

Einen alten Konflikt bewältigen



Herr, zeige mir den richtigen Weg, damit ich nach deiner Wahrheit lebe!
Gib mir das Verlangen ins Herz, dich zu ehren.

Psalm 86,11 (NL)

Sie haben keine Kontrolle über eine plötzlich wachgerufene primäre Emotion. Es bringt nichts, sich wegen etwas schuldig zu fühlen, das Sie nicht im Griff haben. Sie können sich aber bemühen, Konflikte der Vergangenheit zu lösen und Sie können den gegenwärtigen Zustand unmittelbar einschätzen und ihm den richtigen Stellenwert geben. Sie treffen zum Beispiel einen Mann namens Bill. Er sieht aus wie der Bill, der Sie als Kind dauernd verprügelt hat. Obwohl es sich nicht um die gleiche Person handelt, steigen Ihre primären Emotionen auf Stufe 3 bei einer Skala von 1-10. Sie sagen sich aber innerlich, dass es nicht der gleiche Bill ist und können Ihre Gefühle auf Stufe 2 drosseln.

Sie haben diesen Prozess nicht nur tausendmal bei sich selbst angewendet, sondern auch anderen Menschen geholfen, so zu reagieren. Jemand speit Gift und Galle. Sie beschwichtigen und ermahnen ihn, sich wieder in den Griff zu bekommen. Sie helfen ihm seine Beherrschung wiederzufinden, indem Sie ihn zum Nachdenken anspornen. Beachten Sie, wie dies funktioniert, wenn Sie das nächste Mal ein Fussballspiel verfolgen, und sich die Gemüter auf dem Feld erhitzen. Ein Spieler hält einen aufgebrachten Mitspieler an und sagt: „Hör mal, du Blödmann, wenn du dich nicht beruhigst, bekommt die gegnerische Mannschaft vielleicht einen Elfmeter und das könnte uns den Sieg kosten.“ Der Spieler wird den Konflikt aus der richtigen Perspektive sehen und sich selbst wieder in den Griff bekommen, weil er klar zu denken beginnt.

Einige Christen behaupten, dass die Vergangenheit nicht wichtig sei. Wenn es hier um die Wahrheit geht, bin ich derselben Meinung. Die Wahrheit ist Wahrheit, egal ob in der Vergangenheit, Gegenwart oder Zukunft. Wenn Sie aber über wahre menschliche Erfahrungen reden, ist die Sachlage anders. Wer argumentiert, dass die Vergangenheit nicht wichtig sei, trägt oft grosse, ungelöste Probleme aus der Vergangenheit mit sich herum, die er nach aussen hin vertuscht. Er versucht, sich selbst zu schützen, indem er die Tatsachen verdrängt. Vielleicht sind Sie aber tatsächlich in der glücklichen Lage, eine konfliktfreie Vergangenheit zu haben. Diejenigen, die gelernt haben, schlimme Traumata mit der Hilfe von Christus zu bewältigen, wissen, wie vernichtend sich die Vergangenheit auf die Gegenwart auswirken kann.



Herr, ich entscheide mich, die Tatsachen nicht zu vertuschen. Gib mir die Gnade, meine Vergangenheit anzugehen und den Mut, der Wahrheit ins Gesicht zu sehen.

