

Predigtreihe: „Heil werden an Leib und Seele“

2. Die Inneren Schwüre /Festlegungen loswerden

Liebe Gemeinde,

a) „Alles Grübeln, Beten und Nachdenken half nichts. Ich bekam es einfach nicht auf die Reihe, mit einer bestimmten älteren Kollegin auszukommen, wenn sie krank war. Ich fühlte mich von ihr manipuliert und war unsicher, wie ich mit ihr umgehen sollte. Dabei hatte ich im Grunde genommen nichts gegen sie, im Gegenteil, sie war immer liebevoll und hilfsbereit zu mir gewesen und wir hatten schon viele gute Kämpfe miteinander für die gemeinsamen Aufgaben bestanden.“ Das erzählt Werner May in der Zeitschrift „Charisma“ im Jahr 2017 (Heft Nr.3/2017, S. 34).

b) Und dann erzählt er, wie es dazu gekommen ist:

„Die Ursache liegt weit zurück. Da dies alles schon Jahre her ist, kann ich mich nicht mehr genau erinnern, wie mir die Lösung „geschenkt“ wurde. Aber damals wurde mir deutlich, dass ich, als ich etwa 15 Jahre alt war, eine wichtige Entscheidung getroffen hatte. Ich hatte mir geschworen, mich nie mehr durch die Krankheit meiner Mutter manipulieren zu lassen. Diese hatte, wohl hilflos, wie sie mit ihrem pubertierenden Sohn fertig werden sollte, mir immer wieder vorgeworfen, ich sei schuld an ihrer Zuckerkrankheit. Wenn ich so weitermache, würde ich sie noch ins Grab bringen. Diese Anschuldigungen machten mich wiederum hilflos und ohnmächtig. So war mein Entschluss, mich nicht davon beeinflussen zu lassen, egal was mit ihr passieren würde, in gewissem Sinn ein Befreiungsschlag. Von diesem Tag an fielen Ketten von mir ab.

c) Aber zu welchem Preis? Ich konnte seitdem nicht mehr unbelastet mit Krankheit umgehen. Ich machte einen Bogen um kranke Menschen, verzichtete dadurch auf wichtige Erfahrungen der Barmherzigkeit, des Tröstens und der Liebe. Und wenn ich Leidenden nicht aus dem Weg gehen konnte, wie über 30 Jahre später meiner Kollegin, kam ich wieder unter den gleichen Druck wie damals als Teenager.“

Ich lasse mich nicht von Kranken manipulieren. Das ist ein innerer Schwur, eine innere Festlegung.

1. Was genau sind innere Schwüre, innere Festlegungen?

a) Ein innerer Schwur, eine innere Festlegung ist ein Versprechen, das wir uns selbst geben, üblicherweise als Entgegnung auf einen Schmerz oder eine Schwierigkeit, die wir innerhalb unserer menschlichen Beziehungen erfahren.

b) In Worte gefasst klingt eine solche Festlegung meist so: „Das werde ich niemals wieder tun!“, oder: Nie wieder werde ich jemanden so nah an mich heranlassen!“, oder auch: „Was es auch kosten mag ich werde dafür sorgen, dass sich das nicht wiederholt!“

c) Wir alle treffen derartige Festlegungen. Es liegt in der menschlichen Natur, Schmerz zu vermeiden.

- „Ich betrete mein Elternhaus niemals mehr“,
- „Männer sind für mich gestorben“;
- „Mit Kirche will ich nie mehr was zu tun haben“
- „Das kann ich nicht.“
- „Dem verzeihe ich nie!“
- „Ich muss selbst für mich sorgen!“

d) Der Schwur wird geleistet, um sich vor weiteren Verletzungen zu schützen. Diese Festlegung beginnt meist mit:

„Ich will auf keinen Fall, nie mehr, um jeden Preis oder keinen Preis“
Oder: „Ich will nicht, dass mir das jemals wieder passiert!“

Das Problem mit diesen Festlegungen liegt darin, dass sie unser Herz gefangen nehmen. Sie legen uns auf eine Handlungsweise fest die uns zu einem ganz bestimmten Verhalten zwingt. Sie bestimmen, was wir denken und was wir sehen.

- Wenn beispielsweise unser Vertrauen missbraucht wird, sagen wir zu uns selbst: „Nie mehr werde ich einem Menschen mein Inneres öffnen. Ich habe doch erlebt, wie ich dann ausgelacht wurde oder wie man meine Schwäche ausgenutzt hat.“ Überlegt mal, was das für eine Partnerschaft und für Freundschaft bedeutet, wenn einer der Beteiligten

eine solche Festlegung vollzogen hat, einen solchen inneren Schwur ausgesprochen hat.

- Ich persönlich denke z.B., dass es in der Politik in unserem Land ein ungeschriebenes Gesetz gibt, nach dem sich nahezu alle Politiker richten. Es heißt: Gib niemals zu, dass du geirrt hast. Sag lieber, du seist missverstanden worden. Denn gibst du zu, dass du geirrt hast oder schwach warst, werden sie ihre Messer in diese Stelle stoßen. Das ist ein abgekartetes Spiel, das eigentlich ziemlich viel Kraft kostet. Aber wir machen Fehler, also könnten wir es eigentlich auch zugeben.
- Menschen, die eine gewisse Ablehnung erlebt haben in frühen Jahren, laufen herum mit dem Empfinden, dass sie von allen abgelehnt werden.

e) Wir verletzen uns durch solche inneren Festlegungen, Einstellungen oder Schwüre unaufhörlich selbst von neuem. Wer so unterwegs ist, hat das Bewusstsein, eine einzige innere Wunde zu sein. Die Wahrheit ist, dass sie sich ständig selber wieder verletzen, z.B., weil sie sich nicht öffnen können vor andern. Sie haben es sich selber geschworen, sie würden sich nie öffnen und stattdessen lieber hinter einer Maske leben; sie werden ganz einsam und leiden ständig.

f) Diese inneren Schwüre, diese inneren Festlegungen wirken sich auf unser Leben aus. Es kann auch körperliche Auswirkungen haben. Die Seelsorger John und Paula Sandford berichten (Umgestaltung des inneren Menschen, S. 195-196):

„Es kam einmal eine Frau zu uns, die keinen Jungen austragen konnte. Sie war schon mehrmals schwanger geworden, doch hatte sie Jungen immer als Fehlgeburten verloren. Gynäkologen konnten keine körperliche Ursache dafür finden. Doch sie wollte ihrem Ehemann unbedingt einen Sohn schenken. Wir fragten sie, wie ihre Beziehung zu ihrem Vater gewesen sei, konnten auch einige Verletzungen entdecken, doch ihre Reaktionen schienen nicht auf etwas so Schwerwiegendes hinzuweisen, dass dieses destruktive und offensichtlich psychosomatische Phänomen hätte hervorrufen können. Nur ihr Bruder verhielt sich nicht wie jeder andere Bruder, der die Schwester neckt, um seine Liebe auszudrücken. Der Bruder war bösartig, brachte sie immer

wieder in peinliche Situationen und fügte ihr körperliche Verletzungen zu. Ihr Vater konnte sie nicht vor ihm schützen. Dann erinnerte sie sich daran, wie sie im Alter von etwa neun oder zehn Jahren eines Tages an einem Fluß spazieren ging, Steine aufhob, sie ins Wasser schleuderte und schrie: „Ich werde nie einen Jungen auf die Welt bringen. Ich werde nie einen Jungen auf die Welt bringen.“ Das war ein innerer Schwur, eine Weisung, die durch das Herz und den Verstand hindurch an den Körper gerichtet war. Auch wenn ihr Bewußtsein diesen Schwur schon längst vergessen hatte, hatte ihn doch ihr Innerstes noch nicht vergessen. Auch wenn sie nun einen Jungen zur Welt bringen wollte, war doch die alte Programmierung immer noch intakt und funktionsfähig.“

g) In der Bibel kommt das auch vor. König Saul zum Beispiel hat nach Davids großem Erfolg gegen Goliath und weitere Erfolge danach Neid und Missgunst gegen David und seine Beliebtheit beim Volk entwickelt. In 1.Sam.18,7-12 lesen wir: 7 Und die Frauen sangen einander zu und tanzten und sprachen: Saul hat tausend erschlagen, aber David zehntausend. 8 Da ergrimmte Saul sehr, und das Wort missfiel ihm, und er sprach: Sie haben David zehntausend gegeben und mir tausend; ihm wird noch das Königtum zufallen. 9 Und Saul sah David scheel an von dem Tage an und hinfort. 10 Des andern Tags kam der böse Geist von Gott über Saul, und er geriet in Raserei im Hause; David aber spielte auf den Saiten mit seiner Hand, wie er täglich zu tun pflegte. Und Saul hatte einen Speiß in der Hand 11 und schleuderte den Speiß und dachte: Ich will David an die Wand speißen. David aber wich ihm zweimal aus. 12 Und Saul fürchtete sich vor David; denn der HERR war mit ihm und war von Saul gewichen.

Saul hatte die innere Festlegung, den inneren Schwur getroffen: „Ich lasse niemals zu, dass David mir meinen Königsthron wegnimmt.“ Diese Festlegung machte Saul sogar bereit den Tod eines Menschen in Kauf zu nehmen. Sie machte ihn blind dafür, dass David bis zuletzt loyal blieb gegenüber Saul. Er konnte das gar nicht wahrnehmen. Oder im berühmtem Gleichnis vom verlorenen Sohn sagt der ältere Bruder folgendes, als er begründet, dass er nicht mitfeiern will:

„Siehe, so viele Jahre diene ich dir und habe dein Gebot nie übertreten, und du hast mir nie einen Bock gegeben, dass ich mit meinen Freunden fröhlich wäre.“ (Luk. 15, 29) Nie, sagt er. Er hat sich innerlich festgelegt: „Ich komme immer zu kurz.“ Das sitzt so tief, dass er sich nicht mitfreuen kann über die Heimkehr des Bruders.

Aber in der Bergpredigt sagt Jesus, dass uns das Schwören und damit auch innere Schwüre und Festlegungen nicht gut tun:

„Wiederum habt ihr gehört, dass zu den Alten gesagt ist: Du sollst nicht falsch schwören, du sollst aber dem Herrn deine Eide erfüllen. Ich aber sage euch: Schwört überhaupt nicht; weder bei dem Himmel, denn er ist Gottes Thron; noch bei der Erde, denn sie ist seiner Füße Schemel; noch bei Jerusalem, denn sie ist des großen Königs Stadt; noch sollst du bei deinem Haupt schwören, denn du kannst nicht ein Haar weiß oder schwarz machen. Es sei aber eure Rede: Ja, ja! Nein, nein! Was aber mehr ist als dieses, ist vom Bösen. (Mt 5,33-37)

2. Wie werde ich innere Schwüre , innere Festlegungen los?

a) Der erste Schritt ist, zu herauszufinden, ob und welche inneren Schwüre oder Festlegungen in meinem Leben vorhanden sind.

- Hilfreich ist danach zu schauen, ob es in meinem Leben so etwas wie „Rote Knöpfe“ gibt, sogenannte Trigger, die einen Vulkan an Emotionen zum Ausbruch bringen.

- Ein weiterer Hinweis auf innere Schwüre, innere Festlegungen findest du in deiner Sprache. Wenn in deinem Sprachschatz die Worte ALLES, IMMER, NIE, JEDER, JEDESMAL, NIEMAND, WAS IMMER ICH AUCH ... vermehrt auftauchen, dann könnten das Festlegungen sein.

- Beispiele dazu sind:

ALLE Männer sind Machos

ALLE Frauen kontrollieren

ich werde IMMER allein sein

ich werde NIE mehr jemandem trauen

JEDER hasst mich

NIEMAND wird mich JE wieder blamieren

für mich gibt es KEINE Hilfe

JEDESMAL wenn ich etwas Neues wage, versage ich

WAS IMMER ICH AUCH sage oder tue – ich werde nicht ernstgenommen.

- Aber auch das, was du über dich selbst denkst, kann innere Schwüre und Festlegungen zeigen. Beispielsweise Haltungen und Gedanken wie „Ich bin dumm“, „das kann ich nicht“, „ich bin kompliziert“, „ich bin hässlich“, „ich bin schwach“ oder „ich bin ein hoffnungsloser Fall“ wirken sich massiv im Leben aus. Wenn du solche Sätze über dich denkst, könnten das Gedanken und Haltungen sein, die zu inneren Schwüren und Festlegungen geführt haben.

- Wer von sich denkt „Ich bin dumm“, der wird vielleicht die Festlegung treffen „Ich sage nichts in Diskussionen“. Warum? Weil meine Meinung und meine Argumente nicht gut sind, nichts zählen, nicht gebraucht werden, sichtbar machen, dass ich dumm bin. Deshalb sag ich lieber nichts.

- Dabei brauche ich vor allem die Hilfe des Heiligen Geistes. Ohne den Heiligen Geist geht gar nichts. Vertraue darauf, dass ER dir hilft.

b) Der zweite Schritt ist, solche inneren Schwüre, innere Festlegungen im Gebet im Namen Jesu zurückzunehmen.

Du kannst beten: „Jesus, ich merke, wie mich eine innere Festlegung blockiert. Ich brauche jetzt deine Hilfe. Im Namen Jesu nehme ich den Satz „ich komme immer zu kurz“ zurück. Ich löse mich von diesem Satz, damit ich wieder frei werde. Du hast in deinem Wort gesagt, was wir in deinem Namen lösen, ist gelöst und was wir in deinem Namen binden ist gebunden. Darauf verlasse ich mich. Bitte lass aber auch meine Wunden heilen, die zu dieser Festlegung geführt haben. Bewahe ich mich davor, an der gleichen Stelle erneut so tief verletzt zu werden. Jesus, in deinem Namen vergebe ich meiner Mutter / meinem Vater, dass er mich mit Worten und dem Verhalten so verletzt hat. Im Namen Jesu binde ich mich neu an dich und dein Wort. Wie Josua sage ich: Ich aber und mein Haus, wir wollen dem Herrn dienen.“

c) In diesem Gebetsvorschlag sind weitere Schritte enthalten:

- die Bitte um die Heilung von seelischen Verletzungen.
- die Bitte um Schutz vor erneuter Verletzung in der Zukunft.
- das Aussprechen von Vergebung.

Das kannst du zu Hause selbst machen. Du kannst dir aber auch seelsorgerliche Hilfe holen.

d) Die Seelsorger John und Paula Sandford berichten, wie sie mit der Frau, die geschworen hatte: „Ich bringe keinen Jungen zur Welt“, gebetet haben. Sie halfen ihr, den Hass auf den Bruder als Schuld zu Jesus zu bringen und Vergebung zu erfahren. Sie halfen ihr, ihrem Bruder gegenüber Vergebung auszusprechen. Und sie sprachen über ihr und ihrem Körper im Namen aus, dass sie von diesem Schwur gelöst sein soll. Abschließend beteten sie für Trost und Heilung an Leib, Seele und Geist dieser Frau. Danach bekam sie einen Sohn.

e) Werner May, von dem ich zu Beginn sprach, erzählt seine Geschichte von der kranken und manipulativen Mutter, durch die er sich festlegte: „Ich lasse mich nicht von Kranken manipulieren“ so zu Ende: „Als ich diese Entscheidung im Gebet zurücknahm und mich Gott anvertraute, dass er mein Schutz sein sollte, und ihn bat, mich zu öffnen für kranke Menschen, fielen die Mauern zwischen mir und meiner Kollegin. Ich hatte einen so genannten inneren Schwur aufgespürt, mich neu entschieden und konnte unter diesen Voraussetzungen eine ganz neue Freiheit in diesem Bereich erleben.“

Zum Schluss: Du musst nicht mit inneren Schwüren bzw. inneren Festlegungen leben. Du kannst durch Jesus Christus, durch die Kraft seiner Heilung und Vergebung frei werden. Amen.