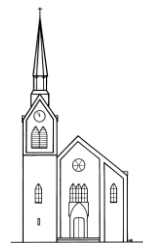


# Evang. Kirchengemeinde Öschelbronn

26.05.2019 AKZENTE

Thema: „Die Macht der Gedanken“

Pfr. Michael Schaan



Donald Trump kauft von Bill Gates eine Gedankenlesebrille. Diese Brille liest jeden Gedanken direkt von seinen Augenbewegungen ab. Als Mensch-Maschine-Schnittstelle soll sie die Regierungsarbeit von Donald Trump erleichtern. Er probiert es aus und blinzelt: Die Brille verschickt sofort einen Tweet: „Einfuhrzölle auf chinesische Waren auf 50% erhöhen.“ Donald Trump ist begeistert.

Er verdeckt die Augen und die Gedankenlesebrille schickt sofort per E-Mail an Firmen Baufrträge für eine Mauer und zeitgleich die Rechnung an Mexiko.

Donald Trump ist entzückt. Er setzt sich in seinen Sessel und schließt fest die Augen - eine freundliche Computerstimme erklingt: „Danke, dass Sie den Abschusscode eingegeben haben. Die Atomraketen starten in wenigen Sekunden: 3...2...1...“

Liebe Gemeinde! Wir meinen: die Gedanken sind frei. „Es spielt ja keine Rolle, was ich denke. Nur was ich tue, ist wichtig.“ Das stimmt, wenn es darum geht, dafür verurteilt zu werden. Aber letzten Endes ist das, was wir tun, ein Resultat von dem, was wir denken. Wer nicht aufpasst, worüber er nachdenkt, wird sich wundern, wo er am Ende landet. Darum beginnen wir heute damit, dass wir darüber nachdenken, woran wir denken.

Es gibt eine interessante Szene im Matthäusevangelium, Kapitel 22. Jesus sitzt im Tempel. Er ist ein Rabbi. Es ist die heilige Woche, also sind in Jerusalem zig tausende Menschen und wahrscheinlich viele hundert im Tempel. Jesus ist zu der Zeit bereits eine Berühmtheit. Stellen Sie sich vor, wie er von unzähligen anderen Juden umringt ist. Er unterrichtet sie und sie stellen ihm Fragen. Einige davon wollen es wirklich wissen, und andere wollen ihm nur eine Falle stellen. Jemand fragt ihn: ‚Rabbi, was ist das höchste Gebot?‘ Jesus antwortet mit dem Vers aus dem jüdischen Glaubensbekenntnis „Schma Israel“. Aber er ändert ihn. Im Original steht: „*Du sollst den Herrn von ganzem Herzen lieben, mit ganzer Hingabe, mit all deiner Kraft.*“ Aber Jesus ändert es. Er sagt: „*Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben von ganzem Herzen, mit ganzer Hingabe und mit deinem ganzen Verstand*“ (Mt 22,37). Er ändert die Tora.

Jeder kannte den Bibelvers. Die Juden hatten die Bibel auswendig gelernt. Und wenn eines klar war: man verändert da nichts! Man überarbeitet da nichts. Die Bibel ist von Gott! Aber Jesus verändert das Wort „Kraft“. Aus: „Liebe den Herrn mit all deiner Kraft“ wird „*Liebe den Herrn mit deinem ganzen Verstand.*“ Warum macht er das? Noch erstaunlicher ist, dass sich niemand darüber aufregt. Niemand hat offenbar gesagt: „Stopp, wie kannst du es wagen, die Heilige Schrift zu ändern!“ Keiner sagt auch nur einen Ton. Warum? Ich glaube, alle haben verstanden, was er tat. Ich glaube, er hat Folgendes getan: Er hat das Wort „Kraft“ nur präzisiert – als Denkkraft. Er hat inhaltlich nichts geändert. Sondern er macht damit deutlich: Die Kraft eines gläubigen Menschen liegt in seinem Denken. Gott mit all unserer Kraft zu lieben, meint nicht unsere Muskeln, sondern das hier. Dass wir unseren Verstand auf Gott ausrichten, auf die Dinge, die Gott wichtig sind, auf Gottes Wort.

Das wichtigste Gebot, den Herrn mit aller Kraft zu lieben, bedeutet, ihn mit unserem Verstand zu lieben. Lieben Sie Ihn mit Ihrer Seele, lieben Sie Ihn von ganzen Herzen, aber lieben Sie Ihn auch mit Ihrem Verstand. Denken Sie. Denken Sie darüber nach, woran Sie denken und achten Sie darauf, worauf Sie achten. Nehmen Sie wahr, was für Gedanken Sie haben und Ihre größte Aufgabe wird sein, diese Ansichten zu verändern. Die Art und Weise zu verändern, wie Sie denken.

### **Gedanken haben Auswirkungen**

Alle Stärke beginnt in unserem Verstand. Egal, welche Stärke, sie beginnt hier. Selbst, wenn es physische Stärke ist. Wir wissen, dass sportliche Erfolge zu mindestens 60 % Kopsache sind. Wenn Sie völlig ausgepowert noch einen weiteren Kilometer laufen müssen, wenn Sie noch mal 5 Kilo mehr heben müssen, wenn Sie noch eine Zehntelsekunde schneller sein müssen: Sie wissen, dass so viel von ihrem Kopf abhängt. Auch Ihre berufliche Stärke ist hier, in Ihrem Kopf. Ihre Beziehungsstärke ist in Ihrem Kopf. Die Stärke, die Sie als Individuum haben, beginnt mit Ihren Gedanken.

Verändern Sie Ihre Gedanken und Sie werden Ihr Leben verändern. Verändern Sie Ihre Gedanken und Sie werden Ihre Handlungen verändern. Verändern Sie Ihre Gedanken und Sie werden Ihre Beziehungen verändern. Verändern Sie Ihre Gedanken und Sie werden Ihre Beziehung zu Gott und zu anderen verändern.

Darum sagt der Apostel Paulus im Römerbrief Kapitel 12: *„Richtet euch nicht länger nach den Maßstäben dieser Welt, sondern lernt, in einer neuen Weise zu denken, damit ihr verändert werdet und beurteilen könnt, ob etwas Gottes Wille ist – ob es gut ist, ob Gott Freude daran hat und ob es vollkommen ist“* (Rm 12,2).

Die Veränderung, die Verwandlung fängt mit dem Verstand an, mit einer neuen Weise zu denken. Ein neuer Verstand macht einen neuen Menschen. Ein neuer Weg des Denkens, ruft eine neue Handlung hervor.

Unsere Kraft gut zu sein und zu tun, was richtig ist, steht und fällt mit unserem Denken.

Sie wollen ein neues Leben? Sie mögen Ihr Leben so nicht, wie es gerade ist?

Dann ändern Sie Ihr Denken! Sie mögen Ihre Umstände nicht?

Sie mögen Ihre finanzielle Situation nicht? Sie mögen Ihr geistliches Leben nicht?

Sie mögen nicht, wie Sie Ihr Leben leben? Ihre Beziehungen? Ändern Sie Ihr Denken!

Wenn Sie Ihre Gedanken ändern, dann ändern Sie Ihr Leben, ändern Sie Ihre Welt.

Die gute Nachricht lautet: Sie können sich aussuchen, worüber Sie nachdenken.

Ihren Geburtsort oder Ihr Geburtsdatum haben Sie sich nicht ausgesucht. Sie haben sich auch Ihre Eltern oder Geschwister nicht ausgewählt. Sie haben auch keinen Einfluss auf das Wetter oder wie der VFB Stuttgart spielt. Es gibt viele Dinge im Leben, bei denen Sie keine Entscheidungsfreiheit haben. Doch die wichtigste Aktivität des Lebens haben Sie in der Hand: Sie können aussuchen, worüber Sie nachdenken. Sie können der Fluglotse Ihres geistigen Flughafens sein. Sie sitzen im Tower und können den geistigen Verkehr in Ihrer Welt steuern. Gedanken kreisen dort oben am Himmel, sie kommen und gehen. Wenn einer von ihnen landet, dann nur, weil Sie ihm die Erlaubnis dazu gegeben haben. Wenn er wieder abhebt, dann nur, weil Sie ihn dazu angewiesen haben. Sie können sich Ihre Denkmuster aussuchen.

Der österreichische Neurologe und Psychiater Victor Frankl hat den bewegenden Klassiker geschrieben „... trotzdem Ja zum Leben sagen: Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager“. Das Buch wurde weltweit über 12 Millionen mal verkauft.

Viktor Frankl hatte jüdische Wurzeln. Er berichtet in dem Buch über seine Zeit im Konzentrationslager. Die zentrale Botschaft des Buches: Auch noch unter inhumansten Bedingungen ist es möglich, einen Sinn im Leben zu sehen.

Er erzählt dort, wie er dem Tod durch Hunger und Folter und andere Dinge ganz nahe gekommen war. Dabei entdeckte er: Das einzige, was die SS-Männer ihm nicht nehmen konnten, war seine Wahl, wie er auf die Dinge reagierte. Also, was er dachte. Sie konnten nicht ändern, was er dachte oder wie er reagierte.

Der amerikanische Theologe Dallas Willard sagt: „Worüber wir nachdenken, ist unsere erste Freiheit.“ Sie haben die Kraft zu entscheiden, worüber Sie nachdenken werden. Und das betrifft sowohl schlechte Gedanken als auch sorgenvolle Gedanken.

Schauen wir uns beide etwas näher an....

### **Schlechte Gedanken**

Die besten Erfindungen in dieser Welt kommen von Menschen mit Vorstellungskraft. Aber auch die schlimmsten Erfindungen in dieser Welt kommen von Menschen mit Vorstellungskraft. Alles, was wir in dieser Welt sehen, was gebaut oder gemacht wurde, existiert nur, weil es sich jemand vorgestellt hat.

Viele Dinge, die wir im Leben tun, beginnen und enden mit dem, was wir uns vorstellen. Ein Ehebruch beginnt mit begehrliehen Gedanken, die immer weiter gedacht werden – bis zu Tat.

Ein Diebstahl beginnt mit begehrliehen Gedanken, die immer weiter gedacht werden – bis zu Tat.

Ebenso ein Mord. Mord ist Mord, wenn sich jemand vorgestellt hat, jemanden zu töten, bevor er es getan hat. So definieren die Gerichte das. Mit Tötungsabsicht. Wenn man die Absicht hat, wenn man es sich vorher überlegt hat, jemanden zu töten, und es dann tut, dann ist es Mord.

Alles was wir tun, was richtig oder falsch ist in dieser Welt, fängt damit an, dass wir es uns vorstellen. Viele Menschen denken, dass es keine Rolle spielt, was wir denken, solange wir nicht danach handeln. Und so beherbergen wir unmoralische, verdorbene Gedanken und denken uns, dass wir einfach mit Willenskraft diese Dinge, die wir eigentlich tun wollen, nicht tun. Darum hören wir auf darauf zu achten, was wir denken und achten nur noch darauf, was wir tun. Und dann sind wir frustriert, wenn wir weiterhin die Dinge tun, die wir eigentlich nicht mehr machen wollten. Wir denken, dass es keine Rolle spielt, worüber ich nachdenke. Aber das ist ein Denkfehler. Worüber wir nachdenken, hat Folgen. Und das gilt auch für sorgenvolle Gedanken...

### **Sorgenvolle Gedanken**

Möchten Sie morgen glücklich sein? Dann säen Sie heute gute Gedanken aus: denken Sie an das, was Gott Ihnen bisher geschenkt hat. Zählen Sie in Gedanken seine Segnungen. Lernen Sie Bibelverse auswendig. Beten Sie. Singen Sie Choräle oder Lobpreislieder. Verbringen Sie Zeit mit Menschen, die Sie ermutigen und aufmuntern. Oder möchten Sie dafür sorgen, dass Sie morgen Trübsal blasen? Dann säen Sie heute trübe Gedanken aus. Suhlen Sie sich in einer geistigen Schlammgrube aus Selbstmitleid oder Schuld oder Sorge. Erwarten Sie das Schlimmste. „Ich hatte noch nie Glück“. Machen Sie sich selbst fertig. „Das wirst du nicht schaffen. Wiederholen Sie in Gedanken immer wieder all die Dinge, die Sie bedauern. „Hier habe ich versagt. Dort habe ich Menschen enttäuscht.“ Jammern Sie in der Gegenwart von anderen Jammernenden. Stimmen Sie ein in das Lamentieren der notorischen Nörgler und Schwarzseher. Bereits im alttestamentlichen Buch der Sprüche heißt es: *„Achte auf deine Gedanken, denn sie entscheiden über dein Leben!“* (Spr 4,23).

Gedanken haben Konsequenzen. Wenn Sie möchten, dass Ihr Leben nicht länger von Sorgen gezeichnet ist, müssen Sie heilsame Gedanken denken. Nicht Ihre Herausforderung ist die Herausforderung, vor der Sie stehen. Sondern die Art und Weise, wie Sie über Ihre Herausforderung denken, ist die eigentliche Herausforderung. Nicht Ihr Problem ist Ihr größtes Problem, sondern wie Sie gedanklich damit umgehen.

Und der Satan weiß das. Der Teufel versucht immer wieder, unsere Gedanken zu verwirren.<sup>1</sup> Er kommt wie ein Dieb, *„um zu stehlen, zu schlachten und zu vernichten“* (Jh 10,10). Er sorgt dafür, dass wir alles in den düstersten Farben sehen. Als er mit dem Brudermörder Kain fertig war, lebte der in der pausenlosen Angst, selbst Opfer eines

---

<sup>1</sup> Nach einer Idee von Max Lucado, Kein Sorge!, S. 132ff.

Verbrechens zu werden. Als er sein Werk an Judas vollendet hatte, war der Jünger so verzweifelt, dass er sein Leben wegwarf.

Der Teufel wird Sie an ein Verlies führen, an dem die Sonne nicht scheint. Er wird versuchen, Sie davon zu überzeugen, dass dieser enge Lebensraum kein Fenster hat, keinen Zugang zum Licht. Übertriebene, überzeichnete, überhöhte, irrationale Gedanken sind eine Spezialität des Teufels. „Niemand wird mich jemals lieben. Alle sind gegen mich. Ich werde niemals erfolgreich sein, aus den Schulden herauskommen oder Glück im Leben haben. Es gibt keine Hoffnung für mich.“

Was für düstere, gigantische Lügen! Kein Problem ist unlösbar. Kein Leben ist für immer verloren. Niemandes Schicksal ist für immer besiegelt. Niemand ist völlig ungeliebt oder absolut unbegabt oder immer vom Pech verfolgt. Doch Satan will, dass wir genau das über uns denken. Er will uns in einem Schwarm von Sorgen, in negativen Gedanken zurücklassen. Satan ist der Meister des Betrugs.

Doch er ist nicht der Meister unseres Denkens. Uns steht ein Kraft zur Verfügung, gegen die er nicht ankommt: Wir haben Gott auf unserer Seite.

### Hilfreiche Gedanken

Der Apostel Paulus schreibt: „... orientiert euch an dem, was wahrhaftig, vorbildlich und gerecht, was redlich und liebenswert ist und einen guten Ruf hat. Beschäftigt euch mit den Dingen, die auch bei euren Mitmenschen als Tugend gelten und Lob verdienen“ (Phil 4,8). Die Umschrift des griechischen Wortes, das hier mit „orientiert ... an“ wiedergegeben ist, lautet *logizomai*. Fällt Ihnen auf, dass in diesem Begriff die Wurzel eines deutschen Wortes steckt? Ja: Logik. Paulus' Argument ist einfach: Der Sorge begegnet man am besten mit logischen Denken. Denken Sie also nach, worüber Sie nachdenken!

Und das könnte so aussehen: Sie schauen nach dem Duschen in den Spiegel und entdecken einen dunklen Fleck auf dem Rücken. So schnell, wie Sie „O was ist das?“ sagen können, haben Sie die Wahl: Sorge oder Vertrauen.

Die Sorge sagt: „Ich habe ein Problem.“ Sie fragen Dr. Google. Im Internet finden Sie nach wenigen Klicks Fotos von Hautkrebs. „Sieht der dunkle Fleck nicht genau so aus? Um Himmels willen, warum lässt Gott so etwas zu? Werde ich bestraft? Ich muss etwas falsch gemacht haben. Meine Familie hat eine lange tragische Geschichte mit dieser Erkrankung. Jetzt bin ich dran. ... Wahrscheinlich habe ich Hautkrebs, vielleicht schon im fortgeschrittenen Stadium. ... Wer wird die Kinder großziehen, wenn ich nicht mehr da bin? Wer wird die Raten fürs Haus abbezahlen? ... Niemand kann mir helfen. Dabei bin ich doch viel zu jung, um eine solche Tragödie zu erleben!“

Sehen Sie, was solche Gedanken bewirken? Auch wenn Sie nicht krank sind, Sie werden es sein, wenn Sie Praxis Ihres Haus- oder Hautarztes betreten.

Doch es gibt einen besseren Weg. Noch bevor Sie Ihren Ehepartner, Ihre Eltern oder Ihre Freundin anrufen, sollten Sie Gott anrufen. Bitten Sie ihn, sich um das Problem zu kümmern. „*Alles menschliche Denken nehmen wir gefangen und unterstellen es Christus, dem es gehorchen muss*“ (2. Kor 10,5). Legen Sie dem Übeltäter Handschellen an und befördern Sie ihn vor den Einen, der alle Autorität besitzt: Jesus Christus. „Jesus, dieser sorgenvolle, deprimierende Gedanke schwirrt die ganze Zeit in meinem Kopf herum. Der macht mich ganz fertig. Ist der von dir?“

Jesus, der nichts als die Wahrheit spricht, sagt vermutlich: „Nein, das ist wieder so ein diabolischer Gedanke.“ Und da Sie ein scharfsichtiger, besonnener Fluglotse Ihres Denkens sind, werden Sie nicht zulassen, dass der Gedanke bei Ihnen landen kann. Nehmen Sie jede biblische Zusage für sich in Anspruch, an die Sie sich erinnern können. Greifen Sie nach diesen Rettungsringen!

Widerstehen Sie dem Drang, zu übertreiben, überzubewerten oder sich das Schlimmste auszumalen. Konzentrieren Sie sich einzig und allein auf die Fakten.

Fakt ist, dass Sie einen dunklen Fleck auf dem Rücken entdeckt haben. Fakt ist, er könnte harmlos sein oder gefährlich. Nach dem, was Sie bisher wissen, könnte es sein, dass der Arzt Ihnen erklären wird, dass Sie kerngesund sind.

Alles, was Sie tun können ist, beten und vertrauen. Also werden Sie genau das tun. Und wenn Sie die Praxis betreten, dann können Sie das tun mit dem Vertrauen, dass Jesus dabei ist. Dass Sie nicht einem fatalen Schicksal ausgeliefert sind.

### **Erleuchtete Gedanken**

Wenn ein Mensch sich für ein Leben mit Gott, mit Jesus entscheidet, dann betrifft das nicht nur das Herz – dass unser Herz erneuert wird.

Sondern es betrifft auch unseren Verstand, unser Denken. Dass unser Denken gereinigt, erneuert, geheiligt wird.

Paulus schreibt: *„Die Gedanken der Menschen wurden verfinstert, und bis auf den heutigen Tag liegt ein Schleier über ihrem Denken. Wenn das Gesetz des alten Bundes vorgelesen wird, erkennen sie die Wahrheit nicht. Dieser Schleier kann nur durch den Glauben an Christus aufgehoben werden.... Doch wenn sich jemand dem Herrn zuwendet, wird der Schleier weggenommen“* (2. Kor 3, 14.16).

Wenn Sie die Entscheidung noch nicht getroffen haben, an die richtigen Dinge zu denken, dann tun Sie es heute. Wenden Sie sich Jesus Christus zu.

Wenn Sie die Entscheidung, die Ansichten Christi anzulegen, noch nicht getroffen haben, dann tun Sie es heute.

Entscheiden Sie sich heute, alle Gedanken gefangen zu nehmen, und sie mit dem Wort Gottes in Einklang zu bringen.

Das hat weitreichende Folgen. Wenn Sie mit Gottes Hilfe Ihre Gedanken verändern, ändern Sie Ihr Verhalten. Wenn Sie mit Gottes Hilfe Ihre Gedanken ändern, verändern Sie Ihr Leben.

Lassen Sie uns beten:

Herr Jesus Christus, danke dass du uns den Weg gezeigt hast. Ich bitte dich, dass du meine Gedanken und Handlungen veränderst. Hilf mir, zu denken, wie du denkst.

Hilf mir, zu sehen, wie du siehst. Hilf mir, jeden Gedanken gefangen zu nehmen, damit ich ein moralischer und sorgenfreier Mensch werde. Damit ich dir immer ähnlicher werde in allem, was ich plane, sage und tue. Jesus, bitte pflanze deine Hoffnung in mein Herz.

Danke, Herr, ich liebe dich! Amen!