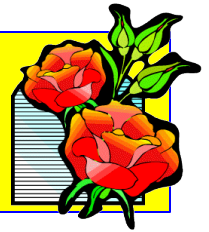


Tipps für's Leben

Newsletter Nr. 039 für den Monat Mai 2013



Liebe Freunde,
in diesem Newsletter soll es um zerbrochene Herzen gehen.
Zerbrochene Herzen haben Menschen, die keine Hoffnung mehr haben.
Die in Lebenskrisen stecken und Hilfe brauchen.

Schauen wir uns an, was die Bibel über zerbrochene Herzen sagt.

Psalm 34,19

19 Der HERR ist nahe denen, die zerbrochenen Herzens sind, und hilft denen, die ein zerschlagenes Gemüt haben.

1. Was ist mit Herz gemeint?
Was bedeutet zerbrochenes Herz?
Teile in einer Person, wo eine Beziehung abgebrochen wurde.

Beispiele:

Wenn das Vertrauen zu einer Person gebrochen wurde!
Wenn ein Versprechen nicht eingehalten wurde.
Wenn konkrete Erfahrungen der Ablehnung geschehen sind.
Wenn eine Person missbraucht wurde zum Zwecke anderer.
Durch den Tod einer nahestehenden Person.

2. Was sagt die Bibel über das Herz?
Das Herz ist der Mittelpunkt des Lebens
Wenn man von Herz spricht, ist das Wesen gemeint „der Kern der Persönlichkeit“
Das Herz bestimmt den Charakter.

Wenn der Mensch nicht zu Gott findet, wird das Herz nicht kultiviert!

Sprüche 23,7

Denn in seinem Herzen ist er berechnend; er spricht zu dir; Iß und trink! Und sein Herz ist doch nicht mit dir!

Wenn das Herz krank ist, wird auch der Leib und die Seele krank.

Was im Herzen geschieht, wird im Leben einer Person sichtbar.

Diese Person wird nach außen zeigen, was innen abläuft!

Lukas 6,45

Ein guter Mensch bringt Gutes hervor aus dem guten Schatz seines Herzens; und ein böser Mensch bringt Böses hervor aus dem bösen Schatz seines Herzens. Denn was des Herz voll ist, des geht der Mund über.

3. Eigenschaften eines bösen Herzens

Halsstarrigkeit:

Prediger 8,11

Weil das Urteil über böses Tun nicht sogleich ergeht, wird das Herz der Menschen voll Begier, Böses zu tun.

Torheit:

Prediger 9,3

3 Das ist das Unglück bei allem, was unter der Sonne geschieht, dass es dem einen geht wie dem andern. Und dazu ist das Herz der Menschen voll Bosheit, und Torheit ist in ihrem Herzen, solange sie leben; danach müssen sie sterben.

Verderbtheit

Jeremia 17,9

Es ist das Herz ein trotzig und verzagt Ding; wer kann es ergründen?

Raub und Gier

Matthäus 23,25

Weh euch, Schriftgelehrte und Pharisäer, ihr Heuchler, die ihr die Becher und Schüsseln auswendig rein haltet, inwendig aber sind sie voll Raub und Gier.

Quelle alles Bösen

Markus 7,21

Denn von innen, aus dem Herzen der Menschen, kommen die bösen Gedanken, Unzucht, Dieberei, Mord.

Quelle von Unglauben und Habsucht

2. Petrus 2,14

Haben Augen voll Ehebruch, nimmer satt der Sünde, locken an sich die ungefestigten Seelen, haben ein Herz durchtrieben von Habsucht, Kinder des Fluches.

Hebräer 3,12

Seht zu liebe Brüder, dass nicht jemand unter euch ein arges, ungläubiges Herz habe, das da abfalle von dem lebendigen Gott.

4. Dein Herz bestimmt dein Reden

Lukas 6,45

Ein guter Mensch bringt Gutes hervor aus dem guten Schatz seines Herzens; und ein böser Mensch bringt Böses hervor aus dem bösen Schatz seines Herzens. Denn was des Herz voll ist, des geht der Mund über.

Galater 6,7

Irret euch nicht! Gott lässt sich nicht spotten. Denn was der Mensch sät, das wird er ernten.

5. Die erste Herz-zu-Herz-Begegnung

Wenn ein Kind nicht in Liebe gezeugt wird, wird diese Herz-zu-Herz-Begegnung zwischen Mutter und Kind gebrochen.

Ein Kind lebt von dieser Liebe und wird sich positiv entwickeln, wenn es diese Liebe erlebt, ganz besonders im Mutterleib.

Gott Vater schuf den Menschen mit dem Bedürfnis, Liebe zu empfangen und Liebe zu geben.

Wenn dies nicht geschieht, wird das Herz (Wesen) verletzt, verwundet, gebrochen.

Der Liebestank ist nicht gefüllt.

Ein verwundetes Herz will sich im Leben selbst vor weiteren Verletzungen schützen.

Die erste Ablehnungserfahrung bringt den Menschen bereits im Mutterleib dazu, diese Wunde selbst zu behandeln.

Diese Wunde wird dazu führen, dass die abgelehnte Person Lügen glauben wird.

„Sie wird glauben, dass sie abgelehnt wird!“

Sogar von fremden Personen!

Sie geht mit dieser Haltung ins Leben!

Und erfährt sie!

Tag für Tag!

Eine abgelehnte Person wird ihr Leben selbst in die Hand nehmen.

Sie wird versuchen bei Menschen Anerkennung zu finden, indem sie ihnen dient.

Oder sie unterwirft sich regelrecht diesen Menschen und wird dadurch abhängig von ihnen (kodependent).

Dadurch öffnet sie sich für weitere Verletzungen!

Eine Person mit einem verwundeten Herzen hat meistens einen gebrochenen Willen.

Sie kann sogar stark nach außen auftreten, hat aber innerlich viel Angst.

6. Angst vor weiteren Verletzungen

Angst erzeugt immer wieder Angst.

Saat und Ernte.

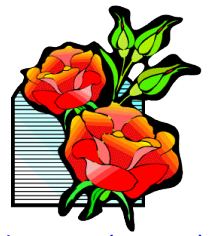
Und letztendlich tötet sie!

Ängste, die zu Angstneurosen werden.

Das bedeutet, dass sie Angst haben, ohne zu wissen, warum – wovor!

Diese Angst kann ihre Wurzel schon im Mutterleib haben, oder in den ersten Lebensjahren.

Oft entsteht sie, wenn Verlassenheitserfahrungen vorliegen!



2. Timotheus 1,7

Denn Gott hat uns nicht gegeben den Geist der Furcht, sondern der Kraft und der Liebe und der Zucht.

Woher kommt der Geist der Angst?

Weil diese Person Ablehnung erfahren hat.

Weil man sich an dieser Person versündigt hat.

Das ist gegen Gottes Willen!

Anstatt Liebe und Geborgenheit!

Weil diese Person der Lüge glaubt „ich werde von allen Menschen abgelehnt“ hat dieser Geist ein legales Recht, sie mit Angst zu quälen.

„Was der Mensch sät, das wird er ernten“

Galater 6,7

7. Mauern und Schutzmechanismen

Abgelehnte Menschen mit daraus folgender Angst vor Schmerz und weiterer Ablehnung, bauen Schutzmauern auf.

Oft, ohne dass sie es bemerken!

Dadurch führt die Person ein kontrolliertes und anstrengendes Leben.

Beispiele von Schutzmauern

Kontrolle über die eigenen Gefühle und Gedanken
Lieb sein, hart sein, diszipliniert sein

Manipulation, Herrschsucht (Dominanz)

Schweigen, Rückzug, Ärger, Gereiztheit, Härte, Bosheit, Hinterlist, Zorn.

Hartes Herz, Kälte, Distanziertheit

Kritik, Besserwisseri, Zynismus, Sarkasmus, Clown spielen, Spaßmacher

Dumm spielen, naiv spielen, intelligent sein

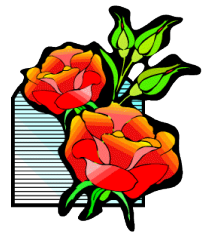
Empfindlichkeit, geringes Selbstwertgefühl,

Minderwertigkeit

Unkontrollierte, reflexartige Gegenreaktion und Abwehrmechanismen

Rebellion und unkontrollierter Zorn können eine Gegenreaktion auf Ablehnung sein.

8. Folgende Krankheiten können bei Menschen mit zerbrochenem Herzen entstehen
Angst, Depression
Geschwächtes Immunsystem
Hautkrankheiten, Herzprobleme
Kopfschmerzen, Migräne
Suchtkrankheiten



9. Der Weg zur Heilung für ein zerbrochenes Herz

Es gibt Hilfe!

Zuerst müssen wir den Schmerz erlauben, herauszukommen!

Wir müssen ihn freilassen und nicht länger vergraben!

A. Vergebung ist der Schlüssel

Matthäus 6,12

Und vergib uns unsere Schuld, wie wir vergeben unseren Schuldigern.

Matthäus 18,33-35

33hättest du dich da nicht auch erbarmen sollen über deinen Mitknecht, wie ich mich über dich erbarmt habe?

34Und sein Herr wurde zornig und überantwortete ihn den Peinigern, bis er alles bezahlt hätte, was er ihm schuldig war.

35So wird auch mein himmlischer Vater an euch 'tun, wenn ihr einander nicht von Herzen vergibt, ein jeder seinem Bruder.

B. Buße tun

1. Johannes 1,8-9

Wenn wir sagen, wir haben keine Sünde, so verführen wir uns selbst, und die Wahrheit ist nicht in uns. Wenn wir aber unsere Sünde bekennen, so ist er treu und gerecht, dass er uns die Sünden vergibt und reinigt uns von aller Schuld.

C. Jesus um Heilung bitten

Psalm 147,3

Er heilt, die zerbrochenen Herzens sind, und verbindet ihre Wunden.

D. Lossagen von allen Krankheiten

E. Lossagen von allen Schutzmechanismen

F. Mache Jesus zu deinem Schutz

- D. Lade den Heiligen Geist ein, alle Narben und Schmerzen zu berühren, bis hin zum Mutterleib
E. Bitte um die Liebe des Vaters

1. Gott kennt dein Herz

1. König 8,39

...denn du allein kennst das Herz aller Menschenkinder.

Psalm 139,1-2

Herr, du erforschest mich und kennest mich. Ich sitze oder stehe auf, so weißt du es; du verstehst meine Gedanken von ferne.

Wir können nichts vor Gott verbergen

Alles ist vor Gott offenbar

2. Unser Herz von Gott „öffnen“ lassen

Apg. 16,14

Und eine gottesfürchtige Frau mit Namen Lydia, eine Purpurchandlerin aus der Stadt Thyatira, hörte zu; der tat der Herr das Herz auf, so dass sie darauf acht hatte, was von Paulus geredet wurde.

Unser Herz ist verschlossen durch Sünde, Lebenserfahrungen, Lebensumstände etc.

Willentlich und bewusst unser Herz von Gott öffnen lassen.

3. Aus dem Herzen kommt Gutes oder Böses

1. Mose 8,21

... denn das Dichten und Trachten des menschlichen Herzens ist böse von Jugend auf.

Matthäus 15,19

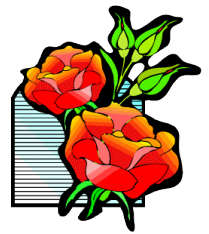
Denn aus dem Herzen kommen böse Gedanken, Mord, Ehebruch, Unzucht, Diebstahl, falsches Zeugnis, Lästerung!

Matthäus 12,34-35

34Ihr Schlangenbrut, wie könnt ihr Gutes reden, die ihr böse seid? Wes das Herz voll ist, des geht der Mund über. **35**Ein guter Mensch bringt Gutes hervor aus dem guten Schatz seines Herzens; und ein böser Mensch bringt Böses hervor aus seinem bösen Schatz.

Entweder – oder!

Was kommt aus dem Herzen – was befindet sich in unserem Herzen?



4. Das Wort Gottes in deinem Herzen

Lukas 8,11

Das Gleichnis aber bedeutet dies. Der Same ist das Wort Gottes.

Lukas 8,15

Das aber auf dem guten Land sind die, die das Wort hören und behalten in einem feinen, guten Herzen und bringen Frucht in Geduld.

Heute dürfen wir das Wort Gottes (Same) in unser Herz säen lassen.

Dieser Same wird aufgehen, und alles, was bisher unser Herz gefüllt hat, wird verdrängt werden.

Wenn Gottes Wort (Same) gesät ist und aufgeht, dann hat nichts anderes mehr Platz.

Der Same wächst und wächst!

5. Gott heilt dein Herz

Psalm 147,3

Er heilt, die zerbrochenen Herzens sind und verbindet ihre Wunden.

Menschen können unser Herz nicht heilen
Gute Werke können unser Herz nicht heilen
Nur Gott allein kann unser Herz heilen!

Gott gibt dir ein neues Herz

Hesekiel 11,19-20

Und ich will ihnen ein anderes Herz geben und einen neuen Geist in sie geben und will das steinerne Herz wegnehmen aus ihrem Leibe und ihnen ein fleischernes Herz geben, damit sie in meinen Geboten wandeln und meine Ordnungen halten und danach tun. Und sie sollten mein Volk sein, und ich will ihr Gott sein.

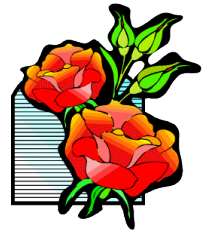
7. Behüte dein Herz

Sprüche 4,23

Behüte dein Herz mit allem Fleiß, denn daraus quillt das Leben.

Pflege das, was Gott dir gegeben hat: das Wort Gottes.

Das ist die gute Botschaft.
Zerbrochene Herzen können geheilt werden.
Es braucht allerdings auch da unsere Bereitschaft zur Mitarbeit.
Dann allerdings sind wir auf bestem Wege zu unserer eigenen Heilung.
Das wird unsere Persönlichkeit stärken, unseren Blick auf uns und auf die Welt verändern und uns mutig machen, auch anderen zu dienen.



Liebe Grüße und Gottes Segen!



Heinz

Du kannst den Newsletter auch gern weiter empfehlen an deine Freunde.
Sie können ihn kostenlos per Mail anfordern!

Unsere Termine im Mai. Vielleicht sehen wir uns!

Seminar

1. Mai „Wind in deinem Segel“

Ein Home, das man von zu Hause aus mitmachen kann.

Ein Seminar für Menschen in Angst und Depression, mit Elternkonflikten, Burnout, Zwängen, Lebenskrisen. Es gibt eine 6wöchige Begleitung der Teilnehmer.

Infos hier:

<http://www.youtube.com/watch?v=fnSnFyezRC4>

11. Mai – 17 Uhr.

Predigt im CVJM-Haus Amberg, Zeughausstraße 14

15. Mai 20 Uhr

Hauskreis Poppenricht , Familie Vögerl, Liebigstr. 3
Liebe-Lern-Seminar 4. Teil

17. Mai

Wenn die Seele weint – Lebenszeugnis

Christen im Beruf, Heidelberg

www.christen-im-beruf.de/chapter/heidelberg

18. Mai

Wenn die Seele weint – Lebenszeugnis

Christen im Beruf, Pirmasens

www.christen-im-beruf.de/chapter/pirmasens