron!

Mentor: Herr, was möchtest Du Philip wissen lassen? (WAHRHEITSBOX)

TRANSFORMATIONSGEBET

Mentee: Ja, Herr, sage mir Deine Wahrheit. Lass mich wissen, dass Du bei mir bist, wie Du es im Matthäusevangelium gesagt hast: „Siehe, ich bin bei euch bis zum Ende der Welt“. Lass mein Herz die Wahrheit glauben, die im Buch Jesaja steht: „Fürchte dich nicht, denn ich bin mit dir.“ Überzeuge mich, dass Du genauso mit mir bist, wie Du es Deinem Diener Jeremia immer wieder gesagt hast: „Ich bin mit dir.“ Sprich, Herr, denn Dein Diener hört, wie es Samuel tat.

Mentor: (Das Verhalten bemerkend) Fühlt es sich immer noch wahr an, dass Sie ganz allein und auf sich gestellt sind? (TRANSFORMATIONSBBOX)

Mentee: Also, ich weiß, dass es nicht wahr ist ... aber, ja, es fühlt sich immer noch wahr an. Vielleicht bitte ich den Herrn einfach noch mal um Seinen Zuspruch...

HINWEIS: Nachdem man in der TRANSFORMATIONSBBOX geprüft hat, ob eine Veränderung eingetreten ist, geht man normalerweise direkt in die EMOTIONSBOX. Der Mentee hat jedoch erkennen lassen, dass er nicht wirklich versteht, was er an dieser Stelle im TPM-Prozess tun sollte. Deshalb nimmt sich der Mentor Zeit, die Ziele an dieser Stelle zu erklären. Und da der Mentee auch erkennen ließ, dass er möglicherweise versucht, sein wahrgenommenes Problem durch ein Lösungsverhalten zu beheben (indem er sich selbst die Wahrheit sagt), stellt der Mentor die erste Frage der LÖSUNGSBOX.

Mentor: Einen Moment. Bevor Sie Gott darum bitten, können wir uns einen Augenblick Zeit nehmen, um etwas zu besprechen?

Mentee: Sicher. Worum geht es?

Mentor: Denken Sie noch mal an unsere letzte Gebetssitzung: Wenn Sie in der WAHRHEITSBOX sind, geht es darum, dass Sie sich auf die Überzeugung konzentrieren, die Sie identifiziert haben, eine empfangsbereite Haltung einnehmen und offen für das sind, was Gott für Sie hat. Doch wie beim letzten Mal fahren Sie fort, laut zu beten und Bibelverse zu zitieren.

Mentee: Was ist daran falsch? Meinen Sie, dass ich nicht beten sollte oder mich nicht an die Wahrheit der biblischen Aussagen erinnern sollte?

Mentor: Nein, das meine ich überhaupt nicht, denn beides ist sehr wertvoll. Wenn Sie sich jedoch jedesmal an dieser Stelle im TPM-Prozess dazu gedrängt fühlen – besonders wenn es zu einem Zwang wird und Sie nicht mehr still sein und hören können –, dann wäre es gut, die Motivation hinter diesem Verhalten zu prüfen. Wie bereits besprochen, kann manchmal sogar unser gutes, produktives und moralisch einwandfreies Verhalten durch Lügen, die wir glauben, motiviert und gesteuert sein. Wenn Sie das Problem selbst zu lösen versuchen, statt zu hören, was der Herr für Sie hat, dann wäre es gut für Sie, das ehrlich zuzugeben und sich damit auseinanderzusetzen. Wissen Sie noch, wie wir darüber gesprochen haben, dass wir unsere Herzensüberzeugungen nicht selbst verändern können, sondern den Heiligen Geist brauchen, der dies bewirkt?

Mentee: Ja. Okay. Ich glaube, ich weiß, was Sie meinen. Sagen Sie mir noch einmal, woran ich erkenne, ob das so ein *Lösungsding* ist?

HINWEIS: Da der Mentee nach dem Verlaufsprotokoll der LÖSUNGSBOX gefragt hat und offensichtlich in einem Lösungsverhalten steckt, geht der MENTOR in die LÖSUNGSBOX.

Mentor: Sie schauen, ob Sie einen der Lösungsindikatoren bemerken, die wir neulich besprochen haben: *zwanghaftes Verhalten, gelinderte Probleme* oder *Widerstand bzw. Zögern*.

Mentor: Spüren Sie zum Beispiel einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, keine Bibelverse zu zitieren, nachdem Sie den Herrn um Seine Perspektive gebeten haben? (L1)

Mentee: Ja, schon. Ich denke, ich fühle mich nicht nur dazu gedrängt, sondern spüre auch einen Widerstand bei dem Gedanken, das nicht zu tun. (L6)

Mentor: Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Sie entscheiden würden, an dieser Stelle im TPM-Prozess keine Bibelverse zu zitieren? (L8)

Mentee: So dumm es sich auch anhört, es scheint hoffnungslos zu sein ... als würde ich die Wahrheit nie wirklich glauben. (L12)

Mentor: Was ist also der Grund, weshalb Sie in der WAHRHEITSBOX Bibelverse zitieren? (L13)

Mentee: Offenbar gibt mir das Zitieren von Bibelversen die Hoffnung, dass ich eines Tages die Wahrheit glauben werde! (L16) > (L17)

Mit der Überzeugung „*Das Zitieren von Bibelversen gibt mir die Hoffnung, dass ich eines Tages die Wahrheit glauben werde!*“ würde der Mentee in die ÜBERZEUGUNGSBOX gehen und dort dem Verlaufsprotokoll folgen.

Dämonische Manifestationen zulassen

Mentee: Ich erinnere mich noch, wie mich so ein mulmiges Gefühl überkam, als ich meinen Bruder neben mir auf dem Bett sitzen sah. Er wollte, dass ich näher kam. Ich wusste, was er vorhatte! Und dann ... warten Sie ... ich ... ich will nicht ... oh nein! (Der Gesichtsausdruck der Person verzerrt sich, und sie fängt an, in einer tiefen, dunklen Stimme zu sprechen.) GRRRRR ... DU KANNST NICHT MIT IHR SPRECHEN ... SIE GEHÖRT UNS ... LASS UNS IN RUHE!

Mentorin: Was passiert gerade? (ORIENTIERUNGSBOX)

Mentee: Bitte helfen Sie mir! Ich kann das nicht stoppen! Ich habe solche Angst! Hilfe! ... Es ist ein Dämon! GRRRRRR ... LASS UNS IN RUHE, DU DUMMES KIND GOTTES! WIR WOLLEN NICHTS MIT DIR ZU TUN HABEN!

HINWEIS: Die Mentorin braucht den Dämon nicht anzusprechen und ihm auch keine Befehle zu erteilen, sondern sollte sich direkt an den Mentee wenden. Sobald sie die Aufmerksamkeit des Mentee hat, sollte sie einige Augenblicke darauf verwenden, Orientierung anzubieten und einige einfache Fragen zu stellen. Diese Fragen sind nicht Teil des TPM-Prozesses und sind nicht im TPM-Verlaufsschema zu finden. Sie werden nur gestellt, um Mentees an das zu erinnern, was sie wahrscheinlich schon über das wissen, was die Bibel über Dämonen und den Teufel sagt. Sie sollen Klarheit bringen und ein intellektuelles Verständnis darüber vermitteln, was Satan tun oder nicht tun kann. Im nächsten Kapitel werden wir ausführlicher

TRANSFORMATIONSGEBET

über Dämonisierung sprechen, doch an dieser Stelle wollen wir das Beispiel fortsetzen.

Mentorin: Kaitlyn, bitte schauen Sie mich an, während ich Ihnen ein paar einfache Fragen stelle.

Mentee: LASS UNS IN RUHE! WIR WERDEN NICHT AUF DEINE FRAGEN ANTWORTEN! DU HAST HIER KEINE MACHT!

Mentorin: Kaitlyn, ich habe mit Ihnen gesprochen. Können wir uns einen Moment unterhalten?

Mentee: ... Okay ... nur tun Sie bitte etwas ... das ist echt beängstigend ... ich kann es nicht stoppen!

Mentorin: Das haben Sie gerade getan. Sie sprechen mit mir. Machen Sie das einfach weiter.

Mentee: (verhält sich still)

Mentorin: Nun, glauben Sie, dass ein Dämon sich über Ihren Willen hinwegsetzen oder Sie zu etwas zwingen kann, das Sie nicht tun wollen? Kann ein Dämon Sie zum Beispiel dazu bringen, zu sündigen?

Mentee: Nein, er kann mich nicht dazu bringen, zu sündigen...

Mentorin: Also gut, wenn ein Dämon Sie nicht zur Sünde veranlassen kann – und das ist genau das, was er gern erreichen würde – wozu kann er Sie dann sonst zwingen?

Mentee: ... Ich denke, er kann mich zu gar nichts zwingen.

Mentorin: Ganz genau! Und wenn er Sie nicht dazu bringen kann, irgendetwas gegen Ihren Willen zu tun, können Sie erklären, was vor einigen Augenblicken passiert ist? Hat der Dämon Sie gezwungen, diese Dinge zu tun und zu sagen? Hat er sich gegen Ihren Willen manifestiert?

Mentee: Nein, wohl kaum... So habe ich das noch nie betrachtet.

Mentorin: Möchten Sie denn diese Gebetssitzung jetzt fortsetzen, ohne dem Dämon zu erlauben, so etwas zu tun?

Mentee: Ja.

Mentorin: Ausgezeichnet! Wie Sie sehen, kann die dämonische Manifestation nicht weitergehen, wenn Sie dem einfach widerstehen. Was fühlen Sie denn jetzt? (G1)
(um die Gebetssitzung wiederaufzunehmen)

Mentee: Ich kann immer noch mit dem Angstgefühl in Kontakt kommen, das ich vorhin spürte... aber... nein, nein, nein, nein...

Mentorin: Was passiert gerade? (ORIENTIERUNGSBOX)

Mentee: Es sind die Dämonen... sie sind wieder da... ich kann sie spüren... es ist, als wären sie direkt hinter mir. Ich will nicht, dass sie sich manifestieren... ich will mich weiter auf den Prozess konzentrieren... ich will vorangehen... aber... ich...

Mentorin: Nun, wie wir vorhin sagten: Wann immer es so scheint, als wären Sie unfähig, das zu tun, was eigentlich nötig wäre, ist das ein Hinweis, dass Sie vielleicht ein Lösungsverhalten

ausüben. Sie wissen, was an dieser Stelle Ihr Ziel ist, aber Sie haben geäußert, dass Sie Mühe haben, in diese Richtung zu gehen. Wann immer das passiert, unterbrechen Sie das, was Sie gerade tun, und prüfen, ob Sie sich in einem Lösungsverhalten befinden. Spüren Sie also einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, nicht zuzulassen, dass die Dämonen sich manifestieren? (L1)

Mentee: Das will ich natürlich nicht! Ich hasse das! (L2)

Mentorin: Das war eigentlich nicht meine Frage. Ich habe nicht gefragt, ob Sie wollen, dass die Dämonen sich manifestieren. Ich habe Sie daran erinnert, auf *Lösungsindikatoren* zu achten. Wenn Sie zum Beispiel daran denken, den Dämonen nicht zu erlauben, sich zu manifestieren, spüren Sie da irgendein inneres Zögern? Spüren Sie einen Widerstand bei dem Gedanken, ohne die Dämonen den TPM-Prozess fortzusetzen? Fühlen Sie sich in irgendeiner Weise gedrängt, ihnen zu erlauben, einfach zu tun, was sie wollen? (L3) + (L7)

Mentee: Also... es fühlt sich falsch an, es zuzugeben... aber, ja, ich denke, ich spüre etwas in dieser Richtung. (L6)

Mentorin: Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Sie entscheiden würden, die Manifestation nicht zuzulassen? (L8)

Mentee: Seltsam, ich habe das Gefühl, wenn die Dämonen mich in Ruhe lassen, wäre ich gezwungen, mich zu erinnern und Dinge anzuschauen, die ich überhaupt nicht sehen will. Es ist, als ob sie mich ablenken, sodass ich nicht anschauen muss, was ich nicht sehen will. Auch wenn es eine schreckliche Vorstellung ist: Ich denke, ich tue das vielleicht selbst. (L12)

Mentorin: Nun gut, was ist also der Grund, weshalb Sie den Dämonen erlauben, sich zu manifestieren? (L13)

Mentee: Das Problem mit dem Dämon sorgt dafür, dass ich mich nicht an etwas erinnern muss, an das ich mich nicht erinnern will. (L16) > (L17)

Mit der Überzeugung „Das Problem mit dem Dämon sorgt dafür, dass ich mich nicht an etwas erinnern muss, an das ich mich nicht erinnern will“ würde der Mentee in die ÜBERZEUGUNGSBOX gehen und dort dem Verlaufsprotokoll folgen.

Sich in der WAHRHEITSBOX weigern, von Gott zu hören

Mentor: Nicht, dass es wahr ist, aber: Fühlt es sich wahr an, dass etwas mit Ihnen nicht stimmt? (ÜBERZEUGUNGSBOX)

Mentee: Ja. Das fühlt sich wahr an.

Mentor: Können wir diese Überzeugung dem Herrn hinhalten? (WAHRHEITSBOX)

Mentee: Ich weiß nicht... Ich meine, wenn Sie wollen, können wir das machen, aber ich sehe eigentlich keinen Sinn darin.

Mentor: Also, ich fordere Sie mit dieser Frage nicht auf, irgendetwas zu tun. Sie wenden den Prozess an, nicht ich. Und wie Sie wissen, besteht der nächste Schritt darin, den Herrn um

Seine Perspektive zu der Überzeugung zu bitten, die Sie gerade identifiziert haben. Aber wenn Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken spüren, in diese Richtung zu gehen, ist das wichtig. Es zeigt, dass Sie sich vielleicht in einem Lösungsverhalten befinden. (L3) + (L7)

Mentee: Ja, ich weiß schon, dass es der nächste Schritt ist, aber ich bin definitiv nicht gespannt darauf, was Er mir zu sagen hat. Ich habe das Gefühl, dass mich etwas abhält... als könnte ich nicht den Mut aufbringen, mit Ihm zu reden. (L6)

Mentor: Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Sie mit Ihm reden würden? (L8)

Mentee: Also, Er würde mir die Wahrheit sagen, und ich würde mich viel besser fühlen! (L9) + (L11)

Mentor: Da kann ich Ihnen nur zustimmen. Wenn Gott Sie von der Wahrheit überzeugt, geschieht eine gewisse Transformation. Aber das scheint eher ein Grund zu sein, mit Ihm zu reden, als ein Grund, nicht mit Ihm zu reden. An diesem Punkt im TPM-Prozess geht es darum, dass Sie das *wahrgenommene Problem* identifizieren, das Sie dadurch zu lösen versuchen, dass Sie nicht mit Gott reden. Es ist die wahrgenommene negative Konsequenz des Redens mit Gott. Was, meinen Sie, könnte das sein? (L10)

Mentee: Ich vermute, wenn ich Ihn ehrlich nach Seinen Gedanken frage, wird mir vielleicht nicht gefallen, was Er zu sagen hat. Vielleicht wird Er einfach meine Ängste bestätigen und mir sagen, dass wirklich etwas mit mir nicht stimmt. (L12)

Mentor: Was ist also der Grund, weshalb Sie nicht mit Ihm reden? (L13)

Mentee: Solange ich Ihn nicht nach Seiner Perspektive frage, werde ich nicht durch Seine Antwort enttäuscht. (L16) > (L17)

In diesem Beispiel ließ der Mentee erkennen, dass er einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken spürte, die identifizierte Überzeugung dem Herrn hinzuhalten. Da dies geschah, bevor er den Herrn um Seine Wahrheit und Perspektive bat, gingen Mentor und Mentee in die LÖSUNGSBOX und nicht in die TRANSFORMATIONSBBOX. Nach dem Weg durch die LÖSUNGSBOX würde der Mentee mit der Überzeugung „*Solange ich Ihn nicht nach Seiner Perspektive frage, werde ich nicht durch Seine Antwort enttäuscht*“ in die ÜBERZEUGUNGSBOX gehen und dort nach dem Verlaufsprotokoll weitermachen.

Mehrere Lösungen übereinander

Manchmal kann Ihnen beim Weg durch die LÖSUNGSBOX bewusst werden, dass Sie sich zusätzlich zu dem *Lösungsverhalten*, das Sie gerade angehen, in einem weiteren *Lösungsverhalten* befinden. Sie stellen zum Beispiel fest, dass Sie unglaublich abgelenkt sind, wenn Sie die *Lösungsüberzeugung* artikulieren wollen, die Sie veranlasst, weiter zornig zu bleiben. Diese „Ablenkung“ ist ein anderes *Lösungsverhalten* als Ihre Entscheidung, an Ihrem Zorn festzuhalten. Und solange Sie nicht aufhören, sich abzulenken, wird es Ihnen wahrscheinlich nicht gelingen, sich um die *Lösungsüberzeugung* zu kümmern, die Ihre *Zorn-Lösung* aufrechterhält. Wenn so eine Situation eintritt, während Sie sich in der LÖSUNGSBOX befinden, konzentrieren Sie sich einfach auf die zuletzt aufgetauchte *Lösung*.

Das mag am Anfang zwar etwas kompliziert oder anspruchsvoll erscheinen, aber es ist nichts Besonderes

oder Neues. Genauso wie Sie Ihr Vorgehen in der EMOTIONSBOX oder in der ERINNERUNGSBOX unterbrechen, wenn dort eine potentielle *Lösung* auftaucht, um sich zuerst darum zu kümmern, so machen Sie es auch hier, während Sie sich in der LÖSUNGSBOX befinden. Das Verlaufsprotokoll ist genau dasselbe. Wenn Sie also entdecken, dass Sie möglicherweise mehrere *Lösungsverhaltensweisen* gleichzeitig ausüben, arbeiten Sie einfach mit derjenigen potentiellen *Lösung* weiter, die zuletzt aufgetaucht ist. Das nachfolgende Beispiel zeigt, wie das im Kontext einer TPM-Gebetssitzung aussehen könnte.

Mentorin: Wenn Sie sich darauf konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn? (G10)

Mentee: Also... eigentlich nichts. Ich spüre die Angst immer noch, aber mir kommt nichts in den Sinn. (G11) > (G12)

Mentorin: Spüren Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, zuzulassen, dass Ihnen etwas in den Sinn kommt? (L1)

Mentee: Ja, ich denke schon. (L6)

Mentorin: Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Ihnen etwas in den Sinn kommen würde? (L8)

Mentee: Hm... ich... ich weiß nicht recht. Also, ich weiß ja, dass ich nach der „schlimmen Sache“ oder Konsequenz schauen soll, die passieren würde, wenn ich zulassen würde, dass mir etwas in den Sinn kommt, aber ich finde nicht die richtigen Worte, um es zu beschreiben. (L9)

An diesem Punkt hat die Person erkennen lassen, dass sie Schwierigkeiten hat, ihr aktuelles Ziel in der LÖSUNGSBOX zu erfüllen (das *wahrgenommene Problem* identifizieren, dass sie zu lösen versucht, indem sie nicht zulässt, dass ihr eine Erinnerung in den Sinn kommt). Das ist möglicherweise ein Beispiel für eine „Lösung über einer Lösung“. Im nächsten Schritt sollte sie feststellen, ob ihre momentanen Schwierigkeiten tatsächlich ein weiteres *Lösungsverhalten* sind. Sie befindet sich also tatsächlich weiter in der LÖSUNGSBOX, beschäftigt sich aber mit einem anderen Verhalten.

Mentor: Okay. Spüren Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, das wahrgenommene Problem zu beschreiben, das Sie zu lösen versuchen, indem Sie nicht zulassen, dass Ihnen etwas in den Sinn kommt? (L1)

Mentee: Ja, tatsächlich. (L6)

Mentor: Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Sie dieses *wahrgenommene Problem* beschreiben würden? (L8)

Mentee: Ich weiß, das klingt komisch, aber ich habe das Gefühl, Sie würden weniger von mir halten oder mich für dumm halten, wenn ich das Problem anerkenne. (L12)

Mentor: Was ist also der Grund, das Problem nicht anzuerkennen? (L13)

Mentee: Damit Sie nicht weniger von mir halten. (L16) > (L17)

Mentor: Nicht, dass es wahr ist: Aber *fühlt* es sich wahr an, dass der Grund, das *wahrgenommene Problem* nicht anzuerkennen, darauf zielt, dass ich nicht weniger von Ihnen

halte? (ÜBERZEUGUNGSBOX)

Mentee: Ja, das scheint wahr zu sein.

Mentor: Herr, was möchtest Du Lillian wissen lassen? (WAHRHEITSBOX)

Mentee: Er sagte, dass es nur auf Seine Meinung ankommt, und Er hält viel von mir!

Mentor: *Fühlt* es sich immer noch wahr an, dass der Grund, das *wahrgenommene Problem* nicht anzuerkennen, darauf zielt, dass ich nicht weniger von Ihnen halte?
(TRANSFORMATIONSBBOX)

Mentee: Nein, das scheint nicht mehr wahr zu sein.

Mentor: (prüft die Uhrzeit) Was fühlen Sie jetzt? (G2)

Mentee: Ich spüre immer noch eine gewisse Angst. (G5) > (G8)

Mentor: Wenn Sie sich darauf konzentrieren, was kommt Ihnen in den Sinn? (G10)

Mentee: ...Tut mir leid... Ich merke immer noch nicht, dass da irgendwas passiert... nichts scheint mir in den Sinn zu kommen! (G11) > (12)

Mentor: Das ist okay. Spüren Sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, zuzulassen, dass Ihnen etwas in den Sinn kommt? (L1)

Mentee: Ja, immer noch. (L6)

Mentor: Was, glauben Sie, würde passieren, wenn Sie zulassen würden, dass Ihnen etwas in den Sinn kommt? (L8)

Mentee: ...Ich denke... ich denke... ich würde mich vielleicht an etwas erinnern, das mir peinlich ist. (L12)

Mentor: Was ist also der Grund, weshalb Sie nicht zulassen, dass Ihnen etwas in den Sinn kommt? (L13)

Mentee: Indem ich es abblocke, wird es nicht peinlich für mich. (L16) > (17)

Wie Sie sehen, musste die Person zuerst die Lösung angehen, das *wahrgenommene Problem* nicht zuzugeben, bevor sie auf die Lösung eingehen konnte, *nicht zuzulassen, dass ihr etwas in den Sinn kommt*.



Die LÖSUNGSBOX in der elterlichen Erziehung

Der typische Ansatz zum Umgang mit Verhaltensstörungen bei Kindern besteht darin, unerwünschtes Verhalten zu bestrafen und Belohnungen für positives Verhalten in Aussicht zu stellen. Diese Taktik kann zwar hilfreich und angemessen sein, aber wir möchten dagegenhalten, dass es nicht immer die beste Option ist, sich primär auf das Verhalten eines Kindes zu fokussieren. Wie wir alle handeln auch Kinder nach dem, was sie glauben, und werden durch ihre Emotionen motiviert; und ein großer Teil ihres problematischen Verhaltens besteht aus den *Lösungen*, die sie als Reaktion auf ihre

wahrgenommenen Probleme ausüben.

Kinder greifen ihre Geschwister nicht willkürlich an, missachten unsere Regeln nicht absichtlich und werden nicht sinnlos wütend. Auch hier handeln sie, wie wir, absichtlich (auch wenn ihnen diese Absichten nicht bewusst sind). Statt sich also ausschließlich darauf zu fokussieren, schlechtes Verhalten zu korrigieren, können Eltern daher nach den Gründen (Überzeugungen) forschen, die ihre Kinder zu ihrem Verhalten veranlassen.

Statt zum Beispiel ihr Kind zu tadeln oder ihm Strafe anzudrohen, weil es zornig reagiert, könnten Eltern nachforschen, warum es zornig ist, und ihr Kind ermutigen, mit Jesus darüber zu reden. Wenn man einem Kind nur beibringt, Zorn zu „kontrollieren“ und zu unterdrücken, wird es entweder feststellen, dass diese Lösung nicht funktioniert, oder – schlimmer – sie für den Rest seines Lebens anwenden. Wenn Eltern die Prinzipien verstehen, die in diesem Handbuch erklärt werden, könnten sie einen anderen Ansatz wählen.

Das folgende einfache Beispiel zeigt, wie eine Anwendung dieser Prinzipien aussehen könnte:

Der siebenjährige Jimmy schrie nach seiner Mutter, nachdem seine kleine Schwester die Burg zerstört hatte, die er aus Legosteinen gebaut hatte. Jimmys Mutter lief in sein Zimmer und fand ihn neben den Überbleibseln seiner Burg sitzen. Er war sehr aufgebracht; mit hochrotem Gesicht und zusammengekniffenen Zähnen kämpfte er gegen die Tränen. Seine Mutter fragte: *„Was ist denn hier passiert?“* Jimmy brachte zuerst kein Wort heraus, doch dann schrie er: *„Sie hat es zerstört! Meine Burg ist kaputt! Dabei habe ich mir so viel Mühe gegeben. Du musst sie bestrafen!“* Seine Mutter antwortete ruhig: *„Tut mir leid, dass das passiert ist, und ich werde mich gleich um deine Schwester kümmern. Aber zuerst möchte ich mit dir reden. Du scheinst sehr aufgebracht zu sein. Wie fühlst du dich?“* Sofort antwortete Jimmy: *„Ich bin wütend! Ich habe ihr doch gar nichts getan. Was sie gemacht hat, war gemein!“* Seine Mutter erwiderte: *„Wenn das stimmt, was du sagst, dann hast du recht. Sie hätte deine Burg nicht kaputt machen dürfen. Und wie ich schon sagte, ich werde mit ihr reden. Das ist meine Aufgabe, und ich werde mich darum kümmern. Aber denkst du, dass du bereit bist, ihr zu vergeben und deine Wut loszulassen?“* Jimmys Antwort kam prompt: *„NEIN!“* Seine Mutter fragte: *„Was, glaubst, würde passieren, wenn du ihr vergeben würdest und nicht mehr wütend wärst?“* Jimmy antwortete: *„Sie wird es wieder tun! Ich will, dass sie mich in Ruhe lässt!“* Seine Mutter fragte weiter: *„Okay, was ist also der Grund, weshalb du wütend auf sie bleibst?“* Jimmy antwortete: *„Damit sie nicht in mein Zimmer kommt und es nicht wieder tut.“* Seine Mutter fuhr fort: *„Scheint es wahr zu sein, dass deine Wut dafür sorgt, dass deine Schwester nicht in dein Zimmer kommt und es nicht wieder tut?“* Jimmy nickte: *„Ja.“* Seine Mutter fuhr fort: *„Ich frage mich, was Jesus dir vielleicht über das Ganze sagen möchte. Möchtest du dich einen Moment still hinsetzen und mit deinem Herzen hören, was Er dir vielleicht sagen will?“* Widerstrebend antwortete Jimmy: *„Ein bisschen ja, aber ganz viel nein.“* Seine Mutter sagte: *„Nun, bist du denn bereit, ein bisschen zuhören?“* „Okay“, lautete Jimmys Antwort. Seine Mutter betete: *„Jesus, Jimmy möchte hören, was du über all das sagen willst, was hier passiert ist. Er glaubt, wenn er wütend bleibt, sorgt er dafür, dass seine Schwester nicht in sein Zimmer kommt und so etwas nicht wieder tut. Was möchtest du ihn wissen lassen?“*

Jimmy war aus demselben Grund wütend, aus dem Sie und ich wütend werden; er versuchte, ein Problem zu lösen. Allzu oft konzentrieren Eltern sich mehr auf das Bemühen, die Gefühle ihrer Kinder zu verändern, statt festzustellen, warum sie diese Gefühle haben. Wie oft bieten wir Kindern „süße Belohnungen“ an, um sie zu beruhigen, oder tadeln sie, wenn sie den emotionalen Schmerz ausdrücken, den sie fühlen? Lehren wir sie damit einfach, ihren emotionalen Schmerz zu „lösen“, indem sie sich durch eine Form der „Selbstmedikation“ ablenken oder den Schmerz komplett verdrängen? Das ist nicht die Art und Weise, wie wir nach Gottes Absicht mit unserem Schmerz umgehen sollen, und Er möchte

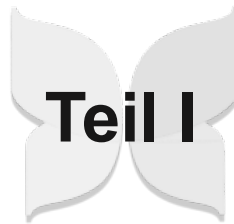
auch nicht, dass Kinder so vorgehen. Wir sollten der nächsten Generation nicht beibringen, dieselben vergeblichen Lösungen zu benutzen, die bei uns wieder und wieder versagt haben. Genau wie Erwachsene müssen auch Kinder lernen, sich an Jesus zu wenden, wenn sie merken, dass sie Seine Perspektive brauchen!



KAPITEL 20

Satan ist Ihr Feind, aber er ist
nicht Ihr Problem

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in neun Teile gegliedert. Im ersten Teil empfehle ich Ihnen, den TPM-Prozess so zu praktizieren, wie er hier vermittelt wird, und fasse dann einige meiner Erfahrungen mit geistlicher Kampfführung zusammen. Der zweite Teil erklärt, dass Satan der besiegte „Vater der Lüge“ ist. Der dritte Teil erörtert, dass Satan zwar listig ist, aber von Gott total begrenzt und beherrscht wird. Im vierten Teil geht es um die Art und Weise, wie Satan „feurige Pfeile“ und kurzsichtige Lösungen benutzt. Der fünfte Teil erläutert die Beziehung zwischen den bösen Absichten des „brüllenden Löwen“ und unserem sündigen Verhalten. Der sechste Teil unterscheidet zwischen dem „Kämpfen“ gegen geistliche Mächte und dem Feststehen im Glauben. Im siebten Teil wird erklärt, wie wir dem Teufel ohne Gewaltanwendung effektiv widerstehen können. Der achte Teil zeigt, dass Satan uns zwar tyrannisieren will, aber nie das Problem ist, selbst wenn er tatsächlich in unserem Leben agiert. Und der neunte Teil bietet praktische Beispiele für mögliche dämonische Aktivitäten im Kontext einer TPM-Gebetssitzung und in unserem Alltag.



Eine wichtige Anmerkung zu diesem Kapitel

Mir ist völlig klar, dass viele von Ihnen sich keine großen Sorgen über Dämonen und Teufel machen, und es mag übertrieben und unnötig erscheinen, diesem Thema so viele Seiten zu widmen. Doch wir glauben, dass die Inhalte dieser Seiten sich für diejenigen als wichtig erweisen werden, die bei ihren Gebetssitzungen dämonische „Aktivitäten“ erleben. Und auch wenn dieses Kapitel wesentlich länger ist als andere, ist es viel kürzer, als es sein könnte!

Eine der größten Herausforderungen bei diesem speziellen Thema war die Frage, was wir einschließen oder weglassen sollten. Ich weiß, dass wir durch das Weglassen bestimmter Informationen Gefahr laufen, wichtige Fragen unbeantwortet zu lassen, aber je mehr wir einschließen, desto mehr Fragen könnten aufgeworfen werden.

Wahrscheinlich stimmen wir alle überein, dass am Kreuz etwas Bedeutsames geschah, das Satan in eine andere Position brachte. Und wahrscheinlich würden die meisten von uns sagen, dass Satan besiegt wurde. Doch es gibt einige unter uns, die zwar in der einen Hand die Siegesflagge schwenken, aber mit der anderen Hand ein Schwert führen. Das halte ich für einen theologischen Widerspruch. Ich werde kurz darauf eingehen, aber vermutlich nicht alle Fragen vollständig beantworten, die Sie vielleicht haben!

Die gute Nachricht ist, dass wir zurzeit an einer umfassenden Abhandlung über Satan und seine Aktivitäten im Leben von Christen arbeiten. Es wird eine mehrbändige Reihe von Büchern sein, die aus der Sicht nach der Auferstehung geschrieben sind und davon ausgehen, dass Satan besiegt ist und dass jeder, der glaubt, sicheren Anteil am Sieg Christi hat. Jeder bedeutsame Abschnitt der Bibel, der den Teufel betrifft,

wird darin untersucht und erörtert werden. Bis dahin hoffe ich, dass das vorliegende Kapitel Sie motivieren wird, ein wenig tiefer in Gottes Wort einzutauchen, und Ihnen einige Denkanstöße geben wird, bis diese Reihe veröffentlicht wird!

Kurz gesagt: Wenn Sie den TPM-Prozess so befolgen, wie er gelehrt wird, werden Sie nie durch Dämonen abgehalten werden. Sollten dämonische Manifestationen auftreten, müssen Sie keine besonderen Schritte unternehmen und keine besonderen Fragen stellen. Es gibt nicht einmal einen Grund für einen Dämon, sich in einer Gebetssitzung zu manifestieren. Denn wie Sie bald entdecken werden, sind Dämonen und Teufel nicht das *Problem* und werden eine TPM-Gebetssitzung nie wirklich behindern. Wenn es je den Anschein hat, als würden Dämonen sich einmischen, befinden Sie sich *wahrscheinlich* in der LÖSUNGSBOX.

Wie gesagt, ist dieses Kapitel keine erschöpfende oder vollständige Abhandlung. Wir haben dieses Kapitel hinzugefügt, um eine Perspektive über den Teufel vorzustellen, die auf den biblischen Texten nach der Auferstehung (den Berichten über die Ereignisse, nachdem Jesus das Grab verlassen hatte) und auf unserem Sieg in Christus beruht. Wir haben bewusst versucht, den Rahmen dieses Kapitels auf diejenigen Themen zu beschränken, die unmittelbar für unsere Anwendung des TPM-Prozesses relevant sind. Was Sie hier lesen werden, ist ein Teil dessen, was wir über Satan, seine bösen Absichten und seine Aktivitäten im Leben von Christen glauben. Im Wesentlichen wollen wir hier das, was wir glauben, in einer Synopse darstellen und unsere Vorgehensweise während einer TPM-Gebetssitzung erklären.

Wir behaupten natürlich nicht, dass wir die Aussagen der Bibel über den Feind vollkommen verstanden hätten, aber wir sind fest entschlossen, der Wahrheit so nahe zu kommen, wie nur möglich. Wir glauben, dass unsere aktuelle Sicht und die *TPM-Prinzipien* mehr mit dem Wort Gottes übereinstimmen als jede Auffassung, die wir bisher vertreten haben.

Vielleicht stellen Sie fest, dass Sie anfangs einige der hier erörterten Standpunkte in Frage stellen. Beachten Sie dabei aber bitte, dass wir in keiner Weise erwarten, dass *alle* mit *allem* einverstanden sein werden, was wir heute glauben. Dass es dieses aktualisierte Buch überhaupt gibt, zeigt schon, dass wir einige unserer bisherigen theologischen Auffassungen nicht mehr vertreten. Wenn der Herr unseren Glauben läutert und unser Verständnis über das erweitert, was Er in Seinem Wort gesagt hat, werden wir die Ersten sein, die unseren Irrtum zugeben und die nötigen Korrekturen in der TPM-Schulung vornehmen.

Nun legen wir Ihnen ans Herz, selbst Gottes Wort zu studieren und nach Seiner Wahrheit zu suchen. Achten Sie darauf, die Bibel sagen zu lassen, was sie tatsächlich sagt, statt Ihre Interpretationen auf persönliche Erfahrungen und Annahmen zu stützen. Behalten Sie in Erinnerung, dass etwas, das wahr zu sein *scheint* oder sich wahr *anfühlt*, deswegen nicht unbedingt *tatsächlich* wahr ist. Es bedeutet nur, dass Sie *glauben*, dass es wahr ist!

Glauben Sie, was Sie wollen, aber wenden Sie den TPM-Prozess so an, wie er gelehrt wird

Wir glauben, dass am Kreuz und bei der Auferstehung unseres Herrn etwas Bedeutsames geschah, das eine andere Vorgehensweise gegen den Teufel verlangt, als vor seiner Niederlage. Wir wenden diese „Nach-Auferstehungs-Perspektive“ über den Teufel seit vielen Jahren an und haben festgestellt, dass sie

zu produktiveren und konstanteren TPM-Prozessen führt und dass die früher häufigen dämonischen Interferenzen nahezu verschwunden sind. Überall auf der Welt wenden Mentoren und Mentorinnen diese Perspektive mit großem Erfolg an! Wir glauben, dass Sie ähnliche Ergebnisse sehen werden, wenn Sie die Konzepte anwenden, die in diesem Kapitel vermittelt werden. Wir empfehlen Ihnen also, es selbst auszuprobieren!

Vielleicht stimmen Sie den Prinzipien und der Absicht von TPM oder unseren Aussagen über Satan nicht in allen Punkten zu, aber auch in diesem Fall bitten wir Sie, den TPM-Prozess genau so anzuwenden, wie er hier vermittelt wird. Wenn Sie je das Bedürfnis haben, etwas zu ergänzen oder wegzulassen oder irgendeinen Teil des TPM-Prozesses zu ändern, dann geben Sie bitte einfach dem, was Sie tun, einen anderen Namen. Denn wenn Sie die Verlaufsprotokolle des TPM-Prozesses nicht befolgen, die in diesem Buch dargelegt werden, ist das, was Sie tun, kein TPM-Prozess.

Ein ehemaliger „Dämonenaustreiber“

Ich habe relativ viel Erfahrung mit dem, was oft als „geistlicher Kampf“ bezeichnet wird. In der Anfangszeit von TPM habe ich Dämonen konfrontiert und sehr viele Fälle dämonischer Manifestationen erlebt; und ich habe Menschen gedient, die glaubten, dass Mächte der Finsternis sie gefangen hielten. In diesen anstrengenden Jahren des Kämpfens habe ich alle möglichen Strategien der geistlichen Kampfführung angewendet und war ehrlich überzeugt, einen biblischen Auftrag zu erfüllen und etwas für das Reich Gottes zu erreichen.

Bei diesen Feldzügen war ich überzeugt, „den guten Kampf“ gegen Satan zu kämpfen, während ich gleichzeitig glaubte, dass er am Kreuz besiegt worden war. *Ich führte also mit der einen Hand ein Schwert, während ich mit der anderen Hand ein Siegesbanner schwenkte.* Irgendwann erkannte ich, dass dies ein eklatanter Widerspruch war, aber ich wusste nicht, wie ich ihn auflösen konnte.

Aus meinen eifrigen Studien und den vielen tausend Stunden, in denen ich dämonisch belasteten Menschen diene, habe ich eine Menge gelernt. Vor allem habe ich schon vor langer Zeit entdeckt, dass die Bibeltexte über die Zeit *nach der Auferstehung* klare Anweisungen enthalten, wie wir ganz ohne Konfrontation oder „Kampf“ mit dem Teufel und den trügerischen Geistern in seinem Gefolge verfahren können. Dieser Ansatz beruht auf der zweifachen Tatsache, dass Satan besiegt ist und dass wir in Jesus Christus an Seinem triumphalen Sieg teilhaben.

Zum Beispiel betete ich vor einigen Jahren mit einem Mann, bei dem sich ein dämonischer Geist manifestierte, bevor wir überhaupt mit der Gebetssitzung beginnen konnten. Seine Augen traten hervor und Speichel floss aus seinem Mund. Mit verzerrter, tiefer Stimme schrie er mich an: „Lass uns in Ruhe! Dieser Mann gehört uns! Du hast kein Recht, uns anzugreifen! Er wird nie frei sein! Grrrrr...“

Nach einer solchen dämonischen Äußerung würden viele nach „Schwert“ und Salböl greifen. Und in den Anfangsjahren von TPM hätte ich dasselbe getan. Doch nun hatte ich eine andere Perspektive. Statt den Dämon zu konfrontieren und zu versuchen, „Autorität“ über ihn zu ergreifen oder ihm zu gebieten, was er zu tun oder wohin er zu gehen hatte, sprach ich den Mann selbst an und sagte ruhig: „John, schau mich an.“ Sofort fing der Dämon wieder an zu schreien: „Es ist uns ernst! Verschwinde! Wenn nicht, werden wir ihm

wehtun! Lass uns in Ruhe! ER GEHÖRT UNS!“ Doch ich wiederholte einfach noch einmal meine Bitte: „John, entscheide dich, mich anzuschauen.“

Nach einigen Augenblicken wich der zornige, trotzige Gesichtsausdruck des Mannes und er sah ängstlich und verwirrt aus. Er blickte mich an und sagte mit einer schwachen und schüchternen, fast kindlichen Stimme: „Bitte, hilf mir. Ich weiß nicht, was ich tun soll. Ich kann das nicht stoppen!“ Da schaute ich ihm in die Augen und korrigierte ihn: „Doch, John. Du hast es gerade getan.“

Ob es ihm bewusst war oder nicht: Er hatte seine Handlungsvollmacht ausgeübt, indem er sich entschied, mich anzuschauen und mit mir zu reden. Dazu war er fähig, weil die Dämonen, wie wir in Kürze erörtern werden, sich fügen mussten, sobald er seinen freien Willen ausübte. Die dämonischen Manifestationen hörten auf, als der Mann endlich beschloss, ihnen zu widerstehen (siehe Jakobus 4,7).

Nachdem ich jahrelang mit dem Teufel gerungen habe, beachte ich ihn und seine Aktivitäten nicht länger, sondern konzentriere mich auf die Person, die er getäuscht hat. Heute weiß ich, dass die Person immer die Handlungsvollmacht hat, auch wenn die Situation noch so chaotisch oder aussichtslos erscheinen mag. Heute verstehe ich besser, welcher Zusammenhang zwischen dem besteht, was wir glauben, und dem, was Dämonen tun können.

In den Anfangsjahren konfrontierte ich Dämonen, weil ich es aus ehrlicher Überzeugung für notwendig hielt. Wie viele andere richtete auch ich meine Taktik an der Vorgehensweise von Jesus und Seinen Jüngern aus. Doch diese Strategie beruhte auf einem eklatanten Irrtum: Jeder Dämon, den Jesus und Seine Jünger austrieben, wurde vor dem Kreuz konfrontiert, bevor Satan besiegt wurde! Wenn wir ihre Vorgehensweise kopieren, ignorieren wir den Sieg, den Christus errungen und uns gegeben hat (*mehr dazu später*).

Ich musste nicht nur Satan im richtigen Kontext betrachten, sondern auch meine eigenen Motive ehrlich prüfen. Denn ich muss zugeben, dass es eine Seite in mir gab, die eine seltsame Erfüllung darin fand, diese besiegten Feinde zu vertreiben. Es fühlte sich gut an, meine Autorität über die Dämonen auszuüben, die sich in manchen Gebetssitzungen manifestierten. Heute weiß ich, dass mein eigenes fehlerhaftes Denken für vieles verantwortlich war, was sich damals abspielte. Ich glich den zweiundsiebzig enthusiastischen Jüngern, die voller Freude zu Jesus zurückkehrten und sagten: „Herr, auch die Dämonen sind uns untertan in deinem Namen“ (Lukas 10,17). Auch ich war abgelenkt und hatte die wichtigere Wahrheit übersehen. Heute ruhe ich in dem Sieg, den Jesus uns gegeben hat, und sehe deshalb viel bessere Ergebnisse.

Ich hoffe, Sie bleiben offen für das, was ich mitteilen werde. Und ich bitte Sie, die Möglichkeit in Betracht zu ziehen, dass unser Sieg real ist und es überflüssig macht, gegen einen besiegten Feind anzutreten. Sehen Sie, Satans Niederlage hat mehr mit dem zu tun, was auf Golgatha für uns errungen wurde, als mit dem, was er verloren hat! Auf diesem Hintergrund sollen wir, statt den Teufel anzugreifen, vielmehr „nüchtern sein und wachen“ (siehe 1 Petrus 5,8), weil seine Taktiken „uns nicht unbekannt“ sind (2 Korinther 2,11); wir sollen „dem Teufel [widerstehen]“ (Jakobus 4,7; unsere Hervorhebung) und den „Schild des Glaubens“ ergreifen (Epheser 6,16).

Doch bevor wir erörtern, wie wir richtig auf Satans Niederlage reagieren, indem wir in unserem Sieg stehen, müssen wir uns etwas Zeit nehmen, unseren Feind klar zu identifizieren und zu beschreiben. In der heutigen Gemeinde scheint es mehr Verwirrung über den Teufel zu geben, als viele von uns einräumen würden. Doch solange wir unseren besiegten Feind nicht richtig verstehen, werden wir wahrscheinlich nicht

in der Lage sein, unseren Sieg in Christus vollständig zu erfassen und in der rechten Weise auf die Aktivitäten des Feindes in unserem Leben und im Leben der Menschen unserer Umgebung zu reagieren.



Der gemeinsame Nenner bei dämonischen Manifestationen

Die Hauptursache für dämonische Manifestationen in TPM-Gebetssitzungen sind Vorannahmen der beteiligten Personen. Wenn die Anwesenden glauben, dass die dämonisch belastete Person vom Teufel gefangen gehalten wird und dass es nötig ist, sie zu retten und den Feind zu konfrontieren, dann sind die Weichen für ein vorhersagbares Ergebnis gestellt.

Das alles lässt sich vermeiden, wenn wir richtig verstehen, wer wir in Christus sind, wie machtlos der Teufel und seine Dämonen sind und welcher Absicht sie in Gottes höherem Plan dienen (Römer 8,28-29). Wenn wir die Wahrheit kennen und glauben, werden die Manifestationen einfach verschwinden oder, noch besser, gar nicht erst in Erscheinung treten.

Wenn ich die Jahre, in denen ich Dämonen konfrontierte, ehrlich beurteile, war ich selbst der gemeinsame Nenner bei jeder solchen Begegnung. Andere haben zugegeben, dass sie zu demselben Schluss gekommen sind. Menschen, die die meisten dämonischen Begegnungen erleben, scheinen diejenigen zu sein, die nach ihnen suchen.

Manchmal kann ein unbedachter Mentor durch sein Vorgehen sogar dazu beitragen, dass dämonische Manifestationen auftreten. Wenn ein Mentor zum Beispiel versehentlich die Aufmerksamkeit auf dämonische Mächte lenkt, zu Beginn der Gebetssitzung um „Schutz“ betet oder sogar einem Dämon befiehlt, seine Anwesenheit zu offenbaren, dann bereitet er den Boden dafür, dass ein Dämon sich meldet. Solche Mentoren nehmen meist an, dass der Dämon das Problem ist, und fühlen sich genötigt, dagegen vorzugehen.

Man könnte das mit einem „Fliegen-Problem“ vergleichen, das man hat, wenn der Hund des Nachbarn einen Haufen im Hof hinterlassen hat. Ja, es schwirren tatsächlich unzählige Fliegen herum, aber sie sind nicht das Problem, und die Lösung besteht nicht darin, sie wegzuklatschen. Wenn eine Person Dämonen hat, die sie umschwirren, zeigt es, dass es in ihrem Glauben „übelriechende Unreinheiten“ gibt, die beseitigt werden müssen. Wenn die Quelle des Gestanks beseitigt ist, verschwindet auch die Fliegenpest.



Den Feind kennen

Bevor wir unsere Vorschläge darüber erörtern, wie wir auf Satan und seine Aktivitäten in unserem Leben reagieren können, ist es wichtig zu wissen, wer der Teufel wirklich ist und was er tun oder nicht tun kann. Ich befürchte, dass viele der typischen Annahmen über den Feind verworren und unbegründet sind. Und so halten viele Mitglieder des Leibes Christi an theologischen Auffassungen fest, die auf einer unzutreffenden Auslegung der Bibel beruhen, und wenden viele unnötige Praktiken an.

Zum Glück können sowohl Ängste als auch Ablenkungen ausgeräumt werden, indem wir die richtige Perspektive über den Feind und über unseren Sieg in Christus gewinnen. Paulus betonte, wie wichtig es ist, Satan richtig zu verstehen, als er schrieb: „...damit wir nicht vom Satan übervorteilt werden; denn seine Gedanken sind uns nicht unbekannt“ (2 Korinther 2,11).

Behalten Sie in Erinnerung, dass wir im Folgenden keine erschöpfende oder vollständige Erörterung beabsichtigen; wir hoffen vielmehr, eine logische und biblische Grundlage dafür zu bieten, wie wir an das Thema der geistlichen Kampfführung im Kontext von TPM herangehen. Wenn Sie beim Lesen feststellen, dass Sie gern mehr wissen wollen, sollen Sie wissen, dass die hier kurz dargestellten Konzepte in einer Reihe von Büchern ausführlicher besprochen und ergänzt werden, die demnächst veröffentlicht werden sollen. Wie gesagt erwarten wir nicht, dass jeder uns zustimmt, aber wir hoffen, dass Sie offen für die folgenden Erörterungen sind und sorgfältig darüber nachdenken.

Der Vater der Lüge

Zuerst und vor allem ist Satan ein Lügner. Er ist sogar DER Lügner überhaupt. Jesus sagte: „[Satan] steht nicht in der Wahrheit; denn es ist keine Wahrheit in ihm. Wenn er lügt, sagt er das, was aus ihm selbst kommt; denn er ist ein Lügner und ist der Vater der Lüge“ (Johannes 8,44; EU). Vögel fliegen, Fische schwimmen und Satan lügt. Täuschung ist Teil seines Wesens. Sie bestimmt sein Verhalten, sie definiert seine Persönlichkeit, und sie ist das Mittel, durch das er hier auf der Erde seinen Willen ausübt.

Seit seiner allerersten Interaktion mit der Menschheit hat Satan uns belogen. Er erzählt uns Lügen über Gott, über unsere Situation, über uns selbst, über ihn und über das, was wir von Augenblick zu Augenblick tun sollten. Wenn seine Fähigkeit zu lügen irgendwie verloren ginge, wäre er gelähmt und müsste verstummen. Alles, was er sagt und tut, beruht auf Täuschung. Selbst wenn er Halbwahrheiten ausspricht, dient es dazu, die Hörer zu manipulieren und zu täuschen.

Satan will nicht, dass irgendjemand Gott gehorcht oder mit Gottes Perspektive übereinstimmt. Er hasst die Wahrheit und jeden, der sie glaubt. Er will die ungläubigen Massen so täuschen, dass sie „Kinder des Ungehorsams“ bleiben (siehe Kolosser 3,6; Epheser 2,2), die im „Machtbereich der Finsternis“ (Kolosser

1,13; DBU) leben und „schlafen“ (1 Thessalonicher 5,6). Und besonders stolz ist er, wenn seine ungehorsamen „Kinder“ seiner Täuschung erliegen und seinen Willen ausführen.

Doch wir sagen mit dem Apostel Paulus: „Gott aber sei Dank, der uns den Sieg gibt durch unseren Herrn Jesus Christus“ (1 Korinther 15,57) und der uns durch seine Wahrheit von den Lügen des Feindes befreit (Johannes 8,32). Wenn der Geist der Wahrheit uns von Seiner Perspektive überzeugt (Johannes 16,13), können wir mit dem Gürtel der Wahrheit um unsere Hüften (Epheser 6,14) im Glauben feststehen.

Ein besiegtter Feind

Vor dem Kreuz waren wir in vieler Hinsicht anfällig für Satans Angriffe. Vor dem vollkommenen Gesetz Gottes waren wir schuldig, zum Tod verurteilt und dem Fluch des Todes ausgeliefert. Und wir waren von Natur aus gefallene Kinder des Zorns und des Ungehorsams. Wir lebten in Finsternis, folgten dem Vater der Lüge und waren verloren in unseren Sünden und Übertretungen (Epheser 2,2). Lesen Sie noch einmal im größeren Kontext, was Paulus darüber sagte:

Auch ihr wart früher tot aufgrund eurer Sünden. Ihr habt genauso in der Sünde gelebt wie der Rest der Welt, beherrscht vom Satan, der im Machtbereich der Luft regiert. Er ist der Geist, der in den Herzen derer wirkt, die Gott nicht gehorchen wollen. Wir alle haben früher so gelebt und uns von den Leidenschaften und Begierden unserer alten Natur beherrschen lassen. Wir wurden mit dieser Natur geboren und waren Gottes Zorn ausgeliefert wie alle anderen Menschen auch (Epheser 2,1-3; NLB; unsere Hervorhebung).

Satan wirkt zweifellos im Leben aller gefallenen Menschen. Doch als Jesus Seinem Vater gehorchte und ans Kreuz ging, nahm Er unsere Sünden auf sich (2 Korinther 5,21), verurteilte die Sünde im Fleisch (Römer 8,3) und erfüllte für uns die Forderungen des Gesetzes (Römer 8,1-2.4). Und weil wir mit Christus gestorben sind (Kolosser 3,3), stehen wir nicht länger unter dem Gesetz, sondern sind frei von der Macht der Sünde (Römer 6,11), sodass die Sünde nicht mehr über uns herrschen muss (Römer 6,14). Wir haben jetzt eine Wahl, wem wir gehorchen (Römer 6,11-14). Da wir mit Christus auferweckt sind, ist unser Leben (gegenwärtig) mit Christus verborgen in Gott (Kolosser 3,1-3), und wir sind geistlich unantastbar, denn „der Böse kann [uns] nichts anhaben“ (1 Johannes 5,18). Diese (und weitere) Tatsachen veranlassten den Apostel Paulus zu der Aussage, dass wir in Christus „mehr als Überwinder“ sind (Römer 8,37).

Trotz aller Bemühungen Satans, Gottes Heilsplan zu vereiteln, wurde er durch das vollkommene Opfer Jesu vollends besiegt. Wie Gott durch Seinen Propheten Jesaja versprach, „hat [Er] den Tod für immer verschlungen und Gott, der Herr, wird die Tränen von jedem Gesicht abwischen und die Schande seines Volkes entfernt er von der ganzen Erde“ (Jesaja 25,8; EU). Christus schenkt Seinen Sieg denen, die an Ihn glauben (siehe 1 Korinther 15,57). Satan wurde nicht durch das besiegt, was mit ihm geschah, sondern durch das, was mit uns geschah!

Satans Niederlage hatte viel mehr mit dem zu tun, *was wir gewonnen haben*, als mit dem, *was er verloren hat*. Jesus kam nicht, um Satans Verhalten einzuschränken, sondern um „die Werke des Teufels“ zu vernichten (siehe 1 Johannes 3,8). Die Werke, die Satan *vor* dem Kreuz tat, wurden vernichtet und haben ihre Wirksamkeit im Leben der Glaubenden verloren. Es ist sehr wichtig, dass wir zwischen Satans Verhalten (dem, was er tut) und seinen „Werken“ (dem Ergebnis seines Tuns) unterscheiden.

So bestehen zum Beispiel die „Werke“ eines Maurers nicht in seinem Wissen, wie man ein Haus baut, in den Fähigkeiten, die er anwendet, oder dem Akt des Bauens. Als „Werk“ eines Maurers gilt das Ergebnis seiner Arbeit (das Haus selbst). Das Kreuz hatte wenig Einfluss auf das tatsächliche Verhalten Satans (seine Fähigkeiten als „Maurer“), aber seine „Werke“ sind im Leben der Glaubenden nicht mehr wirksam. Satan macht heute immer noch dasselbe wie vor dem Kreuz, doch durch den Tod und die Auferstehung Jesu sind der Einfluss und die Wirksamkeit seiner Werke dramatisch verändert! Johannes fasste es mit den Worten zusammen: „Der Böse kann uns nichts anhaben“ (siehe 1 Johannes 5,18; NLB).

So kann Satan die Gläubigen zum Beispiel nicht mehr effektiv der Sünde beschuldigen (Offenbarung 12,10), weil „es jetzt keine Verdammnis für die [gibt], die in Christus Jesus sind. Denn das Gesetz des Geistes des Lebens in Christus Jesus hat [uns] frei gemacht von dem Gesetz der Sünde und des Todes“ (Römer 8,1-2). Er hofft, dass wir uns durch seine Anklagen verurteilt fühlen, aber seine verbalen Angriffe haben vor unserem himmlischen Vater kein Gewicht. Denn wenn wir sündigen, „dann gibt es jemanden, der vor dem Vater für euch eintritt: Jesus Christus, der vor Gott in allem gerecht ist. Er ist das Opfer für unsere Sünden. Er tilgt nicht nur unsere Schuld, sondern die der ganzen Welt“ (1 Johannes 2,1-2; NLB). Satan kann seine größte Waffe – das „Gesetz der Sünde und des Todes“ – nicht mehr wirksam gegen diejenigen einsetzen, die in Christus sind. Mit dem Apostel Paulus können wir uns freuen, denn:

Wenn dies geschieht – wenn unsere vergänglichen, irdischen Körper in unvergängliche, himmlische Körper verwandelt sind – dann wird sich das Schriftwort erfüllen: „DER TOD WURDE VERSCHLUNGEN VOM SIEG. TOD, WO IST DEIN SIEG? TOD, WO IST DEIN STACHEL?“ Denn die Sünde ist der Stachel, der zum Tod führt, und das Gesetz verleiht der Sünde ihre Kraft. Wir danken Gott, der uns durch Jesus Christus, unseren Herrn, den Sieg über die Sünde und den Tod gibt! (1 Korinther 15,54-57f; NLB; unsere Hervorhebung).

Der allumfassende Sieg, den wir in Christus haben, bedeutet, dass alles, was der Teufel tut, auf Täuschung beruht und in Niederlage endet. Er hat schon verloren. Gottes Plan kann nicht vereitelt werden! Wie wir in Kürze erörtern werden, werden selbst seine bösen Absichten und falschen Anklagen dazu benutzt, Gutes in unserem Leben zu bewirken (siehe Römer 8,28). Der Sieg Christi ist absolut und wurde denen verliehen, die aus Gott geboren sind (siehe Johannes 1,12-12). Jesus Christus ist wahrhaftig Sieger und wir sind siegreich in Ihm!



Ein bellender Hund an einer Kette

Satan ist böse und hasst jeden von uns, aber er steht auch völlig unter Gottes Herrschaft und ist auf das beschränkt, was Gott ihm erlaubt. Der frühe protestantische Reformator Martin Luther verstand diese Tatsache. Und auch wenn mir bewusst ist, dass manche eine andere Auffassung über Luthers Werk vertreten, glaube ich, dass er die Grenzen, die Gott dem Teufel gesetzt hat, gut verstanden hatte. Über unseren besiegt Feind hatte er Folgendes zu sagen:

Was willst du dich fürchten? Warum willst du erschrecken? Weißt du denn nicht, dass der Fürst dieser Welt gerichtet ist? Er ist kein Herr, kein Fürst mehr. Du hast einen anderen stärkeren Herrn, Christum, der ihn überwunden und gebunden hat. Darum lasst den Fürsten und Gott dieser Welt sauer sein, die Zähne zeigen, scharren, drohen, oder sich anders stellen, er kann doch nicht mehr, denn ein böser Hund an einer Kette: der mag bellen, hin und her laufen, an der Kette reißen, er kann dich aber nicht beißen, weil er angebunden ist und du ihm aus dem Wege gehst. Also ist der Teufel gegen einen jeden Christen auch. (Martin Luther, Predigt am Sonntag Kantate, zitiert am 26.2.2024 aus: [https://info2.sermon-online.com/german/Martin Luther/Johannes 16 5 15.html](https://info2.sermon-online.com/german/Martin%20Luther/Johannes%2016%205%2015.html), Nr. 27; unsere Hervorhebung)

Ich zitiere noch einmal einen der allgemein übersehenen Bibeltexte über Satan: „...der Sohn Gottes hält seine schützende Hand über [uns], sodass der Böse – der Teufel – [uns] nicht schaden kann“ (1 Johannes 5,18; NGÜ; unsere Hervorhebung). Satan kann uns nicht antasten, denn „...der Herr ist treu; er wird euch Kraft geben und euch vor dem Bösen bewahren“ (2 Thessalonicher 3,3; EU; unsere Hervorhebung). Wenn Sie in Christus sind (was auch bedeutet, dass Er in Ihnen ist), dann brauchen Sie nicht vom Teufel gerettet zu werden. „[Gott] hat uns gerettet aus der Macht der Finsternis und versetzt in das Reich des Sohnes seiner Liebe“ (Kolosser 1,13). Wenn wir als Bürger zum Reich des Sohnes gehören, brauchen wir nicht gerettet zu werden. Wenn es so *scheint* oder sich so *anfühlt*, als wären wir gefangen, ist das kein Problem der Gefangenschaft, sondern ein Problem unserer Überzeugung und Wahrnehmung.

Satan mag knurren, die Zähne zeigen und *nach* Ihnen schnappen, aber Sie befinden sich außerhalb seiner Reichweite. Er kann nur tun, was Gott zulässt. Ihm sind strikte Grenzen gezogen und er kann nichts außerhalb dieser von Gott festgesetzten Parameter tun. Das ist in der Hiob-Geschichte klar zu sehen. Satan erhielt zwar die Erlaubnis zu dem, was er Hiob antat, aber das bedeutet nicht, dass Satan die Freiheit hätte, uns dasselbe anzutun. Alles, was Satan Hiob antat, geschah durch eine besondere Erlaubnis Gottes. Satan handelte damals nicht ohne Schranke, und er ist auch heute nicht ohne Schranken. Gott hält ihn immer fest an einer kurzen Leine.

Satan kann böse Pläne schmieden, soviel er will, aber Gottes Wille wird stets siegen. Das ist die Zusage, die wir von Ihm haben: „Wenn Gott für uns ist, wer kann da noch gegen uns sein?“ (Römer 8,31; NLB). Jesus sagte: „Fürchtet euch nicht vor denen, die den Leib töten, die Seele aber nicht töten können, sondern fürchtet euch eher vor dem, der Seele und Leib in der Hölle verderben kann!“ (Matthäus 10,28; EU).

Dennoch bleibt die Frage: „Warum erlaubt es Gott dem Satan (und bösen Menschen), so schreckliche Dinge zu tun?“ Wir glauben, dass Gott absolut in der Lage ist, auch im Kontext des Bösen Seinen vollkommenen Willen zu erfüllen. Wenn wir ein Beispiel dafür suchen, brauchen wir nur auf das Kreuz zu schauen! Jesus wurde von bösen Menschen getötet, die durch böse Geister getäuscht und gelenkt wurden, und

doch wurde Gottes Wille genau so erfüllt, wie Er es schon vor der Erschaffung der Welt geplant hatte (siehe Epheser 1,4; Jesaja 53). Dasselbe gilt für alle, die in Christus sind.

Diejenigen, die Jesus töteten, begingen ein schweres Unrecht, aber nach den Worten des Propheten Jesaja „gefiel es [dem Herrn], ihn zu zerschlagen. Er hat ihn leiden lassen“ (Jesaja 53,10). Die NLB übersetzt diesen Vers so: „Doch es war der Wille des Herrn, ihn leiden zu lassen und zu vernichten.“ Gott gebraucht „alle Dinge“, welche Motivation auch immer dahinter stehen mag, um Seinen vollkommenen Willen in unserem Leben zu erfüllen (siehe Römer 8,28).

Auch dieses Prinzip verstand Martin Luther, als er schrieb:

Gott bedient sich des Teufels und der bösen Engel. Sie wollen natürlich alles verderben, aber Gott hält sie davon ab, sofern nicht eine wohlverdiente Geißelung angebracht ist. Gott lässt Pestilenz, Krieg oder eine andere Plage zu, damit wir uns vor ihm demütigen, ihn fürchten, an ihm festhalten und ihn anrufen. Wenn Gott diese Ziele durch die Geißel erreicht hat, dann kommen die guten Engel wieder, um ihr Amt zu erfüllen. Sie gebieten dem Teufel, Pestilenz, Krieg und Hungersnot zu beenden. So muss der Teufel uns also gerade mit dem dienen, womit er uns schaden will; denn Gott ist ein so großer Meister, dass er selbst die Bosheit des Teufels in Gutes verwandeln kann. (Übersetzung eines Zitats aus: *What Luther Says*, Ewald Plass, St. Louis: Concordia Publishing House, 1959; unsere Hervorhebung).

Der Verfasser der Sprüche sagte: „Wie Wasserbäche ist das Herz eines Königs in der Hand des Herrn; wohin immer er will, neigt er es“ (Sprüche 21,1). Genauso lenkt und beschränkt Gott das, was Satan tut. Der Teufel ist zwar böse und möchte Gottes Plan vereiteln, aber er schlittert nichtsdestoweniger einen vorbestimmten Pfad hinunter, den Gott ihm gesetzt hat. Was immer der Feind auch tut und wo immer er auch hingeht, bleibt er vollständig unter der Kontrolle des Herrn. Satan kann nicht frei herumlaufen; er wird durch die Kette gefangen gehalten, die Gott ihm angelegt hat.

Diese Tatsache sollte Ihnen viel Trost und ein Gefühl völliger Sicherheit geben. Ja, Gott erlaubt Satan, nach seinen bösen Absichten in der Welt zu handeln, aber unser himmlischer Vater behält die endgültige Kontrolle über das, was geschieht. Gott weiß immer im Voraus, welche Entscheidungen Satan treffen wird und auf welchen Gedanken und Beweggründen diese Entscheidungen beruhen. Deshalb kann Gott den Teufel leicht in jede beliebige Richtung lenken. Der Feind wird an einer kurzen, unzerreißbaren Leine gehalten, und seine bösen Absichten lässt Gott zum Guten für uns zusammenwirken (lesen Sie noch einmal Römer 8,28). Selbst Finsternis, Unglück und Zerstörung unterliegen Seiner allmächtigen Kontrolle (siehe Jesaja 45,5-7; Amos 3,6).

Ein begrenzter Feind

Ganz gleich, für wie groß, stark oder fähig Sie Satan halten, ist er dennoch begrenzt. Er ist weder allmächtig, noch allwissend und kann auch nicht jederzeit überall sein. Er ist ein geschaffenes Wesen, das sich nur innerhalb strikter Grenzen und Parameter bewegen kann. Gott dagegen ist unendlich und allmächtig. Er hatte keinen Anfang und wird kein Ende haben. Er ist immer überall. Er sieht und weiß alles und hat die absolute Kontrolle über alles. Er sprach das Universum (einschließlich Satan) in Existenz.

Selbst wenn der Teufel theoretisch das mächtigste, listigste und fähigste Wesen der ganzen Schöpfung wäre, wäre er doch nichts im Vergleich zu Gott. Unser himmlischer Vater kennt jeden Gedanken des Feindes und hat alles vorausgesagt, was er tun würde. Und wenn Gott der Existenz des Teufels ein Ende setzen wollte, würde nicht mehr als ein bloßer Gedanke genügen.

Diese unermessliche Diskrepanz bedeutet, dass Satan Gott nicht bekämpfen und nicht einmal bedrohen kann. Satan ist unterlegen, während Gott nicht aufgehalten werden kann. Es gibt keinen Wettstreit und keinen Kampf zwischen ihnen. Satan mag zwar versuchen, Gott zu bekämpfen, aber Gott kämpft nicht gegen Satan. Wie könnte ein endliches Wesen überhaupt gegen den unendlichen Gott Krieg führen? Das ist schlichtweg

unmöglich!

Doch wie oft haben Sie trotzdem die Bemerkung gehört, dass ein Kampf zwischen den Mächten des Guten und des Bösen tobt? Was sind denn all die Mächte des Bösen im Vergleich zu Gott? Sie können uns nicht einmal von Seiner Liebe trennen oder uns aus Seiner Hand reißen (Römer 8,35-39; Johannes 10,27-30). Gottes Pläne können nicht vereitelt werden (Hiob 42,2), und Er hat eine Absicht mit allem, was geschieht – einschließlich der bösen Taten böser Menschen, die von bösen Geistern geleitet werden (Sprüche 16,4) –, und Er lässt alles zum Guten zusammenwirken für diejenigen, die nach Seinem liebevollen Plan berufen sind (Römer 8,28). Wenn Gott also für uns ist, spielt es keine Rolle, wer oder was gegen uns sein mag (siehe Römer 8,31). Es genügt zu sagen, dass der Teufel nicht die geringste Bedrohung für Gott darstellt (oder Gott sich auch nur mit ihm abgibt)!

Eine listige Schlange

Wir brauchen den Teufel zwar nicht zu fürchten, dürfen ihn aber auch nie unterschätzen oder ignorieren, denn er ist nach wie vor „listiger als alle Tiere des Feldes, die der Herr, Gott, gemacht hatte“ (1 Mose 3,1). Er ist auch schlauer als wir und kann uns überlisten, wenn wir uns auf einen Dialog mit ihm einlassen. Unser Menschenverstand ist seiner irdischen „Weisheit“ nicht gewachsen. Damit begann schon Evas Fall. Zweifellos hasst er uns abgrundtief und setzt alles daran, in Gottes Schöpfungsordnung möglichst viel Chaos anzurichten; aber er ist äußerst begrenzt und kann seine Ziele nur durch Täuschung erreichen.

Das Verhalten des Feindes ist kein Einzelfall, denn Lüge und Täuschung wurden schon immer sowohl gegen die Menschheit eingesetzt als auch von ihr selbst praktiziert, seit Adam und Eva aus dem Garten Eden verbannt wurden. Satan beherrschte sein Handwerk allerdings schon lange, bevor wir auf dem Schauplatz erschienen, und er hat sich weitere Jahrtausende darauf konzentriert, es zu praktizieren. In dem, was er tut, ist er unübertroffen. Zum Glück ist es nicht unsere Aufgabe, in einen geistigen Wettstreit mit dem Feind zu treten. Alles, was wir tun müssen, ist, auf Jesus zu schauen. Johannes sagte:

Geliebte, jetzt sind wir Kinder Gottes, und es ist noch nicht offenbar geworden, was wir sein werden; wir wissen, dass wir, wenn es offenbar werden wird, ihm gleich sein werden, denn wir werden ihn sehen, wie er ist. Und jeder, der diese Hoffnung auf ihn hat, reinigt sich selbst, wie (auch) jener rein ist (1 Johannes 3,2-3; unsere Hervorhebung).

Eine Debatte mit dem Teufel werden Sie nie gewinnen. Wahrscheinlich wird sein Wissen über das menschliche Verhalten nur von Gottes unendlicher Weisheit übertroffen. Man könnte argumentieren, dass Satan Sie in gewisser Hinsicht besser kennt als Sie selbst. Er kann zwar nicht Ihre Gedanken lesen, aber das braucht er auch gar nicht. Denn wenn Eltern ihr Kind nur zu beobachten brauchen, um zu „wissen“, was es denkt, wie viel mehr ist Satan dazu fähig? Wenn er uns Menschen beobachtet, braucht er nicht lange, um herauszufinden, was wir im Sinn haben, und einen trügerischen Plan gegen uns zu schmieden.

Auch wenn der Teufel uns vielleicht zu überlisten vermag, kann er uns nicht antasten. Und selbst wenn er das listigste aller Geschöpfe ist, ist Satan äußerst dumm und blind im Vergleich zu seinem Schöpfer. Gott ist von den hinterlistigen Absichten und betrügerischen Plänen des Feindes nicht im geringsten bedroht oder beeindruckt. Ich sage oft: „Der am meisten Betrogene ist der Betrüger selbst.“

Johannes erinnert uns daran, dass „der, welcher in [uns] ist, größer ist als der, welcher in der Welt ist“ (1 Johannes 4,4). Auch wenn wir uns der Fähigkeiten des Feindes bewusst sein müssen, brauchen wir ihn

weder zu fürchten, noch uns sonnetwegen Sorgen zu machen. Wir sind jetzt Kinder Gottes, und unsere Hoffnung richtet sich fest auf Jesus, der durch Seinen Heiligen Geist unseren Glauben läutert.

Gottes unterworfener Diener

So seltsam es klingen mag: Satan gehört Gott und dient einer Absicht in Gottes Plan. Er ist ein lebendiges Geschöpf, das von Gott und für Gott geschaffen wurde, wie die Bibel feststellt:

Durch ihn [Jesus Christus] hat Gott alles erschaffen, was im Himmel und auf der Erde ist. Er machte alles, was wir sehen, und das, was wir nicht sehen können, ob Könige, Reiche, Herrscher oder Gewalten. Alles ist durch ihn und für ihn erschaffen (Kolosser 1,16; NLB; unsere Hervorhebung).

Der Teufel ist Gottes Eigentum und stellt nicht die geringste Bedrohung für Gottes Pläne oder Absichten dar. Tatsächlich muss er Gott um Erlaubnis bitten, bevor er etwas tun kann. Denken Sie daran, dass Gott Satan klare Anweisungen und Schranken setzte, bevor er zuließ, dass Satan Hiob quälte (Hiob 1,6-12). Es bedeutete aber nicht, dass Satan sich an Gottes Allmacht vorbeimogelte; es war vielmehr ein Beispiel dafür, dass Gott den Teufel und seine bösen Absichten benutzte, um ein gutes Werk im Leben von Hiob zu erfüllen. Denn Hiob sollte später aus eigener Erfahrung entdecken, dass Gott „alles [vermag]. Kein Vorhaben ist [ihm] verwehrt“ (Hiob 42,2; EU). Auch Jesaja wusste, dass Gottes Absichten und Pläne unaufhaltsam sind, als er schrieb: „Der Herr, der Allmächtige, hat es beschlossen – wer kann es verhindern? Wer kann ihn zurückhalten, wenn er seine Hand erhebt?“ (Jesaja 14,27; NLB). Niemand, auch nicht der Teufel, kann Gottes Plan unterwandern!

Satan ist nicht nur machtlos gegen Gottes Willen, sondern hat auch keine andere Wahl, als von Gott für Seine guten Absichten benutzt zu werden. Auch hier gibt es kein besseres Beispiel als das Kreuz! Die Kreuzigung Jesu war der übelste Angriff, an dem Satan beteiligt war, und wurde doch dazu benutzt, Gottes vollkommenen und liebevollen Heilsplan zu erfüllen (was das Letzte war, das Satan wollte)! Das sollte Ihnen Hoffnung und Sicherheit geben. Was immer der Feind tut, er kann nichts an der Tatsache ändern, dass er Gott gehört und unweigerlich Gottes Willen dient für diejenigen, „die nach [Gottes] Ratschluss berufen sind“ (Römer 8,28; LUT).

Je nach der Übersetzung, die Sie lesen, steht in der Bibel, dass Jesus in der Nacht Seiner Gefangennahme Seinen Aposteln erklärte: „Der Satan hat sich ausgebeten, euch zu sieben wie den Weizen“ (Lukas 22,31; ZB; unsere Hervorhebung). Andere Übersetzungen geben wieder, dass Jesus direkt zu Petrus sprach. Ob Jesus nur zu Petrus oder zu allen Jüngern sprach: Ich denke, wir können jedenfalls feststellen, dass sie alle in den folgenden Tagen „gesiebt“ wurden.

Beachten Sie, wen Satan um Erlaubnis bat: er fragte Gott. Warum bat Satan um Erlaubnis? Weil er Gott gehört und dem König der Könige unterworfen ist. Satan konnte die Jünger nur deshalb „sieben“, weil er Gott um Erlaubnis gebeten hatte und Gott es ihm erlaubte.

Das wirft die Frage auf: „Was für einen Grund hatte Gott, Satan zu erlauben, die Jünger wie Weizen zu sieben?“ Um diese Frage zu beantworten, brauchen wir uns nur die Reaktion von Petrus anzusehen. In seiner typischen Art reagierte Petrus mit einer kühnen Behauptung auf die Warnung Jesu: „Herr, ich bin bereit, mit dir sogar ins Gefängnis und in den Tod zu gehen“ (Lukas 22,33; EU)! Doch wie er bald

herausfinden sollte, stimmte das nicht. Petrus glaubte die Wahrheit noch nicht vollständig in seinem Herzen und konnte sich deshalb noch nicht einmal dann zu Jesus bekennen, als er nur unter Druck geriet, von Gefängnis und Tod ganz zu schweigen. Der Herr wusste das und korrigierte Petrus liebevoll mit den Worten: „Ich sage dir, Petrus, ehe heute der Hahn kräht, wirst du dreimal leugnen, mich zu kennen“ (Vers 34). Jesus verurteilte oder tadelte Petrus damit nicht; er wies Petrus darauf hin, was sein Problem war. Petrus glaubte noch nicht völlig, wer Jesus war, und war verleitet worden, unwahre Dinge zu glauben (wie er schon bald erkennen ließ, als er im Garten Getsemane sein Schwert zog, während der Hahn noch fest schlief).

Warum also ließ Gott Petrus von Satan wie Weizen sieben? Einfach ausgedrückt, war es nötig! Weizen muss gesiebt werden, damit die unerwünschten Bestandteile vom Getreide getrennt werden. In ähnlicher Weise musste Petrus „gesiebt“ werden. Sein Glaube war unrein, und diese Unreinheiten mussten aufgedeckt werden. Gott wollte Petrus die Wahrheit erkennen lassen; Satan war einfach bereit, sich bei der Aufdeckung der Unreinheiten in Petrus' Glauben gebrauchen zu lassen. Der Feind hoffte natürlich, dass Petrus' Glaube scheitern würde; Jesus aber betete, dass das Gegenteil geschehen würde (Lukas 22,32). Hier sehen wir, wie ein liebender Gott „alle Dinge“ benutzte und für Petrus zum Guten zusammenwirken ließ (Römer 8,28). Auch wenn Satan die Jünger Jesu hasste, hielt das Gott nicht davon ab, ihn zu benutzen, um die Unreinheiten in ihrem Glauben „herauszusieben“.

Wir haben dasselbe Problem wie Petrus: Unser Glaube muss „gesiebt“ werden. Deshalb erlaubt Gott Satan, auch uns wie Weizen zu sieben. Wir müssen in Erinnerung behalten, dass dieses „Sieben“ nichts Schlechtes ist, auch wenn es ziemlich schmerzhaft sein kann (siehe Hebräer 12,11). Es ist vielmehr genau das, was wir brauchen! Es ist nötig, dass die Unreinheiten unseres Glaubens aufgedeckt und beseitigt werden. Und wenn der Teufel für diese Aufgabe benutzt wird, ist der Prozess nicht weniger liebevoll und absichtlich, als wenn Gott andere Mittel benutzen würde, die Ihm zur Verfügung stehen. Satan gehört Gott und ist Teil von „allen Dingen“, die Gott bei der Läuterung unseres Glaubens für uns zum Guten zusammenwirken lässt. Der Feind hasst Sie, aber Gott, dem er gehört, liebt Sie innig und benutzt Satan, um Gutes in Ihrem Leben zu bewirken! Wenn Sie also, wie Petrus es schließlich lernte, nach dem Willen Gottes leiden, sollten Sie sich Ihrem treuen Schöpfer anbefehlen (siehe 1 Petrus 4,19).

Der Teufel ist unser Feind, aber er ist nicht unser Problem. Der Feind kann Sie nicht antasten, aber er kann (und wird) die Aufmerksamkeit auf das lenken, was aufgedeckt und bereinigt werden muss. Satan hasst Sie und hofft, dass Sie in der Täuschung verharren und ihm die Schuld für Ihre Schmerzen und Leiden geben. Doch der Herr hat immer alles unter Kontrolle und erfüllt Seine liebevollen Absichten sogar dann, wenn er das hasserfüllte Verhalten des Teufels benutzt.

Weitere Einsicht in dieses Konzept gewinnen wir, wenn wir Jakobs Sohn Joseph betrachten. Im Buch Genesis erfahren wir, dass Joseph von seinen Brüdern misshandelt und in die Gefangenschaft und Zwangsarbeit verkauft wurde. Er wurde in ein fremdes Land verschleppt, weit weg von zuhause. Später wurde er fälschlich der sexuellen Nötigung beschuldigt und zu Unrecht ins Gefängnis geworfen. Doch während dieser ganzen Zeit ließ Gott alle Dinge für Joseph zum Guten zusammenwirken. Jahre später, als er wieder mit seiner Familie vereint war und Gottes sorgfältigen und liebevollen Plan erkannte, sprach Joseph diese Wahrheit aus: „Ihr habt Böses gegen mich im Sinn gehabt, Gott aber hatte dabei Gutes im Sinn, um zu erreichen, was heute geschieht: viel Volk am Leben zu erhalten“ (1 Mose 50,20).

So wie die Menschen, die Joseph Unrecht zufügten, von Hass, Neid und Rachsucht getrieben waren, so

will Satan das Schlimmste für Sie. Doch selbst das, was der Feind in böser Absicht tut, setzt Gott zum Guten! Ganz gleich, was Satan uns antun will, ist es „für uns“, denn „wenn Gott für uns ist, wer kann da noch gegen uns sein?“ (Römer 8,31; NLB).



Satan zielt mit seinen feurigen Pfeilen auf unsere Täuschungen

Im sechsten Kapitel des Epheserbriefs lesen wir, dass Satan „feurige Pfeile“ auf uns schießt (Epheser 6,16). Es ist aber wichtig zu verstehen, auf *was* genau Satan zielt und *warum* seine Strategie so effektiv ist. Im Gegensatz zur gängigen Meinung hat der Teufel gar nicht *uns* im Visier, denn er kann uns nicht einmal antasten (siehe 1 Johannes 5,18). Warum sollte er seine Pfeile damit verschwenden, auf ein Ziel zu schießen, das er nicht treffen kann? Er zielt auf das, *was wir glauben*. Konkret zielt er auf die *lügenbasierten Unreinheiten* in unserem Glauben.

Der Feind weiß, dass wir fühlen, was wir glauben; deshalb zielt er auf unseren unreinen Glauben, weil er hofft, dadurch emotionalen Schmerz auszulösen. Im Grunde versucht er, uns mit seinen feurigen Attacken zu *triggern*. Seine Pfeile sind ja keine wirklichen Geschosse; es sind einfach Lügen. Diese trügerischen Pfeile zielen genau auf Ihre persönlichen Überzeugungen. Er beobachtet Ihr Verhalten, schätzt Ihre Überzeugungen ein und zielt auf die Unreinheiten in Ihrem Glauben, indem er die Saite der Täuschung anschlägt, die schon in Ihrem Herzen vorhanden ist.

Satan weiß, dass diese Unreinheiten eine Schwachstelle in Ihrem Glaubensschild (siehe Epheser 6,16) darstellen, und sobald er sein Ziel erfasst hat, gibt es für ihn keinen Grund zur Zurückhaltung. Er wird seine Angriffe fortsetzen, bis entweder Gott ihn stoppt oder er sieht, dass die Schwachstelle in Ihrem „Schild“ behoben wurde. Denn wenn Sie die Wahrheit in Ihrem Herzen kennen, löscht Ihr „Schild des Glaubens“ die feurigen Pfeile des Feindes aus (siehe Epheser 6,16). An diesem Punkt merkt Satan, dass er seine Zeit verschwendet, und wendet sich einem anderen Ziel zu.

Vielleicht fragt jemand: „Warum sollte der Teufel auf unsere lügenbasierten Überzeugungen zielen, wenn er denkt, dass wir uns dann an Gott wenden könnten, damit unser Glaubensschild gestärkt wird?“ Die Antwort steckt in dem Wort „könnten“. Er weiß, dass wir uns an Gott wenden *könnten*, dass wir aber auch auf seine kurzsichtige „Lösung“ für den Schmerz schauen *könnten*. Offenbar scheint sich das Risiko für Satan zu lohnen, Pfeile auf uns abzuschießen. Bei einigen von uns besteht für ihn ein geringeres Risiko als bei anderen. Es geht hier um eine der primären Absichten dieser Schulung. Wir hoffen, dass Sie diese List des Teufels verstehen und sich entscheiden, ihm zu widerstehen und sich an Ihren himmlischen Vater zu wenden, um Seine Wahrheit zu empfangen.

Vielleicht fragt ein anderer: „Warum sollte Gott Satan die Erlaubnis geben, „feurige Pfeile“ auf uns

abzuschießen, wenn Er bedenkt, dass wir uns vielleicht täuschen lassen und in Sünde fallen?“ Gott weiß, dass wir uns an Ihn wenden *könnten*, um Wahrheit zu empfangen. Ich glaube, wenn wir die Perspektive des Herrn auch nur ein einziges Mal empfangen, hat das mehr Gewicht und lohnt sich mehr als die tausenden Male, in denen wir auf Satans listige Täuschung hereinfliegen. Sünde und Täuschung sind vergänglich, aber das Wort Gottes währt ewig, wie der Psalmist schrieb: „Für alle Ewigkeit, Herr, hat dein Wort Bestand, es steht so fest wie der Himmel“ (Psalm 119,89; NGÜ). Jede Wahrheit, von der wir überzeugt werden, wird uns „eingepflanzt“ (siehe Jakobus 1,21) und bringt ihre ewige Frucht. Deshalb lohnt es sich tatsächlich, mit feurigen Pfeilen bombardiert zu werden!

Mit seinen bösen Absichten spielt Satan ungewollt die Rolle eines „Lügendetektors“, indem er auf die Unreinheiten in unserem Glauben zielt und sie aufdeckt. Er zielt nicht auf die Wahrheit, die wir mit dem Herzen glauben, da er weiß, dass seine Pfeile sofort ausgelöscht werden würden. Er zielt nur auf das, was unrein ist. Er will Sie an die Lügen erinnern, die Sie bereits glauben.

Wenn ein Pfeil des Feindes unseren Schild des Glaubens durchdringt, können wir also den Schluss ziehen, dass es bei unserem Schild ein Problem gibt! Denn wenn unser Schild aus einem reinen Glauben bestehen würde, würde er uns vor dem Angriff des Feindes schützen, und das Zischen seiner verlöschenden Pfeile würde die Reinheit unseres Glaubens beweisen. Die Tatsache, dass ein Pfeil unseren Schutzschild durchdringen konnte, weist also auf eine Schwachstelle in unserem Schutzpanzer hin. Der Feind und seine Pfeile werden dazu benutzt, uns auf etwas aufmerksam zu machen, das uns fehlt: dass wir Gottes Perspektive brauchen. Was Satan in böser Absicht tut, benutzt Gott für uns zum Guten (siehe 1 Mose 50,20; Römer 8,28).

Satan kann uns nicht zu Gefühlen veranlassen; wir fühlen, was wir glauben

Trotz allem, was wir hier erörtert haben, protestieren einige und sagen: „Ihr wisst nicht, wovon ihr redet! Der Teufel hat mir die ganze Woche lang hart zugesetzt. Ich bin erschöpft. Ich spüre die ganze Zeit das Gewicht und den Schmerz seiner Angriffe!“ Das mag sich tatsächlich wahr *anfühlen* und wahr *erscheinen*, aber es ist nicht wahr. Sie mögen sich angegriffen und erschöpft fühlen, aber der emotionale Schmerz, den Sie spüren, kommt nicht von Satan oder von dem, was er in Ihrem Leben tut.

Früher betrachtete ich Zeiten, in denen ich vom Teufel *bedrängt* wurde, als einen Hinweis, dass ich irgendetwas richtig machte. Ich dachte, seine „Angriffe“ zielten auf die guten Dinge, die ich tat. Heute ist mir klar, dass er auf meine lügenbasierten Überzeugungen zielte und nicht auf mich oder mein Verhalten. Deshalb spielte er unwissentlich eine wesentliche Rolle in meiner Heiligung. Durch ihn wurde aufgedeckt, was Gott mich sehen lassen wollte, damit ich mich demütig Seinem Läuterungsprozess unterzog.

Der Schmerz, den wir nach einem Angriff des Teufels fühlen, beruht auf den Überzeugungen, die aufgedeckt wurden, nicht auf den Pfeilen, die zu ihrer Aufdeckung führten. Die Pfeile stechen nur, weil wir die Lügen glauben, die sie treffen. Wenn Sie zum Beispiel glauben, dass Sie wertlos sind, werden Sie sich schlecht fühlen, wenn diese lügenbasierte Überzeugung berührt wird. Auch wenn Satan nichts lieber wäre, als dass wir dem „Schützen“ die Schuld für unseren Schmerz zuschieben und zum Gegenangriff übergehen, wenn unser unreiner Glaube aufgedeckt wird, sollten wir uns um unseren Glaubensschild kümmern und nicht

um den Schützen.

Satan hat lange vor Ihnen oder mir entdeckt, dass Menschen fühlen, was sie glauben. Wahrscheinlich ist das einer der Gründe, weshalb er so sehr darauf aus ist, uns zu täuschen. Er weiß: Wenn wir die Lügen glauben, die er uns einzureden versucht, werden wir die emotionalen Konsequenzen spüren und motiviert sein, nach einem Weg zu suchen, den Schmerz zu lindern. Er ist für unseren emotionalen Schmerz nicht verantwortlich, lässt ihn sich aber nur zu gern zuschreiben!

Manchmal haben Sie vielleicht den Eindruck, dass es Sie ermüdet, Ihren Schild des Glaubens hochzuhalten, aber das stimmt einfach nicht. Den Schild des Glaubens zu tragen ist nicht anstrengend! Es kann aber sein, dass Sie immer mehr ermüden, weil Sie spüren, wie die Folgen Ihres unreinen Glaubens aufgedeckt werden. Jedes Mal, wenn ein Pfeil Ihren Schutzschild an einer der „Schwachstellen“ durchdringt, sind Sie mit einem zermürenden emotionalen Schmerz konfrontiert. Doch das liegt, wie gesagt, nicht an den Pfeilen oder am Gewicht Ihres Schutzschildes, und der Schmerz selbst ist eine gute Sache. Die belastenden Emotionen, mit denen Sie sich zwangsläufig auseinandersetzen müssen, sollen Sie motivieren, auf Gott zu schauen. Sie zeigen Ihnen, dass Sie Seine Perspektive brauchen.

Vielleicht erhebt jemand Einwände dagegen und sagt: „Ich habe meine eigenen Erfahrungen gemacht! Ich wurde durch die bedrückende Gegenwart dämonischer Geister gequält. Ich fühlte mich bedrängt und angegriffen. Doch als meine christlichen Freunde für mich beteten und die Dämonen austrieben, ging es mir viel besser. Die Angst verschwand und meine Unruhe ließ nach. Ich war befreit!“ Dieser Erfahrungsbericht ist verständlich und nachvollziehbar, aber er widerlegt nichts von dem, was wir sagen. Wir stimmen zu, dass man sich besser fühlt, wenn Satan uns einfach in Ruhe lässt. Wenn der „Trigger“ uns nicht triggert, dann fühlen wir uns auch nicht getriggert. Doch solange noch Lügen vorhanden sind, die getriggert werden können, und irgendjemand sie triggert, werden wir *wahrscheinlich* von Zeit zu Zeit ein gewisses Maß an emotionalem Schmerz spüren. Wir können den Teufel vertreiben, aber es ist nur eine Frage der Zeit, wann er zurückkommen wird, um uns zu triggern. Gott wird darauf achten, dass er es tut! (Und wenn der Teufel nicht da ist, um uns zu triggern, wird Gott einen Ehepartner, Kollegen, anmaßenden Chef, anstrengende Kinder oder den bellenden Hund des Nachbarn finden, der uns triggert.)

Betrachten Sie das folgende fiktive Beispiel. Wenn meine Frau durch ständiges Nörgeln immer wieder meinen lügenbasierten Schmerz triggern würde, würde ich mich wahrscheinlich nach einer Scheidung besser fühlen. Weil sie aus meinem Alltag verschwunden wäre, würden sich die Dinge scheinbar beruhigen. Die „Vertreibung“ meiner Frau hätte aber keinen Einfluss auf das, was ich glaube, und die Unreinheiten meines Glaubens wären immer noch vorhanden. Deshalb wäre es nur eine Frage der Zeit, bis eine andere Person oder Situation die Lügen aufdeckt, die ich immer noch glaube.

Auch die „Austreibung“ eines Dämons kann scheinbar eine gewisse Erleichterung bringen, die aber nur auf der Beseitigung eines Triggers beruht. Wenn Sie Satan vertreiben, kann er für eine Weile keine feurigen Pfeile mehr auf Sie schießen, aber die Zielpunkte bleiben bestehen. Über kurz oder lang wird er zurückkommen und erneut dazu benutzt werden, die Unreinheiten Ihres Glaubens aufzudecken. Vielleicht fühlen Sie sich vorübergehend „besser“, nachdem die bösen Geister vertrieben wurden, aber das beruht nicht auf irgendeiner „Heilung“, „Befreiung“ oder „Freiheit“. Ihr lügenbasierter Schmerz wird nur weniger getriggert. Echte und bleibende Freiheit ist nicht in der Vertreibung des Teufels zu finden; sie ist das Ergebnis, wenn wir vom Heiligen Geist Wahrheit empfangen (Johannes 8,32).

Satan liefert kurzsichtige Lösungen

Satan hasst jeden von uns und möchte möglichst viele Menschen dazu verleiten, sich selbst zu zerstören. Nachdem er also Ihren unreinen Glauben durch seine feurigen Pfeile aufgedeckt hat, sodass Sie mit Ihren wahrgenommenen Problemen konfrontiert sind und emotionalen Schmerz spüren, ändert er seine Taktik. Er weiß, dass Sie in diesem erhöhten emotionalen Zustand eher dazu neigen, seine sündigen Lösungen für Ihre Probleme auszuprobieren. Seine Strategie besteht in zwei simplen Schritten: Zuerst deckt er ein wahrgenommenes „Problem“ auf und dann bietet er „Lösungen“ dafür an, wie er es im Garten Eden bei Eva tat (1 Mose 3).

Der Teufel will, dass wir in der schmerzhaften Täuschung bleiben; deshalb bietet er uns Ablenkungen an, legt uns schädliche Verhaltensweisen nahe und schlägt uns sündige Lösungen vor. Nachdem der Feind zum Beispiel eine lügenbasierte Überzeugung wie „Ich bin allein“ oder „Ich bin ein Versager“ getriggert hat, schlägt er etwas Schädliches oder Sündiges vor, durch das wir uns besser fühlen können. Er ermutigt uns zum Beispiel, uns durch Unterhaltung oder Essen abzulenken, schlägt uns vor, anderen die Schuld für unsere Gefühle zuzuschreiben, oder argumentiert sogar, dass unsere einzige Hoffnung darin besteht, unserem Leben ein Ende zu setzen. *(Das alles sollte Ihnen aus unserer Erörterung der LÖSUNGSBOX sehr bekannt vorkommen.)*

In solchen Momenten erfüllt Satan im Wesentlichen dieselbe Aufgabe wie durch seine feurigen Pfeile; er deckt auf, dass Sie Gottes Perspektive brauchen. Denn wenn Sie die Wahrheit über seine sündigen Lösungen wirklich erkannt hätten, würden Sie sie gar nicht verlockend finden. Denn jede dieser sündigen Verhaltensweisen, „wenn sie vollendet ist, gebiert den Tod“ (Jakobus 1,15). Doch da Sie verleitet wurden zu glauben, dass sie hilfreich sein könnten, fühlen Sie sich gezwungen, sie anzuwenden. Auch hier nutzt Satan wieder das aus, was schon vorhanden ist. Er kann Sie nicht zur Sünde zwingen, aber er setzt alles daran, die Vorstellung so verlockend wie möglich klingen zu lassen.

Der Teufel will nicht, dass Sie sein Vorgehen bemerken, und hofft, dass Sie seine Vorschläge für Ihre eigenen Gedanken halten. Statt direkt zu sagen: „Hallo, ich bin es, dein Feind. Ich denke wirklich, du solltest deinen Schmerz zu lindern versuchen, indem du eine sündige Lösung anwendest“, verschleiern er sein böswilliges Lockmittel, indem er es in der ersten Person formuliert. Wenn Ihnen also plötzlich der Gedanke kommt: „Ich könnte wirklich einen Snack vertragen“, obwohl Sie wissen, dass Sie gar nicht hungrig sind, dann stammt dieser Gedanke vielleicht nicht von Ihnen!

Manche tun sich vielleicht mit der Vorstellung schwer, dass sie unwissentlich den Rat des Teufels annehmen und seinen Vorschlägen folgen, aber das ist eine alltägliche Realität, mit der jeder Glaubende von Tag zu Tag konfrontiert ist. Achten Sie einmal auf die Gedanken, die sich sofort einstellen, wenn Sie das nächste Mal irgendwelche negativen Emotionen spüren. Beachten Sie, wie sich plötzlich der Wunsch einstellt, etwas zu essen, ein Nickerchen zu machen, sich zu unterhalten, über jemanden zu lästern, Ihrem Zorn Luft zu machen oder irgendeine andere Ablenkung zu finden. Diese Gedanken sind vielleicht nicht Ihre

eigenen, und die schmerzlindernden Lösungen wurden vielleicht genau auf Sie zugeschnitten.

Wenn Sie das nächste Mal merken, dass Sie shoppen gehen, obwohl Sie nichts zu kaufen brauchen, sich TV-Serien zum wiederholten Mal reinziehen, in den sozialen Medien die aktuelle Zahl Ihrer „Likes“ überprüfen, Ihre Möbel zum fünfzehnten Mal umräumen oder eine E-Mail schreiben, die Sie besser nicht abschicken sollten, dann machen Sie sich bewusst, dass Sie vielleicht gerade in eine Falle des Teufels getappt sind. Solche Verhaltensweisen scheinen zuerst harmlos oder unwichtig zu sein, aber wenn sie dazu dienen, emotionales Unbehagen zu lindern, ist der Feind mit Ihren Entscheidungen sehr zufrieden!

Satan bietet sogar während einer TPM-Gebetssitzung seine „Dienste“ an, indem er Ihnen eine Ablenkung oder einen Ausweg anbietet, um schmerzhaft Emotionen nicht zu spüren oder gewisse Erinnerungen nicht auftauchen zu lassen. Wenn der Gedanke, sich an etwas zu erinnern, zum Beispiel ein negatives Gefühl auslöst und Sie einen Widerstand oder ein Zögern spüren, weiterzugehen, kann es sein, dass der Teufel Ihnen gerade eine Lösung anbietet. Er kann Ihnen suggerieren, dass eine unüberwindbare Mauer zwischen Ihnen und Ihrer Erinnerung steht, die Sie daran hindert, weiterzugehen. Statt das Schwert zu ziehen und den Feind zu konfrontieren, halten Sie kurz inne und machen Sie sich klar, dass der vermeintliche Fluchtweg kurzsichtig ist. Statt den Köder zu schlucken, widerstehen Sie dem Feind und übernehmen Sie die Verantwortung für das, was gerade aufgedeckt wurde: Ihre lügenbasierte Überzeugung. Denken Sie daran: Wenn Sie sich gezwungen fühlen, auf Satans Lösungsvorschläge einzugehen, liegt es daran, dass Ihnen Gottes Perspektive fehlt, und nicht an den bestechenden Argumenten des Teufels.

Wir sehen also wieder, dass der Feind nicht das Problem ist, sondern es nur offenlegt. Die Tatsache, dass es Ihnen anziehend und verführerisch erscheint, seine Lösungen auszuprobieren, zeigt, dass Ihnen Gottes Perspektive fehlt. Denn wenn Sie die Wahrheit über die Angebote des Feindes wüssten, würden diese nicht so verlockend erscheinen und Sie würden nicht den Drang verspüren, sie auszuprobieren. Sie erscheinen nur deshalb wünschenswert, weil Sie getäuscht wurden. Sobald der Heilige Geist Sie von der Wahrheit überzeugt, verlieren diese sündigen Lösungen ihre Anziehungskraft.

Wenn Ihnen die Absichten und Strategien des Feindes bewusst sind, können Sie verantwortlich darauf reagieren, indem Sie Gottes Perspektive suchen, statt seinen sündigen Vorschlägen nachzugeben. Schon die Tatsache, dass er Ihnen eine Lösung anbietet, deutet darauf hin, dass Sie eine Lüge glauben. Deshalb ist eine Versuchung des Feindes (zu einem Lösungsverhalten) eigentlich eine Gelegenheit zur Läuterung Ihres Glaubens. Wenn Sie dadurch reagieren, dass Sie demütig zugeben, was Sie glauben, und den Heiligen Geist im Gebet einladen, Sie von der Wahrheit zu überzeugen, dann haben Sie mit Gott kooperiert und die bösen Absichten des Teufels vereitelt.



Satan kann uns zu nichts zwingen; wir handeln

nach dem, was wir glauben

Manche argumentieren vielleicht, dass diejenigen, die Satans Willen ausführen, dies unfreiwillig und unter Zwang tun. Sie meinen offenbar, dass der Teufel und seine trügerischen Geister uns dazu zwingen können, etwas gegen unseren eigenen Willen zu tun. Aber glauben Sie, dass ein Dämon Sie dazu *bringen* kann, zu sündigen, obwohl Sie sich dagegen entscheiden? Glauben Sie mit anderen Worten, dass der Teufel irgendwie für Ihr sündiges Verhalten verantwortlich ist und Sie ein unschuldiges Opfer sind? Werden Sie eines Tages vor Gott stehen und sagen: „Es war nicht meine Schuld; der Teufel hat mich dazu gebracht“? Auch wenn Satan gern die Lorbeeren für unsere Fehlritte hätte, sind ausschließlich wir selbst für unsere Entscheidungen verantwortlich. Und wenn Satan uns nicht dazu zwingen kann, zu sündigen (obwohl er genau das tun würde, wenn er könnte), zu was *kann* er uns dann überhaupt „zwingen“?

Wenn Sie ehrlich zugeben können, dass Sie für Ihre Entscheidungen selbst verantwortlich sind, möchten wir Sie ermutigen, diesen Gedankengang weiterzuverfolgen. Auch wenn Satan nicht erzwingen kann, dass Sie irgendetwas tun, glauben Sie dann andererseits, dass er Sie davon *abhalten* könnte, irgendetwas zu tun? Kann er Sie zum Beispiel daran hindern, zu beten oder Ihren Glauben zu bezeugen oder einen gemeinnützigen Dienst zu leisten? Wenn nicht, woran kann er Sie überhaupt hindern?

Vielleicht erhebt jemand Einwände gegen diese Argumentation, indem er den biblischen Bericht über den dämonisierten Mann zitiert, der in Grabhöhlen lebte (Matthäus 8,28-34; Markus 5,1-20; Lukas 8,26-39). Obwohl es zunächst so scheinen mag, als würde dieser Mann von Dämonen beherrscht, führt eine genauere Betrachtung dieses biblischen Berichts zu einer anderen Erklärung. Markus berichtet: „Und als [der Mann] Jesus von Weitem sah, lief er und warf sich vor ihm nieder“ (Markus 5,6). Also, wenn Sie einer dieser Dämonen wären, würden Sie nicht versuchen, den Mann davon abzuhalten, zu Jesus zu laufen? Ganz bestimmt! Doch genau das tat der Mann; er lief zu Jesus, weil er beschloss, zu Jesus zu laufen. Obwohl er von Dämonen besessen war, hatte der Mann die Kontrolle über das, was er tat. Er tat das, wozu er sich entschieden hatte, und die Dämonen konnten ihn nicht daran hindern.

Dasselbe sehen wir auch im Garten Eden. Satan zwang Adam und Eva nicht, von der verbotenen Frucht zu essen, und er zwingt auch uns nicht zu dem, was wir tun. Er täuscht uns, wie er Adam und Eva täuschte. Er flüstert uns Lügen ein, um uns dazu zu bringen, unangemessen zu handeln und seine kurzsichtigen *Lösungen* zu benutzen. Er weiß: Wenn wir etwas Unwahres glauben, dann wird diese lügenbasierte Herzensüberzeugung uns auf zerstörerische, sinnlose und unfruchtbare Wege führen; aber er kann uns nicht *zwingen*, seinen Vorgaben zu folgen. Wenn überhaupt, sind es unsere eigenen lügenbasierten Herzensüberzeugungen, die uns zu dem veranlassen, was wir tun, und uns von dem abhalten, was wir eigentlich tun *wollen*. Satan sät einfach Unwahrheiten und hofft auf eine reiche Ernte.

Betrachten Sie als weiteres Beispiel den Kontext einer TPM-Gebetssitzung. Wenn Sie sich entscheiden, auf Jesus zu schauen, kann Satan Sie daran hindern? Wenn Sie sich entscheiden, mit Ihren Gefühlen in Kontakt zu kommen, kann er verhindern, dass Sie sie spüren? Wenn Sie entscheiden, Erinnerungen auftauchen zu lassen, kann er Sie davon abhalten, sich an vergangene Erfahrungen zu erinnern? Wie sehr Satan es auch zu verhindern sucht: Sie werden tun, wozu Sie sich entschieden haben.

Wenn es – wie bereits erörtert – jemals so *scheint*, als „könnten“ Sie „nicht fühlen“, „sich nicht erinnern“ oder „nicht hören“, dann liegt es an Ihrer eigenen Entscheidung, diese Dinge nicht zu tun. Vielleicht haben Sie den aufrichtigen *Wunsch*, den nächsten Schritt zu tun, aber die Tatsache, dass Sie ihn nicht tun, zeigt,

wozu Sie sich *entschieden* haben. Und genauso können wir uns fragen, welche Schlussfolgerung zu ziehen ist, wenn eine Person scheinbar „unfähig“ ist, einen Dämon zu stoppen, der sich durch ihren Körper manifestiert. Entweder weiß sie es nicht besser und kennt die Wahrheit nicht, oder sie wurde zu der falschen Annahme verleitet, dass ihr das Zulassen der dämonischen Manifestation irgendwie helfen wird, *ein wahrgenommenes Problem zu lösen*.

Vielleicht fragen Sie sich: „Warum in aller Welt sollte jemandem einem Dämon *erlauben*, sich zu manifestieren?“ Aber das ist nicht anders als die Frage, warum jemand sich selbst ritzt oder Medikamente missbraucht oder den Ehepartner betrügt. Wir tun, was wir tun, weil wir glauben, dass es uns helfen wird, die Probleme zu „lösen“, die uns im Weg zu stehen scheinen. Und wenn es so *scheint*, als könnte ein bestimmtes Verhalten uns helfen, werden wir den Drang verspüren, trotz der Konsequenzen so zu handeln.

Es ist natürlich eine schreckliche Vorstellung, einem Dämon zu erlauben, sich durch unseren Körper zu manifestieren, aber ist es irgendwie falscher, sündiger oder zerstörerischer, als einem seiner anderen böswilligen Vorschläge zu folgen? Wenn der Teufel Ihnen zum Beispiel in einem Moment der Angst oder Sorge heimtückisch nahelegt, im Internet nach obszönen Inhalten zu suchen, und Sie sich darauf einlassen, geben Sie dann nicht seinen Wünschen nach?

Deshalb sollten wir nicht höher von uns selbst denken als von denen, die dem Teufel nachgeben und ihm erlauben, sich zu manifestieren. Denn sie *möchten* genauso wenig, dass die Dämonen sich manifestieren, wie Sie das sündige Lösungsverhalten *möchten*, das Sie gewählt haben. Wenn man uns fragen würde, ob wir Satans Einflüsterungen folgen *möchten*, würden wir sagen: „Nein! Natürlich nicht!“ Doch was immer wir uns auch ehrlich *wünschen*: Unser Wille zeigt sich in dem, was wir zu tun beschließen.

Wenn Sie sich allein fühlen würden und ehrlich überzeugt wären, dass ein „Dämonenproblem“ Ihnen das Mitgefühl und die Anteilnahme der Anderen einbringen würde, was würden Sie tun? Wenn Sie glauben würden, hilflos und machtlos zu sein und erneut verletzt zu werden, zugleich aber davon ausgehen würden, dass eine dämonische Präsenz Sie gegen missbräuchliche Beziehungen abschirmen würde, was würden Sie vielleicht wählen? Wenn Sie glauben würden, dass es leichter wäre, ein „Opfer“ des Teufels zu sein, als sich den schmerzhaften Erfahrungen Ihrer Vergangenheit zu stellen, würden Sie dann nicht eher den leichteren Weg wählen, statt sich dem Schmerz zu stellen? Gott sei Dank, dass wir andere Entscheidungen treffen werden, sobald wir von der Wahrheit über unsere Autorität in Christus und die Nutzlosigkeit unseres *Lösungsverhaltens* überzeugt wurden, und dass die Manifestationen dann aufhören werden.

Wie Sie in unserer Erörterung über das „Prinzip von Glaube und Entscheidung“ gelesen haben, handeln wir nach dem, was wir glauben. In unserem Handeln kommt unmittelbar zum Ausdruck, was wir für wahr halten. Wenn wir also tun, was Satan von uns will, dann glauben wir entweder, dass wir dies *müssen* (weil es so *scheint*, als hätten wir keine andere Wahl), oder wir glauben, dass wir so handeln *sollten* (weil wir getäuscht wurden). Mit anderen Worten wissen wir es entweder nicht besser, weil wir die Wahrheit nicht kennen, oder wir wurden verleitet zu glauben, dass es einen triftigen Grund gibt, in unserem Leben nach Satans Willen zu handeln. Satan kann Sie nicht von einer Brücke stoßen, aber er könnte Ihnen einreden, dass Sie keine andere Wahl haben, als zu springen.

Achten Sie auch hier auf die eigentliche Quelle des Problems. Ist der Dämon das Problem? Nein, er ist einfach eine Fliege, die um einen Misthaufen schwirrt. Ist die Entscheidung einer Person, die Manifestation des Dämons zuzulassen, das Problem? Nein, diese Entscheidung beruht auf ihrer Überzeugung. Ist ihre

lügenbasierte Überzeugung das Problem? Wieder nein. Dass Menschen eine Lüge glauben, zeigt, dass sie noch nicht von der Wahrheit überzeugt wurden. Ihr wirkliches Problem ist, dass ihnen Gottes Perspektive fehlt. Wenn es also jemals so *scheint*, als würde der Teufel Sie dazu „bringen“ oder davon „abhalten“, etwas zu tun, denken Sie daran, dass er nicht das Problem ist; er weist Sie nur darauf hin.

Ein wesentlicher Punkt, den wir in Erinnerung behalten sollten, ist unsere Neigung, dem Teufel die Schuld für die scheinbar schlechten Dinge zu geben, die in unserer Welt geschehen. Doch selbst die übelsten Verbrechen, die je begangen wurden, sind von menschlichen Fingerabdrücken übersät. Satan spielte zum Beispiel eine Rolle bei der Kreuzigung Jesu, aber es war nicht der Teufel, der Jesus verhaftete, auspeitschte, anspuckte oder ans Kreuz nagelte. Jede dieser Taten wurde von Menschen ausgeführt. Denken Sie an jede bekannte Gräueltat in der Geschichte der Menschheit und überlegen Sie, wie viele davon tatsächlich vom Teufel selbst begangen wurden. Der Teufel möchte Gottes Plan vereiteln, aber er braucht willige Akteure, die seine üblen Absichten umsetzen.

Die Schlange im Garten Eden zwang Adam und Eva nicht, die verbotene Frucht zu essen. Eva musste sie selbst pflücken und sich in den Mund stecken. Adam nahm die Frucht von Eva an und folgte freiwillig ihrem Beispiel. Der Teufel konnte sie nicht dazu zwingen, sondern musste sie durch eine List dazu verleiten, es selbst zu tun. Sünde kam durch menschliche Entscheidungen in die Welt, nicht durch dämonische Mächte (siehe 1 Mose 3). Diese Dynamik gilt auch heute noch! Der Teufel zwingt niemanden zu irgendetwas; doch fehlt es ihm auch nicht an freiwilligen Helfern!



Warum fühlen wir uns durch die Versuchungen des Versuchers versucht?

Angeln ist eine gute Analogie, um zu verstehen, warum wir durch den Teufel in Versuchung kommen. Es gibt keinen Fisch, der sich das Maul durchbohren lassen möchte. Und doch haben wir gelernt, Fische so zu täuschen, dass sie sich nach unserem Willen selbst verletzen. Doch was macht unsere Köder so verlockend? Ein Gummiwurm an einem Metallhaken hat nichts Verlockendes an sich, aber wenn wir dem Fisch vorgaukeln können, dass dieser Wurm seinen Hunger stillen wird, und das hohe Verletzungspotential des scharfen Widerhakens verbergen, wird unsere tödliche Falle verführerisch erscheinen.

Auf diese Weise spielen wir die Rolle des „Versuchers“. Wir werfen unsere Angelruten aus und hoffen, dass die Fische in der Nähe angelockt werden und unsere trügerischen Köder schlucken. Doch wie jeder Angler bestätigen kann, wollen die Fische manchmal einfach nicht anbeißen! Und wenn wir davon ausgehen, dass unsere Beute die Köder gesehen hat, gibt es im Wesentlichen zwei Gründe, warum sie nicht anbeißen: 1) die Fische sind nicht hungrig oder 2) sie wissen es besser. Wenn einer dieser Faktoren im Spiel ist, werden wir keinen Fang machen.

Ähnlich werden wir, wenn wir aufgrund unserer fehlerhaften und begrenzten Perspektive Probleme wahrnehmen, „Hunger“ nach einer Lösung verspüren. Jakobus stellt klar, dass jeder von uns „von seiner eigenen Begierde fortgezogen und gelockt“ wird (Jakobus 1,14). Das Wort, das hier mit „Begierde“ übersetzt wurde, ist das bibelgriechische Wort *epithumia*, das eine starke Leidenschaft bezeichnet, die von einer unterschwelligen Emotion angetrieben wird. Diese emotionale Leidenschaft lässt uns

nach Lösungen für unsere wahrgenommenen Probleme suchen oder zumindest nach einem Weg, die Symptome zu lindern. Der Versucher kann eine „verlockende“ Option anbieten, aber wir werden uns nur dann versucht fühlen, wenn sie unseren aktuellen Überzeugungen und Begierden entspricht.

Aber wir müssen auf diesen „Hunger“ nicht mit sündigen Lösungen reagieren, denn dieser emotionale Drang zeigt einfach, dass uns Gottes Perspektive fehlt. Wir können stattdessen angemessen auf die „Fallen“ reagieren, die uns in den Weg gestellt werden, indem wir auf Gott schauen und zugeben, dass wir Sein Eingreifen brauchen – nicht indem Er uns davon abhält zu sündigen, sondern indem Er uns eine Änderung des Denkens (*metanoia*) gewährt, die „zur Erkenntnis der Wahrheit“ führt (2 Timotheus 2,25-26).

Und dann gibt es noch den zweiten Grund, weshalb wir den Köder des Versuchers schlucken: Wir übersehen die Gefahr. Wenn wir wie ein ahnungsloser Fisch nicht wahrnehmen, welchen Preis wir für die Lösungen Satans zahlen müssen, werden wir keinen Grund sehen, an anderer Stelle nach einer Lösung zu suchen. Der Feind will unsere Aufmerksamkeit direkt auf alle möglichen „Vorteile“ lenken, die wir bekommen, wenn wir unsere Probleme selbst lösen. Das war eine seiner wichtigsten Taktiken, seit er sich im Garten Eden an Eva heranschlich (siehe 1 Mose 3). Er weiß, dass niemand, der seine endgültige Absicht kennt, seiner Führung folgen würde. Jeder Weg, den er uns aufzeigt, führt zum Tod (Jakobus 1,15)!

Wie Fische mit vernarbten Mäulern sind wir von den Konsequenzen unserer sündigen Entscheidungen gezeichnet. Zu unserer eigenen Verwunderung und Trauer haben wir den Köder oft geschluckt. Unser Erlöser hat uns zwar vor der ewigen Bestrafung geschützt, die wir verdienen, aber der hohe Preis und die zeitlichen Konsequenzen unserer unvernünftigen Entscheidungen sind Erfahrungen, die von Enttäuschung und Bedauern geprägt sind. Doch wir hören trotzdem nicht auf, das zu tun, was wir eigentlich hassen (siehe Römer 7,15).

Wie Sie aus unserer Erörterung über das „Prinzip von Überzeugung und Entscheidung“ wissen, greifen wir immer wieder zu schädlichen Verhaltensweisen, weil wir verleitet wurden zu glauben, dass sie uns helfen werden. Die Köder des Versuchers sind nur wegen der Lügen, die wir glauben, verführerisch. Wenn wir den tödlichen Haken sehen würden, der aus dem Köder hervorlugt, würden wir daran vorbeischwimmen und nach einer besseren Alternative suchen. Und genau das ist Gottes Absicht

für uns! Der Heilige Geist möchte uns von der Wahrheit über unser kurzsichtiges, sündiges Verhalten überzeugen, damit wir uns auf der Suche nach einer besseren Lösung an Ihn wenden.

Einige erfahrene Angler wenden vielleicht ein: „Sie haben einen dritten Grund vergessen, warum Fische nicht anbeißen. Vielleicht ist es der falsche Köder!“ Das stimmt zwar (und macht vielen unerfahrenen Anglern zu schaffen), aber beachten Sie, wo die wahre Ursache für das Problem liegt. Der Grund, warum die Wahl eines Köders so wichtig ist, hat mit dem Fisch zu tun, nicht mit dem Köder. Jeder Fisch wird von seinen eigenen Begierden angelockt (siehe Jakobus 1,14). Wenn Sie einen Köder benutzen, der das nachahmt, was der Fisch schon will, haben Sie die richtige Wahl getroffen. Der Fisch beißt wegen seiner Begierde an, nicht wegen des Köders. Das ist der Grund, warum ein bestimmter Köder bei einer Spezies gut funktioniert, bei einer anderen aber nutzlos ist.

Das veranschaulicht, warum Menschen bestimmte Sünden als verlockend empfinden, während andere für sie keine Versuchung darstellen. Diejenige kurzsichtige Lösung, die unsere vermeintlichen Bedürfnisse am ehesten zu stillen verspricht, wird uns immer am verlockendsten erscheinen. Der

Grund, weshalb wir ein bestimmtes sündiges Verhalten verlockend finden, ist das, was wir darüber glauben. Wir werden nicht von der Sünde selbst „angezogen und verlockt“. Wir fühlen uns zur Sünde „versucht“, weil uns Gottes Perspektive fehlt. Wenn wir unsere Situation und die vorhandenen Optionen aus Gottes Perspektive betrachten würden, würden wir nicht in die Versuchung kommen, uns auf Satans kurzfristige Lösungen einzulassen.

Wenn wir zur Sünde versucht werden, sind unsere Überzeugungen das Problem, nicht der Teufel. Das greift Paulus auf, indem er zwei rhetorische Fragen stellt: „Sollen wir an der Sünde festhalten, damit die Gnade umso mächtiger werde? (...) Wie können wir, die wir für die Sünde tot sind, noch in ihr leben?“ (Römer 6,1-2; EU) und dann sofort auf das eigentliche Problem hinweist: „Wisst ihr denn nicht, dass wir, die wir auf Christus Jesus getauft [in ihn eingetaucht] wurden, auf seinen Tod getauft worden sind?“ (Römer 6,3; EU; unsere Hervorhebung). Paulus sieht offensichtlich den wirklichen Grund, weshalb ein Glaubender zur Sünde versucht wird: Ihm fehlt Gottes Perspektive!

Wenn der Versucher uns also zur Sünde versucht, deckt er damit auf, dass uns Gottes Perspektive fehlt. Und auch wenn diese Konfrontation nicht angenehm, sondern schmerzhaft ist, „bringt sie denen, die an ihr gewachsen sind, die Frucht des Friedens und der Gerechtigkeit“ (Hebräer 12,11; ZB). Statt unsere Energie dazu einzusetzen, „nicht zu sündigen“, sollte unser Ziel sein, an solchen Erfahrungen zu wachsen. Denn aus jeder Konfrontation mit der Versuchung können wir etwas lernen: dass uns Gottes Perspektive fehlt.

So wie unser emotionaler Schmerz darauf hinweist, dass uns Gottes Wahrheit fehlt, so zeigt die Anziehungskraft, die ein sündiges Verhalten auf uns hat, dass wir die Wahrheit noch nicht völlig glauben. Statt gegen die Versuchung zur Sünde anzukämpfen, sollten wir das Problem der zugrunde liegenden Überzeugung angehen, die durch die Versuchung aufgedeckt wurde. Wenn wir lernen können, verantwortungsbewusst auf die Versuchungen Satans zu reagieren, können selbst seine bösen Absichten benutzt werden, um Gutes in uns zu bewirken (1 Mose 50,20; Römer 8,28).

Am schwierigsten zu fangen sind Fische, die nicht hungrig sind. Sie lassen Futter an sich vorbeiziehen wie einen flüchtigen Gedanken. Doch selbst wenn Fische nach etwas Essbarem suchen, werden diejenigen, die die Gefahr eines Angelhakens kennen, seltener anbeißen als Fische, die seinen wahren Zweck nicht kennen. Ähnlich ist es bei uns: Wenn wir die Wahrheit über die kurzfristigen Lösungen Satans wissen, werden wir nicht in die Versuchung geraten, sie auszuprobieren. Und sobald wir von der Wahrheit darüber überzeugt sind, wer Gott ist und wer wir in Ihm sind, werden wir nicht mehr nach „Futter“ suchen, weil unser „Hunger“ gestillt ist (siehe Matthäus 5,6). (Wir empfehlen Ihnen, noch einmal die Abschnitte über das „Prinzip von Überzeugung und Entscheidung“, über das Konzept der „Lösungen“ und den letzten Teil von Kapitel 4 zu lesen, die mehr zu diesem Thema sagen.)

Ein hungriger Löwe

Petrus zeigt, wie der Teufel vorgeht und wie wir auf diese Anschläge reagieren sollen, indem er schreibt:

Seid nüchtern, wacht! Euer Widersacher, der Teufel, geht umher wie ein brüllender Löwe und sucht, wen er verschlingen kann. Dem widersteht standhaft durch den Glauben, da ihr wisst, dass dieselben Leiden sich an eurer Bruderschaft in der Welt vollziehen! Der Gott aller Gnade aber, der euch berufen hat zu seiner ewigen Herrlichkeit in Christus, er selbst wird (euch),

die ihr eine kurze Zeit gelitten habt, vollkommen machen, stärken, kräftigen, gründen (1 Petrus 5,8-11).

Hungrige Löwen streifen umher und suchen nach leichter Beute. Sie haben es auf die schwachen, erschöpften und verletzten Mitglieder einer Herde abgesehen und greifen diese leicht verwundbaren Tiere an. Genauso versucht Satan, die Schwachstellen in unserem „Schild des Glaubens“ zu treffen. Er sucht nach verletzlichen Punkten und versucht uns zu „verschlingen“, indem er uns kurzsichtige, sündige Lösungen für unsere wahrgenommenen Probleme und unseren emotionalen Schmerz anbietet.

Petrus ermutigte uns, „nüchtern“ zu sein und zu „wachen“, aber das tat er nicht, weil der Feind uns angreifen, unterdrücken oder verletzen könnte. Ihm ging es darum, dass uns die tückischen Pläne und Tricks des Teufels bewusst sind. Satan will uns täuschen, unseren emotionalen Schmerz triggern und uns sündige Lösungen für unsere wahrgenommenen Probleme anbieten. Das sind Satans Taktiken. Doch da wir „seine Fallen und Tricks nur zu gut [kennen]“ (2 Korinther 2,11; NLB), werden wir nicht so leicht in eine seiner Fallen tappen, sondern stattdessen die Läuterung unseres Glaubens erfahren, die Gott bewirkt, während er den Feind nur als Mittel benutzt.

Petrus richtete diese Ermahnung an eine Gemeinde, die schweres Leid und ungerechte Verfolgung durchmachte. Wie die verstreuten Mitglieder dieser Gemeinde im ersten Jahrhundert spüren auch wir emotionalen Schmerz, wenn aufgedeckt wird, dass uns Gottes Perspektive fehlt. Im Kontext solcher emotionalen Erschütterungen zielt der „brüllende Löwe“ auf diejenigen, die ihrem Schmerz entfliehen möchten, und bietet ihnen lügenbasierte Lösungen an.

Petrus ermutigte seine Leser, nüchtern und wachsam die Tatsache im Blick zu behalten, dass sie einen Feind haben, der sie „verschlingen“ will. Er wusste, dass wir erkennen müssen, was Satan tut, damit wir ihm wirksam Widerstand leisten können.

Satan ist ein Opportunist, der auf der Suche nach leichter Beute „umhergeht“. Er sucht nach denen, die entweder die Wahrheit nicht kennen oder schon getäuscht wurden. Er durchstreift die Erde auf der Suche nach Menschen, die emotional leiden und ihrem Schmerz entfliehen wollen. Wenn wir nicht bereits „getriggert“ sind, sucht er nach einer Schwachstelle, die er ausnutzen kann, und zwar nicht nach einer Schwachstelle in uns, sondern nach einer Schwachstelle in dem, was wir für wahr halten.

Er schießt seine feurigen Pfeile auf uns und hofft, einen lügenbasierten Punkt zu treffen, an dem wir verletzlich sind. Wenn wir Schmerz spüren, wird er uns eine arglistige Lösung vorschlagen. Er will uns dazu verführen, unser Problem zu „lösen“, indem wir Essen, Sex, Rauschmittel, leichte Unterhaltung oder religiöse Leistungen benutzen oder indem wir unseren Schmerz ausleben und andere verletzen.

So wie Löwen die Fähigkeit beherrschen, schwache und verwundbare Tiere auszusondern, ist Satan sehr geschickt darin, die Unreinheiten unseres Glaubens ausfindig zu machen. Aber das ist gar nicht schlecht! Er tut es nach Gottes Absicht. Auch wenn uns seine Angriffsversuche nicht gefallen, muss aufgedeckt werden, wo uns Gottes Perspektive fehlt, weil wir uns erst dann darum kümmern werden, wenn dieser Mangel deutlich geworden ist. Wenn die Lügen, die wir glauben, durch einen feurigen Pfeil des Feindes getroffen werden und wir ihre emotionalen Auswirkungen spüren, sind wir motiviert, etwas dagegen zu unternehmen. Wir müssen verstehen lernen, dass Gott den Teufel als „Aufdecker“ benutzt, um uns Gelegenheiten zu geben, eine himmlische Perspektive zu gewinnen.

Es gibt keinen Grund, diesen „brüllenden Löwen“ zu fürchten. Er wird an einer kurzen Leine gehalten, die der Eine fest im Griff hat, der größer ist als er (1 Johannes 4,4). Der Feind versucht tatsächlich, die Unreinheiten unseres Glaubens aufzudecken und auszunutzen, doch wenn wir seine bösen Absichten kennen und wissen, welche Rolle er in Gottes Prozess der Läuterung unseres Glaubens spielt, können wir lernen, richtig zu reagieren, indem wir ihm widerstehen und uns demütig unter die starke Hand Gottes beugen, was in uns „die Frucht des Friedens und der Gerechtigkeit“ wachsen lassen wird (Jakobus 4,7; 1 Petrus 5,6; Hebräer 12,5-13; ZB).



Dämonen sind nur aufgrund einer Täuschung präsent

Jemand könnte das, was wir gesagt haben, missverstehen und annehmen, dass wir die Mentees verantwortlich machen, wenn es in einer TPM-Gebetssitzung zu dämonischen Manifestationen kommt, oder dass traumatisierte kleine Kinder, die Satans Lösungen oder dämonische Manifestationen annehmen, dafür verantwortlich wären. Wir sind uns völlig darüber im Klaren, dass eine Dämonisierung ursprünglich in der Kindheit geschehen sein kann, als die Person sehr verwundbar war und Menschen vertraute, die vielleicht nicht vertrauenswürdig waren. Kinder lassen sich leicht beeinflussen und manipulieren, sodass böswillige Täter sie verleiten können, Lügen zu glauben und andere Optionen zu übersehen. Doch die eigentliche Ursache für das Auftreten der Dämonen bleibt dieselbe: Das Kind wurde getäuscht! Die Dämonen sind nicht wegen einer traumatischen oder schmerzhaften Erfahrung der Vergangenheit präsent; sie lauern, weil die Person Lügen glaubt. Und solange die Täuschung bestehen bleibt, werden auch die Dämonen bleiben.

Es ist also irrelevant zu wissen, wie ein Dämon in das Leben eines Menschen eindringen konnte. Wichtig ist, festzustellen, warum er immer noch vorhanden ist. Wenn wir das Einfallstor für das Problem halten, erscheinen Praktiken nötig wie: sich von Schwüren loszusagen, Bindungen oder Flüche zu brechen, sich von den Sünden unserer Vorfahren loszusagen oder Festungen zu zerstören. Auch wenn solche Praktiken oft angewendet werden, gehen sie davon aus, dass der Teufel das Problem und die Person das Opfer ist. Dieser fehlgeleitete Ansatz hat keine biblische Grundlage und erschwert den TPM-Prozess.



Teil VI

Wir können entweder kämpfen oder widerstehen, aber nicht beides

In allen biblischen Schriften, die sich auf die Zeit nach der Auferstehung beziehen, werden uns einfache

und klare Anweisungen gegeben, wie wir auf den Teufel reagieren sollen. Wir sollen „nüchtern“ und „wachsam“ sein, „seine Absichten kennen“ und ihm „widerstehen“ (siehe Jakobus 4,7; Epheser 6,13; 2 Korinther 2,11; 1 Petrus 5,8). Wir sollen verstehen, welche bösen Absichten der Feind verfolgt und welche liebevollen Absichten Gott für uns hat, wenn er ihn benutzt; aber wir werden nicht aufgefordert, gegen Satan zu kämpfen.

Betrachten wir als Beispiel den Brief, den Paulus an die Gemeinde der Epheser schrieb, um ihr falsches Verhalten zu korrigieren. Er erklärte: „Denn wir kämpfen nicht gegen Menschen aus Fleisch und Blut, sondern gegen die bösen Mächte und Gewalten der unsichtbaren Welt, gegen jene Mächte der Finsternis, die diese Welt beherrschen, und gegen die bösen Geister in der Himmelswelt“ (Epheser 6,12; NLB). Jemand wendet vielleicht ein: „Sehen Sie! Paulus sagt, dass wir gegen böse Geister kämpfen!“ Beachten Sie aber, dass Paulus zwar sagte, dass die Angesprochenen kämpften, dass er sie aber nicht aufforderte, dies auch weiterhin zu tun. Er lenkte die Aufmerksamkeit auf das, was sie taten, weil es ihm um eine Korrektur ihrer fehlerhaften Perspektive und ihres fruchtlosen Verhaltens ging.

Paulus scheint hier so etwas zu sagen wie: „Hallo, ihr Epheser! Ihr wurdet getäuscht! Ihr seid in eine Falle Satans getappt. Er hat euch eingeredet, dass ihr gegeneinander (gegen Fleisch und Blut) im Konflikt steht, während ihr in Wirklichkeit gegen die Mächte der Finsternis kämpft. Lasst das sein!“ Beachten Sie, dass Paulus in Vers 12 ein griechisches Wort benutzt, das eine Art Ringkampf beschreibt (der damals in den meisten Fällen, wenn nicht sogar immer, unbekleidet ausgetragen wurde). Aus seiner Perspektive hätten die Epheser genauso gut nackt sein können! Er machte sie auf ihren entblößten und verletzbaren mentalen Zustand aufmerksam.

Die Epheser mussten noch lernen, was die Galater schon wussten: dass sie „Christus angezogen“ hatten (Galater 3,27). Paulus ermutigte sie, mit dem Kämpfen aufzuhören, die ganze Waffenrüstung Gottes anzulegen und festen Stand zu behalten (Epheser 6,13). Wieder stellte er klar, wozu die Waffenrüstung Gottes diene. Sie mussten sie nicht anlegen, um besser für den Kampf gerüstet zu sein, sondern damit sie stehen bleiben konnten. Warum sollten sie ihre Waffen nicht benutzen, um gegen den Feind zu kämpfen? Weil der Krieg vorbei war! Sie brauchten nur in dem vollendeten Werk Christi zu stehen!

Wie die Epheser kämpfen auch wir vielleicht gegen die Mächte der Finsternis (siehe Epheser 6,12), aber wenn wir das tun, liegt es daran, dass uns Gottes Perspektive fehlt. Entweder sind wir nicht überzeugt, dass wir in Christus den Sieg haben, oder wir haben uns einreden lassen, dass wir diesen besiegten Feind bekämpfen müssen. Satan versucht natürlich nicht, dieses Missverständnis auszuräumen; ihm ist die Einladung zum Kampf nur recht! Er weiß, dass wir nicht in dem Sieg stehen können, den wir in Christus haben, wenn wir durch unsere Kämpfe gegen ihn abgelenkt sind, und zweifellos lässt er die Zeit vor Golgatha nur zu gern wieder aufleben.

Wie schon gesagt, können Sieg und Kampf nicht gleichzeitig bestehen. Wir haben entweder das Eine oder das Andere, aber nicht beide zugleich. Satan ist seine völlige Niederlage bewusst, aber er hofft, dass wir uns nicht darüber im Klaren sind. Und er setzt alles daran, uns weiszumachen, dass der Kampf nicht vorüber ist. Wenn wir es für nötig halten, zu kämpfen, steht es uns frei, das zu tun. Wir können den Feind herausfordern, und er ist nur zu gern bereit, sich darauf einzulassen; doch unser Kampfgeschrei offenbart nur, dass wir nicht auf das vollendete Werk Jesu Christi vertrauen.

Nach Paulus sollen wir, „wenn [wir] alles ausgerichtet [haben], stehen bleiben“ (Epheser 6,13).

Ringkämpfer beginnen ihren Wettkampf vielleicht in einer stehenden Position, doch um zu ringen, müssen sie zu Boden gehen und so lange ringen, bis einer von beiden seinen Gegner fest auf die Matte gepresst hat. Paulus fordert uns nicht auf, so gegen den Feind vorzugehen, obwohl viele von uns vielleicht genau das tun. Er ermutigt uns, vom Boden aufzustehen, unsere Kleider anzulegen und in dem vollendeten Werk Christi zu stehen. Dabei benutzt er bewusst zwei gegensätzliche Analogien: die eines Ringers, der sich nackt auf dem Boden wälzt, und die eines siegreichen Soldaten, der in voller Waffenrüstung aufrecht steht.

Wenn wir einen Moment innehalten und ehrlich beurteilen, was wir tun, werden die logischen Widersprüche sichtbar. Wie kann es sein, dass wir in der einen Hand eine Siegesfahne schwingen, während wir mit der anderen Hand das Schwert führen, um Satan zu bedrohen? Wie können wir behaupten, den Sieg zu haben, und doch weiter gegen einen besiegten Feind kämpfen? Das ist eine unentschuldbare Diskrepanz. Krieg und Sieg können nicht nebeneinander bestehen! Nein, sie stehen nicht nebeneinander! Der Kampf ist vorüber! Uns bleibt nichts zu tun, als in unserem Glauben festzustehen und Gott zu danken, „der uns den Sieg gibt durch unseren Herrn Jesus Christus!“ (1 Korinther 16,13; 15,57). Wenn wir Gottes Autorität, Sieg und Wirken richtig wahrnehmen, werden wir mutig, zuversichtlich und unerschrocken sein; nicht indem wir den Teufel bekämpfen, sondern indem wir in dem vollendeten Werk Christi stehen!



Falsche Anwendung der Bibel, um geistlichen Kampf zu rechtfertigen

Wir werden angewiesen, „dem Teufel zu widerstehen“, indem wir „standhaft im Glauben“ sind (siehe 1 Petrus 5,9), aber viele haben verschiedene andere Bibelabschnitte falsch ausgelegt, um ihre Kampfstrategie zu rechtfertigen. Ich denke deswegen nicht schlecht über sie, weil ich diese falsche Vorgehensweise aus Unkenntnis jahrelang selbst praktiziert habe (*und ich hoffe, anderen helfen zu können, nicht denselben Fehler zu machen*). Zahlreiche Bibelverse wurden häufig in dieser Weise falsch ausgelegt. Paulus schreibt zum Beispiel in einem seiner Briefe an die Gemeinde in Korinth Folgendes:

„Denn die Waffen unseres Kampfes sind nicht fleischlich, sondern mächtig durch Gott zur Zerstörung von Festungen, sodass wir Vernunftschlüsse zerstören und jede Höhe, die sich gegen die Erkenntnis Gottes erhebt, und jeden Gedanken gefangen nehmen zum Gehorsam gegen Christus, und auch bereit sind, jeden Ungehorsam zu bestrafen, sobald euer Gehorsam vollständig geworden ist“ (2 Korinther 10,4-6; SLT).

So sehr einige von uns diese Verse heranziehen möchten, um unseren militärischen Feldzug gegen den Teufel zu begründen, wäre das eine gravierende Fehlinterpretation der Bibel. Dieser Abschnitt hat mit Satan und unseren Versuchen, ihn zu bekämpfen, überhaupt nichts zu tun. Ohne zu sehr ins Detail zu gehen, verteidigt Paulus sich aktiv gegen diejenigen, die Lügen verbreiten und sein Apostelamt in Frage stellen. Er droht, die Festungen trügerischer Argumentationen und arroganter Ignoranz zu zerstören, die in der Gemeinde der Korinther errichtet wurden. Er richtet sich gegen die Falschinformation, die von denen verbreitet wird, die sich seiner geistlichen Autorität widersetzen, droht aber nicht, irgendwelche Dämonen oder „geistliche Festungen“ zu zerschlagen.

Vielleicht erwidern Sie nun scharfsinnig: „Aber Satan wirkte hinter den Kulissen und täuschte diejenigen, die Paulus falsch beschuldigten, und stachelte sie an, Lügen über sein Apostelamt zu

verbreiten.“ Völlig richtig! Tatsächlich sagt Paulus genau das im folgenden Kapitel: „Denn diese Leute sind Lügenapostel, unehrliche Arbeiter; sie tarnen sich freilich als Apostel Christi. Kein Wunder, denn auch der Satan tarnt sich als Engel des Lichts. Es ist also nicht erstaunlich, wenn sich auch seine Diener als Diener der Gerechtigkeit tarnen. Ihr Ende wird ihren Taten entsprechen“ (2 Korinther 11,13-15; EU; unsere Hervorhebung).

Paulus erkennt die Beteiligung Satans also offensichtlich an, aber seine „Waffen“ richtet er auf die Werke der unehrlichen „Lügenapostel“, nicht auf Satan selbst. Paulus schließt diesen Teil des Abschnitts mit den Worten: „Und wir werden diejenigen bestrafen, die ungehorsam sind, sobald ihr übrigen zum Gehorsam bereit seid“ (2 Korinther 10,6; NLB). Dieser Vers stellt klar, über wen Paulus spricht. Er kommt nicht, um Dämonen zu strafen, sondern richtet sich gegen abtrünnige Mitglieder.

Ein weiterer Vers, der oft zur Rechtfertigung für unseren Kampf gegen den Teufel missbraucht wird, findet sich in Johannes' Bericht über das Evangelium. Darin sagt Jesus: „Der Dieb kommt nur, um zu stehlen und zu schlachten und zu verderben. Ich bin gekommen, damit sie Leben haben und es in Überfluss haben“ (Johannes 10,10). Wie oft haben Sie gehört, wie dieser Vers auf den Feind bezogen wurde? Jesus sprach in diesem Abschnitt aber nicht über Satan. Wenn Sie den größeren Kontext Seiner Worte lesen, sehen Sie, dass der Herr eindeutig Sich selbst (den „guten Hirten“) mit den religiösen Leitern vergleicht, die trügerische falsche Hirten und Diebe waren. Jesus erklärte durch ein Gleichnis, wer Er war, wozu Er gesandt wurde und welche Beziehung Er zu denen hat, die Er in Seine Herde bringt. Aber Jesus sagte nicht, dass Satan gekommen ist, um zu stehlen, zu schlachten und zu verderben.

Auch andere Abschnitte der Bibel wurden falsch ausgelegt, um das Bestreben zu rechtfertigen, gegen den Teufel zu kämpfen. (Dies wird in einem separaten Buch erörtert werden.) Doch statt diese Verse falsch anzuwenden, müssen wir sie in ihrem richtigen Kontext lesen und auslegen. Wir müssen darauf achten, dem Teufel keine Kräfte und Fähigkeiten zuzuschreiben, die er nicht besitzt. Er ist ein äußerst geschickter Gegner, aber er hat nicht die Autorität, jemals zu stehlen, zu schlachten oder zu verderben, es sei denn, Gott gibt ihm eine direkte und befristete Erlaubnis. In Wirklichkeit braucht der Teufel diese Fähigkeiten gar nicht. Satan braucht nur jemanden zu finden, der für eine Täuschung offen ist, denn wenn wir seine Lügen glauben, werden wir selbst einander bestehlen, töten und verderben! Und in jedem Fall sind wir selbst für Diebstahl, Mord und Vernichtung verantwortlich, nicht Satan.

Ein weiteres wichtiges Prinzip, das wir in Erinnerung behalten sollten, ist die Berücksichtigung der Chronologie und des Kontextes der Abschnitte, die sich tatsächlich auf Satan beziehen. Manche verteidigen ihre Feldzüge gegen den Feind (der vor über zweitausend Jahren besiegt wurde), indem sie zitieren, wie Jesus mit den Dämonen umging, während er als Mensch auf der Erde lebte. Dabei muss aber beachtet werden, dass jede dieser Konfrontationen vor Seiner Kreuzigung und Auferstehung geschah. Wer sich mit dieser Auslegung auf die Zeit vor Golgatha bezieht, lässt außer Acht, was unser Erlöser am Kreuz vollbrachte. Seit diesem Moment haben sich die Dinge dramatisch verändert! Um Satan und seine Rolle in unserem heutigen Leben richtig zu verstehen, müssen wir ihn aus einer Perspektive nach Golgatha betrachten. Alles andere bedeutet, das vollendete Werk Christi und seinen entscheidenden Sieg zu verleugnen.

Im Glauben feststehen

Trotz allem, was wir bisher erörtert haben, werden einige vielleicht immer noch protestieren und sagen: „Mir wurden ein Schwert und ein Schild gegeben, und ich werde sie einsetzen! Dämonen, nehmt euch in Acht!“ Ihren glühenden Eifer, das anzuwenden, was Gott ihnen gegeben hat, würden wir unterstützen; wir

würden sie aber auch liebevoll ermutigen, es so anzuwenden, wie Gott es beabsichtigt hat. Er hat keine Waffen verteilt, die zum Kampf eingesetzt werden sollen; wir wurden dazu ausgerüstet, den Sieg zu demonstrieren, der schon für uns errungen wurde. So wie Er unsere Erlösung erwirkt und uns geschenkt hat, so hat Er auch das Schlachtfeld selbst gesichert und uns eingeladen, in der Rüstung der königlichen Armee neben Ihm zu stehen und an Seinem Sieg teilzuhaben.

Dennoch habe ich wirklich Verständnis, wenn jemand sich mit der Vorstellung schwertut, unser geistliches Schwert nicht zum Kampf einzusetzen. Früher „kämpfte“ ich gegen den Teufel, indem ich gegen ihn gerichtete Bibelzitate als mein „Schwert“ benutzte. Ich begründete diese Vorgehensweise mit dem, was Jesus nach meinem *Verständnis* in der Wüste tat, als er „von dem Geist in die Wüste hinaufgeführt [wurde], um von dem Teufel versucht zu werden“ (Matthäus 4,1). Heute ist mir klar, dass Jesus nicht mit dem Teufel kämpfte, sondern bewies, dass Er tatsächlich „Gottes Sohn“ war, indem er keiner Versuchung des Teufels nachgab. Als Jesus die Versuchungen des Teufels mit Zitaten aus dem Alten Testament beantwortete, kämpfte er damit nicht gegen den Teufel, sondern bestätigte seine Identität als der Sohn Gottes. Beachten Sie, wie Satan seine Versuchungen einleitete: „Wenn du Gottes Sohn bist, dann...“ Jesus wurde genau dazu *von dem Geist* in die Wüste geführt. Er wurde nicht dorthin geführt, um zu kämpfen, sondern um Seine Stellung zu behaupten, und genau das tat Er.

In der Wüste spielte sich kein Kampf ab, und die Bibel sagt tatsächlich: „Als der Teufel aufgehört hatte, Jesus zu versuchen, verließ er ihn für einige Zeit“ (Lukas 4,13). Jesus führte das „Schwert“, aber Er benutzte es nicht zum Kampf. Er benutzte es zur Bestätigung der Wahrheit. Auch unser Schwert dient einer bestimmten Absicht, aber es ist nicht dazu da, den Teufel zu bekämpfen.

Eine gute Praxis für die Interpretation von Bibelabschnitten besteht darin, zu prüfen, ob dieselbe Idee an anderen Stellen der Bibel gelehrt oder dargestellt wird (Bibelgelehrte und Lehrer nennen das „Korrelation“). Auf diese Weise lassen sich Bibeltexte durch die Bibel selbst interpretieren. Was das Wort „Schwert“ betrifft, das Paulus im Epheserbrief als Analogie verwendet, wird es auch vom Verfasser des Hebräerbriefes benutzt, der damit aber offenbar eine andere Absicht verbindet. Er schreibt:

Denn das Wort Gottes ist lebendig und wirksam und schärfer als jedes zweischneidige Schwert und durchdringend bis zur Scheidung von Seele und Geist, sowohl der Gelenke als auch des Markes, und ein Richter der Gedanken und Gesinnungen des Herzens (Hebräer 4,12; unsere Hervorhebung).

In der Neues Leben-Bibel heißt es: „...Es deckt auf, wer wir wirklich sind, und macht unser Herz vor Gott offenbar“ (Hebräer 4,12; NLB).

Erstens gibt es keine Aussage oder Anweisung, dass wir dieses Schwert als Kriegswaffe benutzen sollen, und zum Zweiten wird Satan in diesem Kontext weder erwähnt noch impliziert. Das Wort Gottes wird vielmehr als eine äußerst scharfe Klinge beschrieben, die nicht nur *von* uns, sondern *auf* uns angewendet wird. Wie das Skalpell eines Chirurgen dringt Gottes Wort durch jede Schicht eigener Leistungen, Vermeidungsstrategien und Ausflüchte durch und deckt unsere Motive und innersten Gedanken auf. Es ist keine Kriegswaffe, sondern ein chirurgisches Instrument, das dazu bestimmt ist, die äußeren Schichten unseres geistlichen Brustkorbs zu durchdringen und zu offenbaren, was in unserem Herzen wohnt. Es wird benutzt, um festzustellen, ob unser Glaube (unsere Herzensüberzeugungen) mit Gottes Perspektive übereinstimmt.

Sicher wird irgendjemand auf die Schwert-Analogie in Epheser 6 hinweisen. In diesem Abschnitt ist von

den „Mächten der Finsternis, die diese Welt beherrschen“ die Rede; an keiner Stelle sagt Paulus, dass wir unser Schwert zur Verteidigung gegen diese Mächte einsetzen sollen. In Wirklichkeit hilft das „Schwert des Geistes“ [die Wahrheit, das Wort Gottes] dabei, unseren „Schild des Glaubens“ zu läutern, indem es „die Gedanken und Gesinnungen des Herzens“ prüft und beurteilt, um sicherzustellen, dass wir die nötigen Voraussetzungen haben, um die feurigen Pfeile [Lügen, Täuschungen] des Feindes auszulöschen (Epheser 6,16-17, Hebräer 4,12).

Kehren wir noch einmal zu den Abschnitten über Jesus und Satan in der Wüste zurück. Wir haben gesehen, dass Jesus das Alte Testament nicht zitierte, um den Teufel abzuwehren. Vielmehr befanden sich sowohl Er als auch Satan dort, um eine bestimmte Absicht zu erfüllen. Satan war da, um Jesus zu versuchen, und Jesus war da, um zu beweisen, dass der „Fürst dieser Welt“ keine Macht über ihn hatte (Johannes 14,30). Diese Begegnung kann unmöglich als ein „Kampf“ beschrieben werden. Es war kein Kampf, sondern eine Bewährungsprobe. Und das Ergebnis dieser Bewährungsprobe bewies erneut, dass Jesus der Sohn Gottes war.

Als die Prüfung vollendet war, sagte Jesus: „Weg mit dir, Satan“, und der Versucher verschwand. Es ist interessant, dass der Teufel sich erst zurückzog, als der Herr ihm widerstand und ihn aufforderte, zu verschwinden. Der Teufel wurde nicht durch Bibelzitate verschreckt; er verschwand, als die Sache erledigt war (Matthäus 4,10). Lukas schreibt in seinem Bericht: „Und als der Teufel jede Versuchung vollendet hatte, wich er für eine Zeit von ihm“ (Lukas 4,13). Jesus hatte Seinem Vater gehorcht (Matthäus 4,1), und Satan hatte nichts mehr zu tun.

Satan ging bei Jesus so vor, wie er es bei jedem von uns macht: Er versucht, Unreinheiten in unserem Glauben aufzudecken. Bei Jesus konnte er keine Unreinheiten finden, aber in unserem Glauben gibt es reichlich Schwachstellen! Satan sucht nach Gelegenheiten, Falsches in unseren Herzensüberzeugungen aufzudecken, und bietet uns dann sündige Lösungen für unser Glaubensproblem an. Wenn wir die verborgenen Dinge, die aufgedeckt wurden, zugeben und Gottes Perspektive suchen, kooperieren wir mit Gott, der sogar Satans böswillige Absichten für uns zum Guten wirken lässt (Römer 8,28).

Paulus erklärt, dass wir „gegen die Listen des Teufels bestehen“ können, wenn wir „die ganze Waffenrüstung Gottes anlegen“ (Epheser 6,11). Die gute Nachricht ist, dass Sie das schon getan haben, wenn Sie in Christus sind! Vielleicht sagt jemand: „Aber ich fühle mich schutzlos und verwundbar gegenüber den

Angriffen des Teufels!“ Vielleicht fühlen Sie sich tatsächlich so, weil wir immer das fühlen, was wir glauben. Trotzdem bleibt die Wahrheit die Wahrheit, was immer wir auch glauben (wir empfehlen Ihnen auch hier, noch einmal den Abschnitt über das „Prinzip von Überzeugung und Wahrnehmung“ zu lesen). Gottes Wort erklärt: „Denn ihr alle, die ihr auf Christus getauft worden seid, ihr habt Christus angezogen“ (Galater 3,27; unsere Hervorhebung). Und nicht nur das: Sie haben auch „den alten Menschen abgelegt ... der sich durch die betrügerischen Begierden zugrunde richtet“ und werden „erneuert ... in dem Geist [Ihrer] Gesinnung und [haben] den neuen Menschen angezogen ... der nach Gott geschaffen ist in wahrhafter Gerechtigkeit und Heiligkeit“ (Epheser 4,22-24). Wenn diese Wahrheiten sich nicht wahr anfühlen, dann brauchen Sie Gott, der Ihnen „den Geist der Weisheit und Offenbarung in der Erkenntnis seiner selbst“ gibt, und den Geist der Wahrheit, der „die Augen Ihres Herzens erleuchtet“, damit Sie „die Hoffnung Ihrer Berufung“ erkennen (siehe Epheser 1,17-18).

Diese Tatsachen gelten heute für jeden Glaubenden. Wenn sie sich für uns nicht wahr *anfühlen* oder nicht wahr zu sein *scheinen*, dann sind wir einfach noch nicht überzeugt, dass sie wahr *sind*. Denn was immer wir

tatsächlich glauben, wird sich für uns auch wahr *anfühlen* oder uns wahr *erscheinen*. In gewissem Sinne liegt unser Problem nicht darin, dass wir nicht *fest* in unserem Glauben stehen; vielmehr ist der Glaube, in dem wir stehen, nicht *fest*. Die Unreinheiten unseres schwachen Glaubens führen dazu, dass wir emotionalen Schmerz spüren und dann in einer Weise handeln, die für Heilige nicht angemessen ist (siehe Epheser 5,1-5).

Gott liebt Sie zu sehr, um sich einfach zurückzulehnen und zuzusehen, wie Sie Ihr Leben aus dieser begrenzten und fehlerhaften Perspektive leben. Er möchte, dass Sie die Wahrheit erkennen! Doch bevor Er Sie von Seiner Perspektive überzeugt, lenkt Er Ihre Aufmerksamkeit auf Unreinheiten Ihres Glaubens, damit Sie erkennen, wo Ihnen Seine Perspektive fehlt. Wenn Sie zum Beispiel glauben, schmutzig und schändlich zu sein, möchte Er, dass Sie sich dies eingestehen. Wenn Sie glauben, dass Er nicht *treu* ist, möchte Er, dass Sie es zugeben. Und wenn Sie glauben, dass es Sie schützt, Ihren Schmerz zu unterdrücken, oder dass Sie andere durch Ihren Zorn zur Rechenschaft ziehen können oder dass Sie durch berufliche Leistungen beweisen können, dass Sie wertvoll sind, möchte Gott, dass auch diese Überzeugungen aufgedeckt werden.

Denken Sie auf diesem Hintergrund noch einmal über die feurigen Pfeile des Feindes nach. Auch wenn er in böser Absicht auf Sie zielt, was bewirken seine Pfeile? Decken sie nicht auf, was Gott aufgedeckt haben möchte? Ihr himmlischer Vater möchte, dass Sie ehrlich anerkennen, was Sie *wirklich* glauben, damit Er Sie von dem überzeugen kann, was Sie glauben *sollten*. Doch solange nicht jemand oder etwas aufdeckt, wo uns Gottes Perspektive fehlt, werden wir es wahrscheinlich nicht zugeben.

Auf diese Weise wird Satan dazu benutzt, aufzudecken, was in unserem „Schild des Glaubens“ fehlt. Ein geläuterter, reiner Glaube löscht jeden seiner Pfeile aus. Wenn also ein Pfeil unseren Schild durchdringt, lässt sich folgern, dass der Glaube, der uns schützt, nicht rein ist. Die Unreinheiten in unserem Glauben lassen zu, dass die feurigen Pfeile uns treffen. Auch wenn es schmerzhaft ist, wenn unser geistlicher Schutzschild durchbrochen wird, ist weder der „Bruch“ noch der damit verbundene emotionale Schmerz etwas Schlechtes. Ganz im Gegenteil ist es genau das, was Gott für uns will und was wir uns auch selbst wünschen würden, wenn wir klar sehen könnten. Es sind Gelegenheiten, Gottes Perspektive zu gewinnen.

Wenn wir voll und ganz wissen, wer Gott ist und wer wir in Ihm sind, haben wir durch Seine Gerechtigkeit und Wahrheit einen unbesiegbaren, festen Stand. Bis dahin möchte Gott, dass wir fest in dem Glauben stehen, den wir haben, und uns unter seine mächtige Hand beugen, während Er die unreinen Schwachstellen aufdeckt, die unser Schild des Glaubens noch aufweist. Je mehr diese Unreinheiten aufgedeckt und beseitigt werden, desto reiner wird unser Glaube und desto besser sind wir vor Satans Pfeilen geschützt. Beachten Sie aber, dass diese wachsende Sicherheit durch die Erkenntnis der Wahrheit kommt. Sie kommt nicht dadurch zustande, dass wir den Feind bekämpfen oder vertreiben, sondern unser Schutz ist das Ergebnis eines geläuterten Glaubens.

Wenn wir die Wahrheit in unserem Herzen kennen, wird unser Schild des Glaubens jeden feurigen Pfeil auslöschen, der auf uns abgeschossen wird, und die Echtheit unseres Glaubens bestätigen (Epheser 6,16; 1 Petrus 1,7). Das ist das eigentliche Ziel, das wir in Erinnerung behalten sollten: ein geläuterter Glaube! Es geht nicht darum, den Feind aus der Gleichung zu entfernen. Er ist nur ein Mittel zum Zweck. Gott benutzt Satan, um uns erkennen zu lassen, dass unser Glaube von Ihm geläutert werden muss. Und die Qualität dieser Läuterung zeigt sich dann in einer Rauchwolke ausgelöschter Pfeile.



Dem Teufel widerstehen

Vielleicht fragen sich einige jetzt, warum wir aufgefordert werden, dem Teufel zu widerstehen, wenn gar kein Kampf auszufechten ist. Einfach gesagt geht es darum, dass wir Satan zum Schweigen bringen und er vom Schauplatz verschwindet. Es gibt keinen Grund, ihn weiter reden zu lassen, nachdem er dazu benutzt wurde, unseren Mangel an Gottes Perspektive aufzudecken. Wir sollen das Gespräch auf der Stelle beenden, zugeben, was aufgedeckt wurde, und Gott in Demut bitten, uns von der Wahrheit zu überzeugen, die wir noch nicht haben.

Vor vielen Jahren machte ich den Fehler, Dämonen zu konfrontieren; ich befahl ihnen zu verschwinden, was den vorhersehbaren Aufschrei zur Folge hatte: „Das werden wir nicht!“ Heute weiß ich, dass sie mich in meiner Unwissenheit zum Narren hielten. Die dämonischen Geister wussten natürlich, dass sie fliehen mussten, sobald ich ihnen widerstand, aber meine gebieterischen Worte zeigten, dass ich nicht wirklich erkannt hatte, welche Autorität ich in Christus habe. Meine Vorgehensweise war wie eine Einladung, mit mir zu „kämpfen“ und meinen mangelnden Glauben weiter aufzudecken.

Da ich nichts von alledem ahnte, erwiderte ich ihre Proteste, indem ich zum Beispiel sagte: „Oh doch, das werdet ihr! Ich gebiete euch in dem Namen Jesu“ oder: „Ich stelle mich unter das Blut Christi“; manchmal versuchte ich, ihr Verhalten zu kontrollieren, indem ich sagte: „Ich verbiete euch, zu reden!“ Währenddessen setzten die Dämonen ihr Spielchen fort und taten so, als würden sie mit mir kämpfen. Und da ich es nicht besser wusste, betrachtete ich die vielen Male, in denen ich die Dämonen „erfolgreich“ vertrieben hatte, als Sieg, obwohl überhaupt kein Kampf stattgefunden hatte.

Den Teufel zu vertreiben ist nicht das Ziel, sondern nur ein Schritt in dem Prozess. Sobald wir ihm widerstanden haben, sollten wir nach dem Grund fragen, warum er da war. Man kann die Fliegen verscheuchen, die um einen Misthaufen schwirren, aber wenn der Misthaufen bleibt, werden die lästigen Plagegeister zurückkehren! Und genauso ist es, wenn wir den unreinen Glauben behalten, der den Teufel überhaupt erst anzog; er wird einfach zu einer „günstigeren“ Zeit zurückkehren (siehe Lukas 4,13).

Stellen Sie sich vor, wie anders Evas Tag verlaufen wäre, wenn sie diese einfachen Schritte berücksichtigt hätte! Stattdessen ließ sie sich auf ein Gespräch mit der Schlange ein und fiel auf ihre List herein. Der Teufel hofft, dass auch wir heute Evas Beispiel folgen. Er will, dass wir uns mit ihm beschäftigen (ob im Gespräch oder im Kampf). Denn solange wir durch ihn abgelenkt werden, erlangen wir nicht, was wir wirklich brauchen: die Wahrheit!

Statt uns auf den „Trickser“ zu konzentrieren, müssen wir erkennen, wo er mit seinen „Tricks“ bei uns ansetzen kann; und statt den „Fallensteller“ anzugreifen, müssen wir Gott um Seine Wahrheit und Perspektive bitten, damit wir vor den Fallen des Feindes bewahrt werden. Es kommt entscheidend darauf

an, dass wir verstehen, dass der „Lügner“ nicht unser Problem ist; wir geraten in Schwierigkeiten, weil wir glauben, was er sagt. Wenn wir die Wahrheit wüssten, wären alle seine trügerischen Taktiken vergebens.

Leider halten einige ihre „Bedrängnis“ für ein Ehrenzeichen. Sie glauben, dass sie Satans Aufmerksamkeit auf sich ziehen, weil sie dem Herrn mit so viel geistlicher Stärke oder Effektivität dienen. Sie sagen sich: „Ich muss etwas richtig machen, wenn der Feind es auf mich abgesehen hat“, obwohl sie in Wirklichkeit nicht wegen der guten Dinge angegriffen werden, die sie vielleicht tun; Satan hat sie im Blick, weil sie Lügen glauben. Wenn sie die Tatsache feiern, dass sie durch den Feind „angegriffen“ werden, prahlen sie ungewollt mit ihrer eigenen Täuschung. Wie fragwürdig ihr Stolz ist, wird noch offensichtlicher, wenn man bedenkt, dass die „Unterdrückung“ sofort aufhören würde, sobald die „Unterdrückten“ dem „Unterdrücker“ wirklich widerstehen (siehe Jakobus 4,7) und Gottes Perspektive gewinnen.

Wir ermutigen die „Unterdrückten“, genauer zu betrachten, in welchem Kontext der Feind auftritt. Wenn ein feuriger Pfeil nicht verlöscht, liegt es daran, dass unser Glaube unrein ist. Was immer Satan auch beabsichtigt: Beeinträchtigt werden wir durch seine Täuschung nur, wenn wir schon getäuscht sind. Er nutzt nur aus, was schon vorhanden ist, und er tut es mit Gottes Erlaubnis. Selbst die bösen Absichten und Taktiken des Teufels gehören zu dem Prozess der Läuterung unseres Glaubens, durch den Gott uns immer mehr in das Ebenbild Seines Sohnes verwandelt.

Lesen Sie noch einmal ganz langsam, was Paulus in diesem Abschnitt schreibt:

Wir wissen aber, dass denen, die Gott lieben, alle Dinge zum Guten mitwirken, denen, die nach (seinem) Vorsatz berufen sind. Denn die er vorher erkannt hat, die hat er auch vorherbestimmt, dem Bild seines Sohnes gleichförmig zu sein, damit er der Erstgeborene ist unter vielen Brüdern. Die er aber vorherbestimmt hat, diese hat er auch berufen; und die er berufen hat, diese hat er auch gerechtfertigt; die er aber gerechtfertigt hat, diese hat er auch verherrlicht. Was sollen wir nun hierzu sagen? Wenn Gott für uns ist, wer ist gegen uns? (Römer 8,28-32; unsere Hervorhebung).

Die bösen Absichten derjenigen, die „gegen uns“ sind, sind völlig irrelevant, weil Gott für uns ist! Er wird von „Anfechtung“ über „Verfolgung“ bis hin zu „Hunger“ oder „Schwert“ oder sogar den feurigen Pfeilen des Teufels alles benutzen, um unseren Glauben zu läutern, unser Denken zu erneuern und unser Leben zu verwandeln, wie es dem Ebenbild Seines Sohnes entspricht (siehe Römer 8,35; 8,29). Wenn Satan also gegen Sie ist, dann wird er unfreiwillig für Sie benutzt!

Widerstehen, ohne zu kämpfen

Es ist wichtig, in Erinnerung zu behalten, dass wir dem Teufel nicht „widerstehen“, indem wir Gewalt anwenden. Wir widerstehen ihm, indem wir einfach „nein“ zu seinen Taktiken sagen. Wenn wir „nein“ sagen und es auch so meinen, wird er fliehen. Daher ist es logisch anzunehmen, dass es nur zwei mögliche Erklärungen gibt, wenn er bleibt, nachdem wir ihm unserer Meinung nach widerstanden haben. Entweder haben wir ihm gar nicht widerstanden oder wir haben ihm widerstanden und es nicht ernst gemeint. Beide Erklärungen legen nahe, dass wir einen lügenbasierten Grund haben, ihm nicht zu widerstehen (mehr dazu finden Sie in dem Abschnitt über *Lösungsüberzeugungen*).

Bedenken Sie, dass Satan tausende Jahre Zeit hatte, die Menschheit zu beobachten. Wahrscheinlich weiß er besser, wie wir denken und handeln, als wir selbst; und er erkennt, wann wir meinen, was wir sagen.

Er weiß, wie es aussieht, wenn ein Kind Gottes seine Autorität in Christus ergreift, aber er weiß auch, wann wir über uns selbst zweifeln und noch nicht von dem Sieg überzeugt sind, den wir besitzen. Dieser mangelnde Glaube ist genau die Art von Verwundbarkeit, die der „brüllende Löwe“ aufdecken und ausnutzen will! Und das ist eine der Absichten, die der Schöpfer mit ihm verbindet: dass wir aufmerksam werden und identifizieren, wo uns Gottes Perspektive fehlt.

Wenn der Teufel, getrieben von bösen und grausamen Absichten, seinen Zweck erfüllt hat, liegt die Unreinheit unseres Glaubens offen zutage. Aber er hört damit nicht auf! Nun will er Sie verführen, Ihre wahrgenommenen Probleme selbst zu *lösen*, und bietet Ihnen deshalb Alternativen zu dem an, was Gott uns an die Hand gegeben hat. Ihr himmlischer Vater hat Seinen Geist gesandt, um Sie in die Wahrheit zu führen, die Sie so dringend brauchen (Johannes 16,13), aber Ihr Feind hofft, dass Sie andere Optionen ausprobieren. An diesem Punkt müssen wir dem Teufel und seinen kurzsichtigen Lösungen widerstehen.

Wie gesagt zwang die Schlange Eva die verbotene Frucht nicht auf; Eva entschied sich, die *Lösung* anzuwenden, die der Teufel ihr angeboten hatte. Er belog sie, und sie glaubte ihm. In dem Moment, in dem Eva sich täuschen ließ, wurde sie „von [ihrer] eigenen Begierde fortgezogen und gelockt“ (Jakobus 1,14; unsere Hervorhebung). Es waren nicht die bösen Absichten des Teufels, die Eva zwangen, zu essen und das Gebot zu übertreten; sie selbst traf die Entscheidung. Doch sie wollte nur deshalb einen Bissen nehmen, weil ihr Gottes Perspektive fehlte. Denn wenn sie die Wahrheit wirklich geglaubt hätte, hätte sie dann überhaupt in Erwägung gezogen, Gottes Gebot zu missachten?

Wenn Satan kommt, um unseren mangelnden Glauben aufzudecken und uns seine sündigen Lösungen vorzuschlagen, werden wir dann in Adams und Evas Fußspuren treten, indem wir ihm zustimmen und einen Bissen nehmen, oder werden wir „nein“ zu seinen *Lösungen* sagen, die Unreinheiten in unserem Glauben zugeben und unseren Vater im Himmel um Seine Perspektive bitten? Wenn das, was wir als Antwort auf die Versuchung des Teufels tun, nicht dazu führt, dass wir die Wahrheit mit unserem Verstand und in unserem Herzen glauben, dann haben wir wahrscheinlich genau das getan, was er zu erreichen hoffte.

Satan will nichts lieber, als dass wir abgelenkt und getäuscht bleiben. Denn solange wir etwas Falsches glauben, findet er ein leichtes Ziel für seine feurigen Pfeile. Er will, dass wir gegen ihn kämpfen. Er will, dass wir unser Schwert ergreifen und zum Angriff übergehen. Wenn wir das tun, lacht er über die „Kinder des Lichts“, die so tun, als würden sie im Bereich der „Finsternis“ kämpfen, ohne zu wissen, dass sie aus dieser Finsternis in das Reich Gottes versetzt wurden und der „Krieg“ seit über zweitausend Jahren vorüber ist (1 Thessalonicher 5,5; Kolosser 1,13). Satan hofft, dass wir unsere eigene Täuschung nie erkennen und weiter versuchen, unsere Probleme selbst zu lösen, statt bei unserem himmlischen Vater Hilfe zu suchen.

Wir werden nicht durch Kraft, Hartnäckigkeit oder Entschlossenheit siegen. Unser Sieg wurde durch Jesus bereits errungen und uns gegeben (siehe 1 Korinther 15,57). Dieser Sieg kann nur durch Glauben verwirklicht werden. Wie Johannes so treffend schrieb: „Denn jeder, der aus Gott geboren ist, siegt über die Welt. Diesen Sieg macht uns unser Glaube möglich: Er ist es, der über die Welt triumphiert hat“ (1 Johannes 5,4; NGÜ). Petrus bestätigte dies, als er schrieb: „Dem [Teufel] widersteht standhaft durch den Glauben“ (1 Petrus 5,9, unsere Hervorhebung). Wenn wir keinen Sieg erleben, ist es eine Frage des Glaubens, nicht des Kampfes! Wir müssen *glauben*, nicht *kämpfen*!

In seinem Brief an die Epheser beschreibt Paulus die Autorität, die wir durch den Sieg haben, den Christus für uns errungen hat. Er betete für die Epheser:

Er erleuchte die Augen eures Herzens, damit ihr wisst, was die Hoffnung seiner Berufung, was

der Reichtum der Herrlichkeit seines Erbes in den Heiligen und was die überragende Größe seiner Kraft an uns, den Glaubenden, ist, nach der Wirksamkeit der Macht seiner Stärke. Die hat er in Christus wirksam werden lassen, indem er ihn aus den Toten auferweckt und zu seiner Rechten in der Himmelswelt gesetzt hat, hoch über jede Gewalt und Macht und Kraft und Herrschaft und jeden Namen, der nicht nur in diesem Zeitalter, sondern auch in dem zukünftigen genannt werden wird. Und alles hat er seinen Füßen unterworfen und ihn als Haupt über alles der Gemeinde gegeben, die sein Leib ist, die Fülle dessen, der alles in allen erfüllt (Epheser 1,18-23).

Lesen Sie diesen Abschnitt noch einmal in dem Wissen, dass wir (die Gemeinde) Seine Fülle sind. Wir sitzen mit Ihm zur Rechten Gottes (siehe Epheser 2,6); mit Ihm sind wir „hoch über jede Gewalt und Macht und Kraft und Herrschaft“ gestellt und „alles“ ist „seinen [und damit unseren] Füßen unterworfen“ (unsere Hervorhebung). Die Autorität, die Jesus gegeben wurde, ist uns allen verliehen worden! Deshalb kann der Böse uns nicht antasten (siehe 1 Johannes 5,18). Denken Sie einen Augenblick darüber nach.

Die Autorität und der Sieg, die uns gegeben wurden, geben uns nicht die Vollmacht, den Teufel zu bekämpfen; sie sind vielmehr der Grund, warum es nicht nötig ist zu kämpfen! Wir brauchen den Feind nicht zu bekämpfen, weil wir schon die Vollmacht über ihn haben und in Christus schon siegreich sind. Es ist tatsächlich so einfach!

Unterordnung unter Gottes Umgang mit Satan

Satan ist Ihr Feind, aber er ist nicht Ihr Problem. Er ist nicht mehr als ein Werkzeug in Gottes Hand. Seine bösen Absichten werden in dem größeren Kontext der Liebe und des Heilsplanes Gottes zunichte gemacht. Gott wird vollenden, was er begonnen hat, und Er benutzt dazu jedes verfügbare Mittel, Satan eingeschlossen. Der Teufel gehört Gott und wird von Gott in engen Grenzen gehalten und dazu benutzt, das „Gute“ herbeizuführen, das denen gilt, die „nach Seinem Willen berufen“ sind. Wenn unser himmlischer Vater mit dem Feind fertig ist, wird Er Satan in den Feuersee werfen (siehe Offenbarung 20,10). Bis zu diesem Tag sollten wir uns demütig unter die liebevolle und fürsorgliche Hand Gottes beugen, der Satan gezielt benutzt, um die Unreinheiten unseres Glaubens aufzudecken und uns in das Ebenbild Seines Sohnes zu verwandeln (Römer 8,28-29).

Wenn der Teufel Ihre lügenbasierten Überzeugungen triggert, tut er es mit Gottes Erlaubnis. Vielleicht hat Gott dem Teufel sogar absichtlich Ihren Namen genannt, wie Er es bei Hiob tat (Hiob 1,8; 2,3). Gott benutzt das vorhersagbare Verhalten Satans, um aufzudecken, dass Sie Seine Wahrheit und Perspektive brauchen. Für uns ist es wichtiger, zu der Erkenntnis zu kommen, wer Gott wirklich ist und wer wir in Ihm sind, als ein Leben frei von Satans Machenschaften zu führen. Die üblen Taten des Teufels sind keine Bedrohung für Gottes Plan; sie werden vielmehr dazu benutzt, ihn zu verwirklichen! Ihr wirkliches Problem ist, dass Ihnen Gottes Perspektive fehlt; Satan wird nur dazu benutzt, Ihre Aufmerksamkeit darauf zu lenken.

Die Rolle des „Aufdeckens“ wird auch von Ihrem Ehepartner, Ihrem Chef, Ihren Kindern und den Situationen Ihres Lebens übernommen. Sie alle können die Unreinheiten Ihres Glaubens aufdecken und Ihren emotionalen Schmerz triggern. Wir sagen natürlich nicht, dass Ihr Ehepartner ein Dämon wäre, sondern dass Gott alle verfügbaren Optionen benutzt, um diesen Prozess der Läuterung herbeizuführen. Auch hier müssen wir in Erinnerung behalten, dass Gott „ALLE Dinge zum Guten mitwirken“ lässt (Römer 8,28; unsere Hervorhebung). Und darin ist auch der Teufel eingeschlossen.

Ausgehend von dem, was Sie bisher gelesen haben: Ist es gut oder schlecht, wenn durch Satans böse Absichten und Aktivitäten aufgedeckt wird, dass Sie Gottes Perspektive brauchen? Diese Erfahrung mag uns nicht gefallen, aber es ist nötig, dass unser Glaube geläutert wird! Die treuen Christen, die uns vorausgegangen sind, würden uns wahrscheinlich anspornen und ermutigen, indem sie sagen:

Hiob: „Sollen wir Gutes von Gott annehmen, Widrigkeiten aber ablehnen?“ (siehe Hiob 2,10).

Joseph: „Wendet Gott nicht das Böse, das beabsichtigt war, für uns zum Guten?“ (siehe 1 Mose 50,20).

Paulus: „Benutzt Gott nicht ALLE Dinge, um Seine guten Absichten zu erfüllen?“ (siehe Römer 8,28).

Petrus: „Seid ihr wirklich überrascht über die Feuerprobe, die ihr durchmacht?“ (siehe 1 Petrus 4,12).

Jakobus: „Wäre es dir lieber, wenn Gott dich unreif und unvollendet lässt?“ (siehe Jakobus 1,2-4).

Leider haben viele eine verkehrte Sicht über die „Angriffe“ Satans. Ja, Satans Motive sind böse und unrein, aber das ändert nichts an Gottes Absicht und der Art und Weise, wie Er das Sperrfeuer des Teufels benutzt. Wie gesagt, zielt jeder Pfeil auf etwas, das aufgedeckt werden soll. Wir haben es nötig, dass die lügenbasierten Unreinheiten in unserem Glauben an die Oberfläche kommen, damit Gott sie durch Seine Wahrheit ersetzen kann. Deshalb sollten wir im Blick behalten, dass wir unseren „Schild des Glaubens“ nicht wegen der feurigen Pfeile Satans brauchen; wir brauchen seine feurigen Pfeile wegen der Schwachstellen in dem Glaubensschild, den wir tragen!

Statt den Teufel als das Problem aufzufassen und zum Gegenangriff überzugehen, müssen wir erkennen, dass er ein integraler Bestandteil in dem Prozess ist, durch den Gott unseren Glauben läutert. Er ist ein geschaffenes Wesen, das einer Absicht in Gottes Plan dient (so sehr er auch etwas anderes glauben will). Er hofft, dass Sie sich auf ihn konzentrieren und ihm die Aufmerksamkeit geben, nach der er verlangt; wenn wir seine Aktivitäten aber damit beantworten, dass wir unsere Aufmerksamkeit dem Geist der Wahrheit zuwenden und Gott um Seine Perspektive bitten, kooperieren wir mit Gott und Seinem läuternden Wirken in unserem Leben (siehe Jakobus 4,7).



Satans Ablenkungsmanöver

Wenn Sie zurzeit irgendeine Form des geistlichen Kampfes oder Befreiungsdienstes praktizieren, mag einiges von dem, was ich hier darlege, für Sie eine Herausforderung sein. Dafür habe ich wirklich volles Verständnis. Ich selbst habe jahrelang viel darangesetzt, den Teufel zu bekämpfen, und ich habe andere gelehrt, gegen den Teufel zu beten, ihre Autorität über die Dämonen zu ergreifen, Schwüre zu brechen, Generationenflüche aufzuheben und jeden bösen Geist zu konfrontieren, der sich in einer TPM-Gebetssitzung manifestierte. Ich war ehrlich überzeugt, dass diese Praktiken nötig und hilfreich waren. Heute ist mir klar, dass das alles unnötig ist.

Früher betrachtete ich dämonisch belastete Menschen als Opfer des Teufels, die das Eingreifen von Christen brauchten, die geistlich wacher und reifer waren. Ich nahm irrtümlich an, dass diese Menschen gerettet werden mussten. Heute weiß ich, dass sie nicht gefangen waren. Sie mussten nicht von irgendetwas gerettet werden. Sie waren einfach getäuscht und brauchten Gottes Perspektive. Sie

waren in die Falle des Teufels (Täuschung) getappt, wurden aber nicht vom Teufel selbst gefangen gehalten.

Sehen Sie, wie unlogisch es ist, einen besiegten Feind zu bekämpfen? Wie können echter Sieg und ständiger Kampf nebeneinander stehen? Wir müssen entweder das Kämpfen aufgeben und den Sieg annehmen, den wir in Christus haben, oder wir verleugnen Sein vollendetes Werk und führen die Truppen in den Kampf. Beides zugleich ist nicht möglich!

Indem wir uns auf den Teufel konzentrieren, wenden wir ungewollt die Aufmerksamkeit von der Quelle des Problems ab und setzen unsere Zeit und Kraft dafür ein, den Feind anzugreifen, der zur Aufdeckung des Problems benutzt wurde. Genau das ist Satans Absicht. Er möchte, dass wir uns auf ihn konzentrieren und damit beschäftigt sind, Fliegen vom Misthaufen zu verscheuchen. Solange wir uns mit ihm befassen, werden wir wahrscheinlich nicht auf Gott schauen und Ihn bitten, das Problem zu beseitigen.

Denken Sie darüber nach! Wenn unser Kampf gegen den Feind uns von dem Läuterungsprozess ablenkt, den Gott beabsichtigt, wer wird dann wohl unseren unnötigen Kraftaufwand gegen Satan unterstützen? Und zeigen wir mehr Vertrauen in die Autorität, die Gott uns verliehen hat, indem wir gegen einen besiegten Feind kämpfen oder indem wir in der Gewissheit stehen, dass Gott alles vollkommen unter Kontrolle hat und aktiv wirkt, um alles für uns zum Guten zu wenden?

Wenn wir anfangen, gegen Satan zu kämpfen, kämpfen wir unwissentlich gegen Gottes Plan und Absicht und verleugnen den Sieg, den Er bereits errungen hat. Statt uns auf den Teufel zu konzentrieren und die Läuterung unseres Glaubens selbst hinauszuzögern, sollten wir uns demütig unter die mächtige Hand beugen, die den Feind im Griff hat (siehe 1 Petrus 5,6), und Gott um Sein Wirken zur Läuterung unseres Glaubens bitten.



Wir werden frei von den Fallen Satans, wenn der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt

Paulus weist darauf hin, dass wir „nicht vom Satan überlistet werden, weil seine Absichten uns nicht unbekannt sind“ (siehe 2 Korinther 2,11; unsere Hervorhebung). Wenn wir diese Aussage umkehren, wird ihre Bedeutung sogar noch klarer: „Satan kann und wird es ausnutzen, wenn seine Absichten uns unbekannt sind.“ Eine Maus, die die Falle nicht kennt, wird verleitet, in den Köder zu beißen. In ähnlicher Weise geraten wir in Schwierigkeiten, wenn wir Satans Absichten und die Art seiner Fallen nicht kennen.

In einem seiner Briefe an Timotheus schrieb Paulus über diejenigen, die in Satans Falle getappt waren,

und gab diesen Rat: „Denen, die sich der Wahrheit widersetzen ... freundlich den richtigen Weg zeigen. Vielleicht wird ja Gott diese Menschen zur Umkehr bewegen, sodass sie die Wahrheit erkennen und zur Besinnung kommen. Dann werden sie aus der Falle des Teufels entkommen, der sie in seinem Bann hielt, sodass sie seinen Willen taten“ (2 Timotheus 2,25-26; NLB; unsere Hervorhebung).

Das Wort, das in diesem Abschnitt mit „Umkehr“ übersetzt ist (wie auch in den meisten anderen Abschnitten, in denen dieses Wort vorkommt), ist das griechische Wort *metanoia*. Die wörtliche Bedeutung von *metanoia* wird oft als „Abwendung von der Sünde“ missverstanden, aber es bezeichnet in Wirklichkeit eine „Änderung des Denkens oder der Gesinnung“. Die Abwendung von der Sünde ist als Ergebnis von *metanoia* zu erwarten, aber das Wort bezeichnet nicht den Akt der Abwendung selbst. Diese wichtige Unterscheidung geht leider in vielen Bibelübersetzungen verloren (meist, weil von der lateinischen Definition anstelle der griechischen ausgegangen wird, aber das ist ein anderes Thema).

Wenn *metanoia* als „Abwendung von der Sünde“ missverstanden wird, wird damit fälschlicherweise uns die Verantwortung für diese „Abwendung“ zugeschrieben. Wenn „Umkehr“ (*metanoia*) dagegen richtig verstanden wird als der Akt, durch den der Heilige Geist unsere Herzen von der Wahrheit überzeugt, dann wird die „Abwendung von der Sünde“ zu einem mühelosen und erwartbaren Ergebnis des heiligenden Wirkens Gottes in denen, die glauben.

In diesem speziellen Abschnitt des Briefes von Paulus an Timotheus sehen wir, dass es Gott ist, der „Umkehr“ (eine Änderung des Denkens) schenkt, sodass die Person zur Erkenntnis der Wahrheit kommt (*epignósis* – ein Wissen aus Erfahrung, das über Verstandeswissen hinausgeht), sodass sie zur Besinnung (zu mentaler Klarheit) kommt und der Falle des Teufels (der Lüge, die sie aufgrund einer Täuschung glaubte) entkommt.

Beachten Sie, was die Person aus der „Falle des Teufels“ befreit. Paulus weist Timotheus nicht an, zum Angriff überzugehen, etwas mit Öl zu salben oder gegen den Teufel zu beten. Er erkannte, was die wahre Ursache des Problems war. Eine Person, die der Teufel „in seinem Bann [hält], sodass sie seinen Willen [tut]“, braucht eine Änderung ihres Denkens. Erst wenn Gott sie „zur Umkehr bewegt, sodass sie die Wahrheit erkennt“, wird sie der Falle Satans entkommen!

Hier ist der Punkt, an dem die „Abwendung von der Sünde“ ins Spiel kommt. Wenn Gott uns eine Änderung des Denkens schenkt, können wir als natürliches Ergebnis erwarten, dass wir uns von der Sünde abwenden oder „der Falle des Teufels entkommen“. Die Abwendung von der Sünde ist aber das Ergebnis der „Umkehr“, die Gott geschenkt hat, und nicht die Umkehr selbst.

Wenn wir in eine Falle des Teufels geraten sind, brauchen wir also nicht jemanden, der den „Fallensteller“ konfrontiert oder gegen ihn betet; wir brauchen Gott, der uns eine Änderung des Denkens (*metanoia*) gewährt. Denn wenn wir die Wahrheit erkennen, wird die Wahrheit uns frei machen (Johannes 8,32)!

Den Teufel im richtigen Kontext sehen

Wenn wir den Sieg und die Autorität verstehen, die wir in Christus haben, und die von Gott gesetzten Parameter kennen, die Satan auferlegt wurden, dann können wir den Teufel im richtigen Kontext sehen. Ohne diese „Nach-Auferstehungs-Perspektive“ mag es so *scheinen*, als wäre Satan ein feindlicher Kämpfer, den wir zurückschlagen müssen, oder eine Bedrohung, die es zu stoppen gilt. Aber wie Sie gelesen haben,

hat selbst Jesus den Feind nicht angegriffen oder „bekämpft“ oder auch nur versucht, das böse Verhalten des Teufels einzudämmen. Stattdessen zerstörte Jesus die „Werke“ des Teufels. Da seine bösen Werke (das Ergebnis seines Handelns) zerstört wurden, haben seine bösen Taten keine Auswirkung mehr für diejenigen, die in Christus sind (siehe 1. Johannes 3,8)! Durch das, was Christus vollbracht hat, ist Sein Sieg heute (und auf ewig) auch unser Sieg! Der Kampf ist vorbei; wir brauchen nur noch in seinem Sieg zu stehen (siehe Epheser 6,13).

Der Teufel ist unser Feind, aber er ist nicht das Problem. Er lenkt einfach die Aufmerksamkeit auf das, was schon vorhanden ist. Seine bösen Absichten und Pläne werden dazu benutzt, die Unreinheiten in unserem Glauben aufzudecken, sodass wir die Gelegenheit bekommen, uns Gott unterzuordnen und Seine Perspektive zu empfangen. Der böse Bogenschütze zielt auf unseren Glaubensschild, weil er hofft, eine verwundbare Stelle zu treffen. Aber das ist nicht schlecht, weil es die Unreinheiten unseres Glaubens aufdeckt, sodass Gott Sein läuterndes Werk tun kann. Die listige Schlange versucht auch, uns durch ihre kurzsichtigen Lösungen zu verführen. Diese *scheinen* aber nur dann verlockend zu sein, wenn wir glauben, dass sie uns bei der Lösung unserer wahrgenommenen Probleme helfen, und auch das deckt auf, dass wir Gottes Perspektive brauchen!

Eine Illustration kann hier hilfreich sein: Stellen Sie sich Satan als ein ungezogenes, böswilliges Kind vor, das gezielt gemeine Worte benutzt, um andere Kinder zu manipulieren. Es kritisiert andere Kinder und setzt sie herab, um eine emotionale Reaktion zu provozieren. Es baut sich vor ihnen auf und schreit: „Du bist ein Spinner“, „Mit dir stimmt was nicht“, „Keiner will mit dir befreundet sein“, „Du bist ein Idiot“, „Du bist so hässlich, dass nicht mal deine Mutter dich liebt!“ Damit möchte es einen Nerv treffen, und wenn es sieht, dass ein wunder Punkt getroffen wurde, verstärkt es seine verbalen Angriffe.

Und sobald die Angegriffenen emotional aufgewühlt sind, fordert es sie heraus, etwas dagegen zu unternehmen. Grinsend schlägt es ihnen vor: „Lauf doch nach Hause zu deiner Mama!“, „Wirst du dem Lehrer etwa verraten, was ich gesagt habe, du blöde Petze?“ „Was? Du willst mich schlagen? Das wagst du nicht!“ Spottend schlägt es Reaktionen vor, weil es weiß, dass die anderen Kinder eine weitere Demütigung einstecken werden, wenn sie seinen Vorschlägen folgen.

Doch dieser kleine Tyrann kann die anderen Kinder nur so lange drangsaliieren, wie ihm nicht „Widerstand“ geleistet wird, und seine gemeine Rhetorik ist nur in dem Maße schädlich, wie sie geglaubt wird. Wenn die anderen Kinder die Wahrheit in ihrem Herzen wüssten, würde sein Spott auf taube Ohren stoßen. Er kann ihnen nichts anhaben; er kann nur Lärm machen!

So gemein dieser Rüpel ist: Er verursacht nicht, was die anderen Kinder fühlen, und er bringt sie nicht dazu, in der einen oder anderen Weise zu handeln. Jedes der Kinder fühlt und handelt nach dem, was es glaubt. Wenn seine gemeinen Worte zu Tränen führen, hat das betreffende Kind sie geglaubt. Und die verhöhnten Kinder werden seinen kurzsichtigen Vorschlägen nur folgen, wenn sie glauben, dass es ihre „beste“ Option ist. In beiden Fällen ist ihr Mangel an Wahrheit das eigentliche Problem; sie wurden getäuscht.

Wie dieser arrogante, böswillige Bengel hat Satan Strafe verdient (und er wird bestraft werden; siehe Offenbarung 20,10), doch das dringlichste Problem ist unsere fehlerhafte Perspektive, nicht das Auftreten des „Bengels“. Wir müssen die Wahrheit von unserem liebenden Vater hören, damit wir uns selbst so sehen können, wie Er uns sieht. Sobald Er uns von Seiner Perspektive überzeugt hat, wird das gemeine Geschrei durch Seine herrliche Wahrheit übertönt. Dass wir uns um unsere begrenzte und fehlerhafte Selbstsicht

kümmern, ist wichtiger, als den „Bengel“ vom „Spielplatz“ zu vertreiben. Denn selbst wenn der Rabauke vertrieben wäre, würden wir immer noch nicht die Wahrheit darüber wissen, wer wir sind und wer Gott ist!

Denken Sie darüber nach: Wäre es besser, wenn die Kinder in diesem hypothetischen Beispiel zwar ohne den Plagegeist spielen könnten, ohne jedoch zu wissen, wie wertvoll sie tatsächlich sind, und ohne ihre Identität und die tiefe Liebe ihres Vaters zu kennen? Was würden Sie vorziehen: eine ruhige und ahnungslose Zeit zum Spielen oder der innere Frieden und die Sicherheit, die Sie finden, wenn Sie wissen, wer Sie in Christus sind, auch wenn Sie dazu eine „vorübergehende leichte Bedrängnis“ (siehe 2 Korinther 4,17) ertragen müssen?

Statt zu versuchen, den Teufel vor der ihm bestimmten Zeit zu vertreiben, müssen wir uns nur Gott unterordnen, Satan (und seinen kurzsichtigen Plänen) widerstehen und uns um die Glaubensprobleme kümmern, die durch die feurigen Pfeile des Feindes aufgedeckt wurden. Auf diese Weise stehen wir in dem Sieg, den Christus *uns* gegeben hat, kooperieren mit dem läuternden Wirken des Heiligen Geistes *in uns* und erkennen die Tatsache an, dass unser himmlischer Vater alle Dinge *für uns* zum Guten wendet. Wir empfehlen Ihnen, in Ihren TPM-Gebetssitzungen diese Perspektive einzunehmen.

Verantwortungsvoll auf dämonisches Wirken reagieren

Bei der Anwendung des TPM-Prozesses bleiben Ihre Ziele dieselben, ganz gleich, was (oder wer) Ihnen bewusst gemacht hat, dass Sie Gottes Perspektive brauchen. Wenn Sie zum Beispiel festgestellt haben, dass Sie besorgt sind, befinden Sie sich in der EMOTIONSBOX und haben eines Ihrer Ziele (mit Ihren Gefühlen verbunden sein) schon erreicht. Das gilt unabhängig davon, was Ihre Sorge ausgelöst hat: das negative Verhalten eines Kollegen, der Blick auf Ihren Kontoauszug oder eine Bitte Ihrer Gemeinde, im Bereich der Kinderbetreuung mitzuarbeiten.

Aber was sollten Sie tun, wenn Sie über etwas besorgt sind, das der Teufel tut? Wir schlagen vor, dass Sie damit genauso umgehen wie mit jedem anderen „Trigger“. Wenden Sie einfach den TPM-Prozess an, wie Sie es gewohnt sind. Die Worte „Du bist wertlos“ rufen nur dann eine emotionale Reaktion hervor, wenn Sie dieser Beschreibung Ihres Wertes auf irgendeiner Ebene zustimmen. Dabei kommt es nicht darauf an, wer die Behauptung ausspricht. Sie fühlen, was Sie glauben. Selbst wenn es der Teufel ist, der etwas aufdeckt, das Sie glauben, hat das keinen Einfluss auf den TPM-Prozess. Konzentrieren Sie sich einfach auf das, was Sie fühlen, und folgen Sie dem Verlaufsprotokoll.

Ähnlich ist es, wenn Sie sich zum Beispiel versucht fühlen, ein großes Stück Schokoladenkuchen zu essen, obwohl Sie nicht hungrig sind: In diesem Moment befinden Sie sich in der LÖSUNGSBOX und haben das erste Ziel darin schon erreicht (feststellen, dass Sie ein *Lösungsverhalten* ausüben). Das gilt unabhängig davon, wann Sie diesen Drang verspüren: nachdem Sie einen TV-Werbespot gesehen haben, wenn Sie erfahren, dass Ihnen gekündigt wurde, oder wenn Sie nach einem Abendessen bei Ihrer Schwiegermutter nach Hause kommen.

Aber was sollten Sie tun, wenn Sie diesen Drang verspüren, weil Satan Ihnen eingeflüstert hat: „Ich könnte jetzt wirklich ein Stück Kuchen vertragen“? Auch hier schlagen wir vor, dass Sie diese hinterlistige Einflüsterung genauso behandeln wie jedes andere *Lösungsverhalten*. Satan mag listig und einfallreich sein, aber er ist genauso wenig wie jeder andere fähig, Sie zu etwas zu zwingen; Sie handeln nach dem, was Sie

glauben. Selbst wenn es also der Feind war, der Ihnen diese kurzsichtige Lösung angeboten hat, hat das keinen Einfluss auf den TPM-Prozess. Folgen Sie einfach dem Verlaufsprotokoll für die LÖSUNGSBOX und bitten Sie Gott um Seine Perspektive.

Wenn irgendein Fremder an Sie herantreten und sagen würde: „Sie gehören Satan“, würde das bedeuten, dass Sie Satans Eigentum sind? Natürlich nicht! Und was ist, wenn Satan selbst das behaupten würde? Hätten seine Worte mehr Gewicht als die Worte eines verrückten Fremden? Absolut nicht. Die Wahrheit bleibt die Wahrheit, was immer irgendjemand auch behauptet. Doch wenn Sie diese Worte glauben würden, dann würde es *wahrscheinlich* Einfluss auf Ihre Wahrnehmung, Ihre emotionale Reaktion und Ihr nachfolgendes Verhalten haben. Auch hier geht es um das, was Sie selbst glauben, und nicht um die verdrehte Mitteilung, die Sie erhalten haben.

Wenn es also je so *scheint* oder sich so *anfühlt*, als würde Satan Sie im Griff haben oder unterdrücken, dann haben Sie ein Problem in Bezug auf das, was Sie glauben. Sie wurden dazu verleitet, etwas zu glauben, das nicht wahr ist, und Ihre Situation aus einer fehlerhaften Perspektive zu betrachten. Statt sich auf den trügerischen Boten zu konzentrieren, richten Sie Ihre Aufmerksamkeit auf das, was Sie glauben. Sobald der Heilige Geist Sie von der Wahrheit überzeugt hat, werden die Worte „Sie gehören Satan“ Ihnen so unsinnig *erscheinen* oder sich so unsinnig *anfühlen*, wie sie es tatsächlich sind!

In jedem Fall sollten die Aktivitäten des Teufels also genauso behandelt werden wie das, was irgendjemand sonst tun mag, weil sie sich davon nicht unterscheiden. Weder Ihr Ehepartner noch Satan kann *machen*, dass Sie sich dumm fühlen. Weder Ihr Arzt noch der Teufel kann *machen*, dass Sie sich besorgt oder ängstlich fühlen. Weder Ihr Chef noch der Feind Ihrer Seele kann *machen*, dass Sie sich ungewollt oder abgelehnt fühlen. Sie fühlen immer das, was Sie glauben. Indem Sie sich auf das Problem Ihrer lügenbasierten Überzeugung konzentrieren, statt auf das (oder den), was es aufgedeckt hat, reagieren Sie verantwortungsvoll auf die Art und Weise, wie Gott gezielt „alle Dinge“ zum Guten benutzt, und beugen sich unter Seine „mächtige Hand“ (siehe Römer 8,28; 1 Petrus 5,6).



Praktische Beispiele für dämonisches Wirken in TPM-Gebetssitzungen

Selbst wenn der Teufel an einer belastenden Situation irgendwie beteiligt ist, ist er nie das Problem. Nun werden einige vielleicht immer noch protestieren und fragen: „Aber was sollen wir in solchen Momenten tun? Sollen wir den Teufel einfach ignorieren?“ In den meisten Fällen: Ja. Was kann Satan tun, außer aufzudecken, dass wir Gottes Perspektive brauchen? Er kann uns nicht antasten. Er kann unsere Gefühle nicht verursachen. Er kann uns zu gar nichts zwingen. Er kann nur die Aufmerksamkeit auf das lenken, was schon vorhanden ist: auf unseren unreinen Glauben. Deshalb empfehlen wir Ihnen, sich unter Gottes Hand zu beugen, der die Aktivitäten des Teufels dazu benutzt, Ihren Glauben zu läutern, Ihr Denken zu erneuern

und Ihr Leben zu verwandeln.

Betrachten Sie zur Veranschaulichung die folgenden Szenarios:

Szenario 1: „Arthurs Versuchungen“

Arthur fühlt sich überlastet. Obwohl er morgens als Erster im Büro erscheint und abends als Letzter geht, schafft er nicht alles, was zu erledigen ist. Wenn er sich besonders gestresst und überarbeitet fühlt, kommt er in Versuchung, Schritte zu überspringen und die Zahlen in den Formularen zu beschönigen. Es ist fast so, als würde jemand ihm ins Ohr flüstern, dass er nur aufholen kann, wenn er schummelt. Er weiß, dass das falsch ist, und *möchte* es eigentlich nicht, aber er fühlt sich gezwungen, Abstriche zu machen.

Es mag sein, dass Arthur überlastet ist. Es kann auch sein, dass diese verlockenden Gedanken nicht von ihm selbst kommen; vielleicht sind es dämonische Hirngespinnste. Trotzdem beruhen seine Gefühle auf dem, was er glaubt, und er gerät nur deshalb in die Versuchung, bei der Arbeit zu pfuschen, weil er irgendwie verleitet wurde zu glauben, dass dies eine berechnete und lohnende Option wäre. Vielleicht kann er den Dämon durch Gebet effektiv loswerden, aber wenn er weitermacht, ohne zuerst Gottes Perspektive zu gewinnen, ist er kaum besser dran.

Stattdessen sollte Arthur direkt in die LÖSUNGSBOX gehen. Da sein Drang, etwas zu tun, was er nicht tun sollte, schon aufgedeckt hat, dass er sich in einem *Lösungsverhalten* befindet, sollte er im nächsten Schritt das *wahrgenommene Problem* identifizieren, das scheinbar ungelöst bleibt, wenn er nicht schummelt. Dann muss Arthur noch die lügenbasierte *Lösungsüberzeugung* benennen, die dazu führt, dass er sich zu diesem Verhalten hingezogen fühlt. Und sobald er Gottes Perspektive zu dieser kurzsichtigen Lösung empfangen hat, sollte er sich auf die negativen Emotionen konzentrieren, die in ihm hochkommen, wenn er an die Arbeit denkt, und dann weiter dem Verlaufsprotokoll der EMOTIONSBOX folgen.

Szenario 2: „Autumns Bedrückung“

Autumn glaubt, dass sie vom Teufel bedrängt wird. Sie fühlt sich ständig bedrückt, und immer wieder kommen ihr im Lauf des Tages Erinnerungen an vergangene Sünden in den Sinn. Schreckliche Bilder dieser Erfahrungen, die sie bereut, tauchen in ihren Gedanken auf, und obwohl sie weiß, dass Gott ihr vergeben hat, fühlt sie sich immer noch schmutzig, niedergeschlagen und beschämt. Sie ist überzeugt, dass der Teufel für diese schmerzlichen, gedanklichen Anklagen verantwortlich ist. Sie weiß nicht, was sie tun soll, und sie weiß nicht, wie sie das Ganze stoppen kann.

Ist es der Teufel, der ihr Gedanken und Bilder einflößt? Vielleicht. Ist der Teufel für ihren emotionalen Schmerz verantwortlich? Nein. Diese Gedanken und Bilder decken auf, was sie in ihrem Herzen glaubt, diese Überzeugungen sind der Grund, weshalb sie sich schmutzig, beschämt und bedrückt fühlt. Sie fühlt das, was sie glaubt. Wenn der Feind tatsächlich seine Hand im Spiel hat, deckt er nur auf, was schon vorhanden ist. Das ist nicht schlecht! Autumns Glaube muss geprüft, aufgedeckt und geläutert werden. Denn sobald sie die Wahrheit darüber kennt, wer sie in Christus ist und dass Sein Opfer mehr als genügt, wird sie sich nicht mehr schämen. Die Wahrheit ist, dass es keine Verdammnis mehr für sie gibt; sie muss diese Tatsache nur noch glauben (siehe Römer 8,1).

Statt zum Gegenangriff überzugehen und zu versuchen, diese feurigen Pfeile zu verhindern, sollte Autumn sich auf die Gefühle konzentrieren, die sie in solchen Momenten spürt, und das Verlaufsprotokoll der EMOTIONSBOX befolgen. Ihre vermeintliche Bedrängnis gibt ihr eine Gelegenheit zur Läuterung ihres Glaubens. Sobald der Heilige Geist sie von der Wahrheit überzeugt hat, wird sie die Ruhe und Gewissheit finden, die sie sich so verzweifelt wünscht.

Szenario 3: „Adams Ablenkungen“

Adam ist ständig abgelenkt, wenn er den TPM-Prozess anwendet. Sobald er die Augen schließt und sich zu konzentrieren versucht, steigt irgendein scheinbar willkürlicher Gedanke in ihm auf. Belastende Sätze wie „Das werde ich nie können“, „Für mich gibt es keine Hoffnung“ oder „Ich kann genauso gut aufgeben“ lenken ihn ab und entmutigen ihn. Er hat versucht, gegen den Teufel anzubeten und Gott um Hilfe zu bitten, um sich konzentrieren zu können. Und obwohl er den aufrichtigen Wunsch hat, sich zu fokussieren und sein Bestes zu geben, machen ihm die störenden Gedanken und Ablenkungen weiter zu schaffen.

Sind es Dämonen, die seine Ablenkungen hervorrufen? Vielleicht. Und wenn Dämonen tatsächlich für diese Ablenkungen verantwortlich sind, würden sie weitermachen, wenn Adam ihnen wirklich widerstehen würde? Nein. Adams Problem ist weder eine *mögliche* Einmischung der Dämonen, noch sein abgelenktes Verhalten. Aber beides zeigt, wo das eigentliche Problem liegt: Er versucht, ein wahrgenommenes Problem durch Ablenkung zu lösen, weil ihm Gottes Perspektive fehlt. Vielleicht *möchte* er wirklich fokussiert bleiben, aber die Tatsache, dass er abgelenkt ist, zeigt, dass er einen Grund dafür hat (eine *Lösungsüberzeugung*). Er glaubt vielleicht, dass die Ablenkung ihn vor seinem Schmerz schützt, die Erinnerung an belastende Ereignisse verhindert oder ihm das Mitgefühl anderer einbringt. Was immer der Grund sein mag: Der Teufel ist nicht dafür verantwortlich. Adam muss einfach ehrlich zugeben, *warum* er sich so verhält, und Gott um Seine Perspektive bitten.

Adam sollte wahrnehmen, dass er sich in der LÖSUNGSBOX befindet, und den lügenbasierten Grund für sein Verhalten identifizieren. Auch wenn er wirklich den *Wunsch* hat, fokussiert zu sein, bleibt er absichtlich abgelenkt. Sobald er die *Lösungsüberzeugung* identifiziert hat, die für die Ablenkung sorgt, sollte er in die ÜBERZEUGUNGSBOX gehen und weiter dem Verlaufsprotokoll folgen.

Szenario 4: „Ambers Mauer“

Wenn Amber sich in der EMOTIONSBOX auf ihre Angst und Sorge konzentriert, kommt ihr nichts in den Sinn, außer einer beängstigenden schwarzen Mauer. Es scheint ihr nicht möglich zu sein, über die Mauer hinauszublicken, und sie hat das Gefühl, in ihrer Gebetssitzung „festzustecken“. Als sie dieses innere Bild näher betrachtet, scheint die Mauer von dunklen, bedrohlichen Gestalten bevölkert zu sein. Die grausigen Schatten knurren und spucken ihr Flüche entgegen, während sie entsetzt hinschaut. Als sie sich auf die wachsende Angst konzentriert, kommt ihr nichts anderes in den Sinn als das beunruhigende Bild der Mauer.

Wurde dieses Bild von Dämonen entworfen? Möglich. Hält die „Mauer“ Amber davon ab, eine Erinnerung zuzulassen, die sie braucht? Nein. Nichts, was der Feind tut oder plant, kann Amber davon abhalten, sich zu erinnern, wenn sie sich dazu entschieden hat. Vielleicht *möchte* sie sich wirklich erinnern, aber die Tatsache, dass diese Mauer sie zu blockieren *scheint*, deutet darauf

hin, dass sie einen lügenbasierten *Grund* hat, sich nicht zu erinnern. In diesem Fall zeigt das Bild einer Mauer, dass sie sich in einem Lösungsverhalten befindet. Solange sie nicht die Wahrheit über die Lösungsüberzeugung erkennt, die sie veranlasst, sich nicht zu erinnern, wird die Mauer wahrscheinlich bestehen bleiben, und sie wird sich weiter nicht erinnern. Es sind nicht die Dämonen an der Mauer, sondern Ambers lügenbasierte Überzeugungen und fehlgeleitete Entscheidungen, die sie daran hindern, in der Gebetssitzung weiterzukommen. Auch hier ist der Teufel nicht das Problem; er wird nur dazu benutzt, das Problem aufzudecken.

Amber sollte ehrlich zugeben, welche Überzeugungen sie zu ihrem aktuellen Verhalten veranlassen, und den Herrn um Seine Perspektive bitten. Das kann sie tun, indem sie in die LÖSUNGSBOX geht und darin ihre Ziele erreicht, indem sie sich drei einfache Fragen ehrlich beantwortet: 1) „Spürt sie einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, dass die Mauer beseitigt wird?“ 2) „Was, glaubt sie, würde passieren, wenn die Mauer beseitigt würde?“ Und 3) „Was ist der Grund, weshalb sie die Mauer aufrechterhält?“ Indem sie diese Fragen ehrlich beantwortet, stellt sie fest, dass sie ein *Lösungsverhalten* ausübt, identifiziert sie das *wahrgenommene Problem*, das sie zu lösen versucht, und artikuliert sie eine *Lösungsüberzeugung*, die ihr aktuelles Verhalten erklärt. Danach sollte sie in die ÜBERZEUGUNGSBOX gehen und weiter dem Verlaufsprotokoll folgen.

Szenario 5: „Austons Manifestation und Andrews unreiner Glaube“

Während er in der WAHRHEITSBOX darauf wartet, etwas vom Herrn zu hören, hebt Auston plötzlich den Kopf und fängt an, mit rauer Stimme zu sprechen: „Er gehört uns! Er wird nie frei sein!“ Sein TPM-Mentor Andrew ist schockiert, da es seine erste Erfahrung mit einer dämonischen Manifestation ist. In seiner Unsicherheit, was er tun sollte, betet Andrew laut: „Herr, bitte bringe diesen bösen Geist zum Schweigen und schicke ihn weg von hier! In deiner Autorität bitten wir dich, Auston von diesem dämonischen Quälgeist zu befreien!“ Ein hämisches Grinsen liegt auf Austons Gesicht, als er spöttisch lachend erwidert: „Du Dummkopf! Du hast hier gar nichts zu sagen! Dieser Mann gehört uns! Wir gehen nirgendwohin!“ Trotz seiner Angst und Unsicherheit tritt Austons Mentor dem dämonischen Herausforderer weiter entgegen: „Also... du musst verschwinden! Ich ergreife meine Vollmacht und widerstehe dir in dem Namen Jesu!“ Die Auseinandersetzung geht länger weiter, als Auston oder Andrew wahrhaben wollen.

In diesem Szenario weiß Auston entweder nicht, dass er dem Dämon nicht erlauben muss, sich in ihm zu manifestieren, oder er glaubt irrtümlich, dass er durch das Zulassen der Manifestation ein anderes Problem lösen oder verringern kann. In beiden Fällen braucht er die Wahrheit. Auston wird nicht von dem Dämon gefangen gehalten; ihm fehlt einfach Gottes Perspektive. Der Dämon wird fliehen, wenn Auston ihm widersteht (siehe Jakobus 4,7).

Aber wir sehen, dass die dämonische Manifestation auch Unreinheiten in Andrews Glauben aufdeckte. Der Dämon merkte, dass Andrew seine Autorität in Christus nicht verstanden hatte, denn es ist völlig unnötig, Vollmacht über etwas „zu ergreifen“, über das man bereits die Vollmacht besitzt. Indem Andrew seine Autorität falsch anwendete, um die problematische Situation zu „lösen“, ließ er unwissentlich erkennen, dass ihm Gottes Perspektive fehlte. Doch auch in diesem Fall ist das eine gute Sache, denn nachdem dieser Mangel aufgedeckt wurde, wächst die Wahrscheinlichkeit, dass er auch behoben wird.

Auch wenn Auston es vielleicht noch nicht versteht, hat er die volle Kontrolle über das, was in der Gebetssitzung geschieht. Andrew könnte diese Tatsache veranschaulichen, indem er Auston bittet, ihm in die Augen zu blicken und sich zu entscheiden, der Manifestation zu widerstehen. Wenn Auston ihn dann anschaut, zeigt dies klar, wer tatsächlich entscheidet, was in der Gebetssitzung geschieht. Doch auch wenn Auston nicht sofort reagiert, sollte Andrew sich weiter auf ihn konzentrieren, statt sich von dem Dämon ablenken zu lassen. Ein Einlassen auf den dämonischen Geist würde nur den Eindruck erwecken, als hätte Auston irgendwie die Kontrolle verloren, was aber nicht der Fall ist!

Andrew sollte die Gebetssitzung unterbrechen und Auston eine Orientierung über das „Prinzip von Überzeugung und Entscheidung“ sowie das Konzept der *Lösungen* geben und auch etwas von dem erklären, was in diesem Kapitel vermittelt wird. Vielleicht ist Auston einfach nicht bewusst, dass ein Dämon ihn nicht zwingen kann, eine Manifestation zuzulassen, indem er zum Beispiel Austons Stimme oder seinen Gesichtsausdruck benutzt. Andrew sollte sich darauf konzentrieren, Auston die nötigen Kenntnisse und Fähigkeiten an die Hand zu geben, damit er den TPM-Prozess so anwenden kann, wie er vermittelt wird.

Dass Auston dem Dämon erlaubt, sich zu manifestieren, liegt also nur daran, dass er es entweder nicht besser weiß oder einen lügenbasierten Grund hat, die Manifestation weiter zuzulassen. Wenn Austons Verhalten sich nach der Erklärung seines Mentors nicht ändert, lässt dies also nur eine mögliche Erklärung zu: Er benutzt ein *Lösungsverhalten*. Deshalb sollte er in die

LÖSUNGSBOX gehen, um festzustellen, *warum* er die Manifestationen weiter zulässt.

Zu einem späteren Zeitpunkt sollte Andrew dann seine eigene TPM-Gebetssitzung in der EMOTIONSBOX beginnen und sich auf die Gefühle konzentrieren, die während der dämonischen Manifestationen auftraten. Die Angst, die er dabei spürte, hatte nichts mit dem Dämon zu tun. Er fühlte das, was er glaubte. Andrew braucht Gottes Perspektive genauso wie Auston!

Wie in jedem dieser Szenarios ist der Teufel auch für uns nicht das Problem (selbst wenn er tatsächlich in unserer Situation auftaucht). Unser Problem ist, dass uns Gottes Perspektive fehlt. Wenn wir die Wahrheit in unserem Verstand und in unserem Herzen glauben würden, würden wir natürlich nicht gleichzeitig auch die Lügen glauben, die unseren emotionalen Schmerz hervorrufen und uns zu schädlichen Verhaltensweisen drängen. Statt uns auf den Feind zu konzentrieren, der unseren Mangel an Gottes Perspektive aufdeckte, sollten wir Gott bitten, uns von der Wahrheit über die Unreinheiten in unserem Glauben zu überzeugen.

Ja, Satan ist der böse „Vater der Lüge“ (Johannes 8,44), der die Erde durchstreift und sucht, wen er „verschlingen“ kann (1 Petrus 5,8-11), und seine heimtückischen Pläne stammen von dem arglistigsten aller Geschöpfe (1 Mose 3,1), aber das ist nur eine Seite der Wahrheit! Der Teufel ist Gottes Eigentum! Er gehört Gott, existiert innerhalb der von Gott gesetzten Parameter und wird von Gott dazu benutzt, eine gute und liebevolle Absicht im Leben der Gläubigen zu erfüllen! Satan stellt nicht die geringste Bedrohung für Gott und Seine Absichten dar. Satan ist restlos besiegt. Er kann uns nicht einmal antasten (1 Johannes 5,18)!

Wir empfehlen Ihnen, diese Sicht von Satan in Ihren TPM-Gebetssitzungen zugrundezulegen. Sollte er je beteiligt sein, dient er nur dazu, entweder zu „triggern“ oder eine „Lösung“ anzubieten. Der Teufel deckt entweder die Lügen auf, die wir glauben (was auch durch einen Nachbarn, Kollegen oder

Familienangehörigen geschehen kann), oder er schlägt uns ein *Lösungsverhalten* vor (das wir umsetzen, weil wir bereits getäuscht wurden).

Wenn Satan Sie *triggert*, konzentrieren Sie sich auf das, was Sie fühlen, und folgen Sie dem Verlaufsprotokoll. Falls er eine sündige, kurzsichtige Lösung vorschlägt, gehen Sie in die LÖSUNGSBOX. Und falls es so scheint, als würde er Sie nie in Ruhe lassen, obwohl Sie ihm energisch widerstehen, dann beantworten Sie sich ehrlich die Frage: „Spüre ich einen Widerstand oder ein Zögern bei dem Gedanken, *dies* nicht zuzulassen?“ Die fortwährende Einmischung des Teufels ist wahrscheinlich keine „Interferenz“, sondern zeigt, dass Sie gerade ein *Lösungsverhalten* ausüben.

Wenn der Teufel (oder einer seiner Dämonen) in Ihrer Gebetssitzung auftaucht, fassen Sie Mut! Er tauchte auch bei Jesus in der Wüste auf. Und er arbeitet bei Ihnen auf dasselbe Ziel hin, wie damals bei Jesus. Er stellt Sie auf die Probe, um zu sehen, ob Sie tatsächlich „ein Sohn oder eine Tochter Gottes“ sind. Er ist nur da, weil er glaubt, dass in Ihrem Glauben irgendetwas fehlt, und diese Gelegenheit will er dann ausnutzen. Er versucht nicht, Ihnen zu helfen, sondern er will Sie „verschlingen“. Seine Absichten spielen aber überhaupt keine Rolle, weil Gott sie, wie „alle Dinge“, für uns zum Guten zusammenwirken lässt!

Behalten Sie in Erinnerung: Wenn wir völlig von der Wahrheit überzeugt wären, würden wir uns nicht auf Satans kurzsichtige Lösungen einlassen, und unser Schild des Glaubens würde seine feurigen Pfeile auslöschten (siehe Epheser 6,16). Im Moment wird er nur dazu benutzt, das aufzudecken, was aufgedeckt werden muss: die Unreinheiten in unserem Glauben. Statt uns also mit dem Feind zu beschäftigen, wollen wir treu mit Gott kooperieren, der auch den Teufel dazu benutzt, unseren Glauben zu läutern, unser Denken zu erneuern und unser Leben zu verwandeln!



Wenn Satan Sie nicht zur Sünde veranlassen kann, wozu kann er Sie überhaupt veranlassen?

Wenn ich mit Mentees bete, die glauben, dass sie von Dämonen bedrängt werden, oder sogar irgendeine dämonische Manifestation erkennen lassen, konzentriere ich mich auf die Person, nicht auf den Dämon. Ich gewinne zuerst die volle Aufmerksamkeit der Person, indem ich einfach sage: „John, schau mich an.“ Selbst wenn der Dämon sich weiter manifestiert, beachte ich das nicht. Ich bitte den Mentee weiter, seine Aufmerksamkeit mir zuzuwenden. In dem Moment, in dem er das tut, hat er seinen freien Willen ausgeübt und damit gezeigt, dass er selbst die Kontrolle hat.

Dann mache ich ihn darauf aufmerksam, dass er die Manifestation gestoppt hat, indem er die Entscheidung traf, mich anzusehen, und gebe ihm eine grundlegende Orientierung anhand von Fragen, die auf dem Inhalt dieses Kapitels beruhen. Diese Fragen gehören nicht zum TPM-Prozess, sondern dienen dazu, dem Mentee ein biblisches Verständnis darüber zu vermitteln, was Dämonen tun oder nicht tun können. Es handelt sich um folgende Fragen:

„Welche Auswirkungen hatten der Tod und die Auferstehung Jesu auf den Teufel?“

Fast immer werden Mentees dann sagen, dass der Teufel besiegt wurde. Sobald wir festgestellt haben, dass wir es mit einem besieigten Feind zu tun haben, stelle ich die zweite Frage:

„Glauben Sie, dass Satan Sie zwingen kann, irgendetwas gegen Ihren eigenen Willen zu tun? Kann er Sie zum Beispiel zu einer Sünde zwingen?“

Die Antwort lautet immer: „Nein.“ Dann schließe ich folgende Frage an:

„Wenn er Sie nicht zur Sünde zwingen kann, wozu kann er Sie dann überhaupt zwingen?“

Das führt gewöhnlich dazu, dass die Mentees einen Paradigmenwechsel vollziehen. Ich frage sie, was sie sich für ihre TPM-Gebetssitzung wünschen, indem ich eine letzte Frage stelle:

„Möchten Sie, dass sich heute in der Gebetssitzung ein Dämon manifestiert?“

Wenn die Mentees mit „Nein“ antworten, stimme ich ihnen zu, dass dies nicht geschehen wird. Da sie bestätigt haben, dass Satan besiegt ist und nicht in der Lage ist, ihnen seinen Willen aufzuzwingen, würde jede Form von dämonischer Manifestation logischerweise nur auftreten, wenn die Mentees es zulassen.

Seit ich diese Vorgehensweise und die hier erörterten Konzepte anwende, hatte ich keine dämonischen Manifestationen mehr in den Gebetssitzungen, selbst bei Personen, die davor extreme Fälle

dämonischer Belastungen erlebt hatten. Sobald ein Mentee die Entscheidung getroffen hat, dem Dämon keine Manifestation zu erlauben, sollte es im weiteren Verlauf der Gebetssitzung keine Probleme mit Dämonen mehr geben. Nun kann der Mentee sich auf das eigentliche Problem konzentrieren: seine lügenbasierten Überzeugungen. Wenn ein Dämon weiter auftritt, nachdem Sie angewendet haben, was hier vorgeschlagen wurde, dann haben Sie es entweder nicht mit einem Dämon zu tun, oder Sie befinden sich in der LÖSUNGSBOX.



KAPITEL 21

WAS TPM NICHT IST

HINWEIS: Dieses Kapitel ist in drei Teile gegliedert. Der erste Teil erklärt, dass TPM auf Wahrheiten und Prinzipien beruht, die seit Beginn der Schöpfung existieren. Der zweite Teil vergleicht TPM mit anderen Formen des geistlichen Dienstes. Und im dritten Teil wird die Tatsache erörtert, dass TPM nicht dazu da ist, problematische Erinnerungen zu bewältigen, weil unsere Erinnerungen nicht das Problem sind.



Nichts Neues



Gott ist der einzige Schöpfer; nichts existiert, das nicht von Ihm geschaffen wurde (siehe 1 Mose 1,1; Jesaja 42,5; Jesaja 45; Kolosser 1,16; Hebräer 11,3; Offenbarung 4,11). Wir können von Ihm geschaffene Elemente nehmen und sie kombinieren oder anders zusammenstellen, um etwas anderes herzustellen, aber wir sind nicht in der Lage, irgendetwas aus nichts zu erschaffen. Wissenschaft und Industrie haben nichts Neues erschaffen, sondern von Gott geschaffene Dinge genommen und innovative Wege entwickelt, verschiedene Elemente Seiner Schöpfung zu benutzen. Dasselbe lässt sich über TPM sagen. Wie Sie erfahren haben, besteht TPM aus drei Elementen: den *Prinzipien*, der *Absicht* und dem *Prozess*. Die *Prinzipien* und die *Absicht* von TPM beruhen auf dem, was Gott etabliert und in allen Zeitaltern getan hat. Diese beiden Aspekte von TPM sind also nicht neu. Was in gewisser Weise als *neu* erscheinen mag, ist der klar definierte *Prozess*, durch den wir mit dem, was Gott tut, kooperieren möchten.

Doch auch beim TPM-Prozess haben wir nur vorhandene gedankliche Konzepte aufgegriffen und kombiniert, um eine Reihe von Fragen zu entwickeln, die auf Prinzipien beruhen, die seit dem Beginn der Schöpfung bestehen. Der TPM-Prozess ist also nur in seinem spezifischen Ablauf „neu“. Das Ergebnis ist jedoch genau das, was Menschen in der ganzen Geschichte des Volkes Gottes schon immer erfahren haben, wenn Gott wirkte, um ihren Glauben zu läutern, ihr Denken zu erneuern und ihr Leben zu verwandeln.

Vielleicht fragt jemand: „Warum sollte Gott denn bis jetzt warten, um TPM zu offenbaren?“ Tatsächlich hat Er nicht gewartet. Er hat ständig getan, was Er immer schon getan hat. Die TPM-Prinzipien und die Absicht von TPM sind keine neue Offenbarung, und der Prozess ist nur ein innovativer Weg, um mit dem zu kooperieren, was Gott tut. Gottes Volk hat von Anfang an auf Ihn geschaut, um die Wahrheit zu finden. Doch die Art dieser Suche hat sich von Generation zu Generation verändert.

Gott hat uns von Anfang an eingeladen, das anzuerkennen, was wir glauben, und Ihn um Seine Perspektive zu bitten. Im Garten Eden fragte Er Adam und Eva: „Wer hat dir gesagt, dass du nackt bist?“ (1 Mose 3,11; EU). Mit anderen Worten: „Wie seid ihr zu der Überzeugung gekommen, dass ihr nackt seid?“ Gott lud sie ein, ehrlich festzustellen, wie sie zu ihrer Überzeugung gekommen waren (was auch eines Ihrer Ziele in der ERINNERUNGSBOX ist). Später, im vierten Kapitel der Genesis, sehen wir, wie Gott Kain

WAS TPM NICHT IST

dieselbe Frage stellte: „Warum bist du zornig?“ (1 Mose 4,6). Gott forderte Kain auf, in sich zu gehen, Verantwortung zu übernehmen und ehrlich zuzugeben, was die wahre Ursache seines Zorns war (wie wir es in der ZORNBOX und in der LÖSUNGSBOX tun). Hätte Kain Gottes Rat befolgt und diese Fragen ehrlich beantwortet, wäre die Geschichte vielleicht ganz anders ausgegangen. Jesus stellte den Jüngern ähnliche Fragen: „Warum habt ihr solche Angst?“ (Matthäus 8,26; EU), „Warum hast du gezweifelt?“ (Matthäus 14,31; EU), „Wo ist euer Glaube?“ (Lukas 8,25). Auch diese Fragen werden wieder in einer ähnlichen Absicht gestellt, wie die Fragen im TPM-Verlaufsprotokoll.

Der TPM-Prozess bietet eine Struktur, die vielleicht bisher noch nicht praktiziert wurde, aber seine Anwendung spiegelt wider, was Gott immer schon getan hat und wie wir dabei mit Ihm kooperieren. TPM bietet eine erlernbare und übertragbare Struktur, die sich im Leib Christi leicht integrieren lässt. Dieser Ansatz stellt ein Mittel zur Verfügung, durch das wir uns aktiv und gezielt an dem Prozess beteiligen können, durch den Gott unseren Glauben läutert, unser Denken erneuert und unser Leben verwandelt.

Wenn wir klarzustellen versuchen, was TPM *nicht* ist, wollen wir damit nicht kritisieren, was andere Dienste tun. Wir möchten Ihnen nur eine zutreffende Sicht und ein genaues Verständnis über den TPM-Gebetsdienst vermitteln, damit Sie ihn von anderen Ansätzen unterscheiden können, die Sie vielleicht kennen lernen. Unsere Absicht ist nicht, andere Dienste zu kritisieren oder TPM über alles andere zu stellen, denn Gott ist nicht auf eine bestimmte Art des geistlichen Dienstes beschränkt, und Er kümmert Sich um Seine Schafe, wie es Ihm beliebt. Er ist der Gute Hirte! Wir möchten einfach nur das, was hier gelehrt wird, von dem unterscheiden, was anderswo praktiziert wird.

TPM ist kein Ersatz für andere biblischen Praktiken

TPM hat einen sehr engen Fokus, und es gibt viele Aspekte der christlichen Nachfolge, die TPM weder zu leisten versucht, noch je beabsichtigt hat. TPM ist kein Ersatz für biblische Lehre oder biblische Seelsorge und Unterweisung (Sprüche 1,2-7; 1 Thessalonicher 4,1-2; 2 Timotheus 2,15; 3,16-17). Es ist kein Ersatz für missionarische Arbeit und Evangelisation, obwohl TPM in diesen Kontexten angewendet werden kann (Matthäus 28,19-20). TPM konzentriert sich nicht direkt auf sündiges Verhalten oder dessen Konsequenzen (Römer 6,13; Kolosser 3,25). Die Bibel sagt klar, wie wir mit jedem dieser Anliegen umgehen sollen.

TPM konzentriert sich konkret auf die Tatsache, dass wir Gottes Perspektive brauchen, und erkennt an, dass der Heilige Geist der Einzige ist, der unsere Herzen von der Wahrheit überzeugen kann. Das heißt nicht, dass Bibelstudium, Predigt und Lehre nicht von entscheidender Bedeutung für das christliche Leben sind. Jedes dieser Elemente spielt eine Schlüsselrolle in der christlichen Nachfolge; insbesondere vermitteln sie dem Menschen Wahrheit auf der Ebene des Verstandes. Doch keine dieser Praktiken transportiert die Wahrheit vom Verstand ins Herz. Das bewirkt ausschließlich der Heilige Geist (Johannes 16,13-15). In TPM lernen wir, mit dem Heiligen Geist zu kooperieren, während Er dieses Werk in uns tut.

TPM bedeutet nicht „Troubled People’s Ministry“

Menschen, denen es scheinbar nicht gut gelingt, ihren emotionalen Schmerz zu bewältigen, oder die Schwierigkeiten haben, in angemessener Weise „geistlich“ zu leben, werden oft als „emotional verletzt“, „belastet“, „gebrochen“ oder „gefangen“ betrachtet, während diejenigen, die ihren Schmerz wirksam

unterdrücken und bewältigen können und ihr Verhalten in der Öffentlichkeit zu kontrollieren wissen, als geistlicher und gesünder gelten. Tatsächlich besteht aber kein wirklicher Unterschied zwischen uns, da wir alle eine Läuterung unseres Glaubens, eine Erneuerung unseres Denkens und eine Verwandlung unseres Lebens nötig haben. Einige von uns können mit ihrem emotionalen Schmerz erfolgreicher umgehen, doch die Art und Weise, wie wir mit unseren Emotionen umgehen und uns geistlich verhalten, sagt nichts darüber, ob wir verwandelt werden oder nicht.

Es ist falsch, Menschen als „emotional verletzt“ abzustempeln. Wie Sie erfahren haben, sind unsere negativen Emotionen keine Wunden, und sie sind auch nicht das Ergebnis schwieriger Lebenserfahrungen. Sie sind vielmehr ein *genauer* Ausdruck von dem, was wir glauben. Leider habe ich in den ersten Jahren dieses Gebetsdienstes geglaubt und gelehrt, dass TPM sich darauf konzentrieren sollte, „emotional verletzten“ Menschen zu helfen. Dieser Dienst wurde deshalb mit Menschen in Verbindung gebracht, die nicht auf sozial annehmbare Weise mit ihrem emotionalen Schmerz umgehen konnten. Die Schulung diente in diesen ersten Jahren dazu, Personen auszurüsten, die als „geistlicher“ wahrgenommen wurden, damit sie den hilfsbedürftigen und weniger geistlichen helfen konnten.

Diese falsche Sicht führte dazu, dass manche TPM nicht weiter beachteten, da sie sich selbst nicht als „emotional verletzt“ betrachteten oder sich nicht berufen fühlten, „emotional verletzten“ Menschen zu helfen. Erst einige Zeit nach der Entwicklung von TPM als Gebetsdienst erkannte ich, dass es bei TPM nicht um „Schmerzbewältigung“ oder „Heilung der Vergangenheit“ (oder einen Heilungsdienst) geht, sondern um Glaubensläuterung, Erneuerung des Denkens und echte Transformation.

Ich bedaure auch, sagen zu müssen, dass ich längere Zeit anderen durch diesen Gebetsdienst half, bevor mir bewusst wurde, dass ich ihn selbst dringend nötig hatte! Der richtige Kontext für die Anwendung von TPM beschränkte sich nicht auf die „Verwundeten“, die bei mir Hilfe suchten. Was Gott im Leben der verletzten Menschen tat, die mich um Hilfe baten, war ein Beispiel für das, was Gott im Leben eines jeden Gläubigen tun möchte, überall und jeden Tag!

Nach dieser Erkenntnis hörte ich auf, TPM als Dienst der „Wiederherstellung“ oder „inneren Heilung“ zu definieren oder ihn auf emotional verwundete Menschen zu beschränken. Wenn TPM als „**Troubled People's Ministry**“ (Dienst an belasteten Menschen) verstanden wird, wird er normalerweise als Heilungsdienst eingeordnet und nicht für alle Mitglieder der Gemeinde in Betracht gezogen. TPM ist ein Gebetsdienst zur Läuterung des Glaubens und Erneuerung des Denkens für alle Gläubigen und zielt auf eine echte Transformation.



TPM ist keine innere Heilung und keine Heilung von Erinnerungen

Der TPM-Prozess wird manchmal irrtümlich mit der „Heilung von Erinnerungen“ in Verbindung gebracht.

WAS TPM NICHT IST

Wir glauben aber nicht, dass Erinnerungen von irgendetwas geheilt werden müssen. Erinnerungen sind nicht krank, beschädigt, verwundet oder zerbrochen. Es sind einfach Erinnerungen, die wir im Gedächtnis behalten haben, die aber selbst keinen emotionalen Schmerz hervorrufen. Erinnerungen spielen eine wichtige Rolle im TPM-Prozess; wenn wir die Dinge untersuchen, die wir aus vergangenen Erfahrungen in Erinnerung behalten haben, können wir besser verstehen, wie wir zu den Überzeugungen gekommen sind, die wir in der Gegenwart glauben. Unsere Erinnerungen selbst sind aber nicht im Fokus und es geht nie darum, sie zu „heilen“. Überhaupt geht es im TPM-Prozess nicht darum, irgendetwas zu „heilen“.

TPM ist ein Mittel, durch das wir aktiv mit Gott kooperieren können, wenn Er unseren Glauben läutert, unser Denken erneuert und die Art und Weise verwandelt, wie wir unser Leben führen. Wer TPM in die Kategorie der inneren Heilung oder der Heilung von Erinnerungen oder ähnlicher Dienste einordnet, hat TPM missverstanden. Das Ziel von TPM ist nicht, irgendetwas zu heilen, sondern eine „Erneuerung im Geist unserer Gesinnung“ oder eine „Erneuerung des Denkens“ (siehe Epheser 4,23; Römer 12,2) zu erfahren, indem der Heilige Geist unsere Herzen von der Wahrheit überzeugt. Nicht alle Menschen würden sagen, dass sie von irgendetwas „geheilt“ werden müssen, aber wir alle haben es nötig, dass der Heilige Geist unsere Herzen von der Wahrheit überzeugt, indem Er unser Denken erneuert, bis „wir alle im Glauben eins werden und den Sohn Gottes immer besser kennenlernen, sodass unser Glaube zur vollen Reife gelangt und wir ganz von Christus erfüllt sind“ (Epheser 4,13; NLB).

Etwas zu „heilen“ bedeutet, etwas, das krank, beschädigt, deformiert oder gebrochen ist, wieder in seinen vorherigen oder rechten Zustand der Unversehrtheit und Gesundheit zu versetzen. Echte Heilung hat in ihrem eigenen Kontext ihre Berechtigung, aber dieser Kontext ist nicht TPM. Zweifellos ist körperliche Heilung eine echte Gabe der Gemeinde, aber auch diese Art von Heilung gehört nicht zur Absicht von TPM. Wenn Gott unsere Herzen von der Wahrheit überzeugt, stellt Er dadurch nicht einen früheren Zustand oder eine frühere Position wieder her, die wir verloren haben. Er macht nicht unsere „verdorrte Hand“ wieder gerade. Er erneuert den „Geist unserer Gesinnung“ (siehe Epheser 4,23). Erneuerung des Denkens ist keine Wiederherstellung oder „Heilung“ von dem, was wir glauben, sondern sie ersetzt das, was wir glauben, durch Seine Perspektive.

Obwohl TPM nicht auf körperliche Heilung zielt, haben einige Menschen berichtet, dass sie während einer TPM-Gebetssitzung eine spontane körperliche Heilung erfahren haben. Wie ist das zu erklären? Nehmen wir zum Vergleich folgende Situation: Wenn Sie sich beim Kartoffelschälen in den Finger schneiden und die Wunde nach einigen Tagen wieder geschlossen ist und sich eine Narbe gebildet hat, würden Sie dann sagen, dass Sie geheilt wurden? Wahrscheinlich würden Sie sagen, dass es ein natürlicher Prozess Ihres Körpers war. Wir glauben, dass es eine natürliche Beziehung zwischen unserem Denken und unserem Körper gibt, die zu einer „Heilung“ führen kann, wenn innere Lügen durch die Wahrheit und den Frieden Christi ersetzt werden. In der medizinischen Wissenschaft ist diese unverwechselbare Verbindung zwischen Denken und Verstand schon lange bekannt. Wenn die körperlichen Beschwerden einer Person mit einer lügenbasierten Überzeugung verknüpft sind und diese Überzeugung sich ändert, dann ist zu erwarten, dass auch ihr Körper sich entsprechend reguliert. Manche unserer körperlichen Probleme lassen sich auf unser mentales Befinden zurückführen. Wenn wir Gottes Perspektive gewinnen und den Frieden Christi erfahren, ist zu erwarten, dass auch unser Körper sich auf natürliche Weise erholen wird.

Unser himmlischer Vater ist um unsere geistliche Gesundheit mehr besorgt als um unsere körperliche Gesundheit. Es ist besser, einen verkrüppelten Körper und eine himmlische Perspektive zu haben, als in einem unversehrten „Zelt“ zu wohnen und einer Täuschung zu erliegen (siehe 2 Korinther 5,1-17). Es kann

sein, dass Gott körperliche Schwierigkeiten zulässt und sogar lenkt, damit wir uns an Ihn wenden und von der Wahrheit überzeugt werden. Wir sagen nicht, dass Gott körperliche Gebrechen nicht heilen kann oder wird, denn Er kann es und tut es manchmal auch. Aber wir gehen auch davon aus, dass Er körperliche Beschwerden benutzt, um Gutes in unserem Leben zu bewirken.

Wenn unsere körperlichen Symptome allerdings auf den Lügen beruhen, die wir glauben, und Gott uns von diesen körperlichen Symptomen heilen würde, könnte das eventuell der Erneuerung unseres Denkens entgegenstehen, die Er bewirken möchte.

TPM ist keine Form des geistlichen Kampfes oder des Befreiungsdienstes

Wie Sie in Kapitel 20 gelesen haben, haben wir Satan in den Anfangsjahren von TPM zu viel Aufmerksamkeit geschenkt, weil wir dachten, dass er sich einmischen und die Gebetssitzung beeinträchtigen könnte. In den viel älteren Versionen dieser Schulung bezeichneten wir dies als „dämonische Interferenz“. Inzwischen haben wir entdeckt, dass diese Beurteilung ganz falsch war. Zweifellos können dämonische Geister in einer Gebetssitzung auftauchen, aber gegen allen Anschein haben sie nicht die Macht oder Fähigkeit, sich in das Geschehen einzumischen. Wir verstehen heute, dass nur unsere eigenen Überzeugungen und Entscheidungen unseren Fortschritt in einer TPM-Gebetssitzung beeinträchtigen können.

Wir gehen heute im Umgang mit Satan von einer Perspektive nach der Auferstehung aus. Wir legen nicht zugrunde, wie Jesus oder Seine Jünger mit dämonischen Belastungen umgingen, weil jeder Dämon, von dem sie Menschen befreiten, in der Zeit vor Satans Niederlage am Kreuz ausgetrieben wurde (wie wir im vorherigen Kapitel erörtert haben). Wir handeln in dem Sieg, den wir nun in Christus haben. Deshalb glauben wir, dass Satan und seine Kohorten niemanden mit Gewalt von der Wahrheit abhalten können. Wir müssen zwar „nüchtern sein und wachen“, weil er „wie ein brüllender Löwe [umhergeht] und sucht, wen er verschlingen kann“ (1 Petrus 5,8), aber die größere Wahrheit bleibt bestehen: Satan ist besiegt.

Satan kann nichts erzwingen und ist ausschließlich auf Täuschung beschränkt. Doch wenn wir seiner Täuschung glauben, kann sie verheerend sein. Wir fallen immer noch auf seine bösen Strategien (lügenbasierte Lösungen für unsere wahrgenommenen Probleme) herein und verfangen uns in seinen Netzen

(Lügen), aber wir können auch aus dieser Gefangenschaft frei werden, ohne je direkt gegen den Teufel zu kämpfen. Die „Falle“, nicht der „Fallensteller“, hält uns gefangen. Wenn wir seine Täuschung annehmen, wird sie zu unserer eigenen.

Wie gesagt, bewirkt Satan nie etwas durch Zwang, Macht oder Gewalt. Das kann er nicht, aber das braucht er auch nicht; er arbeitet mit Täuschung. Deshalb besteht kein Grund, mit Gewalt gegen ihn vorzugehen, denn jede Täuschung wird durch die Wahrheit überwunden. Daher ist TPM keine Form von Befreiung oder geistlichem Kampf, da wir gar nicht erst versuchen, direkt gegen den Teufel vorzugehen.

Petrus forderte uns nicht auf, den „brüllenden Löwen“ zu bekämpfen oder Krieg gegen ihn zu führen. Wir werden nur angewiesen, ihm (seinen Machenschaften) entschlossen im Glauben zu widerstehen (1 Petrus 5,8). Jakobus schrieb mit prägnanten und einfachen Worten, was wir tun sollen: „Widersteht dem Teufel, so wird er vor euch fliehen!“ (Jakobus 4,7; ZB).

Der Teufel ist kein Problem, sondern ein besiegtter Feind, der Gott gehört und Gottes Absicht dient. So

WAS TPM NICHT IST

sagt es die Bibel: „Denn in ihm ist alles in den Himmeln und auf der Erde geschaffen worden, das Sichtbare und das Unsichtbare, es seien Throne oder Herrschaften oder Gewalten oder Mächte: Alles ist durch ihn und zu ihm hin geschaffen“ (Kolosser 1,16; unsere Hervorhebung).

Gott ist nicht händeringend besorgt, was mit diesem bedrohlichen Teufel zu tun ist. Tatsächlich stellt Satan für Gott überhaupt keine Schwierigkeit oder Sorge dar, obwohl der Teufel Menschen dazu beeinflusst, in der ganzen Welt Unheil anzurichten. Wie sollte dieses endliche Geschöpf auch eine Bedrohung für seinen allmächtigen Schöpfer bedeuten?

Nichts von dem, was wir sagen, spielt die Tatsache herunter, dass Satan böse ist. Er hasst jeden einzelnen von uns und sucht unaufhörlich nach Möglichkeiten, uns zu täuschen, damit wir etwas Unwahres glauben, das uns dann zu Handlungsweisen veranlasst, die wir gar nicht wollen. Er ist der Feind unserer Seelen und plant immer nur Böses gegen uns. Doch er wird an einer kurzen Leine gehalten und kann nur im Rahmen dessen handeln, was Gott beschlossen hat.

Statt einen besiegten Teufel zu bekämpfen, sind wir aufgerufen „nüchtern und wachsam“ (siehe 1 Petrus 5,8) im Blick auf die Fallen zu sein, die er uns stellen will. Paulus zeigte uns, wie wir mit dem Teufel umgehen sollen, als er schrieb: „Denn wir wollen dem Satan nicht in die Falle gehen. Schließlich wissen wir genau, was seine Absichten sind!“ (2 Korinther 2,11). Wenn Sie seine Strategien verstehen, sind Sie besser in der Lage, ihm zu widerstehen.

Da der Teufel Gott gehört, dient er einer wichtigen Absicht in dem übergreifenden Geschehen. Satan sind Grenzen gesetzt, und er braucht eine Erlaubnis für alles, was er tut. Gott erschuf ihn nicht als böses Wesen, aber er ist böse. Wie er böse wurde, ist umstritten, aber diese Frage ist für unseren Kontext nicht relevant. Jedenfalls wurde er nicht nur von Gott, sondern auch für Gott erschaffen, denn „alles ist durch ihn und für ihn erschaffen“ (Kolosser 1,16; NLB; unsere Hervorhebung). Satan ist zwar ein böses Geschöpf, das immer in böser Absicht handelt, aber er ist dennoch Teil der Schöpfungsordnung Gottes und dient einer Absicht. Sobald Gott mit ihm fertig ist, wird Satan ohne Gerangel, Mühe oder Kampf beseitigt werden. (Lesen Sie in Offenbarung 20, wie Satans Aufenthalt auf der Erde endet.)

Vielleicht sagt jemand: „Ja, es stimmt, dass Gott alles erschaffen hat! Doch auch wenn Satan ursprünglich für Gott erschaffen wurde, hat er jedenfalls rebelliert und ist seither ein Feind Gottes.“ Das ist wahr, und Satan betrachtet sich nicht als jemand, der „für Gott“ ist. Satan ist durch und durch gegen Gott und hat nicht den geringsten Wunsch, seinem Schöpfer zu dienen oder zu gefallen (was sich auch über viele Menschen sagen lässt, die von Gott dazu benutzt wurden, Seinen Willen zu erfüllen). Es bleibt aber wahr, dass Gott Satan für sich erschuf (in dem vollen Wissen, dass Satan sich für das Böse und gegen das Gute entscheiden würde), und dass Satan auch heute von Gott zur Erfüllung Seiner Absichten benutzt wird, ob es dem Teufel gefällt oder nicht. Satan ist in allem, was er tut, vorhersehbar böse, und Gott benutzt ihn mit Leichtigkeit, da Er immer schon im Voraus weiß, was Satan tun wird.

War Satan zum Beispiel an der Kreuzigung Jesu beteiligt? Meinen Sie, dass Satan genauso vorgegangen wäre, wenn er gewusst hätte, dass der Tod Jesu allen Menschen Erlösung bringen würde, die an Ihn glauben? Hätte Satan gewusst, wozu es führen würde, als er in Judas fuhr, der Jesus verriet, als er die religiösen Führer manipulierte und als er die Menge aufhetzte, um den Tod des Herrn zu erreichen, hätte er sicher eine andere Strategie gewählt. Wahrscheinlich hätte er mit allen Mitteln dafür gesorgt, dass Jesus ein langes und ereignisloses Leben hätte führen können.

Gott benutzte einen bösen Teufel, der nichts als böse Absichten hatte, um Seine göttlichen Absichten zu erfüllen, und das tut Er bis auf den heutigen Tag. Zur weiteren Klärung lesen Sie noch einmal Kolosser 1,16,

wo steht, dass alle Dinge von Ihm (Jesus), durch Ihn (Jesus) und für Ihn (Jesus) erschaffen wurden! Wir brauchen uns nicht auf den Teufel zu konzentrieren, sondern nur auf das, was Jesus gerade tut. Lesen Sie das Gebet der ersten Christen, die erlebten, wie Gott Böses benutzte, um etwas ewig Gutes zu schaffen:

Denn in dieser Stadt versammelten sich in Wahrheit gegen deinen heiligen Knecht Jesus, den du gesalbt hast, sowohl Herodes als (auch) Pontius Pilatus mit den Nationen und den Völkern Israels, alles zu tun, was deine Hand und dein Ratschluss vorherbestimmt hat, dass es geschehen sollte (Apostelgeschichte 4,27-28).

In Kolosser 1,16 steht eindeutig, dass Gott der Schöpfer aller Dinge ist. Er erschuf Satan nicht als böses Wesen, aber Er war nicht überrascht, als Satan beschloss, zu rebellieren und sich gegen seinen Schöpfer zu wenden, wie es auch die ganze Menschheit tat. Die Tatsache, dass Satan das Böse wählte, hatte auch keinen Einfluss auf die Absichten und Pläne, die Gott für Sein Volk hatte und hat. Gott ist immer noch der Schöpfer aller Dinge, und Er hat völlige Kontrolle über den Ausgang aller Dinge. Gott hat für Sein heiliges Volk einen vollkommenen Plan, der „alle Dinge“ berücksichtigt, auch Seinen Erzfeind, den Teufel. Die Gläubigen können sicher sein, dass Gott mitten in einer gefallenen und bösen Welt Seinen vollkommenen Willen erfüllen wird. Hier hören wir wieder, was Paulus so prägnant formulierte: „Wenn Gott für uns ist, wer kann da noch gegen uns sein?“ (Römer 8,31; NLB). Mit anderen Worten wird aus allem, was gegen uns unternommen wird – egal aus welchen Beweggründen –, etwas „für uns“.

TPM ist keine seelsorgerliche Beratung oder Therapie

TPM unterscheidet sich von Vorgehensweisen, die in der seelsorgerlichen Beratung oder Therapie verwendet werden, und ist *nicht* dazu da, psychologische Störungen oder Suchtkrankheiten zu behandeln. Im Kontext einer TPM-Gebetssitzung wird ein Mentor oder eine Mentorin keinen Rat geben, keine Richtung aufzeigen, keine seelsorgerliche Beratung anbieten, keine Lebenshilfe vermitteln, keine Diagnose stellen und nicht einmal biblische Lehre erteilen. Diese Praktiken haben natürlich im richtigen Kontext viele Vorzüge, aber sie alle sind für den TPM-Prozess nicht nötig und nicht anwendbar.

Eine TPM-Gebetssitzung hat zwei Schwerpunkte: Erstens sollten Zeit und Aufmerksamkeit darauf verwendet werden, dem Mentee die nötigen Fähigkeiten und Kenntnisse zu vermitteln, damit er oder sie den TPM-Prozess selbst für sich anwenden und TPM zum Lebensstil machen kann. Mentoren sollten sich auch Zeit nehmen, um ein Verständnis der Prinzipien und der Absicht von TPM zu vermitteln, denn je besser ein Mentee diese versteht, desto eher wird er oder sie TPM täglich anwenden. Mentoren sollten diese Schwerpunkte zu ihrer Aufgabe machen und dem Wunsch widerstehen, im Kontext einer TPM-Gebetssitzung biblische Lehre oder seelsorgerliche Beratung zu vermitteln. Wie gesagt, sind diese Dinge im richtigen Kontext nötig, angemessen und nützlich, aber in einer TPM-Gebetssitzung stehen sie nicht im Fokus.

Auch die Behandlung psychischer Störungen ist KEIN Bestandteil von TPM, auch wenn Personen, bei denen solche Störungen diagnostiziert wurden, trotzdem vom läuternden Wirken des Heiligen Geistes im TPM-Prozess profitieren können.

Wenn Mentoren zugleich qualifizierte psycho-therapeutische Fachkräfte sind, bleiben die Verlaufsprotokolle einer TPM-Gebetssitzung dieselben. Während einer TPM-Gebetssitzung sollte es keine psychotherapeutischen Diagnosen, Ratschläge, Beratungen oder Coachings geben. Die Rolle der Mentoren beschränkt sich ausschließlich darauf, ihren Mentees eine solide Kenntnis der Prinzipien, der Absicht und des Prozesses von TPM zu vermitteln.

WAS TPM NICHT IST

Wir sagen auch hier nicht, dass solche Praktiken nicht wertvoll und in anderen Kontexten nicht angemessen wären; wir sagen nur, dass es für alles, was wir tun, eine geeignete Zeit und einen passenden Ort gibt. Und wenn wir TPM anwenden, sollten diese anderen Möglichkeiten nicht einbezogen werden.

TPM hat nichts mit gelenkter Imagination oder Visualisierung zu tun

Ein TPM-Mentor vermeidet jede Form von gelenkter Imagination oder Visualisierung während einer Gebetssitzung. Ein Mentee sollte nie aufgefordert werden, sich irgendetwas vorzustellen (zum Beispiel in seinen Gedanken oder Erinnerungen nach Jesus zu suchen), an frühere Begegnungen mit dem Herrn zu denken, sich Bilder vorzustellen oder Jesus um irgendetwas zu bitten (außer, Ihn im entsprechenden Moment um Seine Wahrheit und Perspektive zu bitten). Solche Praktiken sind subtile Formen, einem Mentee Ideen einzupflanzen, die nicht von ihm stammen, und ihn dadurch zu lenken, zu führen, ihm Vorschläge zu machen und ihn möglicherweise irrezuführen. Wenn Mentoren sich an das Verlaufsprotokoll halten, wird nichts davon je in einer Gebetssitzung vorkommen.

Das Äußern von Meinungen, geistlichen Einsichten oder prophetischen Worten, das Reden für Gott oder ähnliche Dinge überschreiten den Rahmen der TPM-Protokolle und gehören nicht zum TPM-Prozess. Nichts davon spielt in diesem Gebetsdienst irgendeine Rolle, sondern könnte einen Mentee sogar für eine Täuschung anfällig machen. Solche Praktiken mögen gut gemeint sein, aber sie gehen von der Annahme aus, dass der Mentor weiß, was in einer Gebetssitzung geschehen sollte, aber das stimmt nicht. Bei solchen Schritten besteht die Gefahr, dem Mentee etwas zu suggerieren oder ihn in eine bestimmte Richtung zu lenken.

Ein TPM-Mentor sollte sich auf die spezifischen Fragen beschränken, die im TPM-Verlaufsprotokoll vorgeschrieben sind. Wenn ein Mentor sich an dieses Protokoll hält, sollte der Mentee die Erfahrung einer echten Erneuerung des Denkens machen können, die auf seinen eigenen Entscheidungen und dem Wirken des Heiligen Geistes beruht, und nicht vom Mentor gelenkt wird.



TPM ist nicht dazu da, Erinnerungen zu verifizieren

Im TPM-Gebetsdienst versuchen wir nicht festzustellen, ob die Erinnerung eines Mentee zutreffend oder vollständig ist. In anderen Kontexten mag das wichtig sein, aber nicht im TPM-Prozess. Tatsächlich ist es gar nicht möglich festzustellen, wie zutreffend die Erinnerungen sind, von denen ein Mentee im Kontext einer TPM-Gebetssitzung berichtet. Es gibt keine Mittel oder Wege, um zu ermitteln, ob sie den Tatsachen entsprechen oder nicht. Mentoren sollte nie voraussetzen, dass die Äußerungen des Mentee wahr sind, auch wenn sie noch so überzeugend klingen. Wie zutreffend eine Erinnerung ist, von der ein Mentee berichtet, ist für die Anwendung des TPM-Prozesses irrelevant. Im TPM-Prozess geht es um die Identifikation

dessen, was der Mentee glaubt, und nicht um die Feststellung, wie zutreffend seine Erinnerung an vergangene Erfahrungen ist. Alles, was ein Mentee berichtet, ist einfach das, was er oder sie in Erinnerung behalten hat, und sollte stehengelassen werden, bis es überprüft werden kann. Aber eine solche Überprüfung gehört nicht in den Kontext einer TPM-Gebetssitzung.

Eine Authentifizierung von Gedächtnisinhalten sollte denen überlassen werden, die professionell dafür qualifiziert sind, und im richtigen Kontext geschehen. Mentoren sollten die Aussagen der Mentees nur als das betrachten, was sie im Gedächtnis behalten haben, ohne ein Urteil über die Genauigkeit dieser Angaben zu fällen. Das Gedächtnis steht nie im Fokus einer TPM-Gebetssitzung. Tatsächlich *brauchen Mentoren den Inhalt einer Erinnerung gar nicht zu kennen, um ihrem Mentee zu folgen, die richtigen Fragen zu stellen und die nötige Orientierung anzubieten.*

Es gibt NIE einen Grund, als Mentor nach zusätzlichen Erinnerungsinhalten zu fragen oder JEMALS Vorschläge darüber zu machen, was im Kontext der erinnerten Erfahrung geschehen sein könnte oder nicht. Wenn so etwas geschieht, handelt es sich nicht mehr um TPM. Doch wie gesagt, können solche Vorgehensweisen gar nicht erst auftreten, wenn das TPM-Protokoll genau befolgt wird.

HINWEIS: Wenn ein minderjähriger oder älterer Mentee von einer Form von Missbrauch berichtet, sollte der Mentor sich an die gesetzlichen Richtlinien halten, die von den örtlichen Behörden vorgeschrieben sind. Grundlage für diese Entscheidung ist nicht, ob der Mentor die Angaben glaubt, sondern was gesetzlich vorgeschrieben ist. Jeder Mentor sollte die Vorschriften kennen, die er in solchen Fällen beachten muss.

TPM ist keine Therapie zur Wiederherstellung von Erinnerungen

Vor Anfang der 1970er Jahre wurde sexueller Kindesmissbrauch kaum thematisiert. Studenten, die sich auf einen psycho-therapeutischen Beruf vorbereiteten, wurden kaum für den Umgang mit diesem Problem ausgebildet und in dem Glauben gelassen, dass es nur selten vorkam. Ende der 1970er und Anfang der 1980er Jahre entwickelten sich neue therapeutische Techniken, einschließlich der später so genannten *Recovered Memory Therapy* (RMT), einem Sammelbegriff für Therapien zur Wiederherstellung von Erinnerungen. RMT schien sowohl nützliche als auch schädliche Ergebnisse zu haben.

RMT trug dazu bei, die hässliche Realität des weitverbreiteten sexuellen Missbrauchs in unserer Gesellschaft aufzudecken, und riss die Mauer der Verleugnung nieder, die ihn so lange verborgen gehalten hatte. Die Gesellschaft war gezwungen anzuerkennen, dass Kindesmisshandlung und sexueller Kindesmissbrauch im häuslichen Umfeld häufiger vorkamen, als je vermutet wurde, und das schon seit langer Zeit.

Heute gehen die Statistiken vieler verschiedener Quellen davon aus, dass etwa 25 Prozent aller Frauen in irgendeiner Weise sexuellen Missbrauch erlitten haben. Bei den Männern liegen die Zahlen ähnlich hoch. Die meisten Opfer berichten, dass sie von einem Menschen missbraucht wurden, den sie kannten und bei dem anzunehmen war, dass sie ihm vertrauen konnten. Diese statistischen Angaben beruhen auf *gemeldeten* Fällen und schließen die vielen anderen nicht ein, die ihren Missbrauch verschweigen. Würde man die nicht gemeldeten Fälle hinzurechnen, wäre die Gesamtzahl vermutlich unfassbar.

Doch wie so oft in sensiblen Bereichen führten die neuen Erkenntnisse zu Überreaktionen. Dazu gehörte eine Flut wilder Vermutungen und unachtsamer Praktiken in der Therapie, die zur Folge hatte, dass

WAS TPM NICHT IST

unschuldige Personen zu Unrecht beschuldigt, strafverfolgt und sogar inhaftiert wurden. Und auch wenn Missbrauchsvorwürfe zweifellos falsch sein können, ist es falsch, daraus den Schluss zu ziehen, dass alle Erinnerungen an solche Missbräuche ungültig oder falsch wären. Es kam vor, dass unbeteiligte Zeugen die Wahrheit der Missbrauchserinnerungen bestätigten, der Täter den erinnerten Missbrauch gestand oder physische Beweise gefunden wurden, die den Missbrauch belegten. Man sollte verantwortungsvoll vorgehen, indem man den Bericht einer betroffenen Person *weder* als absolute Tatsache auffasst *noch* seine Authentizität abstreitet, nur weil er nicht durch unbeteiligte Zeugen bestätigt werden kann.

Wie gesagt wird ein Mentor, der die TPM-Protokolle einhält, NIE irgendeine Vermutung darüber äußern, was in der Vergangenheit eines Mentee geschehen oder nicht geschehen sein könnte. In einer TPM-Gebetssitzung wird nicht erwartet, dass der Mentor irgendeine Aussage *glaubt* oder *nicht glaubt*. Seine Rolle besteht darin, dem Mentee die drei Elemente von TPM zu vermitteln. Die Sicht oder Meinung der Mentees über ihre Vergangenheit sollte immer nur ihre eigene bleiben.

RMT-Therapeuten glauben im Allgemeinen, dass dysfunktionale Symptome ihre Ursache in unterdrückten traumatischen Erinnerungen haben, und schlagen vor, sie durch bestimmte Techniken aufzudecken wie Symptom-Checklisten, Gruppendynamik, Visualisierung, Hypnose, Tranceschreiben, Traumdeutung, Massage, Medikamente, Entspannungstherapie und Geistführer. Einige Therapeuten wenden RMT an, weil sie glauben, dass die Aufdeckung der unterdrückten Erinnerungen ihrer Klienten durch solche Techniken zur Lösung der Symptome beitragen wird. Keine dieser Konzepte oder Techniken werden im TPM-Gebetsdienst praktiziert.

Ein weiterer klarer Unterschied zwischen TPM und RMT ist die Art des Zugriffs auf die Erinnerungen von Menschen. In der RMT wird die Person aufgefordert, nach Erinnerungen zu suchen, die der Therapeut für die Ursache ihrer Probleme hält. Erinnerungen sind im TPM-Prozess zwar wichtig, doch im Gegensatz zur RMT werden sie nicht als Ursache für den emotionalen Schmerz der Person betrachtet. Der Schwerpunkt liegt nicht auf der Untersuchung der Erinnerung selbst, sondern es geht darum, die Überzeugung zu finden, die in einer Lebenserfahrung etabliert wurde. Die Erinnerung spielt also eine Rolle im TPM-Prozess, hat aber keinen Einfluss auf die Richtung oder das Ergebnis der Gebetssitzung. Der Mentee kann sogar entscheiden, dem Mentor nichts von seinen Erinnerungen mitzuteilen. Der Mentor braucht den Gedächtnisinhalt nicht, um seine Aufgabe in der TPM-Gebetssitzung zu erfüllen.

Im TPM-Prozess liegt der Schwerpunkt nicht auf dem Inhalt von Erinnerungen, sondern es geht um die Aufdeckung lügenbasierter Überzeugungen. Wie gesagt, kann es außerhalb einer Gebetssitzung manchmal nötig sein, die Richtigkeit von Gedächtnisinhalten zu prüfen, aber das gehört nicht zu den Aufgaben, die in einer TPM-Gebetssitzung erfüllt werden können oder sollten. Aus diesen (und vielen anderen) Gründen unterscheidet sich TPM grundlegend von RMT.



Wenn eine Erinnerung verborgen ist,
dann liegt es nur an der Person selbst

Wie oft haben Sie schon mal den Namen einer Person vergessen oder sind in ein anderes Zimmer gegangen, um etwas zu holen, und wussten dann nicht mehr, was Sie dort wollten? Diese Art von

Vergesslichkeit geschieht nicht absichtlich, nicht einmal auf einer unbewussten Ebene, aber sie ist frustrierend. Und bei einigen von uns deutet sie auf unser Alter und unsere nachlassende geistige Verfassung hin. Echte Vergesslichkeit geschieht nicht absichtlich, sondern ist eine gewisse Fehlleistung unseres Gehirns, die wir „Älteren“ von Zeit zu Zeit erleben. Doch wenn Erinnerungen unterdrückt werden, um potentiell negative Konsequenzen zu vermeiden, geschieht diese Verhinderung des Assoziationsprozesses absichtlich, wenn auch oft unbewusst.

Ich habe im Lauf der Jahre mit vielen Menschen gebetet, die starke, negative Emotionen spürten, ohne dass ihnen eine damit verbundene Erinnerung in den Sinn kam. Das war für sie frustrierend, und oft sagten sie dann zum Beispiel: „Ich *möchte* mich wirklich erinnern, aber mir kommt einfach nichts in den Sinn.“ Oder: „Meine Erinnerung ist mir verborgen. Ich weiß nicht, wo ich suchen soll.“ Menschen können ihre Erinnerungen unterdrücken, aber die unterdrückte Erinnerung ist nicht vor ihnen verborgen oder für sie unzugänglich. Wenn die Person bereit ist, sich an das zu erinnern, was sie „verborgen“ hat, wird sie sich erinnern. Sie selbst hat sie verborgen und weiß, wo sie ist. Wenn es ein Problem ist, sich an eine bestimmte Sache zu erinnern, möchte der Mentee einfach nicht hinschauen und weigert sich deshalb, die Erinnerung auftauchen zu lassen. Er hat den *Wunsch*, sich zu erinnern, aber es ist sein *Wille*, sich nicht zu erinnern.

In Wirklichkeit entscheiden sich Mentees deshalb, eine Erinnerung nicht auftauchen zu lassen, weil sie in irgendeiner Hinsicht glauben, durch das Abblocken der Erinnerung ein Problem zu „lösen“. In diesem Fall *möchte* die Person sich erinnern (Wunsch), aber ihr *Wille* ist, die Erinnerung abzublocken und eine gedankliche Assoziation zu verhindern. Doch auch wenn die Person beschlossen hat, eine *Erinnerung* nicht zuzulassen, kann sie sich entscheiden, zumindest die *Überzeugung* zu identifizieren, die sie dazu veranlasst hat. Wenn der Grund für das Abblocken der Erinnerung identifiziert und anerkannt wurde, ist die Person in der richtigen Position, in der sie den Herrn bitten kann, ihr Herz von der Wahrheit zu überzeugen. Und wenn sie die Wahrheit glaubt, wird ihr Widerstand gegen die Erinnerung verschwinden und sie sollte die nächsten Schritte gehen können, sofern es nicht weitere Gründe gibt, die sie davon abhalten. Und wenn das der Fall ist, braucht sie einfach mehr Wahrheit.

Man könnte es damit vergleichen, dass jemand absichtlich seine Autoschlüssel hinter dem Rücken versteckt und sagt: „Hilf mir! Ich habe meine Autoschlüssel versteckt und weiß nicht, wo ich sie finden kann.“ Wenn wir sie absichtlich versteckt haben, sind sie nicht verloren. Wir können uns entscheiden, wieder auf sie zuzugreifen, wenn wir dazu bereit sind. Doch solange wir glauben, dass eine Erinnerung unerwünschte Folgen haben wird, wird sie „verborgen“ bleiben. Wenn wir die Wahrheit darüber kennen und die Folgen aus Gottes Perspektive betrachten, verschwindet die vermeintliche Bedrohung und der mentale Prozess der Assoziation wird wieder einsetzen.

Zusammenfassung

TPM ist einzigartig und unterscheidet sich von Beratung, Therapie, biblischer Lehre und geistlichem Kampf, und hat absolut nichts mit RMT zu tun. Der TPM-Prozess wird nicht von einem „Seelsorger“ geleitet oder gelenkt, sondern gehört zum persönlichen Weg der Nachfolge des Mentee. TPM versucht nicht, viele der grundlegenden Komponenten des christlichen Lebens zu erfüllen, erkennt aber an, wie außerordentlich wichtig sie in anderen Kontexten außerhalb der Gebetssitzung sind.

TPM ist kein „*Troubled People's Ministry*“ und kein „Heilungsdienst“ (obwohl er in diesem Kontext effektiv angewendet werden kann). Es gibt keine Anzeichen dafür, dass „leistungsstarke“ Christen auf dem Weg der Erneuerung des Denkens weiter fortgeschritten wären als die sogenannten „emotional verwundeten“ Christen, die sich in ihrem Schmerz zu verlieren scheinen. Glaubensläuterung und Erneuerung des Denkens sind das, was Gott im Leben aller Christen tut, und zwar jeden Tag, wenn wir mit Ihm kooperieren! TPM bietet einen Bezugsrahmen, der die Schwierigkeiten des Lebens als läuterndes Feuer unter der Aufsicht eines liebenden Gottes versteht, der entschlossen ist, unseren Glauben zu läutern, unser Denken zu erneuern und unser Leben zu verwandeln. Das transformierende Wirken des Heiligen Geistes ist Gottes Absicht für das Leben aller Menschen.

TPM ist nicht darauf ausgerichtet, Erinnerungen zu heilen, den Teufel zu konfrontieren oder psychische Störungen zu diagnostizieren. Das Ziel besteht vielmehr darin, durch das Wirken des Heiligen Geistes die Erneuerung im „Geist unserer Gesinnung“ (siehe Epheser 4,23; Römer 12,2) zu erfahren, die zu echter Transformation führt. Das Ziel ist eine Veränderung unserer Herzensüberzeugungen und nicht nur unseres äußeren Verhaltens. TPM konzentriert sich nicht darauf, Schmerz zu beseitigen oder Schmerzbewältigung zu vermitteln, sondern stellt ein praktisches Mittel zur Verfügung, durch das wir in die Position kommen, durch den Geist der Wahrheit in unseren Herzen von der Wahrheit überzeugt zu werden.

Die Beziehung zwischen Mentor und Mentee ist eine der Jüngerschaft, wie die Beziehung zwischen Jesus und Seinen Jüngern. Auch wenn Jesus umherzog, um zu lehren, zu heilen, Dämonen auszutreiben und sogar Tote aufzuerwecken, konzentrierte Er sich bei Seinen Jüngern vor allem darauf, sie auf die Zeit nach Seiner Auferstehung vorzubereiten. Er investierte in ihr Leben, weil Er wusste, dass sie nach Seiner Himmelfahrt den Bau Seines Reiches fortführen würden.

Jesus hätte einfach nur Kranke heilen und Tote auferwecken können, ohne viel Zeit mit diesen wenigen ausgewählten Jüngern zu verbringen, und die Menge wäre Ihm trotzdem voller Staunen gefolgt. Menschen, die Jesus persönlich berührt hatte, hätten zwar ein Leben lang davon profitiert, doch sobald Jesus nicht mehr bei ihnen war, wäre das „Feuer“ schließlich verloschen und das Leben hätte wieder seinen gewohnten Gang genommen.

Wenn Sie ein gewisses Maß an Freiheit gewinnen, nachdem Sie einige Gebetssitzungen durchlaufen haben, ohne jedoch die Prinzipien, die Absicht und den Prozess zu verstehen, gewinnen Sie nur einen kleinen Bruchteil dessen, was möglich wäre. Wir hoffen, dass Sie TPM als einen Weg der Nachfolge verstehen und ihn zu einem Teil Ihres Lebensstils machen, damit Sie möglichst großen Nutzen daraus ziehen können und damit Gott ihn weiter benutzen kann, um Ihr Leben zu verwandeln.

Schlusswort

Als Gründer von TPM und nach meiner persönlichen Anwendung von TPM seit Mitte der 1990er Jahre bekenne ich, dass ich auch nach tausenden eigenen Gebetssitzungen nicht annähernd frei von lügenbasierten Herzensüberzeugungen oder emotionalem Schmerz bin. Tatsächlich erkenne ich mit der wachsenden Freiheit, die ich erfahre, noch deutlicher, wie unrein mein Glaube noch ist und wie viel Gott noch in mir zu wirken hat. Vor dieser unglaublichen Reise mit Gott war ich ein engagierter „geistlicher“ Christ, der versuchte, sein Leben an der Wahrheit auszurichten. Ich dachte, dass ich meine Sache gut machte und einem glänzenden Finish entgegenging, aber da irrte ich mich gewaltig.

Ich bin dankbar, dass Gott mich überzeugt hat, dass ich Seine Perspektive brauche, und mir zeigte, dass Sein Wirken meine einzige Hoffnung auf wahren Erfolg ist. Seit ich 1995 anfang, die TPM-Prinzipien zu praktizieren, habe ich bewusst entschieden, mich unter Seine „mächtige Hand“ zu beugen, und es ist ein Segen, wenn ich zuschauen kann, wie Er mich Schritt für Schritt durch Seine Wahrheit immer mehr verwandelt. Es ist, wie Paulus es sagte: „Ich will nicht behaupten, das Ziel schon erreicht zu haben oder schon vollkommen zu sein; doch ich strebe danach, das alles zu ergreifen, nachdem auch Christus von mir Besitz ergriffen hat“ (Philipper 3,12; NeÜ). Auch wenn ich noch einen langen Weg vor mir habe, bin ich ermutigt, weil ich sehen kann, wie viel weiter ich inzwischen gekommen bin.

Gott gibt mir täglich Gelegenheiten zur Glaubensläuterung, und obwohl ich immer noch mehr Gelegenheiten verstreichen lasse, als ich annehme, ist Er gnädig und beharrlich. Er engagiert sich dabei viel mehr, als ich es tue, und dafür bin ich dankbar. Ich freue mich, dass ich echte und bleibende Freiheit von so vielen Lügen gefunden habe und Christus tiefer und persönlicher kennen lernen durfte.

Auch wenn TPM natürlich nicht der einzige Weg ist, um die Lügen zu identifizieren, die wir glauben, und die Freiheit zu erleben, die Gott für uns wünscht, ist es das beste Mittel, das ich bisher für mich angewendet habe. Ich freue mich mit all denen, die durch die Anwendung anderer Methoden kontinuierlich bleibende Freiheit erfahren und mühelos Frucht tragen. Ich bin immer offen für eine bessere Strategie.

Wie ich schon sagte, ist Gott nicht begrenzt in dem, was Er tut oder wie Er es tut, und TPM ist kein Ersatz für das, was die Kirche in Gottes Auftrag immer schon getan hat und fügt dem nichts hinzu. Fahren Sie fort, zu lehren, zu predigen, zu unterweisen, zu korrigieren, zu ermahnen, zu ermutigen, zu dienen, zu evangelisieren, anzubeten, „Psalmen, Hymnen und geistliche Lieder“ zu singen und mit Ihrer Zeit und Ihrem Geld zum Bau Seines Reiches beizutragen. Aber identifizieren Sie auch jede Überzeugung in Ihrem Herzen, die nicht mit der Wahrheit übereinstimmt. Bringen Sie die falschen Gedanken ans Licht, die negative Emotionen auslösen und Ihnen den Frieden rauben, damit stattdessen „der Friede des Christus in [Ihrem] Herzen regiert“ (siehe Kolosser 3,15; unsere Hervorhebung).

Glaubensläuterung ist ein lebenslanger Prozess

Die Läuterung unseres Glaubens, die Gott wirkt, ist ein lebenslanger Prozess, was unter anderem daran liegt, dass wir nur ungern die Verantwortung für das übernehmen, was wir glauben, dass wir nicht bereit sind, demütig zu werden, damit wir empfangen können, oder dass die Wahrheit, von der Gott uns überzeugen will,

Schlusswort

so umfassend ist. Jedenfalls hat Gott sich zu diesem Werk der Läuterung und Erneuerung verpflichtet, und Er ist treu, alle Dinge für uns zum Guten zu führen, wenn wir mit dem kooperieren, was Er tut. Wir können dabei entweder eine Hilfe oder ein Hindernis sein. Ich bete, dass wir nicht länger gegen das ankämpfen, was Gott tut, sondern uns vor Ihm beugen, damit wir Seine himmlische Perspektive gewinnen können.

Ich sehe, dass noch viel zu tun ist, aber ich sehe auch so viel Gutes, das bewirkt wurde, seit ich diesen Weg begonnen habe. TPM hat mir ermöglicht, gezielt gegen die Lügen vorzugehen, die ich immer noch glaube, indem ich mich unter das läuternde Wirken des Heiligen Geistes beuge, der Schritt für Schritt meinen Glauben läutert und mein Verhalten verwandelt. Dabei vergeht kein Tag, an dem Gott mir nicht eine Gelegenheit zur Glaubensläuterung und zur Erneuerung meines Denkens gibt. Ich entscheide mich, die Verantwortung für das zu übernehmen, was ich fühle und glaube; und ich praktiziere TPM als Lebensstil, indem ich es zu meiner persönlichen geistlichen Übung mache, mich unter Seine „mächtige Hand“ zu beugen. Ich lade Sie ein, dasselbe zu tun.

Unsere weltweite Vision

In den ersten Jahren dieses Dienstes hatten wir das hochgesteckte Ziel, dem ganzen Leib Christi die Absicht und die Prinzipien von TPM zu vermitteln. Meine Hoffnung war, dass Pastoren ihre ganze Gemeinde mit der *Absicht* und den *Prinzipien* von TPM vertraut machen würden, sodass alle motiviert wären, den *TPM-Prozess* spontan und natürlich als geistliche Übung zu praktizieren. Ich hatte gehofft, dass Grundkenntnisse über TPM zu einem Bestandteil der Kultur der weltweiten Gemeinde werden würden und alle Gläubigen beschließen würden, sich dem glaubensläuternden Wirken Gottes zu beugen (1 Petrus 5,6), sich von Ihm erziehen zu lassen (Hebräer 12,11), in ihrem Denken erneuert zu werden und echte Transformation zu erleben (Römer 12,2). Es war mein Herzenswunsch, dass meine Brüder und Schwestern in Christus die täglichen Gelegenheiten nutzen würden, um das Wachstum, die Reife und die Transformation zu erfahren, die Gott uns von Tag zu Tag anbietet.

Wir hofften zwar, dass diese Vision Wirklichkeit werden würde, aber die letzten zwanzig Jahre haben mich gelehrt, dass nicht alle dazu bereit sind oder auch nur den Wunsch haben, die Prinzipien anzuwenden, die wir vorschlagen. Ich habe festgestellt, dass Menschen (von Gott) bereit gemacht werden müssen, bevor sie in Betracht ziehen, all das zu erlernen, was zur Anwendung dieses Gebetsdienstes gehört. Der Schlüssel, damit Menschen Zeit und Energie investieren, um sich TPM anzueignen, ist *Motivation*. Es liegt in der menschlichen Natur, den Weg des geringsten Widerstands zu wählen und Schmerz um jeden Preis zu vermeiden. Doch wie viele von Ihnen wissen, setzt die Anwendung von TPM voraus, dass wir unsere Schmerzvermeidung und unseren Widerstand angehen.

In den ersten zwanzig Jahren meines christlichen Lebens ging ich selbst den Weg des geringsten Widerstands und der Schmerzvermeidung. Ich gab allen anderen, meinen Lebensumständen oder dem Teufel die Schuld für meinen Schmerz, und meine Lösung bestand darin, ein Opfer zu sein und mich von dem abzulenken, was ich nicht fühlen wollte. Keiner dieser Ansätze war erfolgreich.

Heute glaube ich, dass TPM seinen Platz im Leben vieler weiterer Menschen finden wird, doch nur bei denen, die motiviert sind, frei zu sein. Menschen suchen aber erst dann nach Freiheit, wenn sie erkennen, dass sie sie brauchen. Mir war das nicht bewusst, bis ich längere Zeit im „Netz des Teufels“ (2 Timotheus

2,26; EU) gefangen war. Vor TPM stellte ich nie die Verbindung zwischen meinen negativen Emotionen und meinen Herzensüberzeugungen her. Ich hielt es für eine natürliche Reaktion, mich schlecht zu fühlen, wenn etwas Schlechtes passiert. Der Gedanke, dass der Friede Christi tatsächlich „in meinem Herzen regieren“ konnte, war ein auswendig gelernter Bibelvers, aber keine Tatsache, die ich erlebte. Solange ich nicht erkannte, was mir fehlte, suchte ich nicht nach einem Ausweg.

Heute liegt unser Schwerpunkt nicht darauf, alle zu erreichen, sondern uns für diejenigen einzusetzen, die wirklich nach Freiheit suchen. Ich bin erstaunt über die vielen Menschen, die uns berichtet haben, wie sie TPM in einem Moment der Krise entdeckten (Motivation) und wie Gott sie durch diesen Dienst kontinuierlich zur Freiheit führte. Wenn Menschen erkennen, dass sie Freiheit brauchen, und dann die „drei Elemente von TPM“ in ihren täglichen Weg der Nachfolge integrieren, können sie Schwierigkeiten, persönliche Konflikte, Gemeinde-Angelegenheiten und jede auftretende Krise als etwas betrachten, das sie NICHT einfach aushalten müssen, sondern als Gelegenheit zur Läuterung ihres Glaubens und zur Erneuerung ihres Denkens (Römer 12,2) nutzen können.

Heute haben wir die Vision, dass TPM in einem *Teil* der weltweiten Gemeinde ein grundlegender Bestandteil ihrer Kultur und ihrer DNA werden wird. Indem Gläubige diese Prinzipien und die Absicht von TPM annehmen, bekommen sie die Gelegenheit, im Blick auf die Schwierigkeiten des Lebens denselben Bezugsrahmen miteinander zu teilen, in diesem Gebetsdienst dieselbe Sprache zu sprechen, persönlich die Verantwortung für ihren eigenen Weg der Glaubensläuterung durch den Herrn zu übernehmen, und ganz natürlich und spontan miteinander zu beten, um verwandelt zu werden und Freiheit zu finden. Wir können uns vorstellen, dass dies in einem gewissen Umfang im globalen Leib Christi geschehen wird, wenn Christen diese Konzepte übernehmen und TPM zu einem Teil ihres geistlichen Lebens machen. Und wir hoffen, dass Sie und Ihre Mitchristen ein Teil dieser Gruppe werden.

Für eine Zeit wie diese

Während ich diese abschließenden Worte schreibe, scheint sich ein unheilvoller Sturm am Horizont abzuzeichnen. Unsere Welt scheint aus den Fugen zu geraten. Nachfolger Jesu werden überall in der Welt mit zunehmender Feindseligkeit betrachtet. Es lässt sich nicht mit Gewissheit sagen, aber es scheint, als würden sich die Dinge dem Ende zuneigen, während die Wiederkunft des Herrn näher rückt. Ich glaube, dass die Gemeinde vor diesem großen Tag in ein starkes, läuterndes Feuer kommen wird. Gott bereitet die Braut des Lammes vor, die „ohne Flecken oder Falten“ sein wird. Paulus erklärte:

Christus [hat] die Kirche geliebt und sich für sie hingegeben [...] um sie zu heiligen, da er sie gereinigt hat durch das Wasserbad im Wort! So will er die Kirche herrlich vor sich hinstellen, ohne Flecken oder Falten oder andere Fehler; heilig soll sie sein und makellos (Epheser 5,25-27).

Es ist wichtig, dass wir zwischen dem „Wasserbad im Wort“ und der Reinigung von Sünde unterscheiden, die durch das vergossene Blut Christi geschieht. Die Reinigung durch das Wasser des Wortes ist das heiligende Wirken des Heiligen Geistes, der unseren Glauben läutert. Das Blut Jesu hat alle unsere Sünden abgewaschen. Sein Wort, das in unsere Herzen gegossen ist, heiligt unseren Glauben (macht ihn heilig und rein), damit unsere Herzensüberzeugungen der Realität unseres neuen Menschen entsprechen. Indem unser Glaube durch Sein Wort gereinigt wird, wird unser Denken mit unserem neu geschaffenen Selbst in Einklang gebracht, das „nach Gott geschaffen ist in wahrhaftiger Gerechtigkeit und Heiligkeit“ (Epheser 4,24).

Schlusswort

Diese Reinigung bewirkt der Heilige Geist durch das „Wasserbad im Wort“, das unsere Herzen von der Wahrheit überzeugt. Dabei wird nicht der Gläubige selbst gereinigt, da dies schon durch das Blut Jesu geschehen ist. Durch das, was Christus vollbracht hat, werden wir heilig und untadelig gemacht. Bei der Waschung durch das Wasser des Wortes wird unser Glaube gereinigt, damit unsere Wahrnehmungen, Emotionen und Verhaltensweisen mit dem vollendeten Werk Jesu in unserem inneren Menschen übereinstimmen. Diese Überzeugung von der Wahrheit führt zu guten Werken und einem Christus gemäßen Leben und zu einer „herrlichen Kirche ohne Flecken oder Falten oder andere Fehler“.

Es wird ein Sturm kommen, der aufdecken wird, was wir wirklich glauben. Unsere Reaktion auf diesen Sturm wird genau widerspiegeln, was wir in unserem Herzen glauben. Einige werden in Angst und Schmerz weinen und sich von Gott verlassen fühlen. Wir glauben, dass TPM gerade *in einer Zeit wie dieser* effektiv sein wird. Von allen Enden der Welt hat Gott Sich ein Volk von Christen gesammelt, die gerade lernen, wie sie sich positionieren können, damit der Heilige Geist sie durch das Wasser des Wortes „waschen“ kann. Nicht alle Gläubigen werden sich durch den Sturm beunruhigen lassen. Einige werden sich „auch dann freuen, wenn Sorgen und Probleme sie bedrängen“ (siehe Römer 5,3; NLB), und „es für reine Freude halten, wenn sie in verschiedener Weise auf die Probe gestellt werden“ (siehe Jakobus 1,2-3; NeÜ), weil sie wissen, dass die Prüfung und Bewährung ihres Glaubens die „friedvolle Frucht der Gerechtigkeit“ (Hebräer 12,11) hervorbringt.

Unser Gebet ist, dass noch viele weitere Christen lernen werden, mit dem zu kooperieren, was Gott in ihrem Leben tut, und diesen Dienst nutzen, solange das „Feuer“ nicht allzu heiß ist. Wir hoffen, dass sie die täglichen Schwierigkeiten ihres Lebens nutzen, um einen weiteren Teil ihres Glaubens läutern zu lassen. Ein größeres Feuer wird kommen, aber es muss uns nicht unvorbereitet treffen oder überraschen (1 Petrus 4,12), und wir können die Gelegenheit nutzen, die es mit sich bringt!

Da Sie diese Worte lesen, gehen wir davon aus, dass Sie sich schon auf den Sturm vorbereiten, der sich am Horizont abzeichnet. Lernen Sie gründlich, beugen Sie sich unter Gottes mächtige Hand, um jede Gelegenheit zu nutzen, Seine Wahrheit zu empfangen, und rechnen Sie mit der Frucht, die Er hervorbringt! Und wenn Gott Sie beruft, andere in diesem Gebetsdienst zu ermutigen und als Mentor oder Mentorin anzuleiten, dann tun Sie es mit Umsicht, Demut und einem ehrlichen Zeugnis über Gottes Wirken in Ihrer eigenen Erfahrung!

**Wir sind sehr dankbar für diejenigen von Ihnen, die sich geleitet
fühlten, diesen Gebetsdienst finanziell zu unterstützen**

Wir bitten nie um eine finanzielle Unterstützung für diesen Gebetsdienst, aber wir danken all denen, die es tun. Wir betreiben keine Spendensammlung und keinen Spenden-Marathon, sondern gehen davon aus, dass Gott diejenigen motiviert, die Er wählt. Wir möchten, dass Sie nach dem geben, was Sie sich in Ihrem Herzen vorgenommen haben, damit Sie dies fröhlich tun können und sich nicht gezwungen fühlen. Wenn Gott Ihnen den Impuls gegeben hat, etwas zu spenden, danken wir Ihnen!

Online spenden:

*www.transformationprayer.org
oder www.tpm.kindful.com*

Per Mail spenden:

*Transformation Prayer Ministry
PO BOX 80056
Simpsonville, SC USA
29680-9998*

BEGRIFFSVERZEICHNIS



ir haben ein Nummerierungssystem eingeführt, das es Ihnen ermöglicht, zu jedem Begriff in diesem Verzeichnis eine ausführlichere Erläuterung im entsprechenden Abschnitt des Handbuchs zu finden. Die erste Ziffer steht für das „Kapitel“, die zweite für den „Teil“. So steht zum Beispiel 19.1 für Kapitel 19, Teil 1.

Eine aufschlussreiche Verwendung des Begriffs „Herzensüberzeugung“ finden Sie beispielsweise im zweiten Teil des fünften Kapitels, und dies wird neben dem entsprechenden Glossareintrag durch den Vermerk (5.2) gekennzeichnet. Bei mehreren Vermerken haben wir diejenigen unterstrichen, die für das betreffende Wort besonders informativ sind (falls zutreffend).

Wenn eine Klammer nur eine Ziffer für das Kapitel enthält, ist dieses Kapitel vielleicht nicht in mehrere Teile unterteilt oder der entsprechende Begriff wird im gesamten Kapitel behandelt. Zum Beispiel wird der Begriff „Wut“ natürlich im gesamten Kapitel 18 behandelt, sodass Sie neben dem entsprechenden Glossareintrag nur den Vermerk (18) finden.

Dasselbe Nummerierungssystem haben wir für die Liste der „Illustrationen, Themen und Beispiele“ verwendet, die unmittelbar auf das Begriffsverzeichnis folgt.

Absicht von TPM:

Einen Bezugsrahmen zu bieten, damit wir die Schwierigkeiten unseres Lebens aus einer himmlischen Perspektive betrachten können und in der Lage sind, bewusst und gezielt mit Gott zu kooperieren, wenn Er unseren Glauben läutert, unser Denken erneuert und unser Leben verwandelt. (2), (8)

Alte Natur/alter Mensch:

Jeder Mensch wurde mit einem einzigartigen Ich oder einer einzigartigen Persönlichkeit geschaffen. Dieses Ich ist die Person, die wir sind. Irgendwann in der frühen Kindheit entscheidet sich jeder Mensch wissentlich und willentlich, zu sündigen. Diese willentliche Entscheidung führt zu unserem geistlichen Tod und zu unserer Trennung von Gott. Manche sagen, dass mit diesem anfänglichen Akt bewusster Sünde das „Alter der Verantwortlichkeit“ beginnt. Wir werden ein Mensch mit einem toten Selbst, der vom Leben Gottes abgeschnitten ist. Alle Menschen werden aufgrund ihrer Beziehung zu Adam unweigerlich in dieser Weise zu Fall kommen. Menschen haben verschiedene Begriffe für diesen Seinszustand und sprechen zum Beispiel von unserem toten Selbst, unserem alten Menschen, unserer alten Natur, unserer adamitischen Natur oder unserer gefallenen Natur. Ein wichtiger Aspekt dieses gefallenen Ichs ist die Tatsache, dass das ursprüngliche Ich, mit dem wir erschaffen wurden, dasselbe Ich ist, das zu unserem gefallenen oder toten Ich wird. Es ist auch dasselbe Ich, das zu dem „neuen Menschen“ oder der neuen Natur wird, die in Gerechtigkeit und Wahrheit erschaffen ist. Wenn ein Mensch bei seiner Erlösung Anteil an Gottes göttlicher Natur bekommt, wird er oder sie ein „neues Selbst“, das aus dem „ursprünglichen“ Selbst geschaffen ist. Das alte und das neue Ich sind also dasselbe „Ich“, allerdings zu verschiedenen Zeitpunkten. Mein „altes Ich“ ist die

Person, die ich war, bevor ich mit Christus starb und auferweckt wurde. Mein „neues Ich“ ist die neue Schöpfung, die ich heute bin. Ich bin dieselbe Person, die ich bei meiner Zeugung war, aber ich habe ein neues Herz, das rein und gerecht ist. (4.2), (5.2), (5.7), (6.7), (8), (9.4), (11.1), (14.3)

Assoziation:

Assoziation ist ein von Gott geschaffener mentaler Prozess, bei dem wir uns an etwas erinnern, weil es mit einer anderen Sache verknüpft ist. Wenn Sie zum Beispiel an das Wort „Geburtstag“ denken, werden Sie sich sofort an eine Erfahrung erinnern, die mit einem Geburtstag zu tun hat. Diese mühelose mentale Funktion wird im TPM-Prozess genutzt, um mehrere „Ziele“ zu erreichen. (5.1), (5.7), (12.4), (13.1), (13.2), (21.3)

Befreiungsdienst nach der Auferstehung Jesu:

Die Art und Weise, wie die frühe Gemeinde mit Dämonisierung, Exorzismus und geistlichem Kampf umging. Diesem Beispiel sollten auch wir folgen, statt eine Sichtweise einzunehmen, die sich auf die Zeit vor Golgatha bezieht. (20), (21.2)

Befreiungsdienst vor Golgatha:

Die Art und Weise, wie Jesus und Seine Jünger mit Dämonisierung und Exorzismus umgingen, bevor Satan am Kreuz besiegt wurde. (20), (21.2)

Bekennen oder beichten:

Das neutestamentliche griechische Wort, das in der Regel mit „bekennen“ übersetzt wird, ist „homologéo“, was so viel bedeutet wie „das Gleiche sagen“ oder „zu demselben Schluss kommen und jemandem zustimmen“. Leider wird dieses Wort in der Gemeinde fast ausschließlich auf das Bekennen sündigen Verhaltens gegenüber anderen Menschen oder gegenüber Gott bezogen. Die wichtigste Bibelstelle, die diese kirchliche Lehre stützt, ist Vers 9 im ersten Kapitel des ersten Johannesbriefs. Unter Theologen ist umstritten, ob dieses Kapitel an Gläubige geschrieben wurde oder ob es Menschen, die „ohne Sünde“ zu sein glaubten, dazu auffordern sollte, Gott darin „zuzustimmen“, dass sie tatsächlich Sünder waren.

Die Lehre von der Beichte konzentriert sich in der Regel darauf, jede begangene Sünde zu bekennen, und wird von vielen Gläubigen praktiziert. Im Kontext von TPM kommt dem Bekennen eine breitere Bedeutung zu. Wir verstehen es als Übereinstimmung mit Gott in Bezug auf das, was wir glauben, und bringen lügenbasierte Überzeugungen in Sein Licht, damit Er uns Seine Sichtweise in unseren Herzen offenbaren kann. (4.5), (10), (15)

Boxen im Verlaufsschema:

Das sind die sieben Phasen oder Schritte, aus denen der „TPM-Prozess“ besteht. Sie umfassen die „EMOTIONSBOX“, die „ERINNERUNGSBOX“, die „ÜBERZEUGUNGSBOX“, die „WAHRHEITSBOX“, die „TRANSFORMATIONSBOX“, die „ZORNBOX“ und die „LÖSUNGSBOX“. (12)

Buße/Umkehr:

In der Regel versteht man unter Buße bzw. Umkehr die Abwendung von der Sünde und die Hinwendung zu Gott. Dieses Verständnis ist zwar weit verbreitet, aber mit theologischen Bedenken behaftet. Erstens

Begriffsverzeichnis

bedeutet das bibelgriechische Wort nicht, sich von etwas abzuwenden, sondern seinen Glauben zu ändern. Das bibelgriechische Wort *metanoia*, das im Neuen Testament meist mit „Umkehr“ übersetzt wird, bezeichnet eine Änderung des Denkens oder des Glaubens. Wenn sich unsere Herzensüberzeugung geändert hat, werden wir uns von der Sünde abwenden. Der Akt der Umkehr ist jedoch keine Buße, sondern das Ergebnis eines veränderten Glaubens.

Umkehr (Änderung des Denkens oder des Glaubens) gewährt Gott uns, indem der Heilige Geist uns von der „Erkenntnis der Wahrheit“ überzeugt, sodass wir „wieder zur Besinnung kommen und aus dem Netz des Teufels befreit werden.“ Das Ergebnis ist eine veränderte Ausrichtung, Verhaltensweise und Einstellung. Das alles geschieht auf natürliche, mühelose Weise und zeigt sich durch die Frucht des Geistes in unserem Leben (siehe auch die sehr gute Darstellung dieses ganzen Prozesses in 2 Timotheus 2,25-26).

Es ist ein Werk des Heiligen Geistes in den Herzen der Gläubigen, das sie von der Wahrheit überzeugt und zu einem veränderten Glauben führt. Eine willentliche Umkehr erfordert eigene Anstrengung und Disziplin, doch wenn der Heilige Geist unsere Herzensüberzeugungen ändert, hat dies unsere Abwendung von der Sünde zur Folge. Ungläubige können sich von Sünde abwenden und für eine gewisse Zeit dabei bleiben, wenn sie sich dazu entscheiden (wie auch wir es manchmal versuchen). Eine echte Änderung des Denkens dagegen ist ein Werk Gottes, das eine Transformation und geistliche Frucht zur Folge hat.

Wenn Buße bedeutet, dass der Heilige Geist unsere Herzensüberzeugungen ändert, was uns motiviert, uns Gott zuzuwenden, dann entspricht dies dem umfassenden Verständnis der Erlösung „aus Gnade durch Glauben“ und nicht durch Werke. Es hat alles mit Gott zu tun und liegt nicht an uns. (4.5), (5.5), (6.4), (16), (20.5), (20.8)

Dämon:

Dämonen sind von Gott geschaffene, geistliche Wesen, die sich entschieden haben, unter der Leitung Satans zu den „Mächten der Finsternis dieser Welt“ zu gehören. (20)

Dämonische Besessenheit:

Durch ein Missverständnis des griechischen Wortes „daimonizomai“ wird angenommen, dass Dämonen einen Menschen überwältigen und kontrollieren können. Das ist nie der Fall. Dämonen können sich nicht über den Willen einer Person hinwegsetzen. Der griechische Begriff lässt sich besser mit „Dämonisierung“ wiedergeben und beschreibt, dass ein Mensch willentlich den Wünschen eines Dämons nachkommt, weil er durch eine Täuschung verleitet wurde, eine „Lösungsüberzeugung“ zu glauben. Auch wenn es schwerfallen mag, diese Bedeutung zu akzeptieren, können Dämonen nur tun, was ihnen erlaubt wird. Sie können niemand zwingen, irgendetwas zu tun. (19), (20), (21.2)

Dämonische Manifestation:

Wenn ein Dämon den Körper eines Menschen benutzt, um sich auszudrücken. Dämonen können sich durch die Stimme, den Körper, den Gesichtsausdruck oder auch durch mentale Bilder manifestieren. (19), (20), (21.2)

Denken/Verstand:

Mit unserem Denken oder Verstand sammeln wir das, was wir mit unseren Sinnen aufnehmen, und

interpretieren es durch die Brille unserer Überzeugungen (wobei unsere „Herzensüberzeugungen“ den Vorrang gegenüber unseren intellektuellen Überzeugungen erhalten). Auf dieser Interpretation unserer Erfahrungen beruhen dann unsere weiteren Wahrnehmungen, Gefühle und Reaktionen. (4.1), (5), (6)

Disziplin:

Es gibt wichtige persönliche Übungen, die Christen regelmäßig praktizieren, wie z. B. Bibelstudium, Auswendiglernen von Bibelversen, Meditation über die Heilige Schrift, Fasten, Anbetung, usw. Solche „Disziplinen“ bzw. geistlichen Übungen sind ein wichtiger Teil des christlichen Lebens, aber die Beweggründe dafür sind von Mensch zu Mensch verschieden. In diesem Handbuch haben wir dargelegt, dass geistliche Übungen keine Verwandlung herbeiführen, aber sie können uns helfen, eine Haltung oder Position einzunehmen, in der Gott dieses Werk in uns tun kann. Wenn wir geistliche Übungen anwenden, um selbst eine Veränderung herbeizuführen oder heiliger zu werden, werden wir damit keinen Erfolg haben. Auch ein noch so aufrichtiges Bemühen um eigene Disziplin wird unserer Heiligkeit nicht das Geringste hinzufügen, noch wird es eine echte Transformation bewirken. (11.2)

Dissoziation:

Dissoziation bedeutet, sich von einem Gedanken, einer Erinnerung oder einer Erfahrung abzulenken oder abzukoppeln, die man nicht wahrhaben will, die man nicht anerkennen möchte oder mit der man nicht in Berührung kommen will. Dies geschieht als Reaktion auf „wahrgenommene Probleme“ und ist ein Beispiel für ein „Lösungsverhalten“. (19)

Drei Elemente von TPM:

Das sind die „Absicht von TPM“, die „TPM-Prinzipien“ und der „TPM-Prozess“ (2)

Dysfunktion:

Eine Dysfunktion bedeutet, nicht so zu funktionieren, zu handeln oder sich zu verhalten, wie es eigentlich vorgesehen ist. Wir alle sind in irgendeiner Hinsicht und in gewissem Maß dysfunktional. Grund für dysfunktionales Verhalten sind die Lügen, die wir glauben, und die Sünden, die wir praktizieren. Und wir sündigen, weil uns Gottes Perspektive fehlt.

Erinnerung:

Die mentale Speicherung unserer vergangenen Erfahrungen. Sie umfasst alles, woran wir uns erinnern – alles, was wir nach eigener Überzeugung gesehen, gehört, gefühlt oder auf andere Weise erfahren haben.

Erleuchtung:

Das, was der Heilige Geist tut, wenn Er Sein Licht der Wahrheit in unsere Herzen leuchten lässt.

Erneuerung des Denkens:

Es geschieht, wenn der Heilige Geist uns in Bezug auf die Unreinheiten unseres Glaubens, die durch Seinen Prozess der „Glaubensläuterung“ aufgedeckt werden, von der Wahrheit überzeugt. Bei einer echten Erneuerung des Denkens wird die Lüge, die wir zuvor glaubten, sich nicht mehr wahr anfühlen und uns nicht mehr wahr erscheinen; stattdessen wird sich aus unserer neuen Perspektive die Wahrheit wahr

Begriffsverzeichnis

anfühlen und uns wahr erscheinen. (10)

Errettung:

Unsere geistliche Errettung geschieht, wenn wir „mit [unserem] Mund Jesus als Herrn [bekennen] und in [unserem] Herzen [glauben], dass Gott ihn aus den Toten auferweckt hat (...) Denn mit dem Herzen wird geglaubt zur Gerechtigkeit, und mit dem Mund wird bekannt zum Heil“ (Römer 10,9-10; unsere Hervorhebung).

Fleisch:

Das neutestamentliche Wort, das mit „Fleisch“ übersetzt wird, ist *sarx*. Die Bibel verwendet diesen Begriff unterschiedlich. Manchmal bezeichnet er nur den physischen Körper, in dem wir auf der Erde leben. Er beschreibt aber auch unsere Versuche, unabhängig vom dem, was Christus in uns wirkt, heilig zu leben (Römer 8,3-4). Manche bezeichnen dies als Heiligung durch eigene Werke. Das Neue Testament verwendet den Begriff „Fleisch“ auch für all das, was von unserer früheren Lebensweise noch vorhanden ist, nachdem wir errettet wurden und mit Jesus gekreuzigt und auferstanden sind (siehe Galater 2,19-20). Dazu gehört alles, was Teil unserer gefallenen Natur ist: die Begierden des „Fleisches“, zügellose Leidenschaften und lasterhafte Wünsche. Zu unserer fleischlichen Gesinnung gehören auch alle lügenbasierten Überzeugungen, die wir noch in unserem Herzen tragen. Das Fleisch ist nicht dasselbe wie unser altes Ich. Das alte Ich wurde mit Christus gekreuzigt und ist tot, während unsere fleischliche Gesinnung lebendig ist und zu unserem physischen „Leib des Todes“ und unserem unerneuerten Denken gehört. Paulus formulierte es mit klaren Worten: „Unser alter Mensch wurde mitgekreuzigt, *damit* der von der Sünde beherrschte Leib vernichtet werde“ (Römer 6,6, EU, unsere Hervorhebung). (9.1), (9.4), (11.2)

Flussdiagramme (TPM Flussdiagramme):

Sie sind eine visuelle Darstellung der Verlaufsprotokolle, die in diesem Handbuch dargelegt werden. Die verschiedenen Flussdiagramme sind am Ende dieses Handbuchs zu finden, können aber auch von der TPM-Webseite heruntergeladen werden. In den beispielhaften Szenarios, die in den einzelnen Kapiteln des Handbuchs zur Veranschaulichung dienen, verweisen Kürzel auf das entsprechende Flussdiagramm: ein (G) – „G“ für Gefühle bzw. Emotionen – verweist auf das Flussdiagramm der „EMOTIONSBOX“, ein (E) auf das Flussdiagramm der „ERINNERUNGSBOX“, ein „Z“ auf das Flussdiagramm der „ZORNBOX“, und ein (L) auf das Flussdiagramm der „LÖSUNGSBOX“. (12.1), (12.2)

Frucht des Geistes:

Die von Gott geschaffenen Eigenschaften, Emotionen und Verhaltensweisen, die wir nach Seiner Vorsehung tragen und die in unserem Leben zum Ausdruck kommen sollen, weil der Heilige Geist in uns ist und wir Seine Perspektive haben. (11), (17)

Gebetspartner:

Mentees in der TPM-Ausbildung, die als Fürbittende an einem TPM-Prozess teilnehmen.

Gehorsam:

Die bewusste Entscheidung, den Wünschen derjenigen, denen wir dienen, zu folgen und sie auszuführen.

Nach der Heiligen Schrift sollte es nicht mühsam oder schwierig sein, Gott zu gehorchen (siehe 1 Johannes 5,3). Unser Gehorsam gegenüber Gott sollte durch unsere Liebe motiviert werden und daher ein Ausdruck der Frucht des Geistes sein. Wenn es uns schwerfällt, Gott zu gehorchen, stimmt etwas nicht. Das Problem liegt in unserem unreinen Glauben, d.h. in unseren lügenbasierten Herzensüberzeugungen. (Siehe auch das Prinzip „Überzeugung und Entscheidung“ und die Illustration „Eis“), (6.1)

Geist unserer Gesinnung:

Mit diesem Ausdruck beschreibt der Apostel Paulus die Erneuerung unseres Denkens (Epheser 4,23). Die Tatsache, dass er vom „Geist unserer Gesinnung“ spricht, bedeutet offenbar, dass es um mehr geht als um intellektuelles Wissen.

Geistlicher Kampf:

Manche Christen haben die Vorstellung, dass wir uns in einem geistlichen Kampf gegen die Mächte der Finsternis befinden, obwohl die Bibel erklärt, dass Satan besiegt wurde und dass uns in Christus bereits der Sieg gegeben ist. Es ergibt weder logisch noch theologisch einen Sinn, gegen geistliche Mächte in den Kampf zu ziehen. Der Lehre der Bibel entspricht es vielmehr, dass wir in dem Sieg leben, der uns bereits gegeben ist, und Christus (die Waffenrüstung) angezogen haben. (20), (21.2)

Gelinderte Probleme (Lösungsindikator):

Wenn Ihre „wahrgenommenen Probleme“ durch ein bestimmtes Verhalten scheinbar verringert werden oder Ihre negativen Emotionen abklingen und Sie sich spürbar „besser“, sicherer, wohler, handlungsfähiger, weniger ängstlich, weniger besorgt usw. fühlen, ist das ein Hinweis, dass Sie wahrscheinlich ein „Lösungsverhalten“ ausüben. Dies trifft besonders dann zu, wenn ein wahrgenommenes Problem wieder seinen problematischen Charakter annimmt und die Dinge „schlimmer“ zu werden scheinen, sobald Sie Ihr Lösungsverhalten einstellen oder unterlassen. (19.1), (19.6)

Gerechtigkeit:

In der Bibel bedeutet Gerechtigkeit, in Gottes Augen gerecht zu sein oder die rechte Stellung vor Gott einzunehmen. Dies ist nur möglich, weil Jesus für uns gestorben und auferstanden ist. Nur in Ihm und nicht in uns selbst sind wir gerecht.

Gereinigter Glaube / geläuterter Glaube:

Herzensüberzeugungen, die darauf beruhen, dass der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt hat. (9.1)

Glaube:

Glaube umfasst alles, was wir mit dem Herzen glauben. Das, was wir mit dem Herzen glauben, motiviert unser Handeln und ruft unsere Gefühle hervor. Ein Teil unseres Glaubens beruht nicht auf der Wahrheit und muss gereinigt oder geläutert werden (durch die Wahrheit ersetzt werden). Ein gereinigter Glaube spiegelt die Wahrheit wider. (9)

Glaubensläuterung:

Begriffsverzeichnis

Gott lenkt unser Leben und lässt zu, dass uns Schwierigkeiten, Bedrängnisse und Ungerechtigkeiten widerfahren, damit unsere lügenbasierten Überzeugungen aufgedeckt werden und Er unseren Glauben reinigen kann. Wie Gold durch ein läuterndes Feuer von Schlacken gereinigt wird, so deckt Gott die Unwahrheiten in unserem Glauben auf und erneuert unser Denken durch Seine Wahrheit. Das Resultat ist ein geläuterter Glaube, ein erneuerter Geist und ein verwandeltes Leben. (8), (9)

Glieder unseres physischen Körpers:

Alle Teile unseres physischen Körpers, in denen Sünde wohnt (siehe Römer 7,23).

„Glückliche Momente“ und geleitete Imagination:

In einigen Seelsorge-Modellen werden die begleiteten Menschen ermutigt, sich irgendeine angenehme Situation vorzustellen, in der sie sich sicher oder „glücklich“ fühlen. Das geschieht in der Annahme, dass es hilfreich ist, zuerst „glückliche“ Emotionen zu wecken, bevor man daran geht, sich an „unglückliche“ Momente zu erinnern. Im TPM-Gebetsdienst wird dies nicht praktiziert, sondern als eine Form der suggerierten oder geleiteten Imagination betrachtet. (12), (13), (14), (21.2), (21.3)

Gottes Perspektive:

Gottes Perspektive ist die Wahrheit. Gott besitzt vollkommene und vollständige Erkenntnis und Sicht. Jesus kennt und ist die Wahrheit. Alles, was Gottes Perspektive genau widerspiegelt, ist wahr, während alles, was Seiner Sicht widerspricht, unwahr ist.

Gottes Lösungen:

Dies sind die Methoden, die Gott zur Lösung unserer „wahrheitsbasierten Probleme“ anwendet. Sowohl unsere „lügenbasierten Probleme“ als auch unsere „wahrheitsbasierten Probleme“ werden wir als gelöst erkennen, wenn wir von der Wahrheit überzeugt sind. Denn Gott hat alle unsere „wahrheitsbasierten Probleme“ bereits gelöst (oder versprochen, sie zu lösen); was uns zu tun bleibt, ist nur, Sein Wirken wahrzunehmen und auf Seine Lösungen zu vertrauen. Wir empfinden sie nur deshalb als problematisch, weil wir die Wahrheit noch nicht kennen. Was uns fehlt, sind nicht Gottes Lösungen (denn er hat sie uns bereits frei zur Verfügung gestellt); wir müssen aber von dieser Realität überzeugt werden, damit wir auf das vertrauen, was er für uns getan hat. Und da unsere „lügenbasierten Probleme“ nicht real sind, müssen wir von der Tatsache überzeugt werden, dass sie imaginär sind. Da wir zum Beispiel nicht wertlos sind, brauchen wir Gott nicht, um unser Gefühl der Wertlosigkeit zu „lösen“; wir brauchen Ihn, damit Er uns von unserem Wert überzeugt. (4.3), (4.4), (4.5), (5.5), (5.6), (5.7), (7), (10)

Größere Wahrheit:

Wir verwenden diesen Begriff, wenn wir mit emotionalem Schmerz zu tun haben, weil wir eine bestimmte Tatsache glauben. Wenn zum Beispiel ein geliebter Mensch stirbt, empfinden wir Trauer. Unsere Trauer beruht auf der Tatsache, dass diese Person nicht mehr bei uns ist und wir sie erst in der Ewigkeit wiedersehen werden. Es gibt jedoch „größere Wahrheiten“, die unseren Kummer und unsere Trauer lindern und beheben können, wenn wir in unserem Herzen von ihnen überzeugt sind. Wenn wir zum Beispiel wirklich glauben, dass die verstorbenen Menschen, die wir lieben, bei Jesus sind und sich seiner Gegenwart erfreuen, wird diese größere Wahrheit dazu führen, dass wir uns freuen, auch wenn wir sie vermissen. Eine

größere Wahrheit ist auch, dass Jesus all unseren Kummer und unser Leid trägt (Jesaja 53,4). (5.5), (5.6)

Ein weiteres Beispiel für eine größere Wahrheit bezieht sich auf die Tatsache, dass wir alle gesündigt und die Herrlichkeit Gottes verloren haben. Die Konsequenz unserer Sünde ist ewige Verdammnis. Und weil das die Wahrheit ist, besteht Grund zu großer Verzweiflung. Es gibt aber eine größere Wahrheit, die uns Hoffnung gibt. Durch den Tod und die Auferstehung Jesu bietet Gott uns Gnade, Barmherzigkeit, Vergebung für unsere Sünden und die Hoffnung auf ewiges Leben bei Gott. (4.3), (5.5), (5.6)

Grundlinie (baseline):

Dieser Begriff soll das bezeichnen, was bei einem TPM-Prozess in der ÜBERZEUGUNGSBOX geschieht. Durch die Frage der ÜBERZEUGUNGSBOX wird festgestellt, ob sich die lügenbasierte Herzensüberzeugung, die in der ERINNERUNGSBOX identifiziert wurde, wahr anfühlt. Wenn ja, dient sie später

in der TRANSFORMATIONSBBOX als „Grundlinie“. Nach einer Zeit in der WAHRHEITSBOX stellt der/die Mentee fest, ob es zu einer Änderung seines/ihrer Denkens gekommen ist, indem er/sie wahrnimmt, ob die Überzeugung, die sich in der ÜBERZEUGUNGSBOX wahr anfühlte, immer noch wahr zu sein scheint oder sich wahr anfühlt. Diese Überzeugung ist die „Grundlinie“ für die Feststellung, ob es eine Änderung seines/ihrer Denkens eingetreten ist. (15), (17.1)

Hagios:

Dieses neutestamentliche griechische Wort wird oft mit „heilig“ übersetzt. Ursprünglich bedeutet es, für einen bestimmten Zweck ausgesondert zu sein oder sich wesentlich zu unterscheiden. Paulus spricht die Empfänger seiner Briefe oft als *hagios* oder Heilige an, also als Menschen, die ausgesondert sind. (9.4), (11)

Heiligen:

Eine Sache oder Person für einen heiligen und speziellen Zweck aussondern. Es bedeutet auch, etwas für heilig oder rein zu erklären. Diese Bezeichnung verwendet Paulus für die ersten Christen, die er als Heilige anredet. Das bibelgriechische Wort für „heilig“ ist *hagios*.

Heiligkeit:

Unsere Heiligkeit beruht darauf, wer wir in Christus sind. Sie wird durch die Treue Christi aufrechterhalten und bewahrt, und nichts, was wir tun, kann uns heiliger machen oder das beeinträchtigen, was Jesus bereits vollbracht hat. Wenn unsere Heiligkeit durch unser Verhalten bestimmt und aufrechterhalten wird, dann sind wir immer nur eine Sünde davon entfernt, unheilig zu sein. Das, was heilig ist, ist auch rein und frei von jeder Unreinheit. Der Tod und die Auferstehung Jesu haben uns rein gemacht. Im Gegensatz zum Alten Bund mit seinen täglichen Opfern war das Blut Jesu keine vorübergehende Bedeckung unserer Sünden; Sein Tod nahm unsere Sünden ein für alle Mal weg. Der Vetter Jesu, Johannes der Täufer, verkündete eines Tages, als Jesus vorbeikam: „Siehe, das Lamm Gottes, das die Sünde der Welt wegnimmt!“ (Johannes 1,29). Weil alle unsere Sünden weggenommen wurden, bleibt unsere Heiligkeit bestehen. Nach der Heiligen Schrift gilt alles, was zu Jesus gehört und in Ihm enthalten ist, auch für uns, denn wir sind „die Fülle dessen, der alles in allen erfüllt“ (Epheser 1,23). Wir sind heilige Kinder Gottes und „Teilhaber der göttlichen Natur“ (2 Petrus 1,4). Weil wir jetzt heilig sind, können wir „voll Zuversicht hinzutreten zum Thron der Gnade“ (Hebräer 4,16;

EU). (1), (4.4), (7.5)

Heiligung:

Der Heilige Geist wirkt fortwährend im Leben der Gläubigen, um sie zu heiligen. Heiligung bedeutet, dass Er unseren Glauben läutert und unser Denken erneuert, was zur Transformation unseres Glaubens führt. Diese Heiligung bedeutet nicht, etwas zu werden, das wir noch nicht sind, sondern zu erkennen, wer wir in unserem „neuen Ich“ in Christus sind. Statt zu versuchen, wie Jesus zu werden, entdecken wir, wer wir seit dem Beginn unseres Glaubens an Christus sind (1 Korinther 13,12). Es ist ein Werk Seines Geistes, das Er in uns vollbringt, wenn wir uns „in Demut unter die mächtige Hand Gottes [beugen], damit er [uns] erhöht, wenn die Zeit gekommen ist!“ (1 Petrus 5,6; unsere Hervorhebung). (8), (9), (10), (11)

Herrlichkeit:

Das Wort „Herrlichkeit“ wird von Christen oft verwendet, aber die meisten hätten wahrscheinlich Schwierigkeiten, genauer zu erklären, was es bedeutet. Herrlichkeit lässt sich natürlich nicht losgelöst von ihrem jeweiligen Kontext definieren. In der Heiligen Schrift wird Gottes Herrlichkeit oft als der äußere Ausdruck Seiner vollkommenen Majestät, Größe und Schönheit verstanden. Die Sterne und der Mond drücken Seine Herrlichkeit aus; der abendliche Sonnenuntergang, die schneebedeckten Berge und die Weite der Ozeane verkünden Seine Herrlichkeit. Es ist die nonverbale Kommunikation, die von Gott ausgeht, wenn Er sozusagen den Raum betritt. Es ist Seine Pracht, Sein Wunder, Seine Heiligkeit und Seine Größe, die von ihm ausstrahlen, ohne dass Er auch nur ein Wort sagt. Uns ist zugesagt, dass wir an Seiner Herrlichkeit teilhaben werden (Johannes 17,22). Wenn wir mühelos die Frucht des Geistes in unserem Leben tragen, haben wir in gewissem Sinne Anteil an Seiner Herrlichkeit, indem wir einen Abglanz Seines Charakters zum Ausdruck bringen. Wir sind wie der Mond, der das Licht der Sonne reflektiert und so an der Herrlichkeit der Sonne teilhat, sodass er im Dunkel der Nacht hell leuchtet. Wenn wir die Frucht des Geistes tragen, spiegeln wir den Abglanz seines Wesens und seiner Herrlichkeit wider.

Herz:

Das biblische Wort für „Herz“ ist von dem griechischen Wort *kardia* abgeleitet; es bedeutet „Quelle und Sitz der Gedanken, Leidenschaften, Wünsche, Begierden, Neigungen, Absichten, Bestrebungen (...) das Herz, der innere Mensch usw.“ (Strong's Concordance – 2588). Unsere Gefühle und Motivationen kommen aus unserer *kardia*, unserem „Herzen“. Genauer gesagt fühlen wir, was wir fühlen, aufgrund der Dinge, die wir in unseren „Herzen“ glauben. Die Überzeugungen, die in unserem „Herzen“ gespeichert sind, bezeichnen wir als „Herzensüberzeugungen“. (Vorwort), (1), (4.5), (5.2), (5.7), (6.5), (7.2), (7.4), (8), (9.1), (9.4), (14.3)

Herzensüberzeugungen:

Herzensüberzeugungen sind all das, was wir mit dem Herzen glauben. Sie bilden den Kern unseres Glaubens und sind der Auslöser unserer Gefühle. Herzensüberzeugungen sind die primäre Quelle unserer „wahrgenommenen Probleme“. Es gibt zwei grundlegende Arten von Herzensüberzeugungen, die sich entweder auf unsere „Selbst-Identität“ oder unseren „Seinszustand“ beziehen. Einige Herzensüberzeugungen entsprechen der Wahrheit, die anderen sind als lügenbasiert zu betrachten. TPM unterscheidet zwischen dem, was wir mit dem Verstand glauben, und dem, was wir mit dem Herzen glauben.

Intellektuelle Überzeugungen können unsere Kenntnisse erweitern und uns klüger machen; dagegen wird die Wahrheit, die wir mit dem Herzen glauben, uns verwandeln. Die Bibel sagt klar, dass unsere Errettung durch das geschieht, was wir mit dem Herzen glauben (Römer 10:10). Ein intellektuelles Verständnis der Wahrheit ist die „Tür“ zu unserem Herzen, aber erst, wenn der Heilige Geist uns in unserem Herzen von der Wahrheit überzeugt, werden wir sie glauben und durch die Wahrheit verändert werden. (5.2), (9.1), (14.3), (14.4)

Homologéo:

Dieses bibelgriechische Wort wird meist mit „bekennen“ übersetzt. Es bedeutet: „mit etwas übereinstimmen und sich offen zu etwas bekennen“ oder noch wörtlicher: „mit einer anderen Person übereinstimmen und dieselbe Perspektive teilen“ (siehe auch „Bekennen oder beichten“). (4.5), (10), (15)

Identität in Christus:

Sie beschreibt die Person, die wir nach Gottes Aussage sind, weil wir geglaubt haben, dass die Botschaft des Evangeliums wahr ist. (4.2), (8), (11.1), (14.3)

Innere Heilung:

Viele Seelsorge-Modelle gehen davon aus, dass Menschen emotional verwundet sind und schmerzhaft Erinnerungen haben, die „geheilt“ werden müssen. Das wird im TPM-Gebetsdienst nicht gelehrt und nicht praktiziert. (21)

Innerer Mensch / Innere Person:

Die wahre Identität einer Person, die umfasst, wer und was sie wirklich ist. Solange dieser innere Mensch nicht in Christus ist, wird er als tot und von Gott getrennt betrachtet. In diesem Zustand wird er als das alte Ich oder als der alte Mensch bezeichnet. Dieser innere Mensch ist mit Christus gekreuzigt und wird als das neue Ich oder als der neue Mensch zum Leben erweckt. (5.2), (8), (9.4), (11.1)

Intellektuelle Überzeugung:

Das, was wir nur mit unserem Verstand und nicht mit unserem Herzen glauben (siehe „Denken/Verstand“ „Verstand“). (5.2), (7.4)

Interpretationen:

Schlussfolgerungen und Sichtweisen über Ereignisse in unserem Leben, die beschreiben, was nach unserer Überzeugung geschehen ist und warum es geschehen ist. Sie entsprechen weitgehend unseren „Herzensüberzeugungen“. (4)

Komponenten einer Lösung:

Eine Lösung umfasst drei Komponenten: das „Lösungsverhalten“, das „wahrgenommene Problem“ und die „Lösungsüberzeugung“. (19.1)

Kopf oder Verstand:

Unser Verstand befähigt uns, zu denken, wahrzunehmen, zu verstehen und Schlüsse zu ziehen. Das

Begriffsverzeichnis

entspricht einem Teil der Definition des bibelgriechischen Wortes „nous“. Nach heutigen Begriffen gehen wir davon aus, dass wir das, was wir mit unserem „nous“ glauben, in unserem „Kopf“ glauben. Informationen, die wir in unserem „Kopf“ speichern, können zwar nützlich sein und sogar der Wahrheit entsprechen; aber unser Verstand ist nicht der einzige Ort für das, was wir glauben, und er ist auch nicht die Quelle unserer Gefühle. Unsere Emotionen sind offenbar an anderer Stelle verortet. Der Grund für das, was wir fühlen, ist das, was wir in unserem „Herzen“ glauben. (5.2)

Leid:

Im Kontext der Heiligen Schrift umfasst Leid alles in unserem Leben, das schmerzhaft, belastend oder schwierig ist, seien es physische Qualen wegen unseres Glaubens oder „normale“ Stress-Situationen in unserem Alltag. Situationen, in denen wir leiden, benutzt Gott als primäres Mittel, um aufzudecken, dass uns Seine Perspektive fehlt. Das soll uns veranlassen, zu Ihm zu kommen, damit Er unseren Glauben läutern, unser Denken erneuern und unser Leben verwandeln kann. (8), (9), (10), (11)

Leistungsorientierte Spiritualität:

Ein Versuch, richtig zu leben und das zu tun, was Jesus tun würde, indem wir unser Verhalten kontrollieren und uns an die Wahrheit anpassen. Per Definition handelt es sich dabei um ein „Lösungsverhalten“. Es ist das Bemühen, die Frucht des Geistes selbst zu produzieren oder sich so zu verhalten wie Jesus und Sein Leben nachzuahmen. Gott hat uns berufen, in das Ebenbild Jesu verwandelt zu werden, statt selbst zu versuchen, wie Er zu leben. (6.5), (6.6), (6.7), (11)

Lösungen:

Im TPM-Konzept bezeichnet dieser Begriff die Art und Weise, wie wir im Allgemeinen auf „wahrgenommene Probleme“ reagieren, indem wir ein „Lösungsverhalten“ benutzen, weil wir verleitet wurden, eine „Lösungsüberzeugung“ zu glauben. (6), (19) Der Begriff „Lösung“ wird oft benutzt, wenn es generell um „Lösungsverhaltensweisen“ geht.

Lösungsverhalten:

Alles, was wir als Reaktion auf ein „wahrgenommenes Problem“ tun, weil wir glauben, dass dieses Verhalten zur Lösung oder Linderung unseres Problems beitragen wird. Jedes Lösungsverhalten beruht auf einer „Lösungsüberzeugung“. (6), (19)

Lösungsüberzeugung:

Eine Überzeugung, die erklärt, warum ein bestimmtes „Lösungsverhalten“ als vermeintliche „Lösung“ für ein „wahrgenommenes Problem“ gewählt wurde. Sie ist der lügenbasierte Grund für das, was wir tun (wir praktizieren das Lösungsverhalten zum Beispiel, um Gefühle zu unterdrücken, Erinnerungen zu verdrängen oder an Ärger festzuhalten). Sie ist die Überlegung oder Vorstellung, die uns zu einer bestimmten Vorgehens- oder Verhaltensweise (Lösungsverhalten) veranlasst, weil wir glauben, auf diese Weise ein wahrgenommenes Problem lösen zu können. Ich glaube zum Beispiel: Wenn ich mich an das erinnere, was mir passiert ist, werde ich davon überwältigt (das wahrgenommene Problem). Indem ich mich also nicht erinnere, sondern die Vergangenheit abblocke (Lösungsverhalten), schütze ich mich davor, überwältigt zu werden (Lösungsüberzeugung). (6), (19)

Lösungsindikatoren:

Anzeichen und Hinweise, an denen wir erkennen können, ob und wann wir uns in einem „Lösungsverhalten“ befinden (das erste Ziel in der LÖSUNGSBOX). Häufige Lösungsindikatoren sind zum Beispiel „zwanghaftes Verhalten“, „gelinderte Probleme“ und „Widerstand oder Zögern“. (19.1)

„Looping-Frage“:

Die dritte Frage in der ERINNERUNGSBOX, die im Flussdiagramm der ERINNERUNGSBOX mit (E8) bezeichnet wird. Sie wird gestellt, wenn die Antworten von Mentees auf die anderen beiden Fragen dieser Box sich wiederholen bzw. in einen „Loop“ kommen. (14.2), (14.3), (14.4), (14.5)

Lügenbasiertes Denken:

Gedanken, Vorstellungen, Annahmen und Schlussfolgerungen, die wir für wahr halten, obwohl sie es nicht sind.

Metanoia:

Dieses bibelgriechische Wort wird meist mit „Buße“ oder „Umkehr“ übersetzt. Wörtlich bedeutet es „Sinnesänderung, Änderung des Denkens, Verwandlung des inneren Menschen, Umdenken“. Diese „Änderung des Denkens“ erfahren wir, wenn der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt. Statt Lügen zu glauben, glauben wir, was wahr ist. Das ist die Veränderung, nach der wir in der TRANSFORMATIONSBBOX fragen. (4.5), (5.5), (6.4), (16), (20.5), (20.8)

Mentee:

Die Person, die den „TPM-Prozess“ in einer „TPM-Gebetssitzung“ anwendet. Der oder die Mentee kann durch einen „Mentor“ oder eine „Mentorin“ unterstützt werden. Der oder die Mentee ist die Person, die in jeder der sieben „Boxen“ selbst die entsprechenden Ziele erreicht. (Vorwort), (1), (2), (3), (8), (12), (21)

Mentor/ Mentorin:

Die Person, die einen „Mentee“ bei der Anwendung des „TPM-Prozesses“ beobachtet. Sie folgt dem Mentee während der „TPM-Gebetssitzung“, indem sie die entsprechenden Fragen stellt, und bietet bei Bedarf Orientierung an. (Vorwort), (1), (2), (3), (8), (12), (21)

Neue Geburt:

Wenn ein Mensch von der Wahrheit des Evangeliums überzeugt wird und Jesus als Herrn bekennt, wird er mit Gott versöhnt und ist gerettet (Römer 10,10). Dabei geschieht auch eine geistliche Verwandlung des inneren Menschen. Die Bibel nennt diese Transformation „Wiedergeburt“. Es ist das Entstehen eines neuen, inneren Menschen oder einer neuen Schöpfung. Bei der Errettung erhalten wir Anteil am Tod und an der Auferstehung Jesu und werden zu neuen Geschöpfen. Die Heilige Schrift macht keine vollständigen Angaben über alles, was darin eingeschlossen ist; sie gibt uns aber die Gewissheit, dass unser altes Ich (unser Zustand des Getrenntseins von Gott) mit Jesus stirbt und unser neues Ich mit ihm auferweckt wird. Unser innerer Mensch ist die einzigartige Person, die Gott bei unserer physischen Zeugung ins Leben gerufen hat. Vor der Errettung durch Christus ist dieses Ich von Gott getrennt, aber es wird als neue Schöpfung zum Leben erweckt. Der ursprüngliche Geist/der innere Mensch unseres Herzens hat am Kreuz nicht aufgehört zu existieren; es ist vielmehr so, dass wir mit Christus gestorben sind und in Ihm zu neuem Leben erweckt, verwandelt und geheiligt wurden. Wir sind eine neue Schöpfung, aber wir sind auch dieselbe Person. (4.2),

Begriffsverzeichnis

(5.2), (5.7), (6.7), (8), (9.4), (11.1), (14.3)

Paradigmenwechsel:

Ein grundlegendes Umdenken, eine wesentliche Veränderung einer lang gehegten Überzeugung.

Peitho (Bibelgriechisch für „überzeugen“):

Dieses bibelgriechische Wort bedeutet „überzeugen oder überzeugt werden und auf das vertrauen, was wahr und verlässlich ist“. Es geschieht, wenn der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt und zu mühelosem Gehorsam führt. (9.1), (10), (11.2), (16), (17.1)

Positionierendes Gebet:

Ein Begriff, der TPM beschreibt. Es geht im TPM-Prozess darum, uns so zu „positionieren“ bzw. die Haltung oder „Position“ einzunehmen, in der wir durch den Heiligen Geist Gottes Wahrheit und Perspektive empfangen. (12.1), (21)

Prinzip von Vertrauen und Autorität:

Alles, was wir glauben, glauben wir nur, weil wir davon überzeugt wurden. Niemand beschließt einfach, irgendetwas zu glauben. Auch der Glaube, der zu unserer Errettung führte, beruhte darauf, dass der Heilige Geist uns von der Wahrheit des Evangeliums überzeugte. Zwei grundlegende Dinge sind nötig, damit wir von etwas überzeugt werden. Erstens müssen wir der Informationsquelle vertrauen und zweitens müssen wir glauben, dass die Quelle über mehr Autorität und Kenntnis verfügt als wir selbst. Wir werden also überzeugt, etwas zu glauben, wenn wir der Quelle vertrauen und wahrnehmen, dass sie mehr über die Sache weiß als wir. (7.4), (7.5)

Sarx:

Das neutestamentliche griechische Wort, das mit „Fleisch“ übersetzt wird (siehe Eintrag „Fleisch“).

Satan:

Der Name oder die Bezeichnung für die „Schlange“, die einmal der „Fürst dieser Welt“ war. Als der oberste gefallene Engel ist er der Anführer der dämonischen „Mächte der Finsternis, die diese Welt beherrschen“. (20), (21.2)

Schmerz:

Die Fähigkeit, Schmerz zu spüren, wurde von Gott in uns angelegt, damit wir gewarnt werden, wenn etwas nicht stimmt. Körperliche und emotionale Schmerzen sind darin ähnlich, dass sie uns vor einem Problem warnen, uns auf ein Problem aufmerksam machen, uns zu einem Problem hinführen und uns motivieren, etwas zur Lösung des Problems zu unternehmen. Ein emotionaler Schmerz warnt uns, wenn uns Gottes Perspektive fehlt. (5), (6.5), (7.1), (9.1), (9.2), (13), (14)

Schwüre:

Unsere feierlichen Versprechungen (meist uns selbst oder Gott gegenüber), etwas Bestimmtes zu tun oder zu unterlassen. Solche Schwüre werden geleistet und aufrechterhalten, um etwas zu erreichen, und

sind deshalb als „Lösungsverhalten“ zu betrachten. Da sie ein Lösungsverhalten sind, haben solche Schwüre keine wirkliche Macht und sind auch nicht dämonisch oder spirituell. Die Austreibung von Dämonen oder die Widerrufung eines Schwurs wird also keinen wirklichen Effekt haben. Schwüre werden gelöst, wenn die lügenbasierten Überzeugungen, auf denen sie beruhen, identifiziert und durch Gottes Perspektive ersetzt werden. Wenn in einem TPM-Prozess ein Schwur auftaucht, befinden wir uns in der LÖSUNGSBOX. (19.2)

Seinszustand:

Eine Art von „Herzensüberzeugung“, die unsere Vorstellung von Gott widerspiegelt und/oder beschreibt, wie wir unsere Situation, unsere Umgebung und unseren Status wahrnehmen (z.B. „Ich bin allein“, „Ich bin machtlos“, „Ich stecke in der Falle“, „Man kann sich nicht auf Gott verlassen“ oder „Gott ist grausam“). Die Art und Weise, wie wir unseren Seinszustand wahrnehmen, zeigt zugleich, wie wir Gottes Handeln in unserem Leben verstehen. (4.4), (5.2), (14.2), (14.3)

Selbstbeherrschung:

Als eine der „Früchte des Geistes“, die in Galater 5,23 (NLB; NGÜ) aufgezählt werden, unterscheidet sich Selbstbeherrschung von Verhaltenskontrolle. Jeder Mensch kann in gewissem Maße sein Verhalten kontrollieren, wenn er sich dazu entscheidet. Selbstbeherrschung als eine Frucht des Geistes stellt sich dagegen mühelos ein, wenn der Heilige Geist uns in unserem Herzen von der Wahrheit überzeugt hat. Es geht darum, dass wir vom Heiligen Geist geleitet werden, statt zu versuchen, unser Verhalten selbst zu kontrollieren. (11)

Selbst-Identität:

Eine Art von „Herzensüberzeugung“, die widerspiegelt, wie wir unsere Identität wahrnehmen (z.B. „Ich bin nicht liebenswert“, „Ich bin dumm“, „Ich bin wertlos“, „An mir stimmt etwas nicht“ usw.) (4.4), (5.2), (14.2), (14.3)

Sühne/Sühneopfer:

Ein Opfer zur Sühne für unsere Sünden, um uns mit Gott zu versöhnen; das bibelgriechische Wort ist „hilasmos“ (1 Johannes 2,2; 4,10) (4.5), (20.2)

Täuschung:

Sie gleicht der Lüge, hat aber einen anderen Schwerpunkt. Wir werden getäuscht, wenn jemand unwahre oder auch wahre Informationen in der Absicht äußert, uns in die Irre zu führen, damit wir falsche Schlussfolgerungen ziehen. Zu beachten ist, dass solche Täuschungen nicht unbedingt durch Lüge geschehen; ein Mensch kann andere auch mit einer Wahrheit oder Halbwahrheit täuschen (wie es die Schlange im Garten Eden bei Adam und Eva tat).

Teufel (Satan):

Eine allgemeine Bezeichnung für Satan, die manchmal auch auf einen Dämon bezogen wird. (19), (20), (21.2)

Test auf „Frieden“ in der TRANSFORMATIONSBBOX:

Begriffsverzeichnis

Ein überholter Ansatz für den „Transformationstest“, der in den Anfangsjahren von TPM praktiziert wurde. Er ging von der falschen Annahme aus, dass unser aktueller emotionaler Zustand zeigt, ob wir in der Wahrheitsbox etwas vom Herrn empfangen haben. Heute wissen wir, dass es kein zuverlässiger Hinweis auf eine Transformation ist, wenn wir uns am Ende der TPM-Gebetssitzung besser fühlen. Wir fragen nicht nach einer Änderung von Gefühlen, sondern nach einer Änderung unseres Denkens. (17)

TPM-Begleiter:

Eine nicht mehr verwendete, ungenaue Bezeichnung für die Rolle der TPM-Mentoren. In den Anfangsjahren wurde angenommen, dass TPM-Begleiter diejenigen sind, die den TPM-Prozess für die „TPM-Empfänger“ anwenden. Inzwischen ist klar, dass dies nicht stimmt. (Vorwort), (12.3)

TPM-Empfänger:

Eine frühere Bezeichnung für die Mentees im TPM-Prozess; sie wird nicht mehr verwendet, weil sie die Rolle der Mentees ungenau definierte. Mentees „empfangen“ den TPM-Prozess nicht, sondern wenden ihn selbst an (Vorwort), (1), (12.3), (21)

TPM-Gebetssitzung:

Das ist im Wesentlichen ein bestimmtes Zeitfenster für die Anwendung des TPM-Prozesses“. Sie kann mit oder ohne die Unterstützung eines „Mentors“ oder einer „Mentorin“ durchgeführt werden. (2), (12)

TPM-Prinzipien:

Die Konzepte, Ideen, Perspektiven und Erläuterungen, auf denen die Protokolle im „TPM-Prozess“ beruhen und die darlegen, wie wichtig und wirksam die „Absicht von TPM“ ist. (2), (3)

TPM-Prozess:

Ein praktischer und systematischer Ansatz, die „TPM-Prinzipien“ anzuwenden und die „Absicht von TPM“ zu erfüllen. Er besteht aus den „Zielen“ der Mentees und der Art und Weise, wie sie diese Ziele durch die Anwendung des TPM-Prozesses erreichen. Das „TPM-Verlaufsprotokoll“ und die „TPM-Flussdiagramme“ stellen den „TPM-Prozess“ anschaulich dar. (2), (12)

Transformation:

Die mühelosen und bleibenden Veränderungen in unserer Perspektive, unseren Gefühlen und unserem Verhalten, die als Ergebnis der „Erneuerung des Denkens“ zu erwarten sind.

Transformationstest (TRANSFORMATIONSBOX):

In der TRANSFORMATIONSBOX prüft ein Mentee, ob es zu einer Veränderung seines bzw. ihres Denkens gekommen ist. Wenn die lügenbasierte Überzeugung, die im TPM-Prozess identifiziert und Jesus hingehalten wurde, sich nicht mehr wahr anfühlt oder nicht mehr wahr erscheint, zeigt dies, dass eine „Erneuerung des Denkens“ stattgefunden hat. Auf diese Weise prüfen wir, ob der Heilige Geist den oder die Mentee von der Wahrheit überzeugt hat. (17)

Trigger / Getriggert:

Wenn wir getriggert sind, wird aufgedeckt, dass uns „Gottes Perspektive“ fehlt. Dies geschieht, wenn wir mit den Konsequenzen unserer lügenbasierten Überzeugungen konfrontiert werden. Ein Trigger wäre zum

Beispiel, dass wir uns vor, während oder nach dem Öffnen einer Arztrechnung besorgt oder ängstlich fühlen. (5.7), (6.2), (12.1), (12.4), (13.1)

Überzeugen / Überzeugung:

Ein Akt, der zu einer Veränderung in dem führt, was wir glauben. Wenn wir von etwas überzeugt wurden, sind wir gewiss, dass es wahr ist. Ein primäres Ziel im TPM-Gebetsdienst besteht darin, dass der Heilige Geist unsere Herzen von der Wahrheit überzeugt. Der bibelgriechische Begriff dafür ist „*peitho*“. (7)

Uhr-Prinzip:

Es besagt: Wenn Sie nach der „TRANSFORMATIONSBBOX“ noch Zeit für eine weitere „TPM-Gebetssitzung“ haben, können Sie an dieser Stelle in der „EMOTIONSBOX“ fortfahren. Außerdem erinnert es die „Mentoren“ daran, ihre „Mentees“ den Prozess nicht fortsetzen zu lassen, wenn von der vorgesehenen Zeit nur noch wenige Minuten übrigbleiben. (17.2)

Unreiner Glaube versus reiner Glaube:

Die Bibel beschreibt zwei Arten des Glaubens: einen „reinen Glauben“, der seinen Ursprung in Gott hat und von Ihm ausgeht, und einen „unreinen Glauben“, der alles Falsche umfasst, das wir in unserem Herzen tragen. Wahre Christen (Menschen, die vom Heiligen Geist erfüllt sind) haben sowohl einen reinen Glauben als auch in gewissem Maß einen unreinen Glauben, der gereinigt werden muss. Der Glaube, in dem wir leben, umfasst alles, was wir mit dem Herzen glauben. Gott hat uns einen reinen Glauben geschenkt, der uns verwandelt und in der mühelosen Entfaltung der Frucht Seines Geistes zum Ausdruck kommt. Wenn wir dagegen aus einem unreinen Glauben heraus leben und handeln, verlieren wir Seinen Frieden und fühlen uns besorgt, ängstlich, überfordert, gestresst und vieles mehr. (8), (9.1), (9.3), (10), (20.3)

Unterdrückung:

Unterdrückung bedeutet, unerwünschte Vorstellungen, Gedanken, Gefühle oder Erinnerungen bewusst von sich zu weisen. Anders als bei der „Verdrängung“, die eher unbewusst abläuft, geschieht Unterdrückung absichtlich und bewusst. In einer TPM-Gebetssitzung werden aber beide als „Lösungen“ verstanden und gleich behandelt.

Verdrängung:

Verdrängung bedeutet, dass wir unangenehme oder belastende Gedanken, Ideen, Emotionen oder Erinnerungen so stark unterdrücken, dass sie uns nicht mehr bewusst sind. Unterdrückung ist ein bewusster Prozess, während Verdrängung eher unbewusst geschieht. In einer TPM-Gebetssitzung werden aber beide als „Lösungen“ verstanden und gleich behandelt.

Vergebung:

Vergebung ist die natürliche und zu erwartende Folge, wenn wir echtes Mitgefühl für Menschen empfinden, die uns verletzt haben, weil wir ihre Vergehen so sehen, wie Gott sie aus Seiner ewigen Perspektive sieht. Vergebung ist eine mühelose und automatische Reaktion, nachdem der Heilige Geist uns von der Wahrheit überzeugt („*peitho*“) hat. Das griechische Wort im Neuen Testament, das am häufigsten mit

Begriffsverzeichnis

„vergeben“ übersetzt wird, ist *aphiémi*, was so viel bedeutet wie abschneiden, abtrennen, loslassen, wegwerfen oder auflösen. Wenn Gott vergibt, vergibt Er uns unsere Sünde und nicht uns selbst (siehe 1. Johannes 1,9-10). Er schneidet unsere Sünde ab, wirft uns aber nicht weg. Wenn wir anderen Menschen vergeben, „vergeben“ wir nicht ihnen, sondern entbinden sie von ihrer Schuld. Wenn wir einer anderen Person eine Schuld erlassen, weil wir echtes Mitgefühl für sie haben, ist Vergebung als natürliches Ergebnis zu erwarten. Mitgefühl entsteht in unseren Herzen, wenn wir andere Menschen und ihr verletzendes Verhalten mit den Augen der Wahrheit aus Gottes Perspektive betrachten können. Und wenn das geschieht, ist Vergebung mühelos. Fällt es uns dagegen schwer, anderen zu vergeben, dann haben wir einen lügenbasierten Grund, nicht loszulassen. In dem Gleichnis, in dem Jesus im Evangelium über Vergebung lehrte, beschrieb er einen König, der einem seiner Diener eine enorme Schuld erließ. Jesus sagte: „Da hatte der König Mitleid mit ihm, ließ ihn frei und erließ ihm seine Schulden“ (Matthäus 18,27; NLB). Weil er Mitleid mit dem Diener hatte, vergab er ihm die Schuld und ließ ihn frei. (19) (Mehr über mühelose Vergebung finden Sie in dem Buch „Effortless Forgiveness“).

Verhaltenskontrolle / Anpassung:

Verhaltenskontrolle ist ein Versuch, unser Verhalten selbst zu steuern, um uns anzupassen. Sie ist eine Grundlage aller Weltreligionen und wird von jedem Menschen in gewissem Umfang praktiziert. Der christliche Glaube beruht dagegen auf dem, was Christus vollbracht hat. Im christlichen Leben ist Selbstbeherrschung eine Frucht des Heiligen Geistes, die auf natürliche Weise entsteht, wenn wir die Wahrheit in unserem Herzen glauben; diese Wahrheit lässt uns innerlich zur Ruhe kommen und erlaubt uns, in herausfordernden Situationen im Vertrauen auf Gott zu ruhen. Verhaltenskontrolle dagegen setzt eigene Anstrengung und Willenskraft voraus, um tun zu können, was angebracht ist oder von uns erwartet wird. Die Frucht der Selbstbeherrschung ist geistlich und wird von Gott bewirkt, während Verhaltenskontrolle etwas ist, das alle Menschen in gewissem Maß ständig tun. (11.2)

Verlaufsschema:

Es veranschaulicht viele der Verkaufsprotokolle im TPM-Prozess. Die verschiedenen Varianten des TPM-Verlaufsschemas sind am Ende dieses Handbuchs sowie auf der TPM-Webseite zu finden. Es gibt sieben mögliche Punkte oder Orte („Boxen“), an denen sich Mentees während einer TPM-Gebetssitzung befinden können. Wenn ein Mentee weiß, was an jedem Punkt in den einzelnen „Boxen“ zu tun ist, sollte der TPM-Prozess ohne große Schwierigkeiten verlaufen. (12)

Verliehene/zugeteilte Heiligkeit:

Als wir den Heiligen Geist empfangen, wurden wir mit Christus vereint und sind dazu bestimmt, „die Fülle Christi“ zu sein (Epheser 1,23). Die Fülle Christi zu sein bedeutet, dass wir alles sind, was Christus ist, und dass alles, was Ihn betrifft, auch für uns gilt, da wir an Seiner göttlichen Natur und Heiligkeit teilhaben. Heilig zu sein bedeutet nicht, dass wir uns immer heilig verhalten. Unsere Heiligkeit wird nicht durch unser Verhalten bestimmt, sondern beruht auf unserer geistlichen Geburt (Johannes 3,4-6, Titus 3,5, Hesekiel 36,25-27). Nach der Heiligen Schrift sind wir *hagios* oder Heilige, die von Gott zu einer besonderen Absicht ausgesondert wurden. Wir sollten uns freuen, dass wir nicht durch Werke, sondern allein durch den Glauben heilig sind. Durch den Glauben sollen wir „dem Frieden mit allen nach[jagen] und der Heiligung, ohne die niemand den Herrn schauen wird“ (Hebräer 12,14). Keiner von uns sollte aufgrund eigener Verdienste vor Gott stehen wollen, denn wenn wir nicht heilig sind, werden wir keinen Platz bei Ihm haben.

Wahrgenommene Probleme:

Die Situationen, Herausforderungen, Schwierigkeiten, Belastungen und Schmerzen, die wir für problematisch halten, weil sie scheinbar ungelöst sind. Wenn der „Heilige Geist“ uns von der Wahrheit überzeugt und wir Seine Perspektive einnehmen, werden wir von unseren „lügenbasierten Problemen“ frei und finden Ruhe und Zufriedenheit in Gottes Lösungen für unsere „wahrheitsbasierten Probleme“. (4), (6.3), (6.4), (19.1)

Wahrheit:

Alles, was Gott als wahr ausspricht, ist objektive Wirklichkeit. Die Wahrheit spiegelt „Gottes Perspektive“ genau wider.

Wahrheitsbasierte Probleme:

Die „wahrgenommenen Probleme“, die tatsächlich existieren und für die wir „Gottes Lösungen“ brauchen. Probleme wie unser sündiger Zustand, der Verlust eines geliebten Menschen oder die Ungerechtigkeit, die wir in unserem Leben erfahren haben, sind alle real. Und solange wir nicht von „Gottes Lösungen“ für diese Probleme überzeugt sind, werden sie weiter ungelöst und problematisch erscheinen. Und solange diese „wahrgenommenen Probleme“ ungelöst erscheinen, werden wir den damit verbundenen „wahrheitsbasierten Schmerz“ weiter fühlen. (4.3), (4.5), (5.5), (5.6), (14.5)

Wahrheitsbasierter Schmerz:

Die schmerzhaften Emotionen, die wir aufgrund der „wahrheitsbasierten Probleme“ empfinden, die ungelöst zu sein scheinen. Erst wenn wir von der Existenz und Effektivität von „Gottes Lösungen“ für unsere „wahrheitsbasierten Probleme“ überzeugt sind, werden wir unsere Versuche aufgeben, den „wahrheitsbasierten Schmerz“, den wir aufgrund unserer „wahrgenommenen Probleme“ fühlen, selbst zu lösen. (4.3), (4.5), (5.5), (5.6), (14.5)

Werke des Fleisches:

In Galater 5:19-21 finden wir eine beispielhafte Auflistung der verwerflichen Taten unserer fleischlichen Natur: „Unzucht, Unreinheit, Ausschweifung, Götzendienst, Zauberei, Feindschaften, Streit, Eifersucht, Jähzorn, Eigennutz, Spaltungen, Parteiungen, Neid, maßloses Trinken und Essen“ (EU). Zu den Werken des Fleisches gehören nicht nur unmoralische und böse Taten, sondern auch Taten, die gut und edel zu sein scheinen. Alles, was wir nicht aus Christus tun, der Sein Leben in und durch uns lebt (Galater 2,20), ist ein Werk des Fleisches. Es mag äußerlich gut erscheinen, aber die zugrundeliegenden unreinen Motive beeinträchtigen seinen Wert bei Gott. Gott möchte, dass wir gute Werke tun, die Ausdruck der Transformation und der Frucht sind, die Er in uns bewirkt. Werke unserer fleischlichen Natur, die gut erscheinen, unterscheiden sich von echter Frucht durch die Anstrengung, die sie erfordern. Gottes Frucht ist Seine Frucht und erfordert keine Anstrengung von uns. Werke des Fleisches können einer Frucht gleichen, kommen aber nur durch Anstrengung zustande. (9.1), (11)

Widerstand / Zögern (ein Lösungsindikator):

Wenn wir aktiv ein „Lösungsverhalten“ ausüben, spüren wir oft einen gewissen Widerstand oder ein Zögern bei der Vorstellung, dieses Verhalten zu unterlassen und stattdessen etwas anderes zu tun. Das gilt

besonders bei der Vorstellung, das genaue Gegenteil von dem zu tun, was unserer „Lösungsüberzeugung“ entspricht. (19.1), (19.2), (19.3), (19.6)

Wille und Wunsch (und wie sie sich unterscheiden):

Vielleicht haben wir den aufrichtigen Wunsch, Gottes Weisungen zu folgen, aber was wir wirklich „wollen“, zeigt sich in dem, was wir tun. Unser „Wunsch“ ist das, was wir tun möchten, aber unser „Wille“ entscheidet, was wir tatsächlich tun. Unsere gewohnten Verhaltensweisen widersprechen oft dem, was wir uns ehrlich wünschen und tun möchten. (6.1)

Wir fühlen, was wir glauben:

Das Prinzip von „Überzeugung und Emotion“. (5)

Wir glauben das, wovon wir überzeugt wurden:

Das Prinzip von „Überzeugung und Glaube“. (7)

Wir handeln nach dem, was wir glauben:

Das Prinzip von „Überzeugung und Entscheidung“. (6)

Wir nehmen wahr, was wir glauben:

Das Prinzip von „Überzeugung und Wahrnehmung“. (4)

Zeit zum Weinen (wahrheitsbasierte Probleme):

Das ist eine Phase, in der wir mit einem „wahrheitsbasierten Problem“ konfrontiert sind und vermutlich „wahrheitsbasierten Schmerz“ fühlen, aber noch nicht von „Gottes Lösung“ für das Problem überzeugt wurden. Wenn wir länger als nötig in diesem Zustand bleiben, lassen wir uns leicht verleiten zu glauben, dass wir einen berechtigten Grund hätten, den „wahrheitsbasierten Schmerz“ weiter zu tragen. In diesem Fall wird aus dem „Weinen“ wahrscheinlich ein „Lösungsverhalten“ (zum Beispiel: zornig bleiben, nicht aufhören zu trauern, in Traurigkeit verharren, usw.). Der Ausdruck „eine Zeit zum Weinen“ stammt aus Prediger 3,4. (5.5), (5.6), (14.5)

Ziele der „Boxen“:

Diese Aufgaben liegen in der Verantwortung der „Mentees“. Jede Box hat ihre eigenen Ziele, die ein Mentee an diesem Punkt im „TPM-Prozess“ erreichen soll. Es ist unbedingt erforderlich, dass der oder die Mentee jedes dieser Ziele versteht und weiß, wie sie zu erreichen sind. Die primäre Verantwortung eines Mentors oder einer Mentorin besteht darin, ihren Mentees zu helfen, diese Konzepte zu verstehen. (12)

Zorn:

Diese Art der Emotion, von der oft angenommen wird, dass sie ein falsches Gefühl von Macht, Kontrolle und Schutz vermittelt, richtet sich gegen etwas oder jemand (gegen andere Menschen, unsere Umstände oder sogar gegen uns selbst). Anhaltende Zorngefühle sind ein häufiges „Lösungsverhalten“. Wenn Sie also über längere Zeit zornig, ärgerlich oder wütend bleiben, sagen wir, dass Sie mit diesen Zorngefühlen etwas zu lösen versuchen. Siehe „Zorn, Ärger oder Wut als Lösung“. (5.1), (6.2), (6.4), (13.1), (17.2), (18), (19)

Zorn, Ärger oder Wut als Lösung:

Wenn wir zornig, wütend oder ärgerlich bleiben, versuchen wir, irgendetwas zu lösen: Wenn wir uns anhaltend über etwas ärgern, liegt es daran, dass wir uns mit einem ungelösten Problem konfrontiert sehen und glauben, dass die richtige Reaktion darin besteht, wütend zu bleiben. Solange das „wahrgenommene Problem“ ungelöst bleibt und wir davon überzeugt sind, dass unsere Zorngefühle ein wirksames „Lösungsverhalten“ sind, werden wir zornig bleiben. (18), (19)

Zorngefühle:

Diese Kategorie umfasst Emotionen, die wir äußerlich empfinden, das heißt die sich gegen jemand oder etwas richten. Dazu gehören zum Beispiel Gefühle wie Zorn, Frustration, Hass, Groll, Ärger oder Aggression, auf die mehrere „Merkmale des Zorns“ zutreffen. (18.2), (18.3)

Zwanghaftes Verhalten (Lösungsindikator):

Wenn Sie zu der Überzeugung gelangt sind, dass ein bestimmtes Verhalten Ihnen helfen wird, ein „wahrgenommenes Problem“ zu lösen, werden Sie motiviert sein, es zu diesem Zweck auszuüben. Sie werden sich zu diesem Verhalten gedrängt oder hingezogen fühlen. Das gilt selbst dann, wenn Sie vom Verstand her wissen, dass das „Lösungsverhalten“ nicht hilfreich, sondern destruktiv oder sündhaft ist. Wahrscheinlich ist es auch Ihre Standardreaktion auf bestimmte wahrgenommene Probleme. (6.1), (6.2), (6.3), (6.4), (6.7), (19.1), (19.2), (19.3), (19.6), (20.4)

Zweck des Schmerzes:

Schmerz soll uns aufmerksam machen, wenn etwas nicht stimmt, uns motivieren, etwas dagegen zu unternehmen, und uns helfen, die Ursache für den Schmerz zu finden. (5.4)

Liste der „Illustrationen, Themen und Beispiele“



ie folgende Liste kann Ihnen helfen, ein bestimmtes Beispiel zu finden, das in diesem Buch zur Veranschaulichung verwendet wurde, ohne sich merken zu müssen, wo es verwendet wurde oder welches Konzept darin erklärt wurde. Jeder Eintrag enthält mehrere beschreibende Wörter, die Ihnen bei der Suche helfen. Wie im Glossar sind auch hier jeweils das Kapitel und der Teil angegeben, in dem das Beispiel oder die Illustration zu finden ist.

Auch hier steht die erste Zahl für das „Kapitel“ und die zweite für den „Teil“. Die Illustration „auf einen Dorn treten“ findet sich beispielsweise im vierten Teil von Kapitel 5, und wird deshalb mit (5.4) angegeben.

2 + 2 = 5 / entscheiden, etwas zu glauben: (7.2)

Abtreibung / Reue / Enttäuschung / wahrheitsbasierter Schmerz: (5.5)

Achterbahn / Überzeugung / Interpretation / Emotion: (5.1)

Anbetungsmusik / Lobpreismusik / Musik hören / Lösungsverhalten: (6.7)

Assoziation:

- *Weihnachten / Kindheitserinnerungen: (13.2)*
- *Gott „führt“ uns nicht zu unseren Erinnerungen / Heiliger Geist: (13.2)*
- *Rauch / Barbecue / Grillen / EMOTIONSBOX: (13.1)*
- *Wortsuche / Online / EMOTIONSBOX: (13.1)*

Ausharren / Hypomoné / unten halten / zurückhalten / demütig unter Gottes Hand: (9.1)

Auto / Fahrzeug / Fahren:

- *Autounfall / Tochter stirbt / wahrheitsbasierter Schmerz: (5.5)*
- *Ed und Joshua / Autofahren lernen / Mentoring / der Prozess: (12.3)*
- *Autofahrt / falsche Richtung / unsere Wahrnehmungen scheinen wahr zu sein: (4.2)*
- *Falsches Auto / Parkplatz / Ed / Kinder / unsere Wahrnehmungen scheinen wahr zu sein: (4.2)*

Autoschlüssel / versteckt / „Hilf mir, ich kann sie nicht finden!“ / Erinnerungen / Erinnerungen abblocken: (21.3)

Bigfoot / Camping / Freund schreit / Überzeugung: (7.3)

Boot / Jesus schläft / Reaktion der Jünger: (6.2)

Boxer / Angriff auf dem Parkplatz / Wahrnehmung / Absicht / Kontext: (9.2)

Brille:

- *Ed hatte sie auf dem Kopf / unbewusst / wahrheitsbasierte Probleme: (4.3)*
- *Falsche Brille / richtige Brille / Wir brauchen Gottes Perspektive: (7.1)*

Brownie / Schokoraspeln / Rosinen / unreiner Glaube: (9.1)

David / Goliath / Psalmen:

- *Gottes Anweisung / Gottes Geboten folgen / reicher Lohn: (6.1)*
- *Begrenzte Perspektive / David sah die höhere Wahrheit / wahrheitsbasierte Probleme: (4.3)*

Dämonen / Teufel / Satan / dämonisch / böse Geister:

- *Zorn / dem Teufel Raum geben / Sünde: (18.1)*
- *Rüpel / Satan / Spielplatz / „bist ein Spinner“ / „blöde Petze“ / die Liebe des Vaters: (20.8)*
- *Dämonische Manifestation / Beispiel aus einer TPM-Gebetssitzung/ Grrrrrr: (19.6)*
- *Eva / Frucht essen, um Probleme zu lösen / Lösungsverhalten: (6.4)*
- *Vom Teufel bedrängt / Schwere und Depression / unreine Gedanken / Versuchung: (5.7)*

Dorn im Fuß / Schmerz erfüllt eine Absicht / von Gott geschaffen: (5.4), (5.7)

Drang zum Diebstahl / zwanghaft / kompensieren / Lösungsverhalten: (6.7)

Eds Jahre als Berater / die Anfänge von TPM / erste TPM-Gebetssitzungen:

- *Zwiespältig / Kopf / Herz / wir fühlen, was wir glauben: (5.2)*
- *Emotionaler Schmerz / keine Folge der Missbrauchserfahrung: (5.1)*
- *FAKTEN / sich entscheiden, zu glauben / die Wahrheit auswendig lernen / nur mit dem Verstand: (7.2)*
- *Geschichte / Gründung von TPM / „Es war nicht meine Schuld!“ / Erste Sitzung: (1)*
- *Überzeugung / Vertrauen / Autorität / Konnte nicht überzeugen: (7.5)*

Ehe / Ehepartner / Familie / Konflikt / Schwierigkeiten:

- *Überstunden / kein Anruf / „Wo warst du?“ / lügenbasierter Schmerz: (5.7)*

Ehrenamtlich / dienen / Geben / Motive:

- *Schwierigkeit, „nein“ zu sagen / Kinderkrippe / Lebensmittelverteilung / singt im Chor: (6.6)*
- *Großzügig geben / gezwungen / unter Druck / Anerkennung / Wertschätzung: (6.6)*
- *Pastor / gut organisiert / straffer Zeitplan / Angst: (6.6)*
- *Zu sehr eingespannt / Schwangerschaftsberatung / Planungskomitee / Begrüßerin: (5.7)*

Eimer Wasser / Zement / Widerstand / Zögern: (19.2)

Einbruch / Haus:

- *Einbrecher / Hund / Abfall / Emotion: (5.1)*
- *Familienmitglied „entführt“ / Feuer im Haus / Motive: (6.5)*

Eis / Gehorsam / mühelos: (6.1)

Elektrozaun / Joshua bekommt einen Stromschlag (unsere Emotionen motivieren uns, zu handeln): (6.2)

Emmaus / mit Jesus auf dem Weg (wir fühlen, was wir in unserem Herzen glauben): (5.2)

Erziehung / Kinder / Mutterschaft / Vaterschaft:

- *Schulduweisungen / „Hat mich an den Haaren gezogen“ / „Hat mich getreten“ / Ungehorsam: (6.1)*
- *Aufräumen / vier Kinder / Alltag bewältigen / Machtlos / Hilflos: (5.7)*

- *Eis / Gehorsam / mühelos: (6.1)*
- *Hände voll Traubengelee / eigene Lösungen / Situation noch schlimmer machen: (6.3)*
- *Burg / Lego / „Sie hat es zerstört“ / „einen Moment hören“ / TPM mit Kindern: (19.6)*
- *Überstunden / kein Anruf / „Wo warst du?“ / lügenbasierter Schmerz: (5.7)*

Falle / Hand / Arzt / Schmerz / TRANSFORMATIONSBOX: (17.2)

Feuer / Flamme:

- *Haus brennt nieder / nichts davon wissen / wahrheitsbasierter Schmerz: (5.5) □*
- *Tür aufgebrochen / Familienmitglied „entführt“ / Feuer im Haus / Motive: (6.5)*
- *Büro / Unterbrochene Videokonferenz / gelbrotes Flackern im Flur / Überzeugung: (7.4)*
- *Läuterndes Feuer / Gold / Schlacken / unser wahres Ich wird offenbart / neuer Mensch / Herrlichkeit: (9.4)*
- *Läuterndes Feuer / Ebenbild Jesu / Offenbarwerden / Lob, Herrlichkeit und Ehre: (9.2)*
- *Läuterndes Feuer / körperlicher Schmerz / worauf der Schmerz beruht / emotionaler Schmerz: (9.2)*
- *Läuterndes Feuer / Schmelztiegel / Edelmetall / die Läuterung unseres Glaubens: (9) □*
- *Läuterndes Feuer / Was wird geläutert / nicht wir / unsere Herzensüberzeugungen / Glaube: (9.4)*

Finanzen / Geben / Spenden / Geld:

- *Kreditkartenrechnung / von einem Gehaltsscheck zum anderen / Gott sorgt für uns / Philipper 4, 19: (5.7)*
- *Großzügig geben / gezwungen / unter Druck / Anerkennung / Wertschätzung: (6.6)*
- *Betrügerische Masche / Reverend Zimbolo / Geld schicken / Online Forum: (7.4)*

Fisch / Angeln:

- *Fischglas / Online-Shop / Bewertungen / Überzeugung: (7.4)*
- *Angeln / verlockende Köder / Versuchung: (20.5)*
- *Anderen beibringen, selbst zu „fischen“ / hungrige Nachbarn / gute Mentoren: (2)*
- *Fürchte dich nicht / keine Angst haben / guten Mutes sein / Gottes Perspektive: (5.4)*

Flugzeuge / Flughafen /Fliegen:

- *Flughafen / Schreien / Hilfe / Warnung / Wahrnehmung: (4.1)*
- *Turbulenzen beim Flug / Angst / Wir fühlen, was wir glauben (5.7)*
- *Sauerstoffmasken / die eigene aufsetzen / anderen helfen / Mentoren: (6.2)*
- *Was wird verwandelt / neue Schöpfung / wiedergeboren / Kinder Gottes: (11.1)*

Fotoalbum / Wir fühlen nicht, woran wir uns erinnern: (5.1)

Fragen „funktionieren“ nicht / TPM-Prozess / Absicht der Fragen: (12.3)

Frosch / Gift / die Gefahren der Sünde kennen: (6.4)

Garten Eden / Adam und Eva / die Schlange:

- *Schuldzuweisungen / Ungehorsam / „Es war die Frau!“: (6.1)*
- *Frucht essen, um Probleme zu lösen / Lösungsverhalten: (6.4)*

TRANSFORMATIONSGEBET

- *Satans kurzsichtige Lösungen / wahrgenommene Probleme / Satans Taktiken: (20.4)*
- *Satan zwang sie nicht, zu essen / flüstert Lügen ein / täuscht: (20.5)*
- *„Wer hat dir gesagt, dass du nackt bist?“ / Adam und Eve / TPM ist nicht neu: (21.1)*

Garten Getsemane / Jesus wird verhaftet / Petrus' Schwert / Ohr:

- *Gewicht der Bitte Seines Vaters / große Betrübnis / Blut wie Schweiß: (5.3)*
- *Petrus / Schwert / ewiger Kontext: (5.6)*
- *Petrus / Problem lösen / Schwert / Lösungsverhalten: (6.3)*

Gelähmter / durch das Dach / Glaube: (6.5)

Gemeinde / Seelsorge / Pastor / Anbetung:

- *Mitgefühl für die „Verwundeten“ / der Schmerz anderer / den eigenen Schmerz spüren: (6.6)*
- *„Einfach machen“ / Selbstdisziplin / Gehorsam / Transformation / Frucht: (11.2)*
- *Pastor / gut organisiert / straffer Zeitplan / Angst: (6.6)*
- *Gebet / Fasten / Bibelstudium / Disziplin / wird uns nicht verwandeln: (11.2)*
- *Gebetsseelsorgerin / emotional verwundete Menschen / erschöpft / mitfühlend: (6.6)*
- *Anbetungsmusik hören / Angst abbauen / Lösungsverhalten: (6.7)*
- *Prophetie / geistliches Wort / Geistesgaben / Bestätigung / Anerkennung / Motive: (6.6)*

Gerechtigkeit / Strafrecht / Gottes gerechtes Gericht / Zorn: (18.1)

Geschenkkarte / 500 Euro / gestohlenes Geschenk: (6.5)

Gipfelmoment / Tiefpunkt / Gottes Perspektive brauchen / Überzeugung: (8)

Gold / Schlacken / Läuterung:

- *Glaubensläuterung / Edelmetall / Schmelztiegel / Unreinheiten: (9.1)*
- *Beweist die Authentizität / rein / Feuer verändert nicht das Gold selbst: (9.2)*
- *Schlacken sind kein Bestandteil des Goldes / Feuer deckt auf / Spiegelbild des Schmelzers: (9.4)*

Haarbürste / verfilztes Haar / Glaubensläuterung: (9.2)

Hände voll Traubengelee / eigene Lösungen / Situation noch schlimmer machen: (6.3)

Häretische Hypothesen / War Jesus der Sohn Gottes / Du bist ein Kind Gottes: (4.4)

Hand in der Falle / Arzt / Schmerz / TRANSFORMATIONSBBOX: (17.2)

Heiliger Geist:

- *Führung durch den Heiligen Geist / wartet geduldig / überzeugt uns von der Wahrheit: (12.4)*
- *Gott „führt“ uns nicht zu unseren Erinnerungen / Heiliger Geist / Assoziation: (13.2)*
- *Helfer / Geist der Wahrheit / lehrt / erinnert an Jesu Worte / überführt / leitet in alle Wahrheit: (7.5)*

Hund

- *Einbrecher / Hund / Abfall / Emotion: (5.1)*
- *An einer Kette / Satan / Martin Luther: (20.3)*
- *Hundehaufen auf dem Boden (sich entscheiden, nicht zu fühlen): (5.4)*

Interpretation / Geruch des Getränks / Missverständnis / Verstand als Dolmetscher: (4.1)

Israeliten / Auszug aus Ägypten (auf Gottes Lösungen vertrauen): (4.3)

Jesus:

- *Gott „führt“ uns nicht zu unseren Erinnerungen / Heiliger Geist / Assoziation: (13.2)*
- *Helfer / Geist der Wahrheit / lehrt / erinnert an Jesu Worte / überführt / leitet in alle Wahrheit: (7.5)*
- *Richtig oder falsch verstanden / verschiedene Meinungen über Christus / Sohn Gottes / Aufruhr: (4.1)*
- *Läuterndes Feuer / Ebenbild Jesu / Offenbarwerden / Lob, Herrlichkeit und Ehre: (9.2)*
- *Sturm / Boot / Jünger / Reaktion / Frieden / unnormale: (6.2)*

Kind / Kinder:

- *Abtreibung / Reue / Enttäuschung / wahrheitsbasierter Schmerz: (5.5)*
- *Schuldzuweisungen / „Hat mich an den Haaren gezogen“ / „Hat mich getreten“ / Ungehorsam: (6.1)*
- *Rüpel / Satan / Spielplatz / „bist ein Spinner“ / „blöde Petze“ / die Liebe des Vaters: (20.8)*
- *Autounfall / Tochter stirbt / wahrheitsbasierter Schmerz: (5.5)*
- *Burg / Lego / „Sie hat es zerstört“ / „einen Moment hören“ / TPM mit Kindern: (19.6)*
- *Kindesmisshandlung / Lehrerin / „Er wollte das nicht“ / wahrheitsbasierter Schmerz: (5.5)*
- *Aufräumen / vier Kinder / Alltag bewältigen / machtlos / hilflos: (5.7)*
- *Student / Glauben verlieren / liberaler Professor / Überzeugung: (7.5)*
- *Elektrozaun / Joshua bekommt einen Stromschlag (Emotionen motivieren uns, zu handeln): (6.2)*
- *Penelope an den Haaren gezogen / Elijah getreten / Schuldzuweisungen: (6.1)*
- *Frosch / Gift / die Gefahren der Sünde kennen: (6.4)*
- *Haarbürste / verfilztes Haar / Glaubensläuterung: (9.2)*
- *Eis / Gehorsam / mühelos: (6.1)*
- *Hände voll Traubengelee / eigene Lösungen / Situation noch schlimmer machen: (6.3)*
- *Suzie / Johnny / „Er hat mein Spielzeug weggenommen!“ / Schuldzuweisung: (5.1)*
- *„Opa, habe ich das gut gemacht?“ / falsche Beweggründe / gute Dinge: (6.6)*
- *Sarahs Tod / Ed und Sharons Erstgeborene / wahrheitsbasierte Probleme: (5.6)*
- *„Sie hat mich geschlagen!“ / „Er will nicht mit mir teilen!“ / „Sie lassen mich nicht mitspielen!“ / zum Teil wahr: (4.3)*
- *Spinne / kleines Kind / beobachtet seine Mutter / Angst vor Spinnen: (7.3)*
- *Schaukel / Seilrutsche / „Vertrau mir einfach, Ruby“: (5.6)*
- *In die Augen sehen / ihre Hände halten / „Ich liebe dich“ / etwas Wichtiges: (7.5)*

Kind Gottes / aus dem Geist geboren / wiedergeboren / Identität:

- *Fülle Christi / die Gemeinde / geliebte Kinder Gottes: (9.4)*
- *Gott liebt uns / Augen des Herzens / der Helfer: (7.5)*
- *Herzensüberzeugung / unsere Identität kennen / erwählt / heilig / geliebt: (5.2)*

Häretische Hypothesen / war Jesus der Sohn Gottes / du bist ein Kind Gottes: (4.4)

Kreuzigung / der Tod Jesu:

- *Jesus kannte die Wahrheit / ewige Perspektive / der Wille des Vaters: (5.3)*
- *Lamm, das zur Schlachtung geführt wird / Jesaja 53 / gelassen und vertrauensvoll: (5.3)*
- *Gott liebt Sie / sandte Seinen Sohn / brutale Strafe / Wahrheit ist Wahrheit: (7.1)*
- *Betrübt über den Tod Christi / Jünger / größere Perspektive / größere Wahrheit: (5.6)*
- *Vater, vergib ihnen / Gottes Perspektive / begrenzte Perspektive / kurzsichtig: (6.4)*
- *Um der Freude willen / erduldet das Kreuz / Perspektive / Leid: (9.3)*
- *Gewicht der Bitte Seines Vaters / große Betrübnis / Blut wie Schweiß: (5.3)*

Lebensmittel in Werbespots / Attrappe / die Wahrheit über unsere Lösungen: (6.4)

Maria und Marta:

- *Gott sucht keine weitere „Marta / hart arbeiten / Leistung / Disziplin: (6.7)*
- *Zu den Füßen Jesu „positioniert“ / empfangende Haltung / TPM-Prozess: (12.1)*

Mentale „Suchmaschine“ / Assoziation / Erinnerung: (13.2)

Mitleid / der Schmerz anderer / den eigenen Schmerz fühlen: (6.6)

Monster unter dem Bett / kleines Mädchen / lügenbasierte Probleme: (4.4)

Optische Täuschung / Linien / „Café Wall“ Illusion / Wahrnehmung: (4.1)

Organisation / Angst bewältigen / zwanghaft / Lösungsverhalten: (6.6)

Persönlichkeit als Schutzpanzer / Lösungen: (6.7)

Prophetie / geistliche Gabe / Unterscheidung: (6.6)

Positives Denken / Verleugnung / Lösungsverhalten: (5.4)

Richter / Zeugenaussagen / Beweise / Überzeugung: (7.4)

Rauch / Barbecue / Grillen / EMOTIONSBOX: (13.1)

Rucksack / Händler mit Pferdewagen: (5.6)

Rüpel / Satan / Spielplatz / „bist ein Spinner“ / „blöde Petze“ / die Liebe des Vaters: (20.8)

Sauerstoffmasken / Flugzeug / auch Mentoren brauchen Gottes Perspektive: (6.2)

Seilrutsche oder Schaukel / nicht die ganze Geschichte / wahrheitsbasiertes Problem: (5.6)

Spiegel / Wahrnehmung / Interpretation:

- *Ed / passabel aussehen / falsch zugeknöpft / ungekämmte Haare: (4.2)*
- *Paulus / schwach beleuchtet / Spiegelbild / stückweise erkennen / von Gott erkannt: (4.2)*
- *Paulus / wie in einem Spiegel / Ebenbild / Herrlichkeit: (9.3)*
- *Student / Glauben verlieren / liberaler Professor / Überzeugung: (7.5)*

Sportfans / besonderes Trikot / abergläubisch / Lösungsverhalten: (6.4)

Stephanus / Märtyrer / Wahrnehmung / Emotion / ewige Perspektive (5.3), (9.2)

Streichholz / Feuer / Kohlenstoff / Transformation: (11.1)

Sündenproblem / sündige Natur / wir brauchen einen Erlöser: (4.5)

Tropische Insel / Verlaufsschema: (12.2)

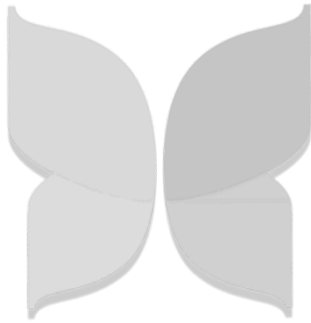
TV-Show / eine Tür wählen / 10.000 Euro / Ameisen: (6.1)

Weihnachten / Kindheitserinnerung / Assoziation: (13.2)

Wortsuche / Online / Assoziation EMOTIONSBOX: (13.1)

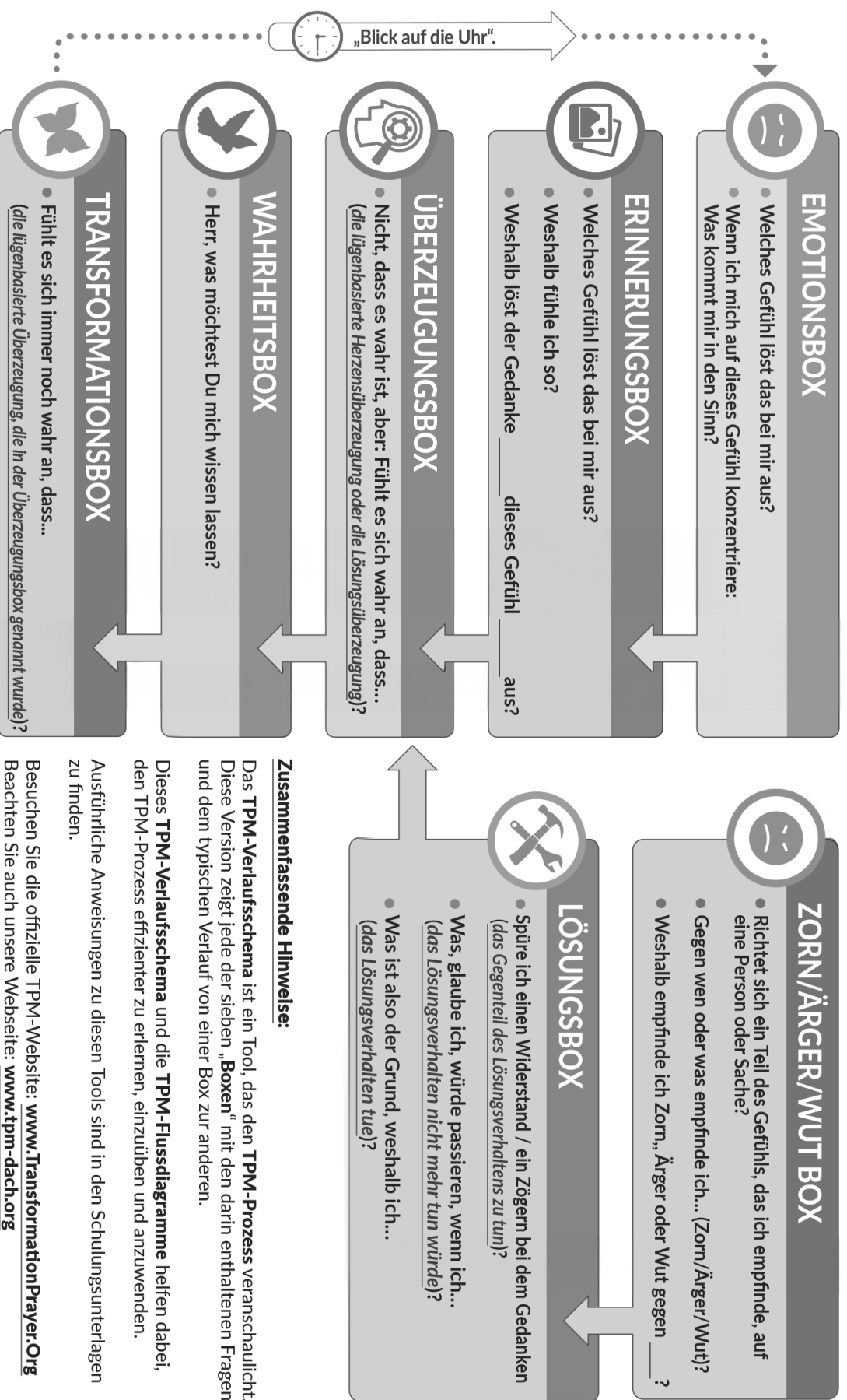
Zahnarzt / Den Schmerz betäuben / Schmerz erfüllt eine Absicht: (5.4)

Zement / Wasser im Eimer umrühren / Widerstand / Zögern: (19.2)



TPM Verlaufsschemata und Flussdiagramme

Verlaufsschema zum TPM-Prozess: Mentee-Version



Zusammenfassende Hinweise:

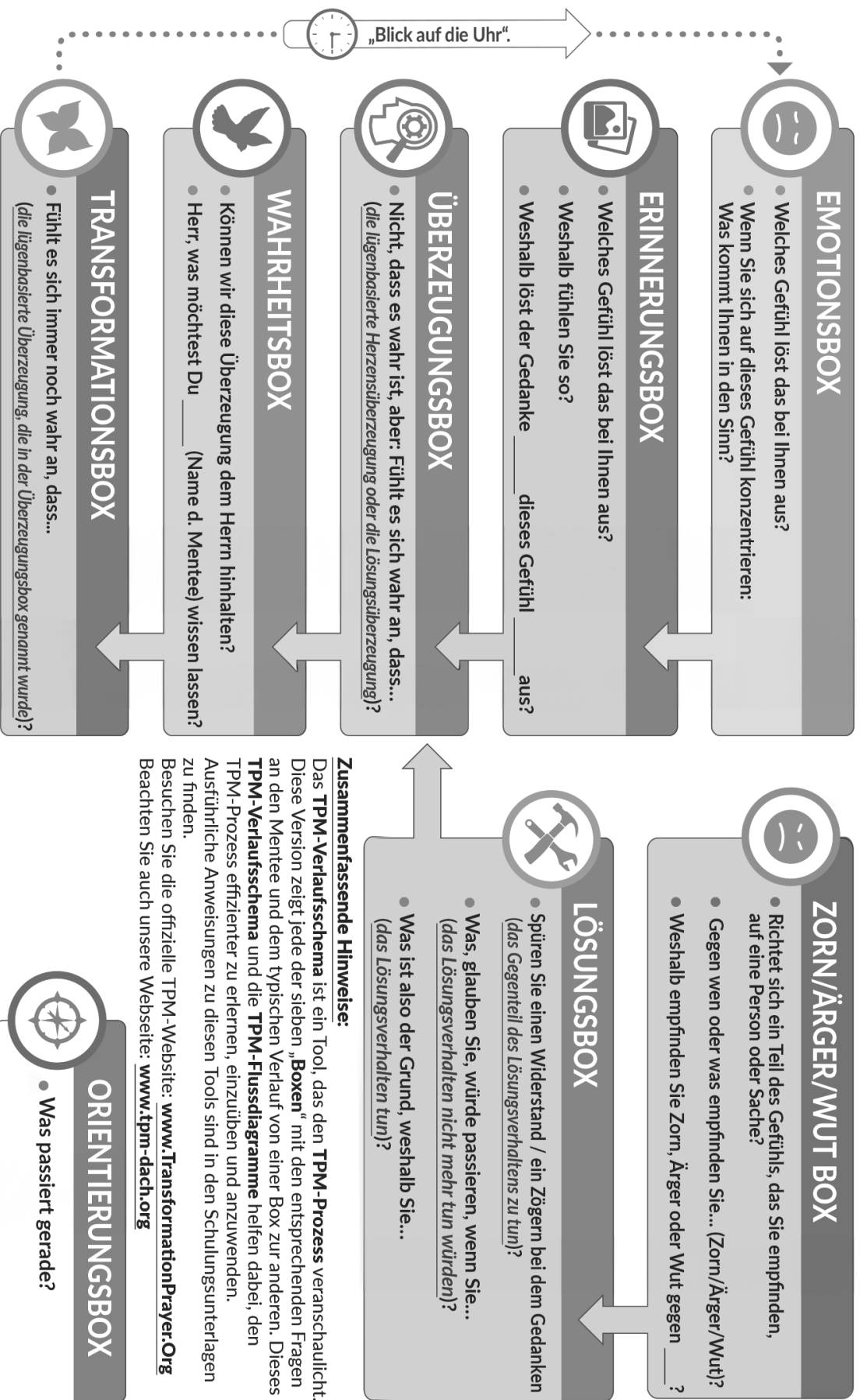
Das **TPM-Verlaufsschema** ist ein Tool, das den **TPM-Prozess** veranschaulicht. Diese Version zeigt jede der sieben „**Boxen**“ mit den darin enthaltenen Fragen und dem typischen Verlauf von einer Box zur anderen.

Dieses **TPM-Verlaufsschema** und die **TPM-Flussdiagramme** helfen dabei, den TPM-Prozess effizienter zu erlernen, einzüben und anzuwenden.

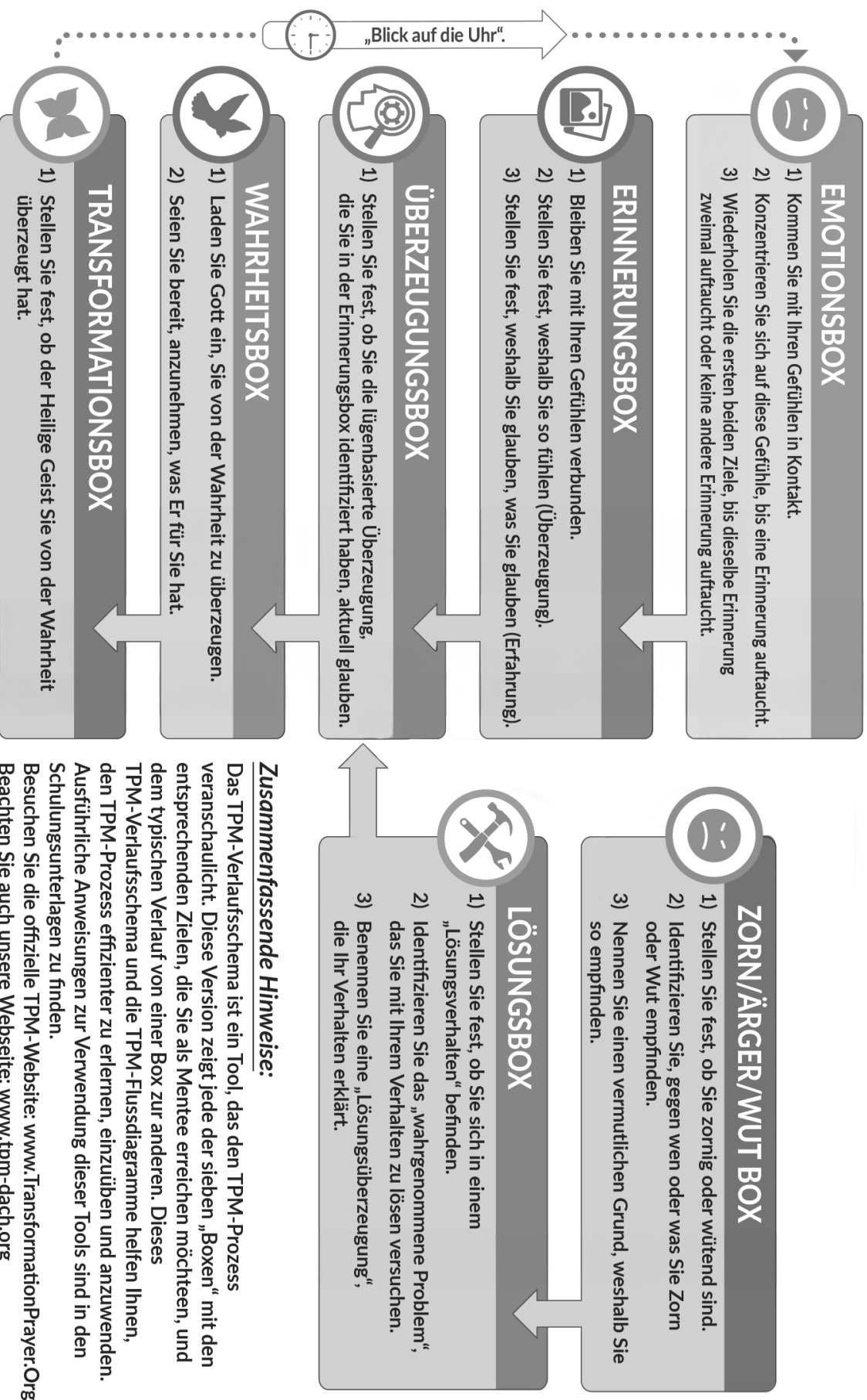
Ausführliche Anweisungen zu diesen Tools sind in den Schulungsunterlagen zu finden.

Besuchen Sie die offizielle TPM-Website: www.TransformationPrayer.Org
Beachten Sie auch unsere Webseite: www.tpm-dach.org

Verlaufsschema zum TPM-Prozess: Mentor-Version



Verlaufsschema zum TPM-Prozess: Ziele der einzelnen Boxen



Zusammenfassende Hinweise:

Das TPM-Verlaufsschema ist ein Tool, das den TPM-Prozess veranschaulicht. Diese Version zeigt jede der sieben „Boxen“ mit den entsprechenden Zielen, die Sie als Mentee erreichen möchten, und dem typischen Verlauf von einer Box zur anderen. Dieses TPM-Verlaufsschema und die TPM-Flussdiagramme helfen Ihnen, den TPM-Prozess effizienter zu erlernen, einzubüben und anzuwenden. Ausführliche Anweisungen zur Verwendung dieser Tools sind in den Schulungsunterlagen zu finden.

Besuchen Sie die offizielle TPM-Website: www.TransformationPrayer.Org

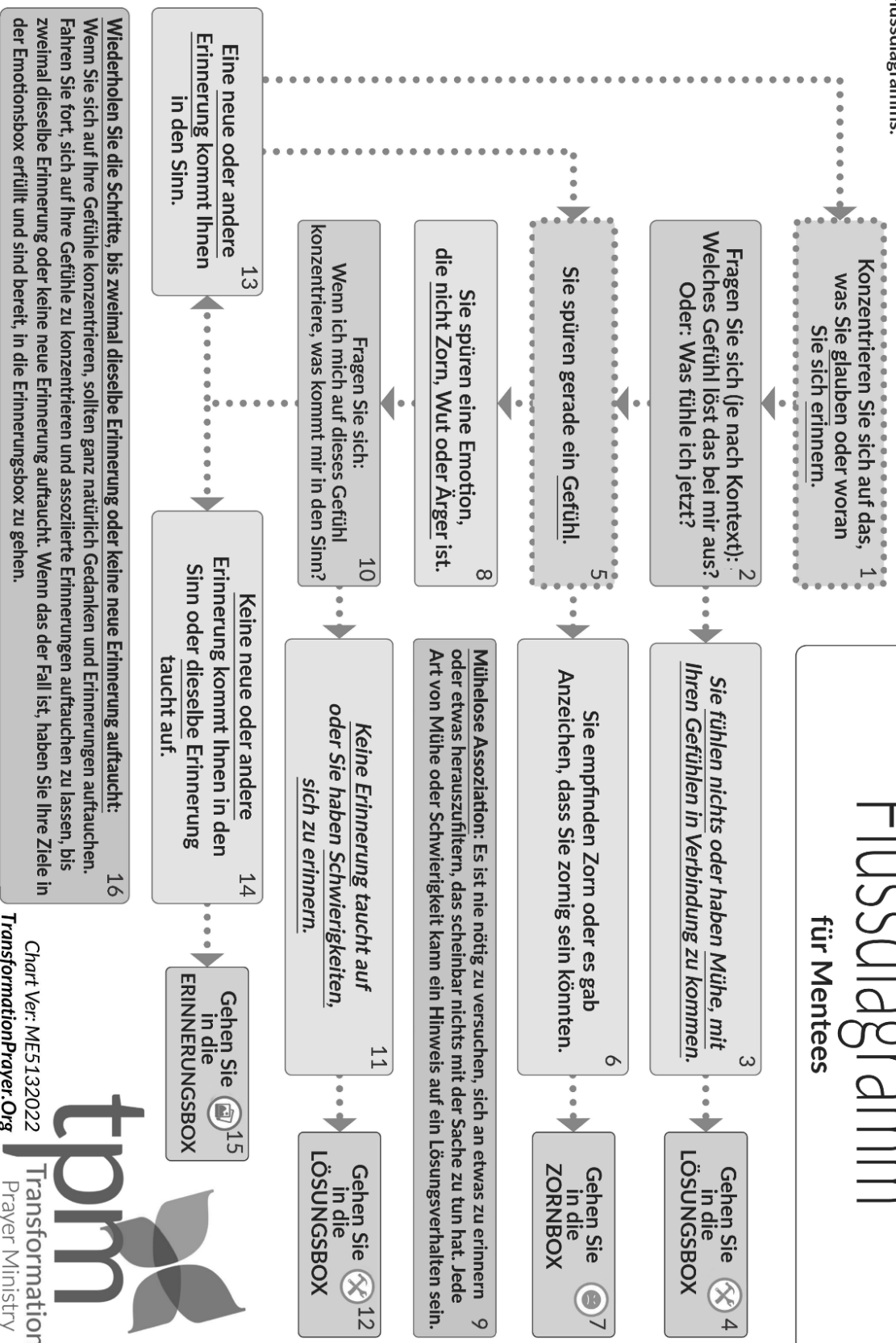
Beachten Sie auch unsere Webseite: www.tpm-dach.org

Kurzanleitung:

Beginnen Sie links oben (meist in einem der zwei umrandeten Kästchen) und gehen Sie jeweils von Ihrer Antwort auf die zuletzt gestellte Frage aus, um festzustellen, was in Ihrer TPM-Gebetsitzung als Nächstes zu tun ist. Die Ziffern in der oberen rechten Ecke dienen nur der Identifikation und haben keine Funktion bei der Anwendung des Flussdiagramms.

EMOTIONSBOX "Flussdiagramm"

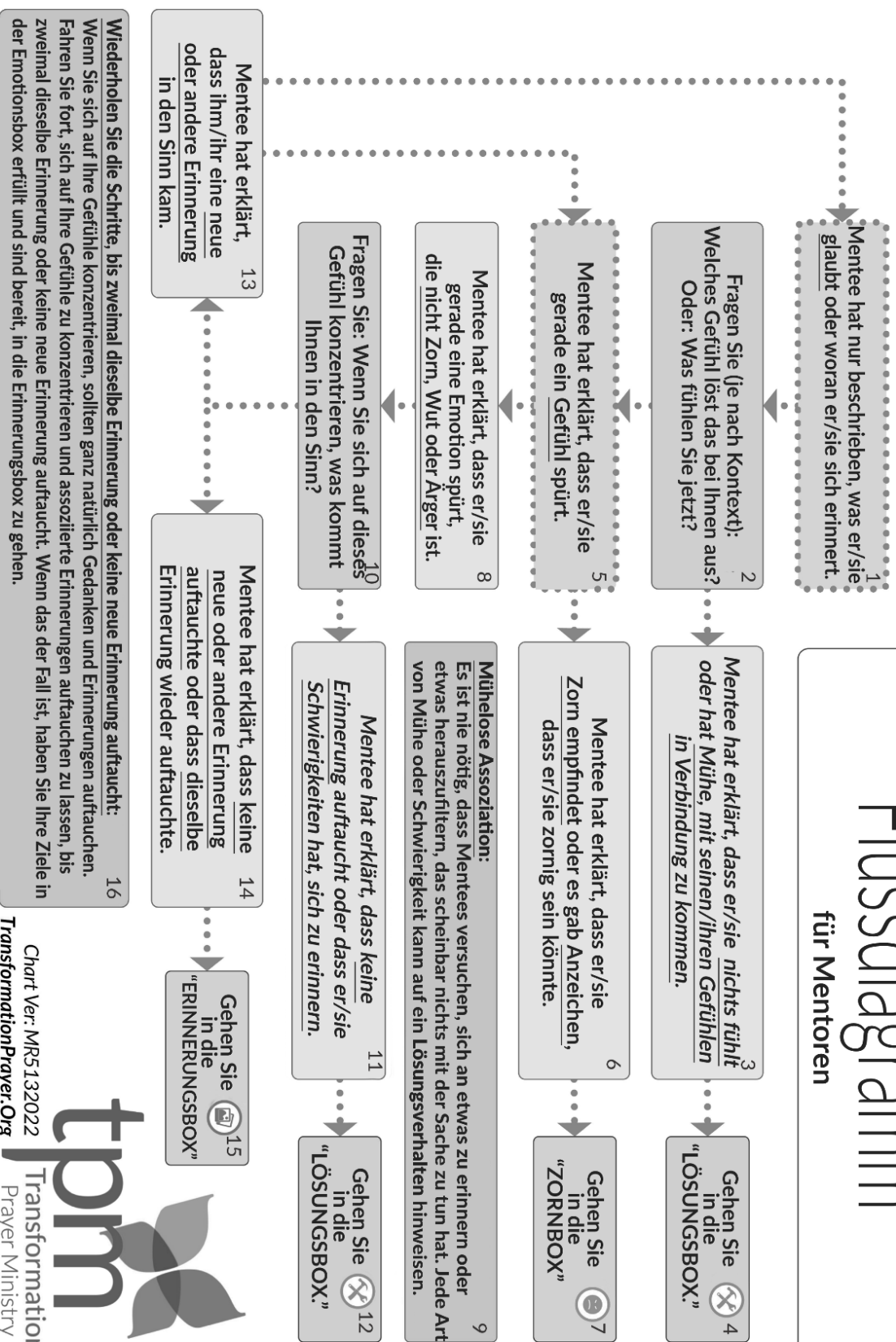
für Mentees



Kurzanleitung:

Beginnen Sie links oben (meist in einem der zwei umrandeten Kästchen) und gehen Sie jeweils von der zuletzt geäußerten Antwort/Aussage aus, um festzustellen, was im TPM-Prozess als Nächstes zu tun ist. Die Ziffern in der oberen rechten Ecke dienen nur der Identifikation und haben keine Funktion bei der Anwendung des Flussdiagramms.

EMOTIONSBOX "Flussdiagramm" für Mentoren



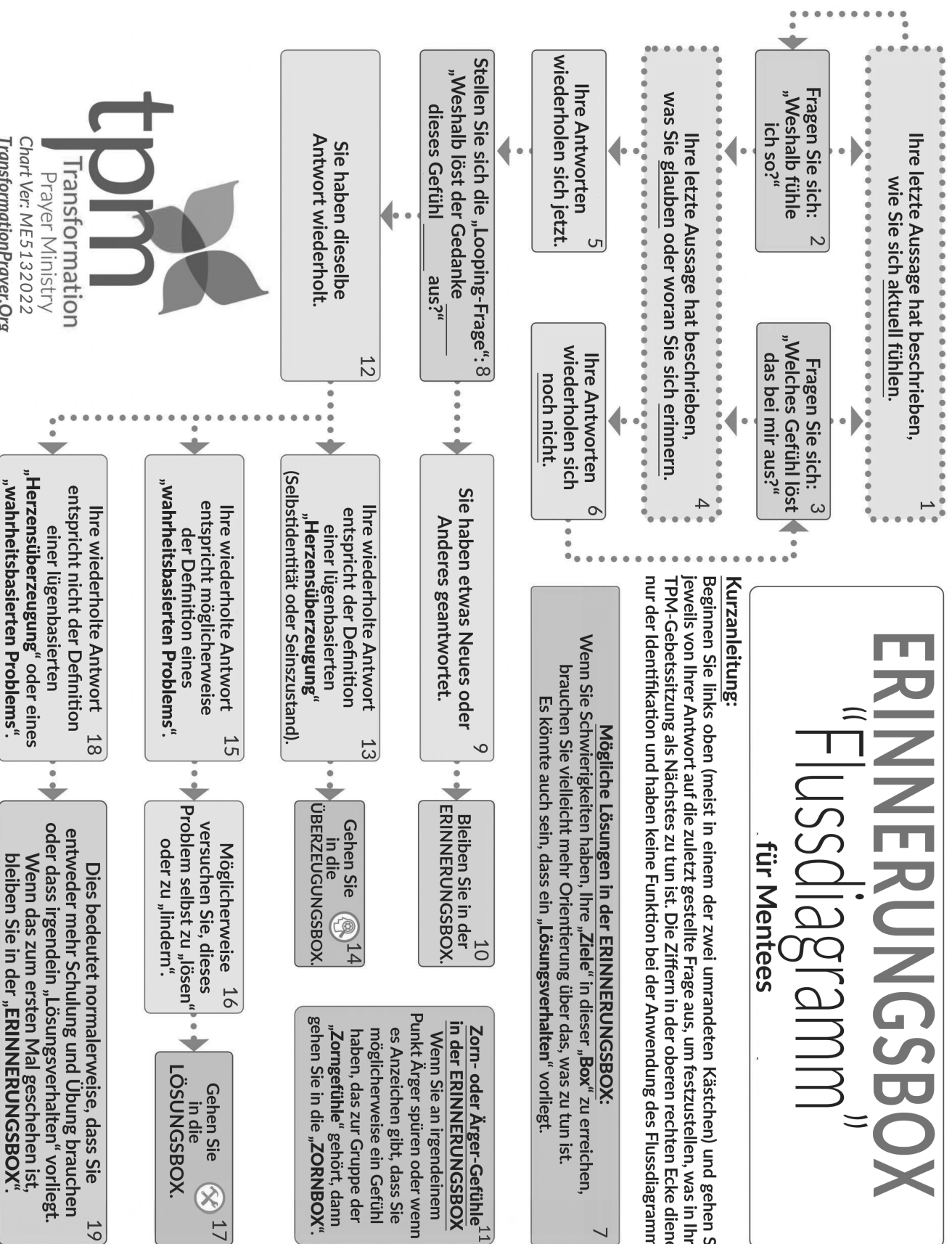
ERINNERUNGSBOX

„Flussdiagramm“

für Mentees

Kurzanleitung:

Beginnen Sie links oben (meist in einem der zwei umrandeten Kästchen) und gehen Sie jeweils von Ihrer Antwort auf die zuletzt gestellte Frage aus, um festzustellen, was in Ihrer TPM-Gebetsitzung als Nächstes zu tun ist. Die Ziffern in der oberen rechten Ecke dienen nur der Identifikation und haben keine Funktion bei der Anwendung des Flussdiagramms.



für Mentoren

Beginnen Sie links oben (meist in einem der zwei umrandeten Kästchen) und gehen Sie jeweils von der Antwort auf die zuletzt gestellte Frage aus, um festzustellen, was im TPM-Prozess als Nächstes zu tun ist. Die Ziffern in der oberen rechten Ecke dienen nur der Identifikation und haben keine Funktion bei der Anwendung des Flussdiagramms.



„ZORNBOX“ Flussdiagramm

für Mentees

Kurzanleitung:

Beginnen Sie links oben (meist in einem der zwei umrandeten Kästchen) und gehen Sie jeweils von Ihrer Antwort auf die zuletzt gestellte Frage aus, um festzustellen, was in Ihrer TPM-Gebetsstunde als Nächstes zu tun ist. Die Ziffern in der oberen rechten Ecke dienen nur der Identifikation und haben keine Funktion bei der Anwendung des Flussdiagramms.

1 Zorngefühle unterscheiden sich von anderen Gefühlen: Emotionen, die zur Gruppe der „Zorngefühle“ gehören, richten sich auf andere Personen, unsere Situation oder uns selbst.

Ihre drei Ziele:

Ihre Ziele in der ZORNBOX sind einfach: Stellen Sie fest, ob Sie zornig oder wütend sind, identifizieren Sie, auf wen oder was Sie diese Gefühle richten, und nennen Sie einen vernünftigen Grund, warum Sie zornig oder wütend sind.

3 Sie haben mögliche

Anzeichen von Zorngefühlen gezeigt, sind aber noch nicht sicher, ob Sie Ärger oder Zorn empfinden.

4 Fragen Sie sich: „Richtet sich ein Teil des Gefühls, das ich empfinde, auf eine Person oder Sache?“

5 Sie spüren keine Emotion, die sich auf eine Person oder Sache richtet.

6 Gehen Sie in die EMOTIONSBOX.

7 Sie spüren eine Emotion, die sich auf eine Person oder Sache richtet.

8 Sie sind unsicher, was Sie empfinden.

9 Wenn Sie Schwierigkeiten haben, den nächsten Schritt zu tun: Wenn Sie Ihre Ziele in der ZORNBOX verstehen, aber Schwierigkeiten haben, Gefühle wahrzunehmen, zu identifizieren, auf wen oder was sich Ihre Gefühle richten, einen vernünftigen Grund für Ihre Zorngefühle zu nennen, usw., kann dies ein Hinweis sein, dass Sie vielleicht ein „Lösungsverhalten“ ausüben. Gehen Sie in die „LÖSUNGSBOX“.

10 Sie empfinden Zorn oder Ärger (oder ein anderes Gefühl aus der Gruppe der „Zorngefühle“).

11 Fragen Sie sich: „Was fühle ich?“

12 Sie haben Schwierigkeiten, wahrzunehmen oder anzuerkennen, was Sie fühlen.

13 Gehen Sie in die LÖSUNGSBOX.

14 Lösungsverhalten: Zorn oder Ärger fühlen Sie, wenn Sie glauben, dass Sie vor einem ungelösten Problem stehen und die angemessene Reaktion darin besteht, zornig oder wütend zu werden. Zornig zu sein ist ein „Lösungsverhalten“.

15 Sie sind unsicher, gegen wen oder was Sie Zorn empfinden.

16 Fragen Sie sich: „Gegen wen oder was empfinde ich Zorn, Ärger oder Wut?“

17 Sie haben Schwierigkeiten, festzustellen, auf wen oder was sich Ihre Gefühle richten.

18 Gehen Sie in die LÖSUNGSBOX.

Vernünftliche Gründe für Zorngefühle: Ihre anfängliche Erklärung, weshalb Sie Zorn empfinden, hängt oft mit dem „wahrgenommenen Problem“ zusammen, das Sie dadurch zu lösen versuchen, dass Sie zornig sind. Wenn Sie das in Erinnerung behalten, wird es Ihnen normalerweise helfen, Ihre Ziele in der „LÖSUNGSBOX“ zu erreichen.

19 Sie wissen, gegen wen oder was Sie Zorn empfinden.

20 Aber Sie haben noch keinen vernünftigen Grund genannt, weshalb Sie Zorn empfinden.

21 Und Sie haben einen vernünftigen Grund genannt, weshalb Sie zornig sind.

22 Fragen Sie sich: „Weshalb empfinde ich Zorn, Ärger oder Wut gegen?“

23 Sie haben Schwierigkeiten, einen vernünftigen Grund zu nennen, weshalb Sie zornig sind.

24 Gehen Sie in die LÖSUNGSBOX.

25 Gehen Sie in die LÖSUNGSBOX.



26 Wenn Sie zornig gegen Gott sind: In der früheren Schulung wurde gelehrt, dass Zorngefühle, die wir gegen Gott empfinden, darauf beruhen, dass wir Gott missverstehen. Und auch wenn das generell immer noch der Fall sein kann, ist unser Zorn oder Ärger keine direkte Folge einer falschen Auffassung über Gott. Es sind vielmehr unsere tiefen, unbewussten „Herzensüberzeugungen“, die sich in irgendeiner Weise auf Gott beziehen und die „wahrgenommenen Probleme“ hervorrufen, die wir dadurch zu lösen versuchen, dass wir zornig oder wütend auf Ihn sind. Aus diesem Grund gehen Sie, nachdem Sie Ihre Ziele in der „ZORNBOX“ erreicht haben, immer in die „LÖSUNGSBOX“. Das gilt unabhängig davon, gegen wen oder was sich Ihr Zorngefühl richtet.

„ZORNBOX“ Flussdiagramm für Mentoren

3 Mentee hat mögliche Anzeichen von Zorngefühlen gezeigt, aber noch nicht gesagt, dass er/sie Zorn empfindet.

1 **Zorngefühle unterscheiden sich von anderen Gefühlen:** Emotionen, die zur Gruppe der „Zorngefühle“ gehören, richten sich auf Andere, unsere Situation oder uns selbst.

2 **Die drei Ziele des Mentees:** Die Ziele des Mentees in der ZORNBOX sind einfach: Feststellen, ob er/sie zornig oder wütend ist, identifizieren, auf wen oder was sich diese Gefühle richten, und einen vernünftigen Grund nennen, warum er/sie zornig oder wütend ist. Sind diese Ziele erreicht, sollte der Mentee in die „LÖSUNGSBOX“ gehen.

Kurzanleitung:

Beginnen Sie links oben (meist in einem der zwei umrandeten Kästchen) und gehen Sie jeweils von Ihrer Antwort auf die zuletzt gestellte Frage aus, um festzustellen, was in Ihrer TPM-Gebetsstunde als Nächstes zu tun ist. Die Ziffern in der oberen rechten Ecke dienen nur der Identifikation und haben keine Funktion bei der Anwendung des Flussdiagramms.

4 Fragen Sie: „Richtet sich ein Teil des Gefühls, das Sie empfinden, auf eine Person oder Sache?“

5 Mentee hat festgestellt, dass dies nicht der Fall ist („Nein“).

6 **Gehen Sie in die EMOTIONSBOX.**

7 Mentee hat festgestellt, dass dies der Fall ist („Ja“).

8 Mentee hat nicht gesagt, dass er/sie Zorn empfindet.

9 **Wenn Mentees Schwierigkeiten haben, den nächsten Schritt zu tun:** Wenn Mentees die Ziele in der ZORNBOX verstehen, aber Schwierigkeiten haben, Gefühle wahrzunehmen, zu identifizieren, auf wen oder was sich ihre Gefühle richten, einen vernünftigen Grund für ihre Zorngefühle zu nennen, usw., kann dies ein Hinweis sein, dass sie vielleicht ein „Lösungsverhalten“ ausüben. Gehen Sie in die „LÖSUNGSBOX“.

10 Mentee hat gesagt, dass er/sie Zorn oder Ärger empfindet.

11 Fragen Sie: „Was fühlen Sie?“

12 Mentee hat Schwierigkeiten, wahrzunehmen, was er/sie fühlt.

13 **Gehen Sie in die LÖSUNGSBOX.**

15 Mentee hat nicht gesagt, gegen wen oder was sich sein/ihr Zorn oder Ärger richtet.

16 Fragen Sie: „Gegen wen oder was richtet sich Ihr Zorn oder Ärger?“

17 Mentee hat Schwierigkeiten festzustellen, gegen wen oder was sich sein/ihr Zorn richtet.

18 **Gehen Sie in die LÖSUNGSBOX.**

14 **Lösungsverhalten:** Zorn oder Ärger fühlen Mentees, weil sie glauben, dass sie vor einem ungelösten Problem stehen und eine angemessene Reaktion einschließt, zornig oder wütend zu werden. Zornig zu sein ist ein „Lösungsverhalten“.

19 Mentee hat gesagt, gegen wen oder was sich sein/ihr Zorn oder Ärger richtet.

20 Aber er/sie hat noch keinen vernünftigen Grund genannt, weshalb er/sie zornig ist.

Vernünftliche Gründe für Zorngefühle: Die anfängliche Erklärung von Mentees, weshalb sie Zorn empfinden, hängt oft mit dem „wahrgenommenen Problem“ zusammen, dass sie dadurch zu lösen versuchen, dass sie zornig sind. Wenn Mentees das in Erinnerung behalten, wird es ihnen normalerweise helfen, ihre Ziele in der „LÖSUNGSBOX“ zu erreichen.

21 Und er/sie hat einen vernünftigen Grund genannt, weshalb er/sie zornig ist.

22 Fragen Sie: „Weshalb empfinden Sie Zorn, Ärger oder Wut gegen ...?“

23 Mentee hat Schwierigkeiten, einen vernünftigen Grund zu nennen, weshalb er/sie zornig ist.

24 **Gehen Sie in die LÖSUNGSBOX.**

25 **Gehen Sie in die LÖSUNGSBOX.**

Wenn Mentees zornig gegen Gott sind: In der früheren Schulung wurde gelehrt, dass Zorngefühle von Mentees gegen Gott darauf beruhen, dass sie Gott missverstehen. Und auch wenn das generell immer noch der Fall sein kann, ist ihr Zorn oder Ärger keine direkte Folge einer falschen Auffassung über Gott. Es sind vielmehr ihre lügenbasierten „Herzensmissverständnisse“, die sich in irgendeiner Weise auf Gott beziehen und die „wahrgenommenen Probleme“ hervorufen, die sie dadurch zu lösen versuchen, dass sie zornig oder wütend auf ihn sind. Aus diesem Grund gehen Sie, nachdem sie die Ziele in der „ZORNBOX“ erreicht haben, immer in die „LÖSUNGSBOX“. Das gilt unabhängig davon, auf wen oder was sich ihr Zorngefühl richtet.



Prayer Ministry
Chart Ver: MR5.13.2022
TransformationPrayer.Org

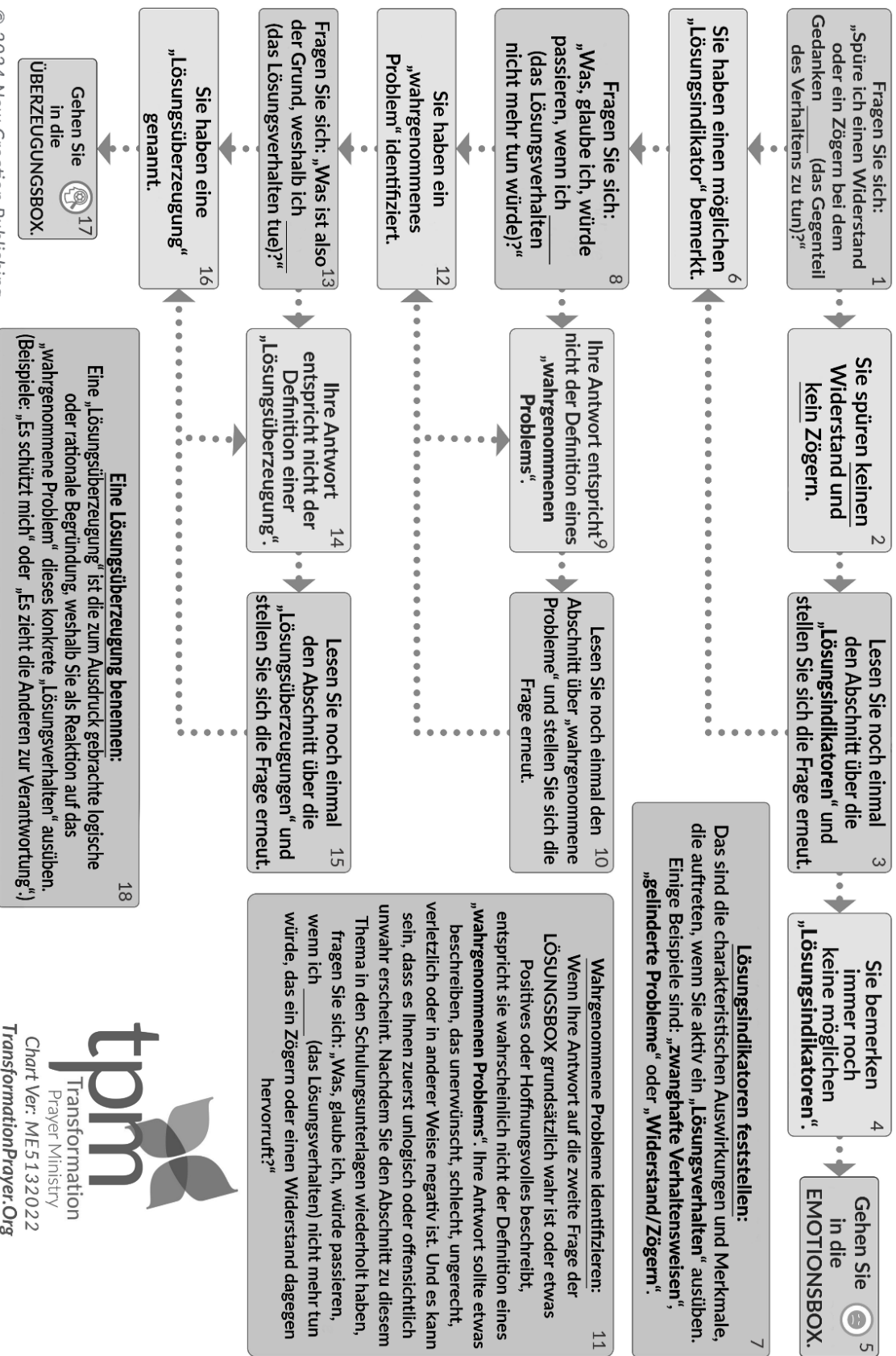
LÖSUNGSBOX

„Flussdiagramm“

für Mentees

Kurzanleitung:

Beginnen Sie links oben in dem umrandeten Kästchen und gehen Sie jeweils von Ihrer Antwort auf die zuletzt gestellte Frage aus, um festzustellen, was in Ihrer TPM-Gebetsitzung als Nächstes zu tun ist. Die Ziffern in der oberen rechten Ecke dienen nur der Identifikation und haben keine Funktion bei der Anwendung des Flussdiagramms.



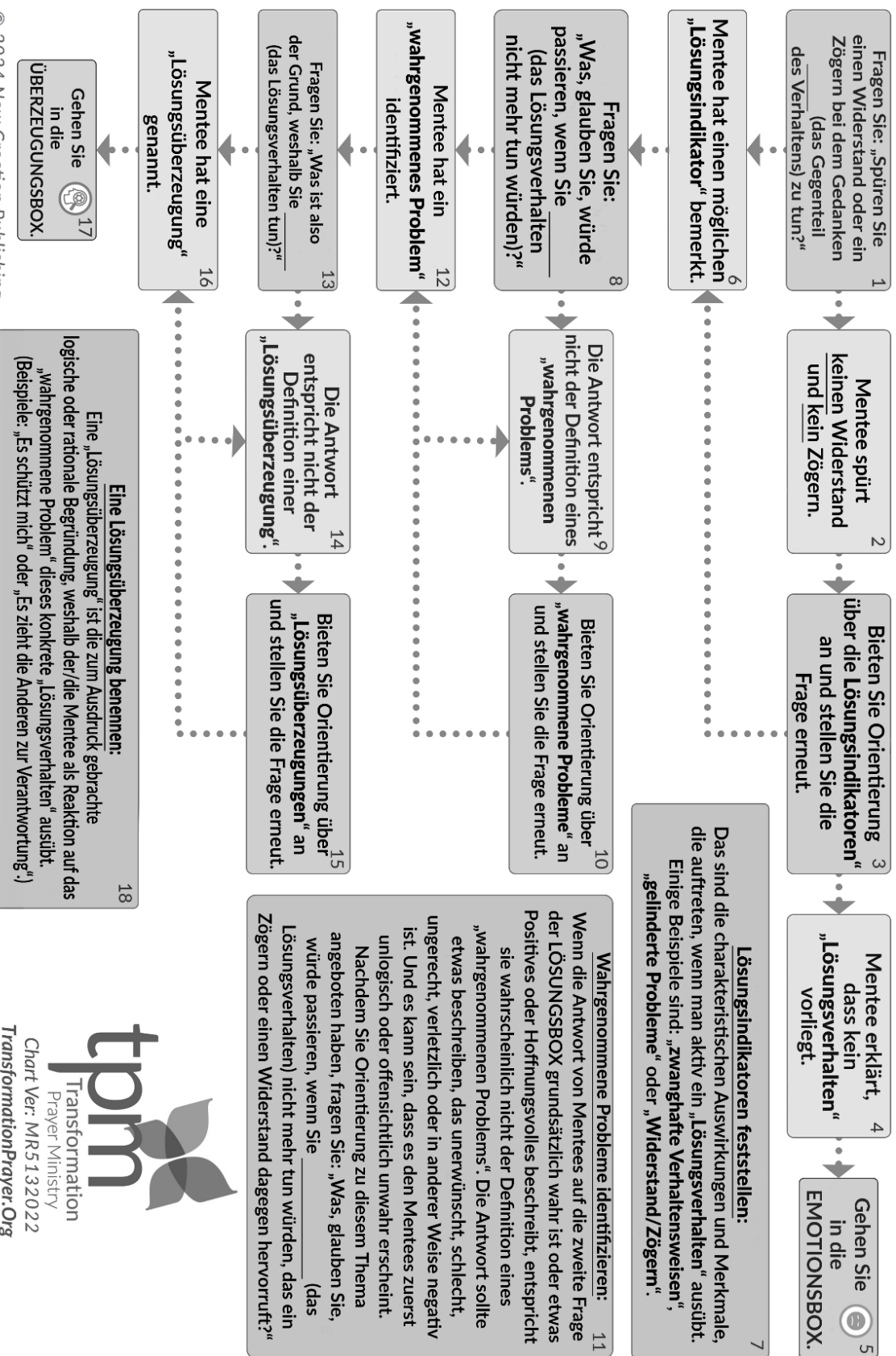
LÖSUNGSBOX

„Flussdiagramm“

für Mentoren

Kurzanleitung:

Beginnen Sie links oben in dem umrandeten Kästchen und gehen Sie jeweils von der zuletzt geäußerten Antwort/Aussage aus, um festzustellen, was im TPM-Prozess als Nächstes zu tun ist. Die Ziffern in der oberen rechten Ecke dienen nur der Identifikation und haben keine Funktion bei der Anwendung des Flussdiagramms.



ÜBER DIE VERFASSER



TPM (Transformation Prayer Ministry, Transformationsgebetsdienst) wurde von Dr. Ed Smith entwickelt. Er absolvierte ein Master-Studium in Erziehungswissenschaft mit dem Schwerpunkt Ehe- und Familienberatung am Southwestern Baptist Theological Seminary in Fort Worth, Texas, und machte einen Abschluss zum Doctor of Ministry am Midwestern Baptist Theological Seminary in Kansas City, Minnesota. Sein

Studium zum Doktor der Erziehungswissenschaft in Ehe- und Familienberatung (Ed.D.) am Southwestern Baptist Theological Seminary in Fort Worth, Texas, hat er zum größten Teil abgeschlossen.

Ed Smith war 17 Jahre lang in Ortsgemeinden der Southern Baptist Churches tätig, bevor er 1996 als pastoraler Seelsorger TPM entwickelte. Er und seine Frau Sharon (seit über 40 Jahren verheiratet) haben außerdem landesweit Konferenzen rund um das Thema Ehe geleitet (The Basic Ingredients for a Happy Marriage – Grundlagen einer glücklichen Ehe). Ed Smith hat viele Artikel für christliche Zeitschriften und verschiedene Bücher verfasst (darunter Beyond Tolerable Recovery, The Trouble Shooter's Guide for TPM, Healing Life's Hurts Through Theophostic Prayer), TPM-Schulungsprogramme für Anfänger und Fortgeschrittene entwickelt und auf nationalen Konferenzen Vorträge gehalten, unter anderem für die American Association of Christian Counselors (AACC), die Christian Association for Psychological Studies (CAPS) und die National Leader's Conference for Catholic Renewal.

Eds Sohn Joshua ist Mitverfasser des neuen TPM-Handbuchs. Seit der Gründung von TPM (er war damals 8 Jahre alt) verfolgte er den Weg seines Vaters. Als Joshua 2009 an der Liberty University seinen Abschluss in Englisch, Psychologie und christlicher Beratung machte, spürte er Gottes Berufung zur Mitarbeit in dem, was Gott durch diesen Dienst wirkte. Er begleitete seinen Vater auf seinen Reisen, um gemeinsam mit ihm überall auf der Welt TPM-Seminare zu halten. Das Zusammenspiel seiner Ausbildung, seiner

Fähigkeiten und seiner Berufung hat wesentlich dazu beigetragen, TPM weiterzuentwickeln und klarer zu strukturieren. Neben diesem Handbuch hat Joshua einen großen Teil der neueren TPM-Materialien mitverfasst, darunter Effortless Forgiveness, The Essentials of TPM und The Process of TPM. Er spielte auch eine entscheidende Rolle bei der Entwicklung von Ausbildungstools wie den TPM-Verlaufsschemata und den TPM-Flussdiagrammen. Darüber hinaus bieten Ed und Joshua regelmäßige Online-Treffen an, in denen TPM-Anwender aktuelle Informationen erhalten und Fragen zum TPM-Prozess stellen können. Joshua und seine Frau Kaitlyn sind glücklich verheiratet und haben drei Kinder. Sie wenden die biblischen Prinzipien, die in TPM gelehrt werden, sowohl in ihrer Ehe als auch in der Kindererziehung an.

Ed und Joshua Smith vertreten eine traditionelle, konservative, protestantische Theologie. Sie bekennen sich zum baptistischen Glauben und besuchen eine Southern Baptist Church. Der TPM-Prozess und seine Anwendung sind jedoch nicht von ihrer persönlichen Theologie abhängig, sondern bietet allen im Leib Christi einen praktischen und nachvollziehbaren Weg zur Läuterung ihres Glaubens, zur Erneuerung ihres Denkens und zur Transformation ihres Lebens durch Gott.

Seit dem Beginn im Jahr 1995 hat TPM das Leben von Menschen in über 150 Ländern der Welt berührt. Das TPM-Schulungsmaterial ist unter TransformationPrayer.org und im deutschsprachigen Raum unter tpm-dach.org frei erhältlich.

Zum Zeitpunkt der Herausgabe dieses Handbuches veranstalten Ed und Joshua auch regelmäßige Live-Meetings, in denen sie die hier besprochenen Themen erläutern und die Fragen der Teilnehmenden beantworten.

Diese Videoübertragungen und ihre Aufzeichnungen sind eine wertvolle Ressource für alle, die Fragen zu TPM haben.



Dr. Ed Smith führte Mitte der neunziger Jahre eine kleine seelsorgerische Beratungsstelle. Viele der Hilfesuchenden waren Frauen, die in ihrer Kindheit sexuellen Missbrauch erlebt hatten. In zahllosen Sitzungen versuchte Smith, diesen Frauen zu einem gewissen Maß an Befreiung von ihren emotionalen Schmerzen und Beeinträchtigungen zu verhelfen, sah sich aber schließlich zur Aufgabe gezwungen, da seine Bemühungen so wenig Erfolg zeigten. Doch dann trat Gott auf den Plan! Nach all den Jahren der Mühe und Anstrengung konnte Smith erstaunt zusehen, wie Gott das Leben dieser Frauen verwandelte, indem er ihr Herz von seiner Wahrheit und Perspektive überzeugte. Ihr Schmerz verschwand, ihre Verhaltensstörungen ließen nach und es gelang ihnen immer mehr, im Licht der Wahrheit Gottes zu leben.

Smith ahnte damals nicht, dass Gott im Begriff war, einen weltweiten Dienst entstehen zu lassen, der heute als Transformation Prayer Ministry (TPM) bekannt ist. Zuerst verstand er nicht ganz, was dieser Dienst eigentlich bezweckte, aber schließlich erkannte er, dass das, was er erlebt hatte, keineswegs neu war. Die wunderbare Verwandlung, die er beobachten konnte, war das, was Gott im Leben aller Glaubenden tun will. Gott möchte, dass wir mit ihm zusammenarbeiten, wenn er unseren Glauben läutert, unser Denken erneuert und unser Leben verwandelt.



Was Sie vom Lesen dieses Buches erwarten können.

- Wie Sie erkennen, dass Sie Gottes Perspektive brauchen.
- Gottes Plan zur Läuterung Ihres Glaubens und zur Erneuerung Ihres Denkens.
- Ein gezieltes Mittel, wie Sie Gott die Gelegenheit geben, Sie dem Ebenbild seines Sohnes ähnlich zu machen.

Kostenlose PDF-Version unter TransformationPrayer.Org

New Creation Publishing Inc. (2023)