



Innere Schwüre

Auswirkungen eines steinernen Herzens

1. In **jungen Jahren in Verstand und Herz getroffene Festlegungen oder Verhaltensprogramme**. Sie sind viel stärker als „Bittere-Wurzel-Urteile“.
2. Es sind **Blockaden** in unserem Wesen, deren spezifische Funktion es ist, uns darauf festzulegen, dass wir nur in den von ihnen vorgegebenen Bahnen fühlen, denken und handeln können.
3. gehen an Verstand und Gefühl vorbei tiefes, **eigene Glaubenssätze**.
4. Ein **innerer Schwur** bringt mich ins **innere Gefängnis!**

Leben teilen

Identität

Veränderung

Erneuerung



5. Sie können sogar **körperliche Entwicklungen** blockieren. Z.B.:
 - Ich will nie erwachsen werden.
 - Ich werde nie so zornig werden wie mein Vater.
 - Wenn ich einmal Kinder habe, werde ich nie ...
6. Es gibt auch „**positive**“ **Schwüre**, z.B.:
 - Ich werde immer logisch sein!
 - Ich werde mein Leben unter Kontrolle halten!
 - Ich werde immer nett und freundlich sein!
 - Ich werde immer für andere da sein!
 - Ich muss immer alles richtig machen!

Leben teilen

Identität

Veränderung

Erneuerung

LIVE EV

1. Jeder hat sie!
2. Sie sind mächtig! Innere Schwüre der frühen Kindheit haben mehr Macht, weil sie unbewusst und verborgen sind.
3. Sie sind schwer erkennbar.
4. Sie verändern sich nicht und verschwinden nicht einfach.
5. Sie entwickeln ein Eigenleben und bringen dann noch negative Früchte hervor:
 - schützende, gewohnheitsmäßige Fluchtmechanismen
 - unkontrollierte Wutausbrüche
 - Erwartungen aus bitteren Wurzeln
 - Handlungen und Worte, die automatische Reaktionen auslösen und Angstzustände

Leben teilen | **Identität** | Veränderung | Erneuerung

LIVE EV

Zusammenhang
steinernes Herz –
innere Schwüre –
bittere Wurzeln

Minderwertigkeit,
sich nicht spüren

Passivität

Ich muss selbst
für mich sorgen!

Anpassung

Vater passiv –
- kein Lob,
- keine Ermutigung,
- keine Kommunikation,
- keine Gefühle.

Leben teilen | **Identität** | Veränderung | Erneuerung



Wie man innere Schwüre bricht

1. Erkenntnis
 - Es ist hilfreich, aber nicht nötig, sich tatsächlich an den Schwur zu erinnern.
2. Vergebung
 - sowohl für die, die uns verletzt haben als auch für uns selbst.
3. Bekenntnis und Buße
 - für negative Reaktionen, die zu dem Schwur geführt haben.

Leben teilen | **Identität** | Veränderung | Erneuerung



4. Sich vom Schwur lossagen
 - Löse nur die Schwüre, wo du bereit bist zu einer Veränderung.
5. Beispiel
 - Ich breche den Schwur im Namen, Jesu: „...“ Ich halte als Wahrheit dagegen: „...“
6. Einüben der Wahrheit

Leben teilen | **Identität** | Veränderung | Erneuerung



Beispiele für Innere Schwüre: Ich werde nie ...

- ... Schwäche zeigen.
- ... jemandem vertrauen.
- ... jemanden wissen lassen, dass mir etwas weh tut.
- ... einer Frau etwas erzählen.
- ... meine Gefühle zeigen.
- ... mich von jemandem ausnutzen lassen.
- ... mich kontrollieren lassen.
- ... krank sein.
- ... mir Bedürfnisse eingestehen.
- ... mich anpassen.

Leben teilen | **Identität** | Veränderung | Erneuerung



Beispiele für Innere Schwüre: Ich werde immer ...

- ... reserviert und distanziert bleiben.
- ... logisch sein.
- ... mein Leben unter Kontrolle haben.
- ... freundlich und nett sein.
- ... meine Kinder an die erste Stelle setzen.
- ... für andere da sein.
- ... das letzte Wort behalten.
- ... alles richtig machen.
- ... die Wahrheit nur so weit erzählen, wie es mir nützt.

Leben teilen | **Identität** | Veränderung | Erneuerung



Gottes Zusage

Ich will euch ein neues Herz und einen neuen Geist geben. Ja, ich nehme das versteinerte Herz aus eurer Brust und gebe euch ein lebendiges Herz.

(Hesekiel 36, 26, Hfa)

Leben teilen

Identität

Veränderung

Erneuerung