



# Group Programm zur Celebration vom 05.07.2020

## Gott erleben | Gemeinschaft | Wachsen

### REALationship – Göttliches Beziehungs-Know-How „Kick' negative Bindungen“ mit Tobias Teichen und Jens Koslowski

Eben noch warst du völlig entspannt, und von jetzt auf gleich kommen Gefühle in dir hoch... gedanklich bist du wieder mitten in der Diskussion mit dieser einen Person, mit der du einen Konflikt hattest. Deine Seele, die aus Verstand, Wille und Emotion besteht, scheint dann unkontrolliert zu wandern und hängt irgendwie noch fest in der alten Beziehung. Grundsätzlich ist die Fähigkeit, sich zu binden, erstmal etwas Gutes – Gott hat sie erfunden! Er möchte gesunde und göttliche Beziehungen zwischen Menschen. Aber der Feind missbraucht alles Göttliche, um es ins Gegenteil zu verkehren. Auch beim Thema Bindungen. Und so kann es sein, dass gesunde, aufblühende Beziehungen destruktiv und toxisch werden. Doch wie können toxische Beziehungen überhaupt entstehen?

#### 1. Ungöttlich gelebte sexuelle Beziehung:

Gottes Plan ist, dass Mann und Frau eins werden mit Geist, Seele und Körper. Aber nur im geschützten Rahmen der Ehe kann diese Einheit aufblühen. Sexualität abgespalten von dieser Beziehung ist nicht Gottes Plan. Und führt meist zu Zerbruch und Verletzungen.

#### 2. Enge Beziehungen

Gute, göttliche Freundschaften sind geprägt von selbstlosem Füreinander-da-sein. Ungöttlich wird es, wenn Manipulation, ein ungesundes Ungleichgewicht oder Kontrolle hineinkommen.

#### 3. Destruktiv gelebte elterliche Liebe

Eine enge Eltern-Kind-Bindung ist positiv. Sie verändert sich je nach Alter des Kindes, bis zu einer gleichberechtigten Beziehung auf Augenhöhe. Ungöttlich ist, wenn Eltern ihr Kind zu sehr in den Mittelpunkt stellen, das Kind an eine falsche Position gerückt wird, es manipuliert oder eingeengt wird. Und es im schlimmsten Fall zu (körperlichem oder seelischem) Missbrauch kommt.

#### 4. Götzendienst – etwas anderes mehr lieben als Gott

Dazu gehört alles, was dich hindert, dein göttliches Calling zu leben → Bindungen zu Idolen, Tieren, Hobbies, falschverstandene Heimatverbundenheit, etc.

#### 5. Gelübde und Verpflichtungen

Alle Versprechen, die du dir oder anderen gegeben hast, sind ungöttlich, wenn sie dich unfrei machen, dich hindern, Schritte nach vorne zu gehen, und wenn Lügen in dein Leben kommen.

Und noch wichtiger: Woran erkenne ich eine toxische Beziehung? Frag dich zu allererst, ob Jesus im Zentrum deiner Beziehung steht, denn in Matthäus 10,37 sagt er selbst: „Wer seinen Vater oder seine Mutter, seinen Sohn oder seine Tochter mehr liebt als mich, der ist es nicht wert, mein Jünger zu sein.“ Die folgenden vier Punkte sind weitere Indikatoren:

- Eingeschränkte Handlungsfreiheit
- Fehlender innerer Frieden
- Ungehorsam
- Verwirrung

Möglicherweise hast du jetzt eine toxische Bindung erkannt und möchtest sie lösen, aber deine Seele hängt noch fest. Lass deine Emotionen zu und akzeptiere, dass diese Seelenbindung Verletzungen hinterlassen hat. **Du kannst mit allem zu Gott kommen. Er möchte dich befreien!** Wenn du Unterstützung dafür brauchst, findest du sie im ICF beim **Get free**. Der nächste Durchgang (online) findet vom 13.9.-23.11.2020 statt. Die Anmeldung läuft bereits... 😊



# Group Programm zur Celebration vom 05.07.2020

## Gott erleben | Gemeinschaft | Wachsen

### Group Zeit

#### **Austausch: Indikatoren für toxische Beziehungen (45 min)**

Hast du bei dir eine Beziehung entdeckt, die Anzeichen von „toxischen Mustern“ trägt? Überprüfe nochmal, was auf deine Beziehung zutreffen könnte:

##### **1. Eingeschränkte Handlungsfreiheit**

- Beeinflusst die Meinung deiner Eltern /Freunde /deines Partners oft deine Entscheidungen?
- Fühlst du dich in eine Richtung gedrängt?
- Beispiel: Du willst dich taufen lassen. Aber was werden deine Eltern und Freunde dazu sagen?

##### **2. Fehlender innerer Frieden**

- Du driftest gedanklich ständig zu der Person ab, obwohl du es nicht willst.
- Du führst innerliche Streitgespräche mit der Person.
- Dinge oder Situationen triggern dich im Alltag und erinnern dich an die Person.

##### **3. Ungehorsam**

- Gott sagt dir, dass du eine ungesunde Beziehung beenden sollst. Vielleicht habt ihr keinen Sex mehr, möchtet aber gerne „Freunde bleiben“.
- Du schaffst es nicht, euren Chatverlauf oder die Fotos auf dem Handy zu löschen.
- Teilweiser Gehorsam ist immer noch Ungehorsam!

##### **4. Verwirrung**

- Du bist verliebt wie noch nie. Aber der andere ist schon verheiratet. Sagst du „na und...?“
- Auf der einen Seite stehen deine Gefühle, auf der anderen Gottes Geist.

Um Klarheit zu bekommen, hilft 2. Korinther 10,5: „Alles menschliche Denken nehmen wir gefangen und unterstellen es Christus, dem es gehorchen muss.“ Im geschützten Rahmen der Group habt ihr die Möglichkeit, aufzudecken, ob ihr toxische Beziehungen in eurem Leben kennt. Wer möchte, kann davon berichten.

#### **Next Step: Ungesunde Bindungen im Gebet lösen (45 min)**

Anhand der folgenden Schritte könnt ihr die eben entdeckten toxischen Beziehungen gleich im Gebet lösen.

- 1) Vergib der Person, falls du Schaden genommen hast!  
„In Jesu Namen vergebe ich \_\_\_\_\_ (Name der Person/en) für \_\_\_\_\_ (konkrete Taten und Worte).“
- 2) Bitte selbst um Vergebung!
- 3) Löse die Bindung im Namen von Jesus Christus!  
„In Jesu Namen sage ich mich von jeder ungöttlichen Bindung zwischen mir und \_\_\_\_\_ (Name der Person) los, die durch \_\_\_\_\_ entstanden ist. Ich durchtrenne diese toxische Bindung an Geist, Seele und Körper und löse mich aus allen zerstörerischen Konsequenzen heraus.“
- 4) Widerrufe alle Gelübde und Festlegungen!  
„In Jesu Namen bitte ich um Vergebung für jedes Gelübde, mit dem ich mich an \_\_\_\_\_ gebunden habe und ich vergebe \_\_\_\_\_ jede Festlegung, mit der er/sie mich an sich gebunden hat. Ich widerrufe folgende Aussagen: \_\_\_\_\_ Ich breche die Kraft über mich und mein Leben in Jesu Namen.“
- 5) Hole dir alles zurück, was du in dieser destruktiven Beziehung verloren hast!  
„In Jesu Namen, ich nehme von \_\_\_\_\_ meinen Willen, meine Gedanken und meine Gefühle zurück.“
- 6) Gib alles zurück, was du der anderen Person durch diese destruktive Beziehung geraubt hast!
- 7) Ergreife deine neue Freiheit und bedanke dich bei Gott für das, was er getan hat!

Segnet einander in der Group zum Abschluss! Zum Beispiel mit den Versen aus Jesaja 43, 18-19.