



Sündenbekenntnis befreit

Eine Anleitung für das Bekenntnis von Sünden
mit einer Hinführung zu konkreter Buße

Frank Uphoff

7. Auflage 2007

Inhaltsverzeichnis

Sündenbekenntnis befreit!.....	3
Wie du mit diesem Heft umgehen kannst	3
Was ist überhaupt Sünde?.....	4
Die katastrophalen Folgen der Sünde	4
Was ist wahre Buße?.....	4
Was können Sünden konkret sein?	5
A. Unsere Verfehlungen gegen Gott.....	5
A1. VERFEHLUNGEN VERSCHIEDENER ART.....	5
A2. ABERGLAUBE, OKKULTISMUS, SPIRITISMUS, ESOTERIK.....	6
B. Unsere Verfehlungen gegen Menschen.....	7
B1. ALLGEMEINER UMGANG MIT ANDEREN.....	7
B2. UMGANG MIT DEM EIGENTUM ANDERER	8
B3. STOLZ, HOCHMUT	8
B4. FAULHEIT	9
B5. MEIN DENKEN ÜBER DEN NÄCHSTEN.....	9
B6. UMGANG MIT WORTEN ÜBER UND MIT MEINEM NÄCHSTEN.....	9
B7. VERHÄLTNIS ZU VORGESETZTEN UND LEHRERN	9
B8. VERHÄLTNIS ZU UNTERGEBENEN.....	10
B9. BEZIEHUNG ELTERN - KINDER.....	10
B10. PARTNERSCHAFT, SEXUALITÄT, ANDERES GESCHLECHT.....	10
B11. UMGANG MIT EIGENEM GELD	11
B12. VERFEHLUNGEN UNS SELBST GEGENÜBER.....	11
B13. VERFEHLUNGEN AN LEIB UND LEBEN ANDERER.....	11
Praktische Konsequenzen	11
Ein Beispiel für ein konkretes Gebet.....	12
Befreiung kann notwendig sein.....	13
Bekenntnis von Sünden der "Väter"?	14
Vergebung und "Innere Heilung"	14
Gottes Vaterliebe empfangen!	15
Was dir weiterhelfen wird	15
Literaturempfehlungen.....	16

Sündenbekenntnis befreit!

Du hast dich entschieden, den Weg mit Jesus klar und konsequent zu gehen. Für dich wurde dieses Heft herausgegeben. Es soll dir helfen, dein Leben zu ordnen. Das Ziel dieser Anleitung ist es, dir ein klares Bewusstsein über Schuld und Sünde zu vermitteln. Sie soll dich zum Bekennen deiner eigenen Sünden ermutigen und zur echten Buße im Sinne von "Umkehr" führen. Außerdem sollst du frei werden von eventuellen Folgen deiner Sünde, die im Leben sichtbar werden können (z. B. seelische oder körperliche Störungen) und eine Wiederherstellung deiner seelischen und geistlichen (ggf. auch körperlichen) Gesundheit erfahren.

Menschen machen auf verschiedene Weise Erfahrungen mit Gott. Dabei wird ihnen oft schmerzlich bewusst, welche Verfehlungen sie in ihrem Leben begangen haben. Andererseits passiert es dabei aber auch, dass mancher nicht weiß, welche Bereiche man zur Sünde dazurechnen muss und welche Konsequenzen Sünde eigentlich nach sich zieht.

Deshalb soll dieses Heft eine Hilfe sein, Sünden zu erkennen und zu bekennen. Es soll eine Hilfe für diejenigen sein, die mit Gott ins Reine kommen wollen, egal in welcher Situation sie im Moment stehen.

Wie du mit diesem Heft umgehen kannst ...

Lies dieses Heft erst einmal ganz in einem Zug durch, damit du einen Überblick bekommst! Dann besorge dir ein zweites Exemplar oder fertige eine Kopie dieses Heftes an, so dass du in einem Exemplar arbeiten und schreiben kannst! Was mit diesem Arbeitsexemplar geschehen soll, wird später erläutert.

Du kannst dieses Heft alleine durchgehen, solltest aber besser einen anderen Menschen - und das ist im Regelfall sogar sehr anzuraten - mit dazunehmen. Dies kann zum Beispiel Dein Hauskreisleiter sein. Er wird dir helfen, dein Leben vor Gott zu ordnen. Bevor du damit beginnst, das Heft durchzugehen, öffne dich durch dein Gebet für Gott! Bitte den Heiligen Geist, in dein Herz hineinzuwirken und dir die betreffenden Dinge zu zeigen! Am besten nimmst du dir ausreichend Zeit (vielleicht einen ganzen Abend) sowie Papier und Schreibzeug. Schreibe alles, was dir auffällt, nieder oder markiere es in deinem Arbeitsexemplar dieses Heftchens!

Im Anschluss daran bittest du Gott detailliert um Vergebung für deine Sünden. Besonders, aber nicht nur, im okkulten Bereich solltest du ein Lossagegebet sprechen und dich bewusst von der Macht des Satans trennen. Spätestens an diesem Punkt solltest du mit einem Menschen reden, der dir dabei behilflich ist. Außerdem ist es gut, Sünde vor einem anderen Menschen zu bekennen. Das hilft dir später erheblich weiter. Du kannst dich, wenn Zweifel in dir hochkommen, an deinem Bekenntnis und der Vergebung deiner Schuld festhalten. Details, wie du am besten bei diesem Bekenntnis vorgehen kannst, findest du weiter hinten im Heft.

Was ist überhaupt Sünde?

Sünde ist, ganz allgemein definiert, Verfehlung gegenüber Gott oder gegenüber Menschen. Jesus lehrt in Matth. 22,34-40 über das größte Gebot. Er gibt den Pharisäern zu verstehen, dass in dem Gebot *'Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit deinem ganzen Herzen und mit deiner ganzen Seele und mit deinem ganzen Verstand'* (er bezeichnet es als das Größte der Gebote) und in dem Gebot *'Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst'* das ganze Gesetz und die Propheten verankert wären. Folglich wollen auch wir dies als Maßstab nehmen. Auch dieses Heft soll von diesem Ansatz ausgehen, dass Sünde zu unterteilen ist in Verfehlungen jeglicher Art gegen Gott und gegen andere Menschen.

Wir können verschiedene Bilder für die Sünde gebrauchen. Man könnte sie zum Beispiel als tödliches Gift bezeichnen. Wenn wir uns mit der Sünde einlassen - und das tut ausnahmslos jeder Mensch, ob ihm das bewusst ist oder nicht (siehe Röm. 3,23) - beginnt das Gift in uns zu wirken, unser Leben systematisch zu zerstören und schlimme Dinge in uns anzurichten.

Die katastrophalen Folgen der Sünde

Was Sünde bei uns bewirkt bzw. bewirken kann:

- Trennung von Gott
- Trennung von unseren Mitmenschen
- Belastung unserer Beziehungen zu Mitmenschen
- Verbindung mit dem Satan!
- Unfreiheiten, zwanghafte Handlungen und Süchte
- Spannungen und Differenzen
- Psychische, psycho-somatische und andere Störungen
- Verdammnis, Verdammnisgefühle
- Hölle, ewige Trennung von Gott

Was ist wahre Buße?

Es gibt für jeden Menschen, der sich Gott stellt, einen Ausweg aus den katastrophalen Konsequenzen, die die Sünde mit sich bringt. Wir müssen umkehren, das ist **"Buße tun"**. Mit dem Begriff **"Buße"** verbinden sich für uns oft sehr negative Vorstellungen. Wir denken dabei daran, Bußübungen ableisten oder eine Strafe (Bußgeld) bezahlen zu müssen. Buße (d. h. wörtlich **"Umkehr, Sinnesänderung"**) im biblischen Sinne ist also etwas anderes:

Diese Schritte gehören zur Buße:

- a. Bekenne deine Sünde, gib sie zu! Gib deine Geheimnisse vor Gott und vor Menschen preis! (Ps. 32,3-5, 1.Joh.1,7-9)

- b. Lass Betrübniß und Zerbruch über deine Sünde zu! (Ps. 38, 5-7; Ps. 51,4-6; 2. Kor. 7,10)
- c. Gib deine Sünde auf, lasse sie, wende dich davon ab, kehre um! Trenne dich von der Sünde, löse dich, räume alles aus, was dich an die Sünde bindet! (Sprüche 28,13; Apg. 19,18 - 20)
- d. Nimm die Vergebung an und erfahre seine Liebe! Erfahre die Entlastung von deiner Sünde!

Was können Sünden konkret sein?

Oft sprechen wir über Sünde, wissen aber gar nicht, was wir eigentlich konkret damit meinen, weil wir zuweilen ein verwaschenes Verständnis von diesem Begriff haben. Manche Dinge versuchen wir mit unseren Charakterschwächen zu erklären oder ähnliche Ausflüchte zu suchen. Es ist aber gut, Sünde als solche auch zu bezeichnen, zu bekennen und Freiheit zu erfahren.

Wir wollen jetzt von der oben genannten Definition von Sünde (Verfehlung gegen Gott oder Menschen) ausgehen und versuchen konkreter zu fassen, was sich damit verbindet. Als weitere Hilfe können dir die 10 Gebote dienen. Die nachfolgende Aufstellung lehnt sich an die Gebote an, geht jedoch in einer etwas geänderten Reihenfolge vor.

A. Unsere Verfehlungen gegen Gott

A1. VERFEHLUNGEN VERSCHIEDENER ART

- Leben ohne Gott in jeder Form
- Unglaube
- Gott nicht als persönlichen Gott anerkennen
- Missachtung des Wortes Gottes
- Missachtung des Willens Gottes
- Lebensplanung ohne Gott
- andere Dinge wichtiger nehmen als Gott
- sich nicht auf Gott verlassen
- Angst vor Gott
- Anerkennung anderer Götter
- Besitztümer oder Menschen als "Götter" ehren
- Beschäftigung mit anderen Religionen (auch fernöstlich)
- Beschäftigung mit oder aktives Engagement in kultischen Glaubensgemeinschaften (z. B. Zeugen Jehovas, Mormonen, etc.)
- verschiedene Formen von Meditation (TM,...)
- Missbrauch des Namens Gottes
- Belangloses Aussprechen des Namens Gottes
- Ausspruch von Flüchen (gegen Gott oder Menschen)
- verächtliches Reden über Gott

A2. ABERGLAUBE, OKKULTISMUS, SPIRITISMUS, ESOTERIK

Dieser Bereich kann uns in große innere Schwierigkeiten hineinbringen, wenn wir uns damit beschäftigt haben. Deswegen hier eine Darstellung von Möglichkeiten (dies ist nur ein kurzer Anriss), die dieser Bereich mit einschließt. Weitere Details können dem Buch "Geöffnete Augen" von Emil Kremer entnommen werden.

- **ZEICHENDEUTEREI:** Glücksanhänger, Maskottchen, Kleeblätter, Hufeisen als Glücksbringer verwenden und werten.
- **AUF ZAHLEN ACHTEN:** bestimmte Zahlen als Glücks - oder Unglückszahlen ansehen (z. B. 13)
- **TAGEWÄHLEN:** auf gewisse Tage, Stunden, Zeiten achten beim Tun oder Lassen, oft mit abergläubischen Handlungen verbunden.
- **BESCHWÖRUNGEN:** um Glück herbeizurufen oder Unglück abzuwehren, "Hals - und Beinbruch" wünschen, "Toi, toi, toi ..."
- **ASTROLOGIE:** auf das Sternzeichen, in dem man geboren ist, achten, Monatsringe tragen. Beschäftigung mit Horoskopen, auch nur im Spaß.
- **MAGIE:** schwarze oder weiße Magie
- **WAHRSAGEREI:** Vergangenheit erforschen, Zukunft deuten durch Kartenleger, Hellseher usw.; aus Handlinien oder Kaffeesatz lesen lassen; Bleigießen, Traumdeuten usw.
- **BESPRECHEN** von Krankheiten bei Menschen und Vieh
- **PENDELN** um Krankheiten und deren Heilmittel festzustellen
- **WÜNSCHELRUTE** benutzen zur Erforschung von Wasseradern etc.
- **HEILMETHODEN:** Augendiagnose - Fernheilen - Hypnose - Suggestion - Akupunktur - Yoga - Autogenes Training
- **KARATE** und andere fernöstliche Kampfsportarten, die übernatürliche Kräfte fördern oder durch übernatürliche Kräfte gefördert werden. Die Lehre, die damit verbunden ist und dahinter steckt ist nicht in Ordnung.
- **MUSIK**, die sich mit okkulten Inhalten beschäftigt oder unter okkulten Einflüssen geschrieben wurde. (z. B. Heavy Metal, tlw. Hardrock, aber auch Wagner u. ä. Richtungen)

- **LITERATUR**, u. a. beeinflusst von atheistischen Philosophen und "New Age" und anderem. Positives Denken, Heilmethoden, pornographische Literatur, mystische Literatur, tlw. auch Goethe und andere. Esoterische und anthroposophische Literatur, "6. und 7. Buch Mose" etc.
- **VIDEOS und FILME** mit negativen Inhalten, die du dir angeschaut hast. Pornographische Filme, übersinnliche Filme, Beschäftigung mit den "Außerirdischen", brutale Filme, "Der Exorzist", "Rosemaries Baby", Filme, in denen "außersinnliche Wahrnehmungen" propagiert werden u. a.
- **KULTISCHE GEGENSTÄNDE**: zum Beispiel Amulette, Anhänger, Götzenbilder etc., wozu auch Marienbilder und ähnliches gerechnet werden können.
- **ERNÄHRUNG**: weltanschaulich bedingt, z. B. biologisch-dynamische Ernährung, basierend auf anthroposophischem und tlw. esoterischem Gedankengut.
- **DROGENKONSUM**: in verschiedensten Formen kann Abhängigkeit und Öffnung für finstere Bereiche mit sich bringen (d. i. Rauchen, Alkoholgenuss, Haschisch, LSD, Opium, Heroin, "Schnüffeln" von Lösungsmitteln, Tablettenkonsum u. a.)

Vielleicht ist dir nicht bei allen der oben genannten Bereiche einsichtig, warum das etwas mit Sünde zu tun haben soll. Es mag sein, dass Du Schwierigkeiten hast, Bereiche nachzuvollziehen. Wir möchten dich ermutigen, offen über deine Bedenken und Fragen zu reden. Anhand der Bibel und persönlicher Erfahrungen wollen wir dir in diesem Bereich gerne weiterhelfen.

Neben einem Bekenntnis dieser Bereiche ist es sehr ratsam, alle Gegenstände, die in irgendeiner Weise mit diesen Bereichen etwas zu tun haben, zu vernichten. Das gilt besonders für Bücher, Schallplatten, Kassetten, Videos, Glücksbringer, Anhänger, kultische Gegenstände usw. Bitte sei im Wegwerfen überlegend aber entschieden! Achte darauf, dass du Schallplatten und Bücher unbrauchbar machst (eventuell Bücher bei der nächsten Gelegenheit verbrennen)! Solltest du unsicher sein, welche Bücher wegzuwerfen sind und welche nicht, so ziehe deinen Hauskreisleiter zu Rate.

B. Unsere Verfehlungen gegen Menschen

B1. ALLGEMEINER UMGANG MIT ANDEREN

- Unzufriedenheit
- Nörgelei
- Eigensinn
- unversöhnliche Haltung
- herrische Art
- den anderen nicht ausreden lassen

- Ärger und Ungeduld
- fehlende Korrekturbereitschaft
- Kälte und Lieblosigkeit in der Umgangsform
- Besserwisserei
- Ungerechtigkeit

B2. UMGANG MIT DEM EIGENTUM ANDERER

- Diebstahl
- Zerstörung oder Beschädigung fremden Eigentums
- mangelnde Sorgfalt (z. B. bei Leihgaben)
- Nachlässigkeit, Veruntreuung
- "versehentlich" Mitgenommenes nicht zurückgegeben
- Ausgeliehenes nicht zurückgegeben
- Geldwechsel zu eigenen Gunsten nicht reklamiert
- "schwarzfahren" in öffentlichen Verkehrsmitteln
- Fälschung von Dokumenten etc.
- Falsche Angaben in Antragsformularen
- Versicherungsbetrug
- Neid, Eifersucht

Besonders bei diesem Punkt - aber nicht nur hier - muss genannt werden, dass begangene Sünde Wiedergutmachung fordern kann. So solltest du unrechtmäßig erlangte Gegenstände zurückgeben und Fahrgeld nachzahlen. Sprich über Möglichkeiten, an du in diesem Bereich denkst!

B3. STOLZ, HOCHMUT

- Erhebendes Gefühl im Blick auf eigenen Erfolg und Stellung
- sich selbst wichtig vorkommen
- Gesprächsthema und Aufmerksamkeit immer auf sich ziehen
- im Mittelpunkt stehen wollen
- fehlende Vergebungsbereitschaft
- Fehler zuerst immer bei den anderen suchen
- Minderwertigkeitskomplexe
- Empfindlichkeit
- Selbstmitleid
- Liebe und Zuneigung nicht annehmen können
- Auflehnung und Rebellion
- überzogene äußere Demuthaltung
- keine Bereitschaft, sich mitzuteilen
- Gemeinschaftsunfähigkeit

Sünden dieses Bereiches können auch genauso als Sünden gegen Gott gesehen werden. Stolz und Hochmut hängt auch oft mit einer inneren Rebellion gegen Gott zusammen.

B4. FAULHEIT

- unregelmäßige Arbeitsverhältnisse, Arbeitsunwilligkeit
- Leistungen anderer genießen und ausnutzen
- Verpflichtungen nicht nachkommen
- Vernachlässigung der Hausarbeit
- häufig übermäßiger Schlaf (wesentlich mehr als 8 Stunden täglich bei normaler Gesundheit)
- allgemeine Gleichgültigkeit

B5. MEIN DENKEN ÜBER DEN NÄCHSTEN

- Abfälligkeit, Verachtung
- Eifersucht, Neid
- Kritiksucht, Verurteilen anderer
- Gleichgültigkeit
- Kälte
- Hass

B6. UMGANG MIT WORTEN ÜBER UND MIT MEINEM NÄCHSTEN

- Lügen, falsche Aussagen, Notlügen
- Halbwahrheiten, Übertreibungen
- Klatsch, Weiterverbreitung von "Interessantem"
- Geschrei, Wut, Jähzorn
- Lästerung
- Unaufrichtigkeit, Verdecken der Wahrheit
- Überheblichkeit
- Sarkasmus, Zynismus, Ironie
- Hang, mehr von den Fehlern und Verfehlungen als von den Gaben und guten Seiten der anderen zu sprechen
- Geschwätzigkeit
- Verurteilung des anderen
- Spott in jeder Form

B7. VERHÄLTNIS ZU VORGESETZTEN UND LEHRERN

- fehlende Unterordnung unter Autoritäten
- Rebellion, aktive Auflehnung gegen Autoritäten
- schlechtes Reden über Vorgesetzte
- mangelhafte Ausführung von Anweisungen
- Faulheit bei der Arbeit / Schädigung des Arbeitgebers
- Lockerer Umgang mit dem Eigentum oder den Betriebsmitteln des Arbeitgebers (Stifte, Papier, Fotokopierer, Betriebsfahrzeug, anderes)
- Verachtung gegenüber Lehrern und anderen Vorgesetzten

B8. VERHÄLTNIS ZU UNTERGEBENEN

- Herrschsucht
- überzogenes Misstrauen
- ungerechte Behandlung
- Handeln aus Interesse an eigener Karriere
- überzogene Ansprüche (Perfektionismus)

B9. BEZIEHUNG ELTERN - KINDER

- kein Vertrauensverhältnis zu den Kindern
- keine Maßstäbe setzen, keine Konsequenz
- nachlässige Erziehung, Vernachlässigung, Verwahrlosung
- Ungerechtigkeit und Unüberlegtheit in der Behandlung der Kinder
- Aggressivität gegenüber den Kindern
- Ungenügend Zeit für die Kinder
- schlechte bis brutale Behandlung der Kinder
- Verachtung der Kinder
- Ablehnung der Kinder
- Ungehorsam gegen Eltern
- Auflehnung und Rebellion gegen Eltern
- Missachtung des Alters
- Verachtung der Eltern, Respektlosigkeit

B10. PARTNERSCHAFT, SEXUALITÄT, ANDERES GESCHLECHT

- vor- bzw. außereheliche sexuelle Beziehungen
- Ehebruch / (Ehescheidung)
- Zusammenleben ohne Eheschließung
- Selbstbefriedigung
- sexueller Umgang mit Tieren
- Homosexualität
- sexueller Umgang mit Kindern, Verführung Minderjähriger
- Unreinheit oder Ehebruch in Gedanken
- Pornographie in Wort und Bild
- ständige Beschäftigung mit sexuellen Gedanken
- aufreizende Darstellung des eigenen Körpers
- Das bewusste Tragen ungeeigneter, verführerischer oder aufreizender Kleidung
- bewusst gewollte Schamlosigkeit
- Tragen von Frauenkleidern bei Männern und umgekehrt (Zweckbestimmung : inneres Aufbegehren gegen Schöpfungsordnung)
- Besuch von Gemischt-Saunen und FKK-Stränden

B11. UMGANG MIT EIGENEM GELD

- Geiz
- Freigebigkeit bei eigenen Wünschen, Knauserien bei Bedürfnissen anderer Menschen
- Überzogener, luxuriöser Lebensstil
- Hang zur Verschuldung für Konsumgüter
- ungeordnete Finanzsituation
- über Zahlungsziel ausstehende Rechnungen, Mahnungen, Gebühren, Strafgeder usw.
- fehlende Bereitschaft zum Geben oder zur Gastfreundschaft
- mangelnde Bescheidenheit
- Habgier

B12. VERFEHLUNGEN UNS SELBST GEGENÜBER

- Suchtverhalten durch Nikotin, Alkohol, Rauschgifte, Süßigkeiten, Kaffee, Tabletten und in anderen Bereichen
- übermäßiger Fernsehkonsum, Fernsehen als Zeitvertreib
- Überarbeitung, ungesunde Zeiteinteilung, "Workoholismus"
- Ess- oder Magersucht
- allgemein undisziplinierte Lebensführung

B13. VERFEHLUNGEN AN LEIB UND LEBEN ANDERER

- Gefährdung der Gesundheit anderer
- Gefährdung anderer im Straßenverkehr
- Totschlag, Mord
- Kindestötung (Abtreibung)

Praktische Konsequenzen

ERKENNTNIS

Du hast jetzt obige Liste durchgelesen. Erkenne deine persönliche Sünde! Gehe die Liste noch einige Male durch und markiere mit einem Leuchtstift alle Bereiche, die für dich in Frage kommen! Notiere auch solche Situationen, die in der obigen Auflistung vergessen worden sind, die Gott dir aber gezeigt hat.

REUE

Es ist wichtig, dass du jetzt dazu kommst, dass der Heilige Geist dir die Tragweite, den Schmutz, die Hässlichkeit deiner Sünde deutlich macht. Wir haben gegen Gott und Menschen gesündigt und das soll und muss uns aufrichtig leid und weh tun. Sei Dir aber bewusst, dass deine Sünden weder durch Gebete noch durch Bußleistungen oder sonstige Übungen ausgetilgt werden! Vergebung geschieht allein durch die Gnade Gottes. Jesus Christus sagt, dass er uns nicht hinaus stößt, wenn wir zu ihm kommen.

BEKENNTNIS

Bereue deine Sünde aber nicht nur, sondern bekenne sie! Nimm die obige Liste und gehe sie mit einem anderen Menschen durch und bekenne deine Sünden mit diesem Menschen gemeinsam vor Gott!

Bekenne aber die Sünden nicht nur, sondern sei auch frei, Fehler, die du gegenüber Menschen begangen hast - und diese dadurch auch geschädigt worden sind - auch diesen Menschen gegenüber zu bekennen! Wie schon oben kurz erwähnt ist es in vielen Fällen gut, praktische Wiedergutmachung zu leisten.

Wenn wir unsere Sünden bekennen, ist er treu und gerecht, dass er (Gott) uns die Sünden vergibt und uns reinigt von jeder Ungerechtigkeit." (1.Joh. 1,9)

TRENNUNG

Trenne dich als nächsten Schritt bewusst von der Sünde! Sage, dass du damit nicht im Geringsten mehr etwas zu tun haben möchtest! Ziehe im Gebet einen klaren Trennungsstrich! Gib deine Sünde bewusst auf!

VERGEBUNG

Bitte Gott jetzt um Vergebung für die Sünden, die du begangen hast! Das sollte, soweit du dich bewusst erinnern kannst, namentlich und konkret für die begangenen Sünden geschehen.

GLAUBE und HINGABE

Sprich jetzt im Gebet bewusst Deinen Glauben gegenüber Jesus Christus aus! Bekenne, dass er HERR über alle deine Lebensbereiche ist! Bekenne, dass er Sieger über alle deine Schwachheiten, Verfehlungen und Zwänge ist! Sprich ihm dein Vertrauen aus! Gib dein ganzes Leben vertrauensvoll in seine Hand!

VERNICHTUNG

Wenn du, wie in der Einleitung angegeben, eine Kopie von diesem Heft angefertigt und alle deine Sünden darin notiert hast, dann vernichte bitte dieses Heft! Du kannst die Sünden vorher noch alle intensiv durchstreichen, denn deine Sünden sind jetzt vor Gott durchgestrichen, ausgelöscht, sagt Gottes Wort. Du bringst damit deine absolute Trennung von der Sünde zum Ausdruck.

Ein Beispiel für ein konkretes Gebet

Wenn du zusammen mit deinem Hauskreisleiter dieses Heft durchgehst, wird er dich anleiten, dich in einem Gebet zu allen Fehlern und Sünden zu stellen. Damit du aber schon vorher eine Vorstellung davon hast, wie so ein Gebet aussehen kann, sei dir hier ein Muster gegeben, das Du gerne benutzen kannst. Bevor du dieses Gebet sprichst, lies bitte vorher noch die Punkte 8 und 9 dieser Anleitung, da diese im Gebet gleich mit aufgegriffen werden.

"Lieber Vater im Himmel, Ich komme heute durch deinen Sohn Jesus zu dir, weil ich erkannt habe, dass ich so nicht weiterleben kann. Deshalb möchte ich dir mein Leben heute (noch einmal) völlig ausliefern und dich um Vergebung für alle meine Sünden und Verfehlungen in meinem Leben bitten.

Ich habe erkannt, dass ich sündig bin und vor dir nicht bestehen kann. Es tut mir Leid, dass ich bisher ohne deine Maßstäbe gelebt habe, und ich bekenne mich schuldig. Ich bereue, dass ich bisher so gelebt habe und schäme mich für meine Sünden.

Ich erkenne dich, Jesus, von nun ab als Herrn meines Lebens an. Bitte reinige mich durch dein Blut von allen meinen Sünden, so dass ich vor deinem Vater bestehen kann!

Ich bete jetzt für folgende Sünden konkret um Vergebung: (Hier konkrete Liste von oben durchgehen und nennen!)

Ich trenne mich bewusst von meiner Sünde und will nichts mehr damit zu tun haben. Ich sage mich von jeder Sünde los und nehme Freiheit in Anspruch. Bewusst löse ich mich auch von jeder Beschäftigung mit okkulten und ähnlichen Praktiken. Der Teufel soll in keiner Weise mehr ein Anrecht an meinem Leben haben.

Ich sage mich auch los von jeder Sünde, die in meiner Verwandtschaft geschehen ist. Ich will mit der Sünde und allen ihren Auswirkungen nichts mehr zu tun haben. (Evtl. auch hier Dinge namentlich nennen.)

Ich vergebe bewusst allen Leuten, die in meinem Leben verkehrt an mir gehandelt haben, die mich verletzt oder unterdrückt haben: Ich vergebe (namentlich nennen) Jesus, ich glaube, dass du für mich am Kreuz gestorben bist und dass ich aufgrund meines Bekenntnisses Vergebung für meine Sünden erhalten habe. Jesus, du bist Sieger in meinem Leben. Ich unterstelle jeden Bereich meines Lebens dir und du sollst als Herr darin regieren.

Danke, dass du mich angenommen hast und ich von aller Schuld gereinigt bin. Amen."

Befreiung kann notwendig sein

Durch gewisse Erfahrungen, besonders im okkulten Bereich, kann es in deinem Leben dazu gekommen sein, dass eine Besetzung von Dämonen vorliegt oder es massive Angriffe von Dämonen und Finsternismächten in deinem Leben gibt. Das kann sich besonders durch verschiedene Zwangsgedanken, Ängste, Bindungen, Unfreiheiten und auch durch körperliche Störungen und Probleme äußern.

Hier solltest du deinen Hauskreisleiter konsultieren. Er wird dir helfen, Freiheit von diesen Dingen zu erfahren. Falls er selber nicht weiter weiß, kann er dann weitere Schritte veranlassen. Natürlich kannst du dich auch an einen anderen der Leiter wenden. Habe keine Angst davor, dass du unter dämonischen Einflüssen stehen könntest. Viel wichtiger ist, dass du davon frei wirst und echte Freiheit in Jesus Christus erfährst.

Habe also Mut, auch in diesem Bereich vorwärts zu gehen! Es wird dir viel Freiheit bringen.

Bekennnis von Sünden der "Väter"?

Wir sehen in der Bibel an verschiedenen Punkten, dass Menschen auch Buße für die Verfehlungen ihrer Vorfahren getan haben. Beispiele dafür sind Esra, Nehemia, Daniel, David und andere.

Dadurch, dass in deiner Verwandtschaft gesündigt worden ist, eventuell okkulte Praktiken getrieben wurden u. a., kann es zu negativen Einflüssen auf dein eigenes Leben gekommen sein. Dies heißt nicht, dass du persönlich für die Sünden deiner Vorfahren Verantwortung tragen müsstest. Du solltest dich aber bewusst von einer negativen Linie in deiner Verwandtschaft lösen und auch Freiheit von solchen Einflüssen in Anspruch nehmen. Das gilt besonders dann, wenn sich Leute aus der Verwandtschaft mit okkulten Praktiken auseinandergesetzt haben. Aber auch hier ist es sinnvoll, mit deinem Hauskreisleiter über diese Angelegenheit zu sprechen.

Vergebung und "Innere Heilung"

Ein weiterer Bereich sind die Sünden, die andere an uns getan haben. Hierfür sind wir selber auch nicht direkt verantwortlich, aber es kann dabei zu Reaktionen auf unserer Seite kommen, die nicht gut sind und wieder für uns zur Sünde werden. Für diese Verletzungen brauchen wir **"Innere Heilung"**.

Vielleicht hast du von deinen Eltern immer wieder gehört, dass du sowieso nichts taugen würdest, eine Missgeburt bist oder eigentlich sowieso ein Junge/Mädchen werden solltest. Eventuell wurdest du übervorsichtig behandelt, deine Eltern haben dir nichts zugetraut. Auch in der Schule und am Arbeitsplatz oder in anderen Beziehungen hat man dir Ablehnung entgegengebracht.

Durch diese Erfahrungen fühlst du dich verletzt und hast zu einigen Menschen keine freie Beziehung. Vielleicht geht es dir mit deinem Vater so oder mit einem anderen Menschen. Oft sind uns diese Menschen sehr nahe stehend.

Es ist notwendig, diesen Menschen bewusst zu vergeben und Heilung in zerstörten Beziehungen zu erfahren. Unter **"Innere Heilung"**, die dann in uns beginnt zu wirken, kann man einen Prozess verstehen, in dem der Heilige Geist den Menschen, die an Verletzungen im Bereich ihres Denkens, Willens und der Gefühlswelt leiden, Vergebung, Fähigkeit zur Vergebung und eine emotionale Erneuerung bringt.

Störungen unserer Persönlichkeit können durch Störungen im Bereich des Geistes, der Seele und des Leibes hervorgerufen werden. Deshalb ist es wichtig, bei auftretenden Störungen nicht nur einen Bereich der menschlichen Persönlichkeit zu sehen, sondern eine ganzheitliche Heilung zu erwarten. Das schließt die Heilung von inneren Verletzungen als einen wesentlichen Teilbereich mit ein.

Es würde den Rahmen dieser Anleitung sprengen, auf dieses Thema ausführlicher einzugehen. Im Literaturverweis sind u. a. Bücher von Wolfhard Margies und Betty Tapscott angegeben. Du kannst Dich in diesen Büchern über weitere Details zu diesem Thema informieren. Auch hier ist es sehr sinnvoll, Dich in einem Gespräch

näher mit dieser Thematik auseinandersetzen und Heilung und Befreiung zu erfahren.

Gottes Vaterliebe empfangen!

Viele Menschen haben in ihrem Leben nie richtige Liebe und Zuwendung erfahren und empfanden diese Tatsache als einen großen Mangel. Gott möchte sich in seiner Liebe dir als Vater und väterlicher Freund zuwenden. Du darfst in reichem Maße seine Liebe und Zuwendung erfahren. Erfreue dich an Gott! Erfreue dich an Seinem Wort! Saug das Gute, das von Gott kommt, total in dir auf! Du darfst dabei so richtig genießen und Gottes Güte voll erfahren.

Was du tust und erlebst, kannst du bildhaft in Luk. 15,11-32 nachlesen. Der "verlorene Sohn" hatte sich von seinem Vater getrennt, hatte gesündigt. Dann ist er zu seinem Vater zurückgekehrt. Er musste ihm bekennen: "**Vater, ich habe vor dem Himmel und vor dir gesündigt.**" Er bekannte seine Sünden und wurde vom Vater wieder liebend aufgenommen. Der Vater küsste ihn und ließ ein großes Fest feiern.

So geht es Gott mit dir. Du bist zu ihm zurückgekehrt. Du hast vor ihm deine Sünden bekannt. Gott ist darüber froh, er freut sich und zeigt dir seine Liebe. Du darfst das genießen und dich zurück in Gottes Familie wohl fühlen und richtig genießen.

Gehe weiter auf deinem Weg mit Gott und achte darauf, dass keine neuen Sünden in dein Leben hineinkommen! Du hast Freiheit erfahren. Lebe jetzt voll darin! Solltest du aber trotzdem in einzelnen Bereichen in neue Sünde hineinkommen, so lass' dich nicht unter einen inneren Druck und Verdammnisgefühle bringen. Gehe zu Jesus, der uns als Fürsprecher und Beistand zur Verfügung steht (1.Joh. 2,1: *..wenn wir aber sündigen ...*), und bitte ihn wiederum um Vergebung.

Was dir weiterhelfen wird ...

Wir freuen uns darüber, dass du dieses Heft mit Interesse und Gewinn durchgearbeitet hast. Du hast damit ein gutes Fundament für dein Leben im Glauben gelegt. Wir möchten Dich besonders zu folgenden Dingen ermutigen:

- Besuche möglichst bald einen "Grundkurs des Glaubens", der dir in vielen Bereichen mehr Informationen geben wird!
- Besuche regelmäßig den Gottesdienst und versuche Dich in das Leben der Gemeinde einzubringen! Lass dir einen Hauskreis nennen, falls du bisher in keinem Hauskreis bist! Hier können persönliche Verbindungen besser entstehen!
- Lass dich taufen!
- Bete (gemeinsam mit anderen) um die Taufe im Heiligen Geist!
- Nähere Informationen dazu kannst Du in der Gemeinde oder bei deinem Hauskreisleiter bekommen.

Gott segne(t) dich!

Literaturempfehlungen

- **Geöffnete Augen**, Emil Kremer, (Selbstverlag)
 - **Innere Heilung**, Betty Tapscott, (Leuchter – Verlag, 1979)
 - **Befreiung**, W. Margies, (Aufbruch – Verlag, 1988)
 - **Gewissenspiegel**, M. Basilea Schlink, (EMS, Darmstadt, 1949)
 - **Wie finde ich Gott**, W. Booth, (Traktat von "Die Bruderhand")
-

Schriftenreihe: Glauben praktisch

In dieser Schriftenreihe gibt die Freie Christengemeinde München in unregelmäßigen Abständen Broschüren zu praktischen Fragen des Glaubens und des Lebens in der Gemeinde heraus. Bisher sind in dieser Reihe folgende Titel erschienen oder werden in Kürze erscheinen:

- Heft 1 - Gesunder Start in das Leben mit Jesus
- Heft 2 - Sündenbekenntnis befreit!
- Heft 3 - Warum soll ich mich taufen lassen?
- Heft 4 - Die Geistestaufe - Gottes Geschenk für Dich!
- Heft 5 - Das Geheimnis Gottes: Die Gemeinde!
- Heft 6 - Willst du gesund werden?
- Heft 7 - Fasten als Schlüssel für geistliche Durchbrüche
- Heft 12 - Mit Sexualität verantwortlich umgehen

Weitere Themen sind in Vorbereitung!

Wir bitten darum, einen Nachdruck nur mit unserer vorherigen Erlaubnis vorzunehmen. Die Schriften dieser Reihe können im Internet unter www.lehrmaterial.net abgerufen werden.

Freie Christengemeinde München e.V.

Evangelisch-Pfingstliche Freikirche
im Bund Freikirchlicher Pfingstgemeinden KdÖR
Hinterbärenbadstr. 4 - 81373 München
Tel. 089 / 743 30 03 - Fax 089 / 743 30 14
info@fcg-muenchen.de – <http://www.fcg-m.de>
www.lehrmaterial.net