

Sommerbibelschule

Thema: Selbstvertrauen und Identität

05.07.21 - 09.07.21 18 - 20Uhr

Präsenz- und Onlineteilnahme möglich.

Referentin:

Christine Kießling

Beratende Seelsorgerin, Lebens- und
Sozialberaterin BTS, Institut für Psychologie
und Seelsorge Freudenstadt

45,- pro Person

Anmeldung über unsere
Homepage (Veranstaltungen)

Herzlich Willkommen zur Sommerbibelschule

Übersicht vom 05. – 09. 2021

- Montag: Die Identität aus Psalm 139 und die Identitätsräuber und die Tiefenstruktur des Menschen, Vergebung
- Dienstag: Selbstvertrauen und Selbstbehauptung und die Grundstruktur des Menschen, Gedankenstruktur
- Mittwoch: Lösungsorientiertes Denken - und die Auswirkungen auf meine persönliche Weiterentwicklung und das Erreichen meiner Ziele. Mit Jelde Krüger
- Donnerstag: Die Wesenszüge des Menschen und das Selbstbewusstsein, Gebet, zum Gebet sind Michaela Ross und Anna Kaplin dabei.
- Freitag: Meine Gaben und neue Identität in Christus
leben und er-leben

Psalm 139, 1-2 / Duke Übersetzung

Herr, du hast mich erforscht und erkannt. Du kennst meinen Niedergang und meinen Aufschwung, du verstehst meine Gedanken aus der Ferne.

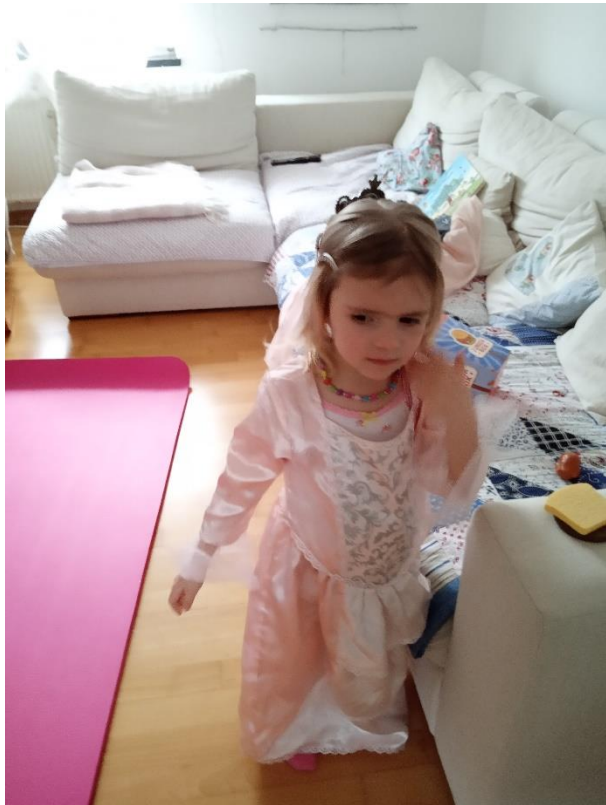


5 Dinge die Gott getan hat

- 1- mich gesucht
- 2- kennt mich
- 3- kennt alle meine Niedergänge, schlechte Zeiten
- 4. kennt alle meine Aufschwünge, gute Zeiten
- 5. versteht alle meine Gedanken, schon aus der Ferne

Psalm 139, 13 Kunstwerke des Schöpfers

Denn du bildetest meine Nieren. Du wobst mich in meiner Mutter Leib.



Da Gott uns schon im Mutterleib geformt hat, kennt er jeden Menschen, der je gelebt hat, bis ins Innerste.

Das hebräische Wort, das mit „bildetest“ (meine Nieren) übersetzt wird, ist nicht **bara**, in dem der Gedanke steckt, etwas aus nichts erschaffen, sondern **qanah**, das mit Eigentum verbunden ist. Gott kennt uns genau, weil wir ihm gehören. Er ist mit uns so vertraut.

Psalm 139, 13



Du wobst mich in meiner Mutter Leib

- Weben kostbarer Stoffe, Buntweberei, auch unter Benutzung von Gold- und Silberfäden. Der Gedanke, dass der Körper und die Seele eines Menschen kunstvoll geformt wurden, ein Prozess, der Zeit, Können und Geschick erfordert. Menschen werden nicht willkürlich gebildet und entstehen nicht zufällig. Gott schafft bewusst und kunstvoll menschliches Leben. Er fügt alles nach seinem Plan zusammen.

Psalm 139, 14 Der Psalm, für ein gutes Selbstbewusstsein.

Ich preise dich, dass ich so herrlich, so wunderbar geschaffen bin; wunderbar sind deine Werke, meine Seele weiß dieses wohl.



Unser Körper ist einmalig geschaffen, mit Muskeln, Knochen, Hormone, Neurotransmitter, er besteht aus verschiedenen chemischen Zusätzen, das Herz schlägt 4200 mal in einer Stunde und pumpt 42 Tonnen Blut täglich.

Unsere Seele, auch Psyche ausgesprochen besteht aus den Motivationen, Gefühlen und Gedanken.

Unser Geist ist die Spiritualität, Anbetung und Gebet und Krankenheilung

Im anderen Sinne auch der Okkultismus.

1. Thessalonicher 5, 23

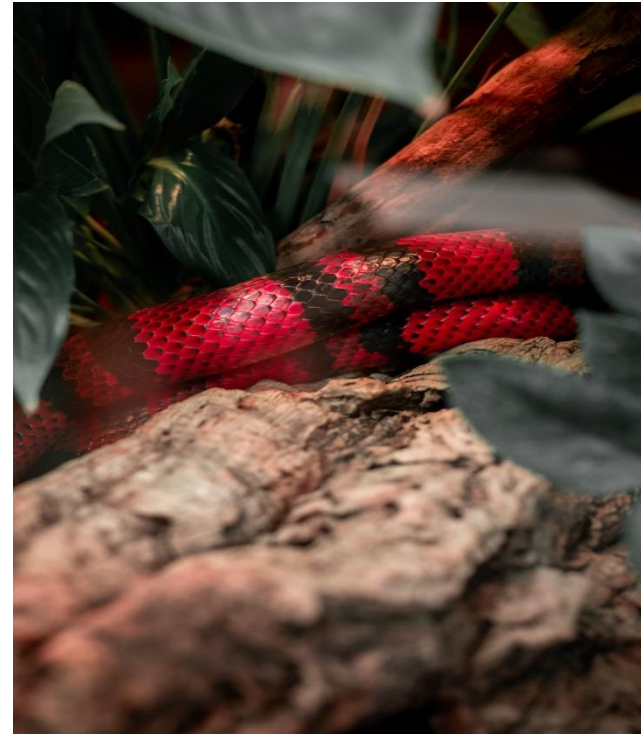
Er selbst aber, der Gott des Friedens, heilige euch völlig; und vollständig möge euer Geist und Seele und Leib untadelig bewahrt werden.

Ein Riss in der Schöpfung / Der Fall der Schöpfung

Der Fall der Schöpfung

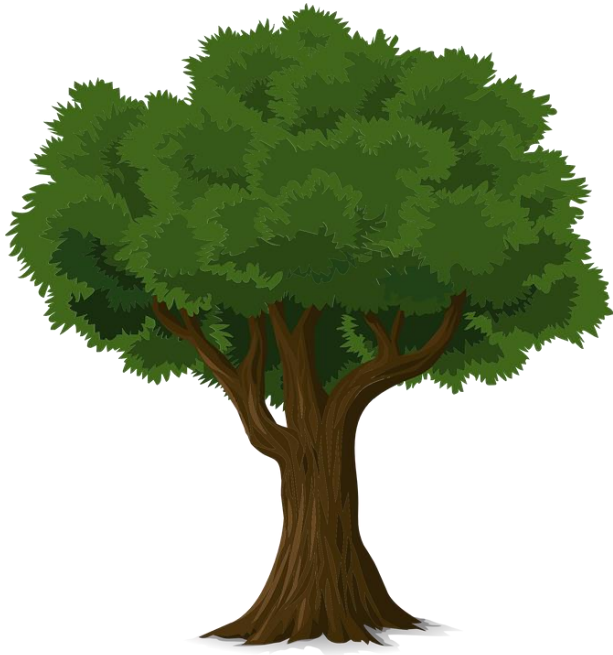
- Adam und Eva wurden ohne Sünde erschaffen, aber mit der Freiheit, sich für oder gegen Gott zu entscheiden. Die Sünde kam in die Welt, als Eva der Lüge des Verführers glaubte, 1. Mos. 3,12 (Eva sagte: **Die Schlange hat mich getäuscht**)..... und Adam hatte Gottes verbindliches Gebot missachtet. 1. Mos. 3, 17 (Weil du auf die Stimme deiner Frau gehört und gegessen von dem Baum, von dem ich dir geboten habe: Du sollst nicht davon essen!)

Selbstbetrug und Eigenwille bringen uns heute noch unter die Macht der Sünde und zerstören uns. Diese beiden Irrwege sind gefährlich. Das geht so lange, bis Christus die Macht der Sünde bricht und uns Kraft zum Widerstehen gibt.

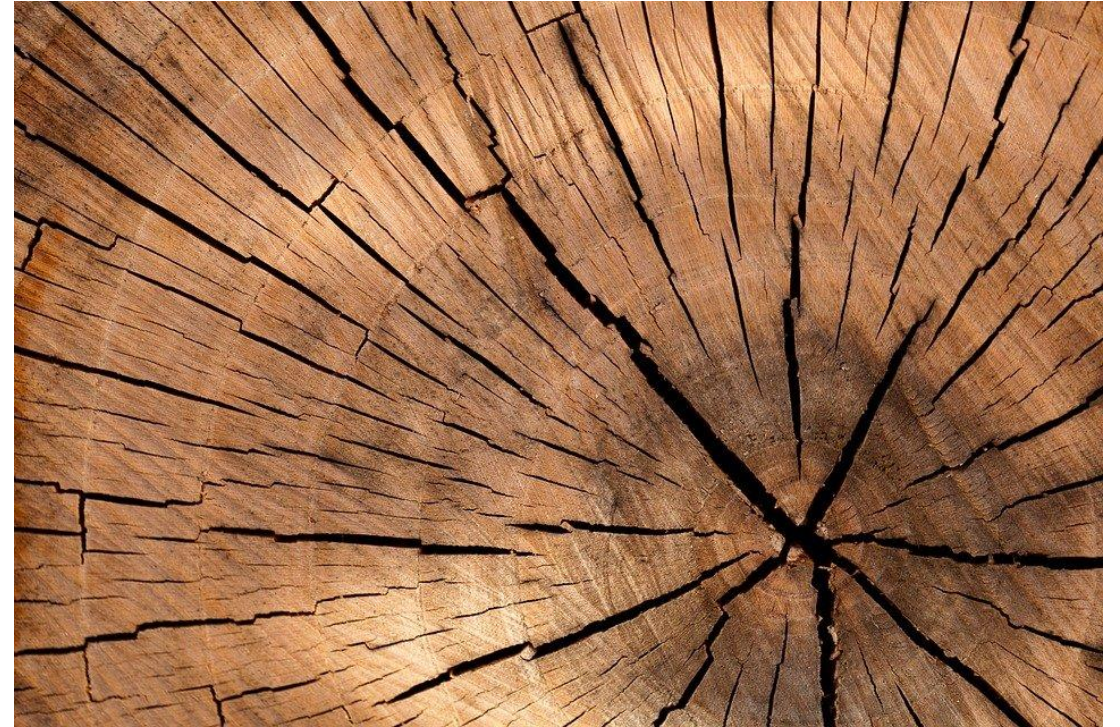


Die Tiefenstruktur/Identitätsstruktur

Psalm 1, 3 Er ist wie ein Baum, gepflanzt an Wasserbächen, der seine Frucht bringt zu seiner Zeit, und dessen Laub nicht verwelkt; alles was er tut, gelingt ihm.

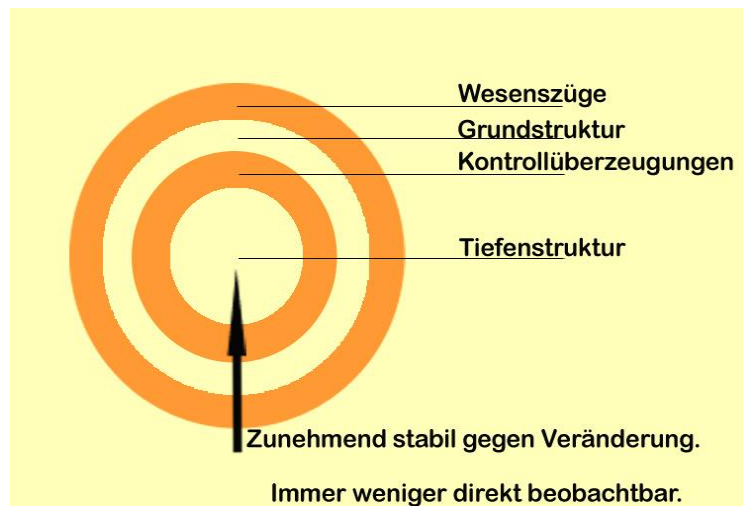


Anteile der Persönlichkeit, die schon vor langer Zeit (Kindheit) gehören. – Teilweise vererbt, sehr stabil- Veränderung kaum möglich



Die Tiefenstruktur

Der innerste Mensch:



Im Mutterleib gewoben, unsere Identität

- **Die Tiefenstruktur:**
- Damit sind diejenigen Anteile der Persönlichkeit gemeint, die schon seit langer Zeit (d.h. seit der frühen Kindheit) zu dem betreffenden Menschen gehören bzw. teilweise vererbt worden sind. Sie sind demzufolge sehr stabil und hier ist dann auch Veränderung häufig nur schwer möglich. Da diese Persönlichkeitsdimensionen in der (frühen Kindheit) entstanden sind, gehören sie also zu den inneren „Jahresringen“.

PAUSE



Die inneren Räuber, der Tiefenstruktur im Leben

Der Weg durch unsere Tiefenstruktur



Räuber: Die Ablehnung

- Ablehnung ist immer wieder ein sehr großes Thema.
- Oft wird in unseren Gedanken ein Film abgespult über die Menschen, die uns verletzen, dieser Film hat oft nicht mehr viel mit der Realität zu tun. Wie wir auf dem Bild sehen, spiegelt sich der Weg, er sieht sehr schön aus, ist aber eine Täuschung. Wenn wir uns abgelehnt fühlen, werden wir gespiegelt. Unsere Reaktion auf Ablehnung ist im Grunde genommen nicht der Wahrheit entsprechend. D.h. wir sind gefangen von diesem negativen Erlebnis. Wir werden im wahrsten Sinne des Wortes **beraubt**. Erst einmal schauen wir uns die vier stärksten inneren Räuber unserer Ablehnungen an.

Die inneren Räuber, der Tiefenstruktur im Leben

Unsicherheiten aus dem gelebten Leben

- ABLEHNUNG _ SPIEGEL **Räuber #1** bedeutet, dass wir dem Gegenüber spiegeln, das wir uns selber nicht mögen, weil uns durch unsere Umwelt eingeredet wurde, wie wir uns zu verhalten haben. Unsicherheiten aus dem gelebten Leben, die sich verfestigt haben in den Jahren. Wir können es auch Unwissenheit nennen. Die Ablehnung von unseren Nächsten. Vater, Mutter, Geschwister, Ehemann, Ehefrau, Kinder, Freunde, Kirchenmitglieder, Arbeitskollegen etc. haben uns geprägt.

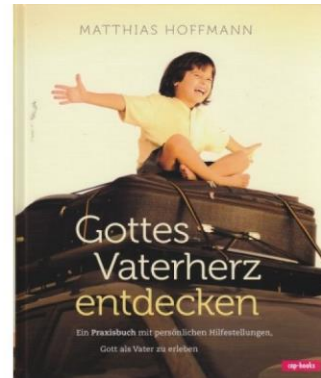
ABLEHNUNG _ SPIEGEL **Räuber # 1**



Das Vaterherz Gottes neu erkennen

Buchempfehlung für Heilung von der Vaterbeziehung /
Gottes Vaterherz entdecken von Matthias Hoffmann
ISBN: 978-3-86773-176-8

- Jetzt ist die Zeit gekommen, Gott als liebenden Vater kennen zu lernen! Zu lange sind viele Menschen dem falschen Gottesbild eines kontrollierenden und strafenden Richters gefolgt. Zu lange haben viele ihr Christsein unter verkehrten Vorzeichen geführt: Es dreht sich alles um Leistung, statt um Liebe. Viel zu spät sind Mitarbeiter in Kirchen und Gemeinden aufgewacht und müssen nun erkennen, dass sie sich müde und leer gelaufen haben: Ihr Glaube ist zu einem System erstarrt und zeigt wenig Lebendigkeit. Aber genau hier setzt die befreiende Botschaft von der Vaterliebe Gottes an! Gott ist der liebende Abba-Vater, der sich seinen vielgeliebten Kindern neu zu erkennen gibt. Er heilt unsere Lebenswunden und stellt uns wieder her. Die Freundschaft mit ihm ist das höchste Glück und befreit uns zu dem Leben, zu dem wir von Anbeginn bestimmt sind. Wir sind für die größte Liebe erschaffen!



Die inneren Räuber, der Tiefenstruktur im Leben

Menschen, die es nicht gut mit uns meinen

- Oft fällt uns das am Anfang gar nicht auf, dass der Mensch es gar nicht gut mit uns meint. Was auch immer seine Motivation sein mag, ob es Neid ist, Hass, Boshaftigkeit oder Bitterkeit uns gegenüber. Oft haben diese Menschen auch gar nichts gegen uns persönlich, sondern sind einfach mit ihrem eigenen Leben nicht zufrieden. Die Ablehnung und die Wörter, die gesagt wurden, bleiben bei uns und diese Ablehnung verletzt unser Selbstbewusstsein.

ABLEHNUNG_ SPIEGEL *Räuber # 2*



Die inneren Räuber, der Tiefenstruktur im Leben

Selbstablehnung. Wie finden Sie sich selber?

ABLEHNUNG_SPIEGEL *Räuber # 3*

- ABLEHNUNG-SPIEGEL *Räuber Nr. 3 #* Selbstablehnung. Wie finden sie sich? Wenn ich einmal fragen darf? Finden sie sich wunderbar und schön? Oder haben sie so viele negative Gedanken über sich selber? Die Selbstablehnung ist einer der größten inneren Räuber der heutigen Zeit.
- Niemand liebt mich
- Ich bin hässlich
- Ich bin zu dick
- Ich bin zu klein
- Nie habe ich das richtige Gewicht
- Ich darf nicht essen, damit ich schön bin und mich endlich die Menschen lieben
- Ich hasse mein Gesicht
- Ich kann nicht in den Spiegel schauen



Die inneren Räuber, der Tiefenstruktur im Leben

Selbstablehnung. Wie finden Sie sich selber?

- Ich bin zu alt, um mich wohlzufühlen und neue Herausforderungen anzunehmen
- Ich bin zu jung, um Herausforderungen anzunehmen
- Mein Partner findet mich nicht schön
- Meine Nase ist zu groß
- Ich hasse mich
- Ich kann sowieso nichts, das wurde mir immer gesagt, dass ich nichts kann

ABLEHNUNG_ SPIEGEL *Räuber # 3*



Die inneren Räuber, der Tiefenstruktur im Leben

Sie lehnen Menschen ab und sagen verletzende Worte

- Sie lehnen selber Menschen ab und sagen manchmal verletzende Worte, oder machen sich über andere lustig und bewerten ihr Verhalten. Sie mögen manche Personen überhaupt nicht, und lassen es auch diese Personen spüren. Dieser Räuber Nr. 4 ist mit Hochmut und Arroganz und liebt es andere zu verletzen, damit er sich besser fühlt. Sicherlich denken sie, damit habe ich nichts zu tun! Überlegen sie einmal genau, haben sie schon einmal einen Menschen verletzt? Die Gefahr bei dem Bewerten von ihnen zu anderen Menschen ist, dass ihr Herz erkaltet. Überdenken Sie ihr Verhalten. Und manchmal ist es auch nötig, sich zu entschuldigen, oder Situationen wieder gut zu machen.

ABLEHNUNG_ SPIEGEL *Räuber # 4*



PAUSE



Der Weg durch Ihre Vergangenheit Bitte zu Hause in Ruhe durchgehen!

- Rückschau / Geburt

- Schauen Sie einmal zurück auf Ihr Leben. Stellen Sie sich vor, dass Sie ihr Leben zurück spulen.
- Jetzt sind wir bei Ihrer Mutter, als Sie bei ihr im Bauch waren. Die Aussage, dass Gott Sie schon von Mutterleib an kannte, bedeutet, dass Sie angenommen waren und sind. Geliebt und gekannt von Anfang an.
- Jetzt kommt die Geburt. Sie werden geboren. Wurden Sie in einer Familie geboren, wo es einen Vater gab und eine Mutter, die Sie bedingungslos liebte und sich freute, dass Sie endlich da waren? Gibt oder gab es die Vaterliebe und die Mutterliebe bei Ihnen, die Ihnen zu steht oder zustand?

Der Weg durch Ihre Vergangenheit Bitte zu Hause in Ruhe durchgehen!

Kindheit

- Wie war ihre Kindheit, wurde über Sie etwas Negatives ausgesprochen, was sich immer noch in ihrem Herzen verfestigt hat, was sich in ihrem Unterbewusstsein eingenistet hat?
- Wie war die Geschwisterkonstellation? Haben Sie gelitten unter Ihren Geschwistern? Oder war Ihre Kindheit sehr schön?
- Wie waren Ihre Schulerfahrungen, haben Sie eine gute Schulzeit gehabt oder eher eine schwierige?

Wie war Ihre Kindheit?



Teenager und später

Überlegen Sie einmal.....



Die Teenager Zeit und später...

- Wie war Ihre Zeit als Teenager?
- Wie war die Zeit in der Schule und nach der Schule?
- Wie war ihre Ausbildung oder ihr Studium?
- Durften Sie das lernen, was sie wollten?
- Die Freundschaften, Partnerschaften, Ehe, Kinder?
- Und noch mehr, was Ihnen einfällt.

Wenn wir die Vergebung Gottes für uns persönlich gelten lassen, dann sind wir auch in der Lage, anderen Menschen zu vergeben. Maria Prean-Bruni

Vergib allen, die dir Unrecht getan haben



Tiefenstruktur und Vergebung

- Nehmen Sie sich bitte Zeit, und schreiben Sie alles auf, was sie noch von der Kindheit und der Teenagerzeit und noch mehr belastet.
- Es ist Ihre Tiefenstruktur, und es ist gut, das alles vor Gott zu bereinigen. Also, alles, was Sie belastet.

Praktische Schritte zur Vergebung

(Maria Pran-Bruni)

Vergabung

1. Lass die Personen los. Entlasse sie aus dem Gefängnis deines Herzens und übergib sie in die Hände Gottes. Schicke die Schuld weg.
2. Sprich das oft aus. Stell dir vor, wie du es tust. Und dann tue es: Tue Buße, erkenne deine Schuld (wenn dir etwas einfällt), kehre dann um und gehe in eine andere Richtung.
3. Bete jede einzelne Situation konkret durch, die dir der Heilige Geist aufzeigt. Bekenne auch deine Schuld und empfangen Vergebung. Vergebung beginnt immer mit einer Willensentscheidung. Die Gefühle folgen nach.

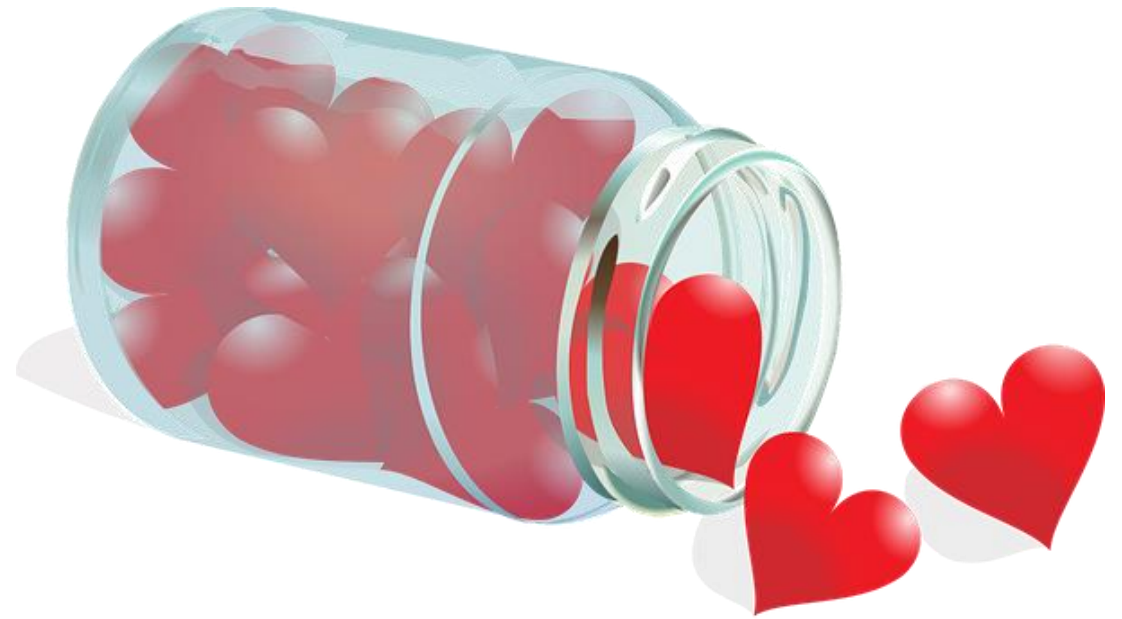
Vergabung

4. Danke Gott, dass er diese Person, die dich verletzt hat, genauso liebt wie dich.
5. Denke darüber nach, wer du in Christus bist und was er für dich getan hat, und jage dem Frieden nach.

Wer bin ich in Christus? (Inner cube)

Mir ist vergeben

- Epheser 1, 6-8
- Römer 8,31. 38-39
- Gott hat mir alle meine Sünden vergeben (wenn ich sie bekannt habe).
- **Ich bin auserwählt.**
- Röm 8,30 Eph 1,4 1 Petr 2,9
- Ich bin von Gott sorgfältig auserlesen.
- Meine Erlösung war kein Zufall. Gott hatte sie für mich vorgesehen.
- Gott hat mich zur Erlösung berufen, auch wenn ich es nicht verdient habe.



Hausaufgabe:

Arbeiten Sie Ihr Leben durch und nehmen Sie sich Zeit für die einzelnen Schritte. Oft hilft es auch, sich Situationen aufzuschreiben und dann im Gebet an Gott abzugeben. Wir sehen uns morgen wieder um 18:00 Uhr.



Ich weiss wer ich bin – Hillsong auf Deutsch



- <https://www.youtube.com/watch?v=fvPO7Szxk7Y>
- Ich weiss wer ich bin – Hillsong auf Deutsch