

# Übungsblatt „Festungen sprengen“

### 1. Bestimme die Lügen (Denkweisen, die dem, was Gott über dich in der Bibel sagt, widersprechen).

NB: Ignoriere was du fühlst, aber gib dich mit ganzem Herzen Gottes Wahrheit hin. Die Gefühle werden zur gegebenen Zeit folgen. Du erfüllst dir nicht deinen Weg zu gutem Verhalten. Du verhältst dich in die guten Gefühle.

### 2. Finde so viele Bibelstellen wie du kannst, welche die Wahrheit darlegen, und notiere sie schriftlich.

### 3. Schreibe ein Gebet/eine Erklärung, das/die auf folgender Formel basiert:

- ▶ Ich weise die Lüge zurück, dass ...
  
- ▶ Ich verkünde die Wahrheit, dass ...

### 4. Lies die Bibel und sage das Gebet/die Erklärung jeden Tag auf, während 40 Tagen. Erinnerung dich während der ganzen Zeit daran, dass Gott die Wahrheit ist und dass es wirklich wahr für dich ist, wenn er es gesagt hat. Du musst einfach nur auf das vertrauen, was er gesagt hat.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
40												

### Übung:

Nimm eine der Lügen, die du unter Punkt I notiert hast und entwickle eine Formel, die Festungen sprengt (siehe folgendes Beispiel).

### Beispiel:

Sich mit Essen anstatt mit Gott zu trösten.

Sprüche 25,28: Ein Mann, der seinen Geist nicht halten kann, ist wie eine offene Stadt ohne Mauern.

Galater 5,16: Ich sage aber: Wandelt im Geist, so werdet ihr die Lüste des Fleisches nicht vollbringen.

Galater 5,22-24: Die Frucht aber des Geistes ist Liebe, Freude, Friede, Geduld, Freundlichkeit, Gütigkeit, Glaube, Sanftmut, Keuschheit. Wider solche ist das Gesetz nicht. Welche aber Christi angehören, die kreuzigen ihr Fleisch samt den Lüsten und Begierden.

2 Korinther 1,3-4: Gelobt sei Gott und der Vater unsers Herrn Jesu Christi, der Vater der Barmherzigkeit und Gott alles Trostes, der uns tröstet in aller unsrer Trübsal, dass auch wir trösten können, die da sind in allerlei Trübsal, mit dem Trost, damit wir getröstet werden von Gott.

Psalm 63,4-5: Daselbst wollte ich dich gerne loben mein Leben lang und meine Hände in deinem Namen aufheben. Das wäre meines Herzens Freude und Wonne, wenn ich dich mit fröhlichem Munde loben sollte.

Psalm 119,76: Deine Gnade müsse mein Trost sein, wie du deinem Knecht zugesagt hast.

*Herr, ich sage mich los von der Suche nach Trost durch Essen. Ich proklamiere, dass Du der Gott allen Trostes bist, und dass Deine unerschöpfliche Liebe mein einziger rechtmässiger und wahrer Trost ist. Ich bestätige, dass ich unter der Leitung des Heiligen Geistes lebe und nicht mehr die sündhaften Gelüste meiner alten Natur befriedigen muss. Ich verpflichte ich mich, wann immer ich Trost benötige, Dich zu loben und mich von Dir sättigen zu lassen wie durch die reichhaltigsten Speisen, anstatt mich dem Essen hinzuwenden. Fülle mich neu mit Deinem Heiligen Geist und lebe durch mich, während ich in der Selbstbeherrschung wachse. Amen.*

## 2.7 Festungssprenger Arbeitsblatt

1/1

# FESTUNGSZERSTÖRER

**Festung:** \_\_\_\_\_

**Dahinter stehende Lüge:** \_\_\_\_\_

**Bibeldverse, welche diesbezüglich die Wahrheit verkünden:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Meine Erklärung:**

*HERR, ich sage mich los von der Lüge, dass* \_\_\_\_\_.

*Gerne nehme ich die Wahrheit an, dass* \_\_\_\_\_.

*Im Namen Jesu. Amen.*

An diesen Tagen habe ich die Erklärung laut und deutlich aufgesagt um mich entschieden, sie zu glauben:

- 1    2    3    4    5    6    7    8    9    10   11   12   13   14   15   16   17   18
- 19   20   21   22   23   24   25   26   27   28   29   30   31   32   33   34   35   36
- 37   38   39   40   41   42   43   44   45   46   47   48   49   50   51   52   53   54