

Vollständige Freiheit / Sündenspiegel

Bekennen der Sünden und Umkehr von allen bösen Werken anhand der 10 Gebote

5. Mose 5,1-33

*Gott ist Licht, und in ihm ist keine Finsternis. Wenn wir sagen, daß wir Gemeinschaft mit ihm haben, und wandeln in der Finsternis, so lügen wir und tun nicht die Wahrheit. Wenn wir aber im Licht wandeln, wie er im Licht ist, so haben wir Gemeinschaft untereinander, und das Blut Jesu, seines Sohnes, macht uns rein von aller Sünde. Wenn wir sagen, wir haben keine Sünde, so betrügen wir uns selbst, und die Wahrheit ist nicht in uns. **Wenn wir aber unsre Sünden bekennen, so ist er treu und gerecht, daß er uns die Sünden vergibt und reinigt uns von aller Ungerechtigkeit.** Wenn wir sagen, wir haben nicht gesündigt, so machen wir ihn zum Lügner, und sein Wort ist nicht in uns. 1.Johannes 1,5-10*

Der Sündenspiegel ist eine Hilfe für deine Busse und Umkehr von all deinen Sünden, er ersetzt aber nicht deine persönliche Vorbereitung, in der du in drei Unterteilungen aufschreibst, was deine Sünden und Verletzungen sind:

- 1. Sünden (Tatsünden und Haltungssünden)**
- 2. Verletzungen**
- 3. Flüche**

Bevor du den Sündenspiegel ausfüllst, nimm ein Papier und schreib für dich in diesen drei Punkten auf, wo du gesündigt hast, was du in Ordnung bringen solltest, wo du noch vergeben musst und wo du noch Heilung brauchst.

Durch das Bekennen und die vollständige Umkehr von den Sünden, das Vergeben und um Vergebung bitten in Verletzungen und das brechen von Flüchen im Namen Jesus Christus kannst du Freiheit erlangen von den dämonischen Mächten.

Zur Freiheit hat uns Christus befreit! Gal. 5,1

Vergebung von Tatsünden und Haltungssünden

Durch Tatsünden (zB. stehlen, lügen, sexuelle aussereheliche Beziehungen) und Haltungssünden (zB. charakterliches Fehlverhalten wie Eifersucht, Vergleichen, Stolz, Minderwert) leben wir nicht im Licht. Der Feind kann uns gefangen halten und anklagen. Durch das Bekennen der Sünden geschieht Vergebung und der Schuldbrief wird zerrissen. Kolosser 2,14, 1.Joh.1,9

Heilung von Verletzungen

Durch Verletzungen, die nicht sofort bereinigt und vergeben werden, können Wunden mit verheerenden Folgen entstehen (zB. Bitterkeit, Hass, Krankheit, Depression,

Misstrauen, Isolation) Erst durch Vergebung (Matthäus 18,21-35) können die Wunden geheilt werden und es wird völlige Freisetzung geschenkt.

Brechen der Flüche

Worte über andere haben Kraft und können zu Flüchen werden, wenn sie angenommen und geglaubt werden. Sie werden real und können die Leben zerstören oder blockieren. Durch das Bekennen der Schuld (annehmen des Gesagten, eigenes aussprechen zB. ich bin dumm), das Brechen der Flüche im Namen Jesus Christus und das Widersprechen von den Aussagen und durch das Aussprechen und Annehmen der Wahrheit, werden Flüche zerbrochen und entkräftet. Heilung und Erneuerung fließt in diese Bereiche. Grundlage zum Brechen von Flüchen: Frei von Sünden und Verletzungen durch bekennen, Umkehr, Vergebung annehmen und den Menschen vergeben die an uns schuldig geworden sind.

1. Gebot

Du sollst keine anderen Götter haben neben mir

Was/wen habe ich wie einen Gott verehrt, wichtiger genommen als ihn und über Jesus gestellt? Schreib es jeweils auf:

- Alle Religionen, in denen nicht Jesus Christus als Sohn Gottes und einziger Erlöser erkannt wird.
Götter wie zB. Buddha, Heilige, Mutter Maria, Engel ...
- Idole und Helden (zB. ich möchte so sein wie..) Stars, Helden, Models, Influencer, Pastoren, Glaubenshelden
- Menschenzentriertheit: Ich habe Menschen zum Mittelpunkt meines Lebens gemacht. Ich erwarte die Erfüllung meiner Bedürfnisse von ihnen, bin auf ihre Liebe, Unterstützung etc. fixiert anstatt von Gott zu erwarten
- Selbstzentriertheit: Ich, mir, mein - es dreht sich hauptsächlich um mich. Habe Erwartungen an die anderen, dass meine Bedürfnisse erfüllt werden, es soll so wenig wie möglich von mir erwartet werden.
Ich empfinde, dass man mich ignoriert und verletzt. Atheismus
- Menschenfurcht: Wichtiger was jemand denkt über einem, als das was Gott denkt und will:
Menschengefälligkeit, Helfersyndrom, Zwang anderen zu gefallen, gezwungenes Verhalten, Co Abhängigkeit
- Angst: Angst vor Ablehnung, etc. dadurch Ungehorsam Gott gegenüber, Feigheit, Passivität, Unverantwortlichkeit
- Rebellion: Eigenwilligkeit, Unbelehrbarkeit, Besserwisserei, Rechthaberei, Unterdrückung, nicht unterordnen wollen, Ungehorsam, Überempfindlichkeit, Wutausbrüche, Zorn, Undankbarkeit, Menschen und/oder Gott hinterfragen, Auflehnung

gegen Autorität, Launenhaftigkeit, murren, Unzufriedenheit, Überempfindlichkeit, jammern, Rückzugverhalten, innerer Zorn und Jähzorn, Gesprächsverweigerung, keine Ratschläge annehmen, unvernünftig

- Stolz: Bestimme mein Leben selber; bin ein guter Mensch, brauche niemanden, brauche Gott nicht, meistere mein Leben selber, ich habe mehr Durchblick, Erkenntnis etc. als andere, Ignoranz, Zynismus, Arroganz, Unbarmherzigkeit, Lieblosigkeit, Unabhängigkeitsdrang, Überheblichkeit, Selbstmitleid und Opferdenken, Rechthaberei, kann nicht Fehler eingestehen, entschuldige mich selten, fühle mich manchmal minderwert und dann wieder überheblich
- Erfolgs- und Hierarchiedenken: Unverhältnismässige Gier nach mehr: Anerkennungssucht, übertriebener Ehrgeiz, eigener Wert in Ausbildung, Zwang immer mehr Wissen aneignen zu müssen, Workaholic, Flucht in Arbeit, einteilen und bewerten von Menschen in nützlich/nutzlos
- Geld: Materialismus, den eigenen Wert darin suchen (Auto, Markenwahn etc.) Geldgier, Spielsucht
- Sucht: Alkohol, Drogen, Rauchen, Social Medien, Games, Fernsehen, übermässig Musik hören, Internet, Pornographie, Phantasien, Trainingsrausch, Adrenalin-kick, Körperkult; Magersucht, Bullimie, Fresssucht, Anerkennungssucht, Aufmerksamkeit, Auffallen, Aussergewöhnlich sein
- Falsche Sicherheit: Hilfe suchen und Flucht in Abhängigkeiten durch mangelndes Vertrauen in Gott: Medikamente, Psychopharmaka, extremes Essverhalten, Drogen, Geistesheilung, esoterische Praktiken, Schamanismus, Wahrsagerei, Meditation, Yoga, Kinesologie etc., Amulette, Aberglaube, heilende Steine etc.
- Okkultismus und Zauberei: Weisse oder schwarze Magie, Hexenspiele und Praktiken, okkulte Games, Bücher, Filme und Spiele mit Zauberei, dämonischen und mystischen Handlungen (Harry Potter, Pokemon, zauberhafte Hexen, die kleine Hexe etc.), okkulte Musik, Schamanismus, Astrahl Reisen, Horror oder Prutalo Filme, Geistführer, okkulte Kleidung, allgemeine Tatto's insbesondere mit okkulten Zeichen, Blutsbund, Verschreibung, okkulte Träume, Todesgedanken und Todessehnsucht, Alpträume (ersticken, ertrinken, gefressen werden etc.) Weihungen, Initiationen
Bin verwirrt, wenn es um Jesus geht; kann kaum Bibel lesen und beten
-

2. Gebot

Fertige dir keine Götzenbilder an, auch kein Abbild von irgendetwas am Himmel, auf der Erde oder im Meer

- Götzen Statuen zB. Buddha, Shiva, Maria, Engel
- Okkulte Objekte in der Wohnung, an Kleidung, im Computer, Bücher, CD's, Schmuck
- Tattoos, Piercings, anderes
-

3. Gebot

Du sollst meinen Namen nicht missbrauchen, denn ich bin der Herr, dein Gott

- Schwören, fluchen (zB. Gottes Namen nennen)
- Gott beschuldigen für das Leid in der Welt; Gott tot sagen, Gott versuchen, im Namen Gottes reden und spotten
- Versprechen gegenüber Gott nicht halten
- Religiösität: Tun als sei man Christ, doch nicht danach handeln, Kraft des Heiligen Geistes verachten, Verstandesglauben ohne Beziehung, in Kirche gehen ohne Glaube an das Erlösungswerk von Jesus
- Esoterische Handlungen und Geistheilen etc. im Namen von Jesus, doch ohne Glauben an sein Erlösungswerk und Wiedergeburt
-

4. Gebot

Achte den Sabbat als einen Tag, der mir allein geweiht ist. Sechs Tage sollst du deine Arbeit verrichten, aber der siebte Tag ist ein Ruhetag, der mir, dem Herrn, deinem Gott gehört

- Sieben Tage Arbeitswoche: Arbeit, Dienst etc. ist wichtiger als Zeit mit Gott
- Nicht nach Gottes Wille fragen für den Ruhetag
- Mangel an Disziplin: Unpünktlichkeit

- Keine Zeit ohne Ablenkung (Social Medien, Internet, Watsup, Telefon)
- Keine innere Ruhe, Nervös, Ungeduld, Hyperaktiv - keine Konzentration beim Bibellesen und Beten, Rastlosigkeit, Schlaflosigkeit, Nacht zum Tag machen
-

5. Gebot

Ehre deinen Vater und deine Mutter, dann wirst du lange in dem Land leben, das ich, der Herr dein Gott, dir gebe

- bin/war den Eltern ungehorsam (mache nicht was sie sagen, oder erst viel später mit Protest)
- Rede schlecht über meine Eltern, schäme mich für sie/wegen ihnen
- Der Glaube meiner Eltern hindert mich in meiner Beziehung zu Jesus
- helfe meinen Eltern nicht oder nur sehr wenig
- kann meinen Eltern nicht vergeben
- finde mich besser als meine Eltern und verachte sie eigentlich
- rebelliere gegen meine Eltern und andere Autoritäten
- liebe meine Eltern nicht
- Verachtung meiner Eltern
- Gott ist Liebe, doch mein Vater liebt mich nicht
-

6. Gebot

Du sollst nicht töten

- Zorn, Wut, Rache und Tötungsgedanken und Aussagen, Lust umzubringen
- Anklagen: Vorwurfshaltung (beschuldigen ohne sicher zu sein), hassen, nicht vergeben, Unversöhnlichkeit, ablehnende Haltung statt Wohlwollen; die Wahrheit um jeden Preis ohne Liebe sagen müssen

- Abtreibung
- Selbstzerstörung: Selbstmordversuch, Todessehnsucht, Selbstverstümmelung (ritzen, kratzen, Fingernägel kauen)
- Gewalt, Schlägereien, Tierquälerei, Aggressivität, Streitsucht, unkontrollierte zornige Handlungen, verfluchen
- Games - töten in Games, sich mit Mördern in Filmen identifizieren, Tod und Gewalt verherrlichendes schauen, spielen, hören
- Hardcore Metal Music etc. Musik mit vernichtenden Texten
- Den Körper, die Gesundheit vernachlässigen
- In meiner Familie gab es Mitglieder die früh starben; woran?
- Wiederkehrende Flüche
- Ich habe Krieg, Katastrophen, Hungersnot, Flucht, Seuchen, Unfälle erlebt
- Drogen: Ich habe folgende Drogen geraucht, gespritzt oder zu mir genommen
- Medikamente: Ich nehme folgende Medikamente, Psychopharmaka etc.
- Verdammung, Anklage und Selbstanklage
- Rassismus: ich verachte gewisse Völker, schon meine Vorfahren verachteten die Juden oder andere Völker
-

7. Gebot

Du sollst nicht die Ehe brechen

- Augenlust, Menschen begehrllich anschauen, unreine Gedanken, sexuelle Fantasien
- Anreizend anziehen, flirten, sexuelle Anzüglichkeit
- Vorehelicher Sex; starkes Petting, One Night Stands, sexuelle Beziehungen, Sex mit Prostituierten
- Pornografie; Selbstbefriedigung, Sex Chats, sexuelle Ausschweifung

- Unmoralische Sexpraktiken; Sadomaso, Inzest, Sodomie (Sex mit Tieren), Pädophilie
- Sexueller Missbrauch, Täter, Opfer
- Manipulation mit Sex
- Durch sexuellen Missbrauch keine sexuelle Normalität (Perversion oder Frigidität)
- Homosexualität, Geschlechtsumwandlung, Gender, Bi-Sexuell
- Als Kind schon übersteigerte, sexuelle Gefühle

In der Ehebeziehung:

- Vergleichen des Ehepartners mit Aussehen und sexuellen Praktiken anderer, Unzufriedenheit, nörgeln
- Sexuelle Fantasien
- Kein Sex haben, mit Entzug strafen, Sex als Manipulation
- Mit jemandem eine stärkere emotionale oder geistige Bindung haben als mit dem Ehepartner
- Probleme wie Unfruchtbarkeit, Frühgeburten, zerstörerische Ehebeziehung
-

8. Gebot

Du sollst nicht stehlen

- Stehlen, Betrügen, Versicherungspetrug, Steuerhinterziehung, Wirtschaftsdelikte, Schwarzarbeit, etwas nicht zurückgeben, was?
- Etwas zerstören aus Wut, Rache, als Spass oder Streich:
- Raubkopien (Software, CD's, Filme)
- Betrug des Arbeitgebers oder des Staates; Spesenabrechnungen, Stundenrabatte, Dinge entwenden, Krank melden wenn man Gesund ist
- Kriminelle Vorfahren
- Gott den Zehnten nicht geben

- Jemanden als Besitz betrachten, kein Freiraum lassen, kontrollieren und manipulieren
- Zeitraub: Keine Zeit für Gott, für Familie etc.
- Geiz, Angst zuwenig zu haben
- Emotionaler Raub: Mit Abwesenheit, Schweigen bestrafen. Durch verbale oder emotionalen Druck nötigen
-

9. Gebot

Sag nichts Unwahres über deinen Mitmenschen

- Lügen: Heucheln, kritisieren, hintenherumreden, verleumden, etwas Falsches über jemanden sagen
- Wahrheit verschleiern, schützen von Falschem durch schweigen wenn etwas ans Licht müsste
- Mobbing: Auslachen, falsche Aussagen, bloßstellen, spotten, jemanden verachten, ignorieren, Mitläufer sein, ungerecht sein, nicht fair, parteisch sein
- Gerüchte verbreiten oder nicht dementieren
-

10. Gebot

Begehre nicht, was deinem Mitmenschen gehört; weder sein Haus noch seine Frau, seinen Knecht oder seine Magd, Rinder oder Esel oder irgendetwas anderes, was ihm gehört

- Sich nicht mit anderen mitfreuen können (Erfolg, Freundschaft etc.)
- Vergleichen: Stolz und Minderwert, was hat der andere was ich nicht habe
- Selbstanklage, Verachtung
- Finanzen: Geldgierig, Besitzgierig, Habgier, Konsumzwang, Kaufzwang
- Angst vor: Verlust, zu wenig, reicht nicht, Diebstahl
- Armut ohne ersichtlichen Grund und ohne scheinbaren Ausweg, Armut in der Familie

Eifersucht und Neid auf:

- Dinge die andere haben

- Aussehen von anderen
- Talente und Gaben von anderen
- „Bevorzugte“ dürfen mehr als man selber, sind anscheinend mehr geliebt
- Gute Beziehungen der anderen unter einander

Beziehungsprobleme

- Andere Menschen manipulieren und dominieren, vereinnahmend
- Angeberei, Prahlerei, Übertreibung
- Heuchelei, etwas falsches vorspielen, Maske aufgesetzt
- Kontrollieren, es muss alles so gehen wie ich es will
- Hilfe bewusst nicht, auch wenn ich weiss es wäre wichtig
- Unvergeblichkeit: Es ist schwierig für mich zu vergeben, anderen und/oder mir selber
Ich habe folgenden Menschen noch nicht vergeben:
- Ich wurde in der Vergangenheit verletzt und ich werde nicht frei von den Gefühlen davon wie Wut, Hass, Trauer, Schmerz, Selbstmitleid, Opfer, Rebellion, Ablehnung
- Ich habe Mühe Beziehungen aufzubauen. Ich vertraue den Menschen nicht. Ich habe Misstrauen bei den Menschen
- Ich habe einen Hang zu depressiven Gedanken, Selbstmitleid, Trauer, Schwere
- Ich leide unter folgenden Problemen: Unentschlossenheit, Unsicherheit, psychische Probleme, frustrierte Lebenseinstellung, Verlassenheitsgefühle, angeklagt fühlen, bitter sein, entmutigt sein, Selbstverachtung, mangelndes Selbstvertrauen
- Ich habe Ängste:

Traumatische Erlebnisse

In welchen Kategorien?

- Tod eines geliebten Menschen: dein Alter
- Sexuelle, körperliche oder seelische Übergriffe (Grenzüberschreitungen) dein Alter:
- Fehlgeburten; frauenspezifische Probleme; Geburtsschwierigkeiten, dein Alter:
- Unfruchtbarkeit
- Abtreibung
- Geschieden
- Schockerlebnisse, was ist geschehen?
- Traumatischer Unfall; schwere Krankheit, Krankenhausaufenthalt
- Grosse Ungerechtigkeit, grosses Leid, dein Alter:
- Mobbing
- Schockmomente bei Filmen, Games. Welche?
- (Prüfungs-)Blockaden, andere grosse Ängste
- Vergewaltigung
- Unerwünschte Schwangerschaft
- Meine Eltern wollten mich anderen Geschlechtes, Unerwünscht, Frühgeburt
- Meine Eltern wollten mich nicht (ich war unerwünscht)

Ängste

- Panikattacken
- Phobien (zB. Spinnen)
- Platzangst
- Prüfungsangst
- Beziehungsangst
- Verlustangst
- Angst vor Tod, Krankheit, Unfall etc.
- Unerklärliche Angst

Süchte

- Rauchen, kiffen, Drogen, Medikamente, Alkohol
- Fernsehen, Sozial Medien, Instagramm, Liks etc.,
- Gamen
- Arbeit
- Flucht in Sport, Essen, Medien etc.
- Anerkennung
- Welt retten wollen

Besprich deine Notizen und den ausgefüllten Sündenspiegel mit der Person, die dich in der Taufvorbereitung begleitet und lass dir einzelne Punkte, die für dich noch nicht klar sind, erklären.

Dann bekenne deine Sünden, tue Busse, bring in Ordnung (zB. Gestohlenes zurück), Vergebung aussprechen und um Vergebung bitten etc.

Es ist wichtig, dass du in allem was du angekreuzt hast, Vergebung und Heilung deiner Verletzungen empfangen hast, und dass die Flüche in deinem Leben im Namen Jesus Christus gebrochen sind.