Merkmale seelischer Reife und Gesundheit

**Reifungsstufen nach Erikson**

*„Der Schlüssel zu aller Entwicklung besteht in einer fortschreitenden Krise („progessive crisis" – d.h. eine Krise, durch die wir vorankommen können). Wir müssen immer wieder entscheiden – und durch diese Entscheidungen bestimmen wir, ob wir uns weiterentwickeln oder retardieren (stehenbleiben)."  
„Der Mensch ist nicht durch ein Instinktprogramm festgelegt, er besitzt die Freiheit der Wahl – und er wird, was er wählt.“*

Das ist ein Zitat des dänisch-amerikanischen Psychologen Erikson (1902-1994), der sich vorwiegend mit den Prozessen der Entwicklung im menschlichen Leben auseinandergesetzt hat. Erikson (ein Anhänger Freuds, der aber über Freud hinausging) kam zu der Schlussfolgerung, dass die Persönlichkeitsbildung nicht mit der Pubertät abschließt, sondern durch das Erwachsenenalter andauert. Dabei wird der Mensch nicht in erster Linie von sexuellen Instinkten bestimmt, sondern von den wechselseitigen Beziehungen zwischen Einzelwesen und Umwelt.

Seine Beobachtungen lesen sich wie eine geistliche Parabel. Erikson sagt uns, dass das Leben verschiedene Phasen (Stadien) durchläuft, und dass zu jeder Phase auch eine Krise gehört. Diese Krise stellt *„einen Wendepunkt zum Guten oder Schlechten (dar), das heißt eine kritische Periode, in der die ausschlaggebende Wende in die eine oder andere Richtung unvermeidlich ist.“* Die jeweilige Entscheidung ist die Voraussetzung für die nächste. Wenn wir falsch entscheiden (oder Entscheidungen verweigern) werden wir nicht erwachsen (bleiben halbwüchsig, unterentwickelt...). Das Schema, das er vorstellt scheint mir recht brauchbar: es gibt so etwas wie Phasen (Stufen) des Lebens – und in jeder Phase (auf jeder Stufe) gibt es eine Alternative, und wir müssen wählen.

***Die 5. Stufe  
Identität*** ***Rollendiffusion***

„Ich weiß, wer ich bin“ ⬄ „Ich kann/will mich nicht festlegen“   
(Ich verliere mein Selbst)

Im Mittelpunkt dieser Phase steht der Konflikt zwischen Gewissheit und Ungewissheit: Wer bin ich? In dieser Periode entwickelt sich die Fähigkeit der Treue, unter der Erikson *„die Befähigung freiwillig eingegangene Loyalitäten zu unterhalten“,* versteht. Diese Treue ist ein Lernprozess und hat mit Wahl und Überwindung zu tun.

Das bedeutet, dass ich lernen muss, ich selber zu werden, indem ich meinen Ruf und meine Berufung durch Gott annehme und die Gaben, die er dafür bereitstellt.

Identität bedeutet aufhören mit dem unverbindlichen Spielen mit verschiedenen Daseinsmöglichkeiten. Der Jugendliche versucht diese Rollendiffusion durch Ausprobieren zu überwinden: Idole, Anklammern (Frühbindungen), Aussteigen oder Anpassen... Im schlimmsten Fall wird dadurch aber ein Rollenspiel: aus dem notwendigen Ausprobieren wird Flucht, Verweigerung der Verantwortung, Aufschub des Festlegens. Viel Jugendarbeit ist so ein Rollenspiel: Das macht mir jetzt Spaß, das mache ich mit, weil es mir etwas gibt. Man streckt mal kurz den Zeh rein. Wenn es keinen Spaß macht, mir nichts mehr gibt...

In dieser Phase wird entschieden, ob man sich auf die Berufung Gottes festlegen lässt, Dinge tut aus Notwendigkeit, ob man lernt unter Order zu leben... Die Versuchung: die Tür offen halten... Mission als kurzfristiges Abenteuer („short terming“)... Verpflichtung auf Zeit... „Jetzt habe ich auch diese Rolle gespielt“... aber noch keine Einsicht, dass die Berufungen Gottes auf Gedeih und Verderb ausgesprochen sind, dass wir von ihm verantwortlich gesehen werden, von ihm ganz und gar ernst genommen werden.

Identität bedeutet, sich festlegen. Identität ist das, wo ein Mensch entdeckt: Das bin ich jetzt. Das und nichts anderes möchte ich sein. Das ist meine Bestimmung. Darin lebe ich – intensiv, aktiv. Das ist jetzt mein wahres Ich. Da schlägt mein Herz.

Die Identitätsbildung kann misslingen, weil einem Menschen falsche Identitäten aufgezwungen werden (oder weil er mit voller Absicht eine negative Identität wählt, um damit jemandem eins auszuwischen, der ihn schlecht behandelt.)

Identität – das ist ein Ruhen in sich selber, Gelassenheit, wissen wer ich bin. Erst wer seine Identität gefunden hat, hört auf neidisch und eifersüchtig zu sein. Neid und Eifersucht kommen ja daher, dass ich das haben oder sein möchte, was der andere hat oder ist.

Identität heißt: Das bin ich – und das bist du.

Diese Phase wird der Ausgangspunkt für die nächste: Generativität - oder man bleibt in der Isolation und im Kreisen um sich selber – ein unersättlicher Narziss im selbstgesponnenen Kokon.

**Die 6. Phase – und ihre Alternativen:  
*Intimität (Partnerschaft)*** ***Isolation***

„Ich binde mich“ ⬄ „Ich bleibe allein“ („Ich bin so einsam…“)

Partnerschaft – jetzt im weitesten Sinn: von der Beziehung zwischen Mann und Frau über großartige Freundschaften bis hin zum „geistlichen Team“ – als gegenseitige Zuneigung und Zuwendung trotz aller (bleibender) Verschiedenheit.

Partnerschaft ist die Fähigkeit zur Kommunikation.  
Fähigkeit zum Anteilnehmen und Anteilgeben.  
Kommunikation schließt auch die ständige Bereitschaft ein, Unterschiede zu überwinden, Missverständnisse auszuräumen, Widersprüchlichkeiten und Spannungen auszuhalten – im Gegenüber (Du) eine Ergänzung zu sehen und nicht den Feind, der Versuchung zu widerstehen, ihn zu verschlingen, um ihn ohne seine Andersartigkeit zu besitzen.

In dieser Phase wird dem Ich der höchste Preis abverlangt.

Es kostet die Preisgabe des narzisstischen Verlangens, ungebunden und doch erfüllt, nicht verpflichtet und doch befriedigt zu sein.

Nicht umsonst suchen viele in dieser Phase Intimität ohne Verantwortung – oder es entstehen Partnerschaften, die auf *„Isolation zu zweit „hinauslaufen.“*

Am Ende des Narzissmus steht aber immer die Vereinsamung, die Isolation und die Depression.

Im christlichen Bereich geht es häufig darum, ob die einsamen Helden bereit sind, ihr Image zu opfern, vom Sockel herunterzukommen und ansprechbar zu bleiben – auch unter neuen Bedingungen von Führerschaft.

**Die 7. Phase – und ihre Alternative:  
*Generativität (Fruchtbarkeit)*** ***Stagnation (Sterilität)***

„Ich nehme aktiv am Leben teil, ich weiß, wozu ich da bin“ ⬄ „Ich entziehe mich den Lebensaufgaben, ich fühle den Fluss der Entwicklung versanden“

Damit ist die Verantwortung für die nachwachsende Generation angesprochen.   
Die muss nicht nur in Leben gerufen werden (Produktivität), sondern auch ernährt werden, beschützt werden und ausgebildet werden (Zuwendung, Erziehung) – und vor allem muss sie auf das Leben vorbereitet werden.

Der Wunsch nach Kindern ist nicht genug – es geht um die Bereitschaft zu einem tiefgehenden Interesse am Heil und am Wohl künftiger Generationen. Durch Gott an die Welt weitergeben, was man selber von ihm für diese Welt empfangen hat.

Die Alternative in dieser Phase heißt ***Fürsorge*** oder ***Abweisung***.

Wenn man sich in dieser Phase in sich oder auf sich selber zurückzieht, überlässt man die nachfolgende Genration sich selber. Die Herausforderung dieser Phase: liebevolle Autorität zu sein, Fähigkeit der Anteilnahme, waches Interesse an denen, die Gott mir anvertraut hat: Liebe zum eigenen Werk – und zu den Ideen der Kinder. Die Versuchung: sich mit sich selber beschäftigen – Abstoßung statt Fürsorge, weil man die Jungen als (unaufhaltsame) Konkurrenz empfindet...

Es ist interessant, dass in dieser Phase ganze Gemeinschaften die stärksten Feindbilder entwickeln – von „der Jugend" (Wir haben kein Jugendproblem – wir haben ein Erwachsenenproblem. Jugendliche mögen Smartphones exzessiv nützen… aber auf den Markt geworfen wurden sie von Erwachsenen…) bis hin zu „den Ausländern" – und dass diese Gemeinschaften eine gefährliche Tendenz entwickeln, nur um sich selber zu kreisen... natürlich ist in dieser Phase das Vorbild alles entscheidend: was leben wir, wie leben wir – wir vererben nicht unsere Worte, sondern unser ganzes Sein ... und das drückt sich unmissverständlich in unserem Lebensstil aus. Wir lehren immer auch unser Leben… Was haben sie bei uns gesehen? Nachfolge in der Komfortzone – oder doch das, dass man für die Sache Jesu alles gibt?

(Der Horizont verengt sich auf Fitness und Wellness ... eine unsägliche Befasstheit mit sich selber – ein Leben voller Beschäftigung, aber ohne Belang!)

**Wichtig:**

Weniger – aber Wesentliches  
(Die Kräfte beginnen nachzulassen ... Die Frage, wofür ich den Rest meines Lebens einsetzen möchte, taucht jetzt unabweisbar auf.)   
Persönlich: „Zum Glauben führen“ – „Zu Jüngern machen“ ... nicht mehr „Hans Dampf in allen Gassen“, Meister aller Klassen, Dienstleister, Systemerhalter ... für die Konzepte anderer vereinnahmt werden ... eine Beschränkung aufs „Kerngeschäft“ und Ausüben der „Kernkompetenz“ – Christus ist mein Leben… Dass Christus in euch Gestalt gewinnt… dazu möchte ich Menschen verhelfen…)

**Die 8. Phase – und ihre Alternative:  
*Integrität*** ***Verzweiflung***

„Ich nehme mein Leben – und meinen Tod – als das eigene an“ ⬄ „Das Leben ist eine Last – und lohnt sich nicht...“

Integrität bedeutet in dieser Phase, sich selber als den Teil einer fortschreitenden Geschichte zu sehen – als Glied in einer Kette: weder belanglos noch endgültig. Integrität heißt „eingebunden sein" – verstehen, daß ich mein Leben zu dieser Zeit zu leben hatte - aber auch verstehen: es ist meine Bestimmung, aus dieser Welt abzutreten, um etwas letztes großes Neue zu beginnen.

Weisheit heißt hier: ein aktives Ja zum Leben im Angesicht des Todes.

Die letzte Krise – der Tod – öffnet dann den Weg in eine letzte Wirklichkeit: Ewigkeit... spätestens in dieser Phase erlebt ein reifer Christ einen wundersamen Schmerz: das Heimweh nach der himmlischen Heimat...

Ich werde diese Welt verlassen – ich bin hier keine ewige Einrichtung, ich habe hier auch keine bleibende Statt – der einzige „konstante Faktor“ ist Gott selber.

**MERKMALE SEELISCHER REIFE UND GESUNDHEIT**

**Natürlich:**

Vollkommen „gesund“ ist keiner – machen wir uns da nichts vor.

Jeder hat Mängel, Macken, Defizite – aber er hat gelernt, damit umzugehen, sie mit Christus zu überwinden, und auch wenn sie immer noch da sind, bestimmen sie nicht das Verhalten.

„Krank“ („gestört“) wird die Sache dort, wo das bestimmend wird, nicht mehr unter Kontrolle ist bzw. überhaupt nicht wahrgenommen wird als Not.

Seelische Reife bedeutet, dass wir uns nicht über die Geschichte und den Zustand unserer Seele mit „Geistlichkeit“ hinwegtäuschen oder ihn mit „Frömmigkeit“ überspielen… oder uns mit einer „doppelten Buchführung“ zufrieden geben … eine Wahrheit für den Sonntag … und dann die andere Wirklichkeit während der Woche…  
(Und ich weiß auch, dass das zunächst vielen nicht angenehm ist. **Wir haben nicht wenige in unseren Gemeinden, die nicht gerne über die (ihre) eigene Seele nachdenken – das riecht nach zu sehr „Psychologie“ … und da haben viele (auch nicht ganz unbegründete) Vorbehalte. („Couch oder Bibel“?).   
Und genau bei denen wäre die Beschäftigung mit diesem Thema angebracht. Die Folge ist dann eine unglückliche Wechselwirkung: die es am meisten bräuchten, wehren sich am vehementesten dagegen… Das ist ihnen zu diffus – dabei kann man vieles ganz gut zuordnen: was Sünde ist oder Schwäche, Defizit, Problem, Schuld, was kommt aus dem Fleisch, was ist Verletzung… was ist Lebensgeschichte, was Sündengeschichte…)**  
 Von einem Pastor einer Freikirche bei uns in Kärnten habe ich gehört, dass er in einer Predigtreihe versucht hat, diese Dinge anzusprechen. Nach drei, vier Einheiten musste er diese Reihe abbrechen, weil sich die Gemeindeglieder nicht länger „damit“ auseinandersetzen wollten.  
Ein anderer geistlicher Leiter hat mir gegenüber einmal angemerkt, dass das jetzt doch „sehr psychologisch“ wäre, „zu viel Seele“… Ich konnte mir dann doch nicht verkneifen zu sagen: „Aber es heißt doch „Seelsorge“… und nicht „Geistsorge“? Und dass, sich um die eigene Seele zu kümmern, das eigentlich Geistliche wäre…)

**Seelische Gesundheit / Reife schließt ein:**

* 1. Ich kann angemessene und berechtigte Gefühle und Eindrücke erkennen und annehmen. (So ein Mensch fühlt sich in der eigenen emotionalen Welt wohl.) Nicht: „Ich sollte eigentlich anders empfinden…“ – Ich darf nicht traurig oder bedrückt sein, denn in der Bibel steht: „Freuet euch in dem Herrn alle Wege…“ – Philipper 4.4 – Ich darf keinen Ärger empfinden, denn ich soll ja sanftmütig sein, nicht enttäuscht usw. usf.)
* 2. Ich kann meine Gedanken und Gefühle in Worten, aber auch „nonverbal“ (Mimik – skeptisch, herablassend, verächtlich…), Körpersprache – nicht inkongruent) deutlich, ehrlich und angemessen ausdrücken und benennen.
* 3. Ich kann meine Gefühle verantwortlich steuern.  
  (bin fähig zur „Impulskontrolle“ – „Marshmellow-Test“ – gilt dann in Bereichen wie: Geld ausgeben, aber auch Ärger und Wut … Lustlosigkeit)
* 4. Ich bin fähig und bereit, mich mit anderen zu identifizieren (mich in sie hineinzuversetzen) und aktives Mitgefühl für andere, ihre Gefühle und Bedürfnisse zu empfinden – ohne davon „verschlungen“ zu werden. Ich kann also auch eine notwendige Distanz wahren.
* 5. Ich kann tiefe Beziehungen eingehen und aufrechterhalten – auch wenn mich das etwas kosten sollte.  
  (Verbindlichkeit bei freiwillig eingegangenen Loyalitäten vs. „Short-Termer“ oder einer Fülle von oberflächlichen „Kontakten“, heute sogenannten „Friends“ auf Facebook)
* 6. Ich kann andere respektieren und lieben, ohne sie nach meinen Vorstellungen (ver)ändern zu wollen. (Der andere ist anders, aber deswegen nicht unbedingt schlechter – „Zahnpastatube“!)
* 7. Ich habe selbst gelernt, mit Fehlern zu leben – und gestehe das auch anderen zu, dass sie Fehler machen. Ich erwarte weder von mir, noch von den Anderen Perfektion. Von Fehlern geht die Welt nicht unter – habituelle / gewohnheitsmäßige Untugenden sind allerdings schon ein Problem. Und ich kann erwarten, dass jeder – ich und der andere – aus Fehlern lernt.
* 8. Ich bin wahrhaftig geworden im Blick auf meine Stärken und Schwächen, Gaben und Grenzen und kann freimütig dazu stehen.  
  (und verweigere mich der „Gaben-Projektion“ …)
* 9. Ich weiß um meine Geschichte und kenne den Einfluss der Vergangenheit auf meine Gegenwart.  
  Das betrifft u.a. Wertvorstellungen, die Gottesvorstellung aus meinem Vaterbild, meine Einstellung (dem) Fremden  
  gegenüber – das wurde uns irgendwann einmal beigebracht, anerzogen und wirkt oft lange nach.
* 10. Ich weiß um problematische oder zerstörerische Verhaltensmuster, die aus meiner Geschichte (aus meiner Vergangenheit) oder auch aus meiner Kultur kommen – und habe gelernt bzw. arbeite daran, mich von solchen Mustern zu befreien – z.B. notorische Unpünktlichkeit, Vereinbarungen nicht einhalten, nicht Nein sagen können   
  (…wir haben unsere mentalen und kulturellen Bindungen und Fesseln, die wir nicht so leicht abschütteln können. Aber man muss auch nicht ewig gefangen bleiben in „Kultur und Mentalität“)  
  Verändert das Evangelium die Kultur … oder verdirbt die Kultur das Evangelium?)

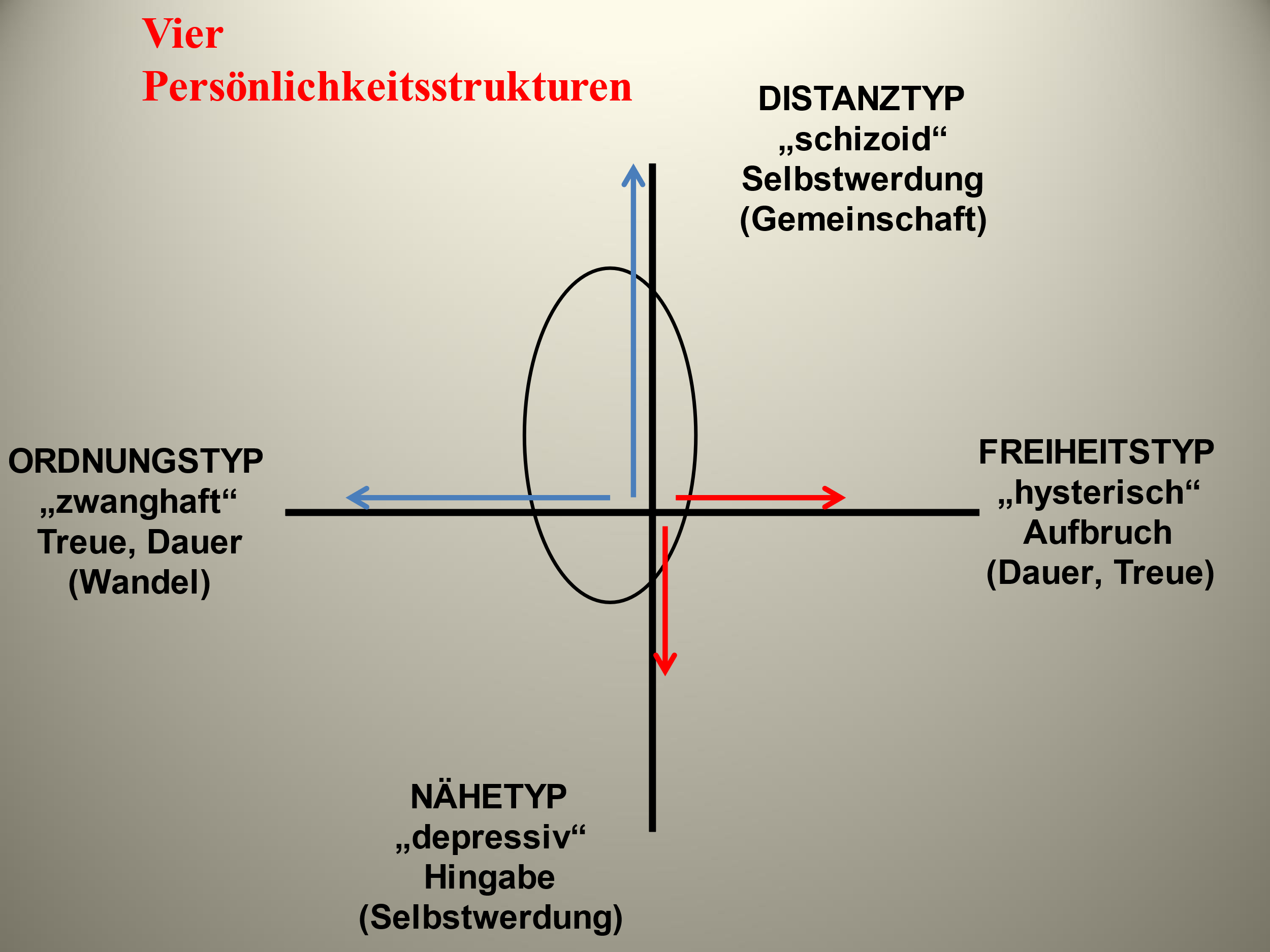
**EINSCHUB „KULTUR und MENTALITÄT“**

|  |  |
| --- | --- |
| * **Kultur als bestimmender Faktor „That‘s our culture…“** * Geiz * Fatalismus (kein „geistliches Unternehmertum“ – Lethargie (Österreich: „Gebrochene Flügel“) * Macher * „Political Correctness“ (nicht mehr sagen, was Sache ist) | * **Tradition (wäre gut)** * Sparsamkeit Haushalterschaft * Harren * Drängen (als Bereitschaft für den „Kairos“) * Überzeugungen (aber keine Verunglimpfungen) |

BÖSE PROBLEMATISCH GUT



Z.B.

* „Zweitfrau“
* „Versöhnung“ – Dinka & Nuer  
  Auch in Christus immer noch die gleiche unbewältigte Feindseligkeit.
* Korruption – Clan versorgen
* Brautpreis: 200 Kühe (das ist schon so ein Aberwitz) – aus der Missionskasse geklaut…
* Bei Hochzeit und Verlobung Bräuche und Rituale, die definitiv dem Bereich der Zauberei und der Magie zuzuordnen sind.
* (…und wir haben **unsere** mentalen und kulturellen Bindungen und Fesseln, die wir oft kaum abschütteln können…)
* 11. Ich habe mich gelöst von den Vorstellungen und Erwartungen meiner Herkunftsfamilie.  
  Das kann das bedeuten „Vater und Mutter verlassen“ – sich von ihren Erwartungen an mein Leben befreien und einen eigenen Weg gehen, frei von den Vorstellungen anderer über mich – Meine Mutter 😊… „Direktor werden“…)
* 12. Ich übernehme Verantwortung für mein Leben und verweigere mich der Rolle als Opfer. Ich bin nicht Opfer der Umstände, sondern Gestalter der Verhältnisse  
  (…und bin dabei, meine Verletzungen zu verarbeiten, anstatt immer nur meine Eltern, Lehrer, mein ganzes Umfeld verantwortlich zu machen und sie zu verklagen, wegen der Muster und der Prägungen, die sie mir „verpasst“ haben…)
* 13. Ich weiß über meine Persönlichkeitsstruktur Bescheid und kenne ihren Einfluss auf mein Glaubensleben (meine Frömmigkeit) und die Stärken und Schwächen (Grenzen) die damit vorgegeben sind.  
  (SCHAUBILDER… „Typen und Temperamente“)  
  
* 14. Ich kann direkt und respektvoll das verlangen, was ich brauche, will oder bevorzuge.
* 15. Ich kann mich „abgrenzen“ und Nein sagen, wo das notwendig ist. („Abgrenzung“ – „Nein sagen“ lernen – und ich kann das von willkürlicher oder egoistischer / eigensüchtiger Verweigerung unterscheiden)
* 16. Ich kann zuhören, ohne gleich selbstbezogen zu reagieren, und kommunizieren, ohne andere zu verärgern.
* 17. Ich halte mich an Prinzipien und folge eigenen Überzeugungen (nicht den Trends und Moden … „Smartphone“ – „Nomo-Phobie“ – oder „FOMO“ – „Fear of Missing Out“) und lebe zielorientiert – ein seelisch erwachsener Mensch ruht in sich selbst; Lob weiß er zu schätzen, ohne dass es ihn überheblich macht; Kritik wird er annehmen und prüfen, wie weit sie berechtigt ist.
* 18. Ich kann auch in Stress-Situationen meine Überzeugungen und Werte benennen, ohne feindselig zu werden.
* 19. Ich habe die Fähigkeit entwickelt, Konflikte auf vernünftige und liebevolle Weise beizulegen und strebe so oft wie möglich eine „Win-Win-Situation“ an – das wäre „Kompromissfähigkeit“, ohne die Beziehungen nicht gelingen können…)   
  (Also Lösungen auszuhandeln, die die Perspektive des Gegenübers berücksichtigen  
  („Bitte, mit dem Erwachsenen-Ich reagieren, wenn das möglich ist!“ – nicht wie ein Kind in der Trotzphase…)
* 20. Ich fühle mich wohl in meinem Körper und kann auch meine Sinnlichkeit und Sexualität einordnen und angemessen ausdrücken.  
  (Sex ist Gottes geniale Erfindung, und macht gerade deshalb so viel Lust, Spaß und Freude, weil Gott sich das ausgedacht hat. Er schuf das – und schämt sich nicht dafür. Und darum ist fast nichts schlecht oder böse, schmutzig oder falsch, ungesund oder verboten, worauf beide sich einigen, – wenn beide Partner gerne mitmachen und spielerisch-fantasievoll miteinander umgehen. Gott hat Sexualität und die Vielfalt ihrer Ausdrucksweisen erfunden… und es macht ihn nicht verlegen, wenn ein Paar das lustvoll und erfüllend auslebt…)
* 21. Ich kann Schmerz zulassen und trauern – und ich kann mich trösten lassen.   
  (Und ich gebe mir Zeit, mit einem Verlust fertig zu werden… und ich leite meine Identität nicht aus diesem Verlust her)

Ich würde noch gerne hinzufügen:  
Das ist jetzt kein neues „Gesetz“ – das ist einfach eine Beschreibung eines emotional gesunden Menschen.

**Woran kann es liegen, wenn wir von diesem Ziel weit ☺ ☹ entfernt sind?**

* Die einfachste Antwort:  
  Zu wenig Beachtung der seelischen Dimension unserer Persönlichkeit
* Noch mal:  
  Wenn einige / viele Bereiche seelischer Reife unterentwickelt sind, geht auch im Geistlichen nichts / nicht viel weiter… das Seelische „unterläuft“ das Geistliche…
* Und es ist auch nicht möglich, das geistlich zu „kompensieren“… seelische Nöte (und Defizite) brauchen angemessene Lösungen!
* Müssen wir in dieser Gespaltenheit leben – dass Geist und Seele doch nicht „zusammenkommen“?
* Heiligung ist aber als umfassendes Programm gedacht: 1 Thessalonicher 5.23!

**Meine Identität „in Christus“**

**„Minderwertigkeitskomplexe im Angesicht des Evangeliums sind definitiv nicht notwendig.“**

**Ich bin akzeptiert und angenommen**…

Johannes 1.12 Ich bin Gottes Kind.

Johannes 15.15 Ich bin Jesu Freund.

Römer 5.1 Ich wurde gerechtfertigt (gerecht erklärt) und habe Frieden mit Gott

1 Korinther 6.17 Ich bin vereinigt mit dem Herrn   
und ein Geist mit Ihm.

1 Korinther 6.19,20 Ich bin erkauft mit einem hohen Preis.   
Ich gehöre Gott, bin sein Eigentum.

1 Korinther 12.27 Wir sind Christi Leib und ich bin ein Glied davon.

Epheser 1.1. Ich bin ein Heiliger.

Epheser 1.5 Ich wurde adoptiert   
als Kind (Sohn, Tochter) Gottes.

Epheser 2.18 Ich habe direkten Zugang zu Gott durch den   
Heiligen Geist.

Kolosser 1.14 Ich wurde erlöst   
und alle meine Sünden wurden vergeben.

Kolosser 2.10 Ich bin komplett in Christus.

**Ich bin sicher und gewiss...**

Römer 8.1,2 Ich bin für immer frei von Verdammung.

Römer 8.28 Ich weiß: Gott wirkt zusammen mit mir in allen Dingen das Beste.

Römer 8.31f Ich bin frei von allen verdammenden Anklagen gegen mich.

Römer 8.35f Nichts kann mich von der Liebe Gottes trennen, die in Christus Jesus ist

2 Korinther 1.21,22 Ich bin in meiner Stellung in Christus bestätigt,   
gesalbt und versiegelt durch Gott.

Kolosser 3.3 Ich bin gestorben und verborgen durch Jesus in Gott.

Philipper 1.6 Ich bin voll guter Zuversicht, dass Gott die gute Arbeit, die er in mir begonnen hat, vollenden wird.

2 Timotheus 1.7 Ich habe von Gott keinen Geist der Furcht   
bekommen, sondern einen Geist der Kraft, Liebe und der Besonnenheit.

Hebräer 4.16 Ich finde Gnade und Barmherzigkeit, wenn ich Hilfe brauche.

1 Johannes 5.18 Ich bin aus Gott geboren, somit kann mich der Böse nicht antasten.

**Ich bin bedeutungsvoll…**

Matthäus 5.13,14 Ich bin zusammen mit anderen Salz der Erde und Licht der Welt.

Johannes 15.1,5 Ich bin eine Rebe am Weinstock,   
Träger Seines Lebens.

Johannes 15.16 Ich bin auserwählt und bestimmt,   
Frucht zu bringen.

Apostelgeschichte 1.8 Ich bin ein persönlicher Zeuge Christi.

1 Korinther 3.9 Ich bin Gottes Mitarbeiter.   
(siehe auch 2 Korinther 6.1)

1 Korinther 6.19 Ich bin ein Tempel des Heiligen Geistes.

2 Korinther 5.17 Ich bin in Christus eine neue Kreatur.

2 Korinther 5.20 Ich bin ein Botschafter der Versöhnung mit Gott.

Epheser 2.6 Ich bin in Christus   
„in das himmlische Wesen gesetzt“.

Epheser 2.10 Ich bin Gottes Werk, geschaffen zu guten Werken, er bereitet hat.

Epheser 3.12 Ich nähere mich Gott in Freimut und Zuversicht im Glauben.

Philipper 4.13 Ich vermag alles durch Jesus, der mich mit Kraft ausstattet.

Ddddd

Kurt Schneck