

## Handout    Predigt    Röm 12,2    “Die unterschätzte Kraft der Gedanken”

---

Die Bibel hat für fast alle Lebensbereiche unseres Lebens Tipps + Antworten.

Unsere Gedanken haben enormen Einfluss auf unser Leben.

Welche Rezepte & Tipps finden wir dazu in der Bibel?

Wir haben durchschnittlich 60.000 Gedanken am Tag.

24% negativ (8x soviel wie positive)

3% positiv

73% neutral

<https://www.neuromentaltraining.com/neuro-blog/denken-neuroplastizitaet/>

Denn wir kämpfen nicht gegen Menschen aus Fleisch und Blut, sondern gegen die bösen Mächte und Gewalten der unsichtbaren Welt, gegen jene Mächte der Finsternis, die diese Welt beherrschen, und gegen die bösen Geister in der Himmelswelt. Epheser 6:12

Die gefallenen Engel - Gegenspieler

Leben - kein neutrales Spielfeld

Der Feind ist vorwiegend mit zwei Werkzeugen unterwegs:

Lügen + Täuschung (Joh. 8, 44 - Lügner, Vater der Lüge)

König Salomo gibt den Tipp:

Vor allem aber behüte dein Herz, denn dein Herz beeinflusst dein ganzes Leben. Sprüche 4, 23

Und da Jesus ihre Gedanken sah, sprach er: Warum denkt ihr Böses in euren Herzen? Mt 9,4.

Wir haben die Verantwortung darauf zu achten, was in unser Inneres darf - und was nicht.

Welche Dinge haben Einfluss darauf?

• was ich sehe • was ich höre • was/wer mich umgibt

Tipp von Paulus:

Deshalb orientiert euch nicht am Verhalten und an den Gewohnheiten dieser Welt, sondern lasst euch von Gott durch Veränderung eurer Denkweise in neue Menschen verwandeln. Dann werdet ihr wissen, was Gott von euch will: Es ist das, was gut ist und ihn freut und seinem Willen vollkommen entspricht. Römer 12, 2

Negative Gedanken kann man nicht verhindern. Ich kann nicht verhindern, dass Vögel über meinen Kopf kreisen... ich kann aber verhindern, dass sie ein Nest auf meinem Kopf bauen. (Luther)

Paulus sagt in **Philipper 4:8**, dass wir uns auf die positiven Dinge ausrichten sollen. Viele Psychologen und Psychoanalytiker sind sich mit Paulus in diesem Thema einig. Sie betonen die Gefahren des negativen Denkens.

Ein Schritt im Glauben.

Mit dir kann ich ganze Armeen zerschlagen, mit dir überwinde ich jede Mauer. Psalm 18, 3

Wenn Gott für uns ist, wer kann da noch gegen uns sein? Römer 8, 31

Aber in diesem allen sind wir mehr als Überwinder durch den, der uns geliebt hat. Röm 8,37

Die Bibel empfiehlt uns, über das Wort Gottes nachzudenken, zu verweilen + zu meditieren.

Sich dauerhaft Sorgen machen, ist auch eine Art der Meditation - in die entgegengesetzte Richtung. Es ist nicht möglich, sich dauerhaft mit negativen Gedanken zu umgeben und ein positives Leben zu erwarten.

Ein weiterer Tipp, den Gott uns gibt, ist sich das Gute, das Gott getan hat, in Erinnerung zu rufen. Wir tendieren dazu, in schwierigen Situationen, das Gute zu vergessen.

**Nehmt euch jedoch in Acht! Vergesst niemals, was der HERR für euch getan hat. An diese Dinge sollt ihr euch erinnern, solange ihr lebt, und ihr sollt euren Kindern und Enkeln davon erzählen. 5. Mose 4, 9**

Wenn Angst das nächste Mal an dein Herz anklopft - antworte mit Glaube

**Fürchte dich nicht, denn ich bin mit dir; sei nicht ängstlich, denn ich bin dein Gott; ich stärke dich, ich helfe dir auch, ja, ich erhalte dich durch die rechte Hand meiner Gerechtigkeit!**

Jesaja 41, 10 (Schlachter 2000)

Bei Zweifel, Unsicherheit antworte mit Zuversicht:

**...aber die auf den HERRN harren, kriegen neue Kraft, dass sie auffahren mit Flügeln wie Adler, dass sie laufen und nicht matt werden, dass sie wandeln und nicht müde werden.**

Jesaja 40, 31

Welche Gedanken hast du über dich?

Was hast du dein Leben lang gehört?

Welche Gedanken hast du verinnerlicht?

Welche Gedanken hast du über andere Menschen? Über deinen Chef, über Lehrer, Leiter, Regierende...

Gott bewahrt uns oft nicht vor den schwierigen Situationen, sondern in den schwierigen Situationen!

Darf Gott dich durch Veränderung deiner Denkweise in einen neuen Menschen verwandeln?  
(S. Römer 12, 2)