

AUSBILDUNG ZUM QUALIFIZIERTEN HEARTSYNC-BEGLEITER

UMGANG MIT WÄCHTERN

Umgang mit Wächtern

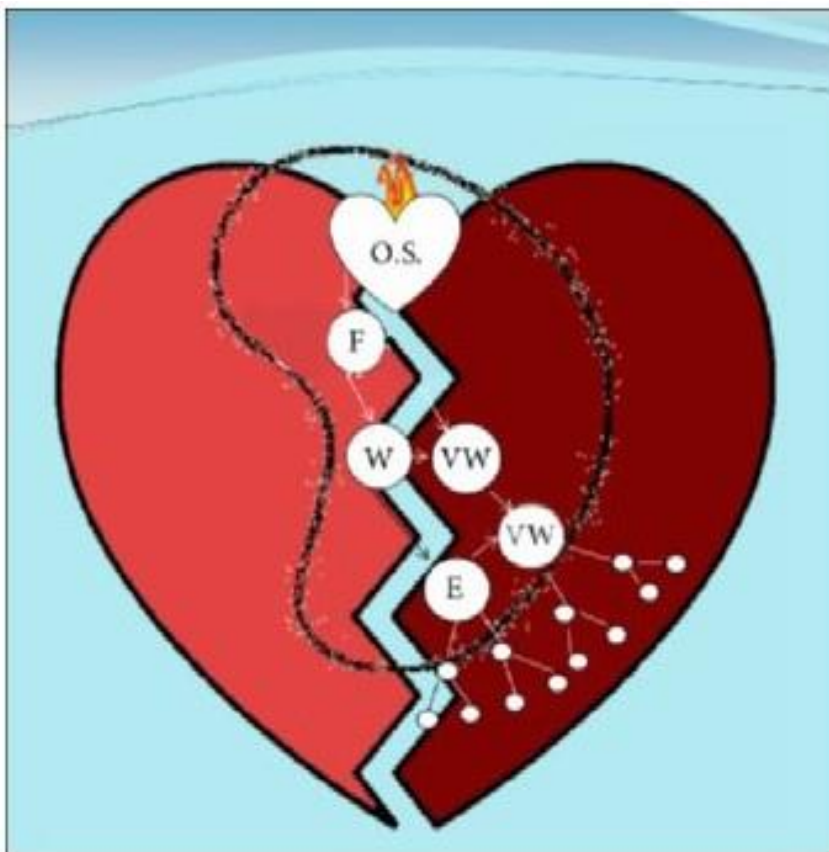
(Siehe auch Grundlagenseminar-Skript)

Sprichwörter 4:23

Mehr als alles andere behüte dein Herz; denn von ihm geht das Leben aus.

- Der Wächter ist der Hüter des Herzens, er ist von Gott dafür eingesetzt.
- Jeder Mensch hat mindestens einen Wächter, den Kernwächter. Je nach Lebensereignissen und Umständen entwickeln sich aus dem Kernwächter mehrere verborgene Wächter, bis hin zu ganzen Wächterteams.
- Die Wächter sind lebensnotwendig für uns und deshalb gut (sogar, wenn sie eine schwierige Strategie gewählt haben, uns zu schützen – sie sorgen für unser Überleben) => Wächter sind unsere natürlichen Schutzmechanismen.
- Jeder Mensch braucht Eigenschutz, um zu überleben, um leben zu können, um Grenzen zu setzen, usw. Dieser ist von Gott gegeben. Der Wächter ist der Teil unseres Herzens, der Grenzen gegen außen und innen setzt und uns so schützt.

Hauptwächter – Verborgene Wächter



- Der Kernwächter oder Hauptwächter ist für den Gesamtschutz unseres Herzens gegen außen und innen zuständig.
- Oft sind Hauptwächter gut entwickelt und haben verschiedene Strategien. Sie bewältigen zusammen mit den anderen Kernanteilen (Funktion, Emotion und Originales Selbst) den Alltag.
- Der Hauptwächter weiß meist über andere, verborgene Wächter in unserem Herzen Bescheid.
- Verborgene Wächter (untergeordnete W) entstehen durch die Spaltung des Hauptwächters als Folge von Traumatisierung (oder Traumata), schwieriger Umstände oder sich wiederholenden Verletzungen in unserem Leben. Durch Umstände, Menschen und/oder traumatische Ereignisse entstehen Schmerzen. Verborgene Wächter helfen dabei den Schmerz zu bewältigen.
- Sie versuchen, es «sicher» und erträglich zu machen für uns, zahlen dafür aber oft einen Preis (Trennung von Gott, Trennung von den übrigen Herzensteilen, Konflikte zwischen den Herzensteilen, «Gefangenschaft», Automatismus, Erschöpfung, Einsamkeit usw.).
- Verborgene Wächter stehen meist unter dem Einfluss einer geistlichen Bindung. Sie sorgen dafür, das Überleben in einer bedrohlichen Situation zu sichern und beschützen emotionale Anteile, die bei Trauma abgespalten wurden. Dabei benutzen sie oft Hauptstrategien wie Ablenkung, Ausblenden, Distanzierung, Blockade, Erstarrung, Betäubung u.a.

Wächter erkennen

- Oft zeigen sich Wächter bereits im Immanuel-Moment, vor allem, wenn Jesus nicht „sicher“ ist für den Ratsuchenden oder «sich gut fühlen» gefährlich ist. => Wächter lenken in diesem Fall ab, blockieren oder wollen einfach „Nähe“ verhindern, weil Nähe gefährlich ist.

Als HeartSync-Begleiter ist es wichtig, dass wir den Ratsuchenden gesamtheitlich wahrnehmen: Wie redet er, verändert sich die Stimme, die Tonlage, wird er nervös, spielt er mit den Fingern, macht er immer die gleiche Bewegung (z.B. fasst sich immer wieder an den Hals), hustet er, räuspert er sich häufig usw. all dies können Zeichen für Wächter sein.

Mögliche Fragen, die wir uns innerlich stellen können sind: Blockiert diese Reaktion den Prozess? Z.B. durch Ablenkung oder sich in den Weg stellen. Macht der Anteil des Ratsuchenden das, damit man nicht näher kommt, in die Tiefe kommt, zum Eigentlichen kommt. Handelt der Ratsuchende so, damit es «sicherer» wird, damit sie wissen, wie sie «richtig» reagieren können (einordnen, genau wissen wollen, skeptisch sein usw.).

Wächter zeigen sich, sobald es unsicher wird für sie, das Gespräch zu nah kommt, es unbequem wird, zu direkt ist, sie sich bloßgestellt, entblößt fühlen, man zu lange bei einem Punkt bleibt, der weh tut, sie sich konfrontiert fühlen, ...

Dann reagieren Wächter zum Beispiel mit Nebel, Mauer, Unwohlsein, körperlichem Schmerz, alles blockiert, Leere, es wird schwarz, der Ratsuchende kann sich nicht konzentrieren, wird verwirrt, wird nervös, wird unruhig usw.

Wie vorher bereits erwähnt, ist es wichtig, dass wir den Ratsuchenden gesamtheitlich wahrnehmen. Wenn wir so etwas beobachten, können wir wertschätzend dem Ratsuchenden eine Rückmeldung geben. Zum Beispiel: *«Ich nehme wahr, dass du immer nervöser wirst. Ich könnte mir vorstellen, dass ich mit meinen Fragen einem Anteil zu nah gekommen bin und er sich unsicher fühlt, das tut mir leid. Ich würde diesen Anteil aber sehr gerne kennenlernen und bin interessiert an ihm. Darf ich mal mit ihm reden?»*

Der HeartSync-Begleiter bleibt mit Jesus verbunden und stellt Jesus still Fragen oder fühlt intuitiv in welche Richtung es geht (je nachdem, wie der HeartSync-Begleiter mit Gott kommuniziert): „Was ist das jetzt?“, „Wieso handelt der Ratsuchende so?“, „Ist das ein Wächter?“, „Wie schützt dieser Wächter?“, „Was sind seine Gründe?“, «wie fühlt sich das für mich an?», «was passiert gerade mit mir, «stört» mich das Verhalten?» usw.

Reflexionsfragen:

Wie sieht deine Kommunikation mit Gott aus?

Auf was für unterschiedliche Arten redet Gott mit dir?

Wie kommunizierst du mit Gott, wie kommuniziert Gott mit dir?

Wie weißt Du, in welche Richtung Gott gehen möchte?

Wie bestätigt dir Gott, was dran ist, ob er es ist?

Wie kannst Du wachsen in der Kommunikation mit Gott?

Wie nimmst du dein Gegenüber wahr? Wie fühlst du mit?

Wichtig dabei ist, dass wir immer damit rechnen sollten, dass es ein Wächter ist.

Allzu schnell bewerten wir eine «hindernde» Reaktion wie Unruhe, Nervosität, Verwirrung, es ist alles weg, es wird schwarz, Blackout usw. als geistliche Macht, die hindern will.

Wenn wir dann Jesus bitten, dass er dies wegschieben soll – bitten wir Jesus eigentlich, dass er den Wächter wegschiebt. Das ist in den meisten Fällen für einen Wächter nicht sehr vertrauensfördernd, weder uns noch Jesus gegenüber, und er fühlt sich nicht willkommen.

Eine geistliche Macht ist immer an einen Anteil gebunden, das heißt, sie tritt nicht einfach so auf. Deshalb ist es wichtig, dass wir erst den Anteil, in diesem Fall den Wächter, ehrend ansprechen und nicht als «Hindernis», als jemand, der im Weg steht.

Selbst wenn er von einer geistlichen Macht gebunden ist => der Wächter hat aber immer einen guten Grund, dass er ist, wie er ist und dass er so schützt.

Jeder Wächter hat einen guten Grund, warum er sich zeigt, warum er evtl. versucht aufzuhalten, zu stören oder zu blockieren. Wir brauchen eine Haltung der Annahme und des Interessens – wir wollen diesen Wächter kennenlernen, wir sind interessiert an ihm – wenn ich einen Wächter anspreche mit der Haltung, dass ich ihn verändern will oder dass er im Weg steht, wird der Wächter nicht kooperieren. Unsere Haltung ist entscheidend.

Reflexionsfragen:

Wie gehst Du mit der Spannung um, wenn etwas blockiert?

Wenn keine offensichtliche Lösung da ist?

Willst Du um jeden Preis retten, willst du die Personen von den «richtigen» Lösungen überzeugen?

Biblisch/christlich müsste es eigentlich so und so sein? Beurteilst Du? Öffnest Du deine Schubladen: Diese Reaktion ist Sünde, Rebellion usw und deshalb nicht gut? Greifst Du auf deine Erfahrung zurück: Bei mir oder bei jemand anderem hat in dieser Situation, dies und das geholfen usw.

Wie kannst Du die Spannung aushalten, keine Lösung zu haben?

Wie kannst Du einfach nur zuhören, um zu verstehen, ohne zu lösen? Reines Interesse zeigen? Aufs Wasser gehen, ohne einen Plan? Was hilft dir dabei?

Wie verhältst Du dich, wenn Du nicht weiter weißt? Auf was greifst Du dann zurück? Was passiert mit dir?

Es gibt offensive Schutzmechanismen (angreifen, kämpfen, ...) und defensive Schutzmechanismen (todstellen, einfrieren, fliehen ...) Die offensiven sind viel leichter zu entdecken als die defensiven.

Meist ist der HeartSync-Begleiter die erste Person, die einen Wächter direkt anspricht.

Die meisten Wächter funktionieren einfach, ohne zu überlegen, oft automatisiert.

Sie haben noch nie gefühlt, wie es ihnen geht oder wie sie aussehen. Sie haben teilweise anfangs kaum Wahrnehmung für sich selbst, sie nehmen einfach nur die Situation wahr: Ist sie sicher oder nicht, bedroht etwas oder nicht. Das heißt, dass viele Wächter die Frage nach Aussehen, wie es ihnen geht, wie sie ihre Aufgabe machen oder nach ihrem Alter anfangs noch nicht beantworten können.

Sie brauchen Zeit, sie brauchen Beziehung, dann entwickelt sich ein sogenanntes Co-Bewusstsein und der Wächter kann immer mehr wahrnehmen, wer er ist, wie er schützt, usw. Es ist wichtig, dass wir als HeartSync-Begleiter «reinfühlen» und alles, was wir wahrgenommen haben an Antworten, Reaktionen dem Wächter in ehrenden Sätzen zurückspiegeln und so eine Brücke bauen, dass er sich mehr wahrnehmen kann. Wir machen dies ehrend, mitfühlend und offen (niemals überstülpend!) (kann es sein, dass ..., ich nehme wahr, ..., du hast vorher gesagt, ...).

Grundsätzliche Aussagen über Wächter:

Jesus und die Wächter:

- Jesus ehrt jeden Wächter, er wird den Wächter niemals absetzen, vernichten oder weghaben wollen. Jesus ersetzt die Wächter auch nicht mit sich selber. (Dies ist manchmal der Wunsch von Funktion: Jesus alleine soll mein Schutz sein!)
- Jesus respektiert immer den Willen des Wächters und würde ihn nie zu etwas zwingen.
- Jesus will in Beziehung treten mit dem Wächter und wollte immer schon zusammen mit dem Wächter diese schwere Aufgabe lösen, er wollte ihn nie alleine lassen.
- Ein Wächter gibt die „alte“ Strategie erst auf, wenn er sicher ist, dass er Jesus vertrauen kann und oft auch erst, wenn er weiß, wie seine neue Aufgabe aussieht. Man gibt seine Krücken erst ab, wenn man weiß, dass man ohne besser laufen kann. Jesus hat sehr kreative, neue Strategien, wie das Herz geschützt werden kann.

Achtung: Nicht unsere Ideen, nicht unsere prophetischen Einsichten, nicht das, was wir uns wünschen für den Wächter zählt – wir können sehr „sanfte“ Fragen stellen, aber der Wächter braucht eine Berührung von Jesus, eine Antwort von Jesus, nicht von uns!

- Bei der Synchronisation von Wächtern geht es um Beziehung, nicht um eine Sofortlösung – der Wächter muss sicher sein, muss Vertrauen haben ... Vertrauen ist wachstümlich, es hat mit Beziehung und Erfahrung zu tun, Wächter können nicht auf Knopfdruck vertrauen.
- Wenn Jesus nicht sicher ist für einen Wächter, baut der Wächter erst Beziehung und Vertrauen zum HeartSync-Begleiter auf – wir dürfen in diesem Fall nicht zu „schnell“ mit Jesus kommen, nicht zu „penetrant“. Wir müssen dem Wächter Zeit lassen, für ihn sein, mit ihm stehen, Beziehung mit ihm leben, bis er soweit ist. Immer in der Haltung, dass wir ihn nicht retten können (wir können nur mit ihm stehen). Jesus alleine kann retten.
- Wenn der Wächter noch Zeit braucht, ist das oft sehr schwierig für Funktion, die weiß, dass Jesus heilen kann, die das auch unbedingt will. Jesus wird aber nie einen Wächter „überfahren“, nur weil Funktion das so will. Da ist es wichtig, dass der HeartSync-Begleiter mit Funktion und Jesus einen Weg geht, bis Funktion soweit ist, dem Wächter Raum zu geben, sich so lange Zeit zu nehmen, wie er braucht.
- Je nachdem, was der Ratsuchende erlebt hat in christlichen Gemeinschaften, mit Menschen im Namen Jesus, mit Autoritätspersonen, kann es sein, dass sich bei der Begegnung mit Jesus ein „falscher“ Jesus einschleicht, ein „falsches“ Gottesbild. Der HeartSync-Begleiter muss sehr achtsam sein, sobald es „komisch“ ist (ohne bedingungslose Liebe, gesetzlich, der Wächter muss etwas tun, beim Wächter löst es ein Gefühl aus von „ich genüge nicht“, „ich habe alles falsch gemacht“) kann man dem Wächter zurückmelden, dass man nicht sicher ist, ob es jetzt der wahre Jesus ist oder eher ein verprägtes Gottesbild und man dies gerne überprüfen würde. Auch hier kann es sein, dass sich die Meinung von Funktion über diesen Wächter „einmischt“ oder sie findet, dieser Wächter muss jetzt erst Buße tun, usw.

Der HeartSync-Begleiter und Wächter

- Der HeartSync-Begleiter muss Wächter echt lieben und nicht so tun, als ob er sie liebt oder es „methodenhaft“ tun, weil er weiß, dass es wichtig ist, sie zu lieben! Der HeartSync-Begleiter kann Wächter von Ratsuchenden nur so sehr lieben, wie er seine eigenen Wächter liebt.
- Wächter müssen sich erkannt, verstanden und sicher fühlen, d.h. der HeartSync-Begleiter muss zum Wächter hin stehen, ihn fühlen, ihn erfassen, Konflikte erörtern, immer wieder nachfragen, ihm die Wahl lassen, ihn ernst nehmen, nichts überstülpen. Wächter müssen erst erfahren, was eine Beziehung ist. Wenn wir mit der Haltung an einen Wächter herantreten, ihn ändern zu wollen, ihm eine Lösung zu bringen, führt das oft dazu, dass er sich nicht verstanden fühlt und dann zum Schutz blockiert oder einfach mitmacht, ohne es wirklich zu wollen – wir müssen einem Wächter zuhören, um zu **verstehen**, nicht um eine Lösung zu finden. Wir sind ein Bindeglied: Wir haben echtes Interesse für den Wächter, wollen ihn kennenlernen, seine Aufgabe, seine Not, seinen Preis ... wir wollen einfach sein Freund sein und wenn er soweit ist, zusammen mit ihm zu Jesus gehen und Jesus fragen, wie Jesus diesen Wächter sieht, was er zu ihm meint, ob es evtl. eine bessere Strategie gibt, zu schützen, eine einfachere, eine, die nicht so viel Kraft kostet, eine, mit der der Wächter nicht einen Preis zahlen muss, weniger Konflikte hat, usw. Es geht um Beziehung.
- Als HeartSync-Begleiter reden wir ganz normal mit Wächtern, wie wenn wir jemanden kennenlernen wollen, interessiert sind, ihn ergründen möchten, um ihn zu verstehen.
- Wenn wir als HeartSync-Begleiter nicht mehr weiter wissen und wir die Wächter nicht überzeugen können, sich Jesus mal anzuhören oder anzusehen, ist es hilfreich, einfach ehrlich zu sein: „Ich habe keinen anderen Vorschlag mehr, ich bin am Ende meiner Weisheit, was schlägst du vor, wie wir diesen Konflikt lösen könnten?“ – Meistens lenken sie dann ein, weil sie wirklich eine Lösung wollen (vor allem, wenn wir ihnen erzählt haben, dass sie oft gar nicht mehr selber entscheiden können und instrumentalisiert werden von einer geistlichen Macht).
- Jeder Wächter zahlt einen Preis: einsam, alleine, er hat keine Wahl, ist automatisiert, er fühlt sich „gefangen“, er hört das Schreien von Emotion, ist überfordert, müde, angestrengt, keine Freiheit, er „schneidet“ sich selber ab (E darf nicht sein, muss Erwartungen erfüllen usw.), Konflikte mit anderen Herzensanteilen. Es ist wichtig, dass wir um diesen Preis wissen, bevor wir ihn mit Jesus synchronisieren. Wenn wir ihn zu früh mit Jesus synchronisieren, haben wir dem Wächter oft nicht nachhaltig geholfen, weil wir ihn nicht verstanden haben.
- Oft ist es von Vorteil, geistliche Mächte erst nach der Konfliktevaluation von Jesus wegweisen zu lassen, da die Wächter dann wirklich ihre Einwilligung dazu geben können. In manchen Fällen muss man Wächter, die sehr abgelenkt oder verwirrt sind auch fragen, ob Jesus einen Freiraum schaffen darf, damit sie klar denken können und man überhaupt die Möglichkeit hat, die Konflikte zu erörtern.
- **Es gibt keine „richtige“ Vorgehensweise mit Wächtern, der HeartSync-Begleiter muss sich von Gott und seiner Intuition leiten lassen und ein echtes Interesse an den Wächtern haben. Sobald wir eine schnelle Problemlösung**

oder „unsere“ Vorstellung einer Lösung avisieren, werden wir bei den Wächtern nicht weiterkommen oder sie erneut traumatisieren.

- Der Grund für das Arbeiten mit den Wächtern darf nicht nur sein, dass das der Weg zu Emotion ist! Der Wächter ist ein gleichwertiger Teil des Herzens und genauso wichtig wie Emotion, Funktion und das Originale Selbst. Das Gespräch mit einem Wächter und dass dieser verstanden, erkannt wird und Jesus kennenlernen darf, ist genauso wichtig, wie wenn z.B. Emotion Erleichterung und Heilung bekommt.
- Wir speisen Wächter nicht mit „frommen“ Vorschlägen ab oder mit Erfahrungen, die wir gemacht haben mit unseren Wächtern – wir führen die Wächter zu Jesus, in Beziehung mit Jesus. Jesus löst ihre Konflikte, Jesus gibt ihnen Antworten, Vorschläge, usw. – nicht wir. Dabei ist unser eigenes Gottesbild sehr entscheidend und kann maßgeblich den Prozess beeinflussen, das heißt, ich selber setze mich Gott immer wieder aus und bitte ihn, sich mir zu offenbaren, mehr von sich zu zeigen, Boxen wegzusprenge, in die ich ihn gesteckt habe, usw.

Reflexionsfragen:

Wie ist mein Gott? Wie habe ich Gott persönlich erfahren? Habe ich erlebt, dass er mich tröstet, trägt, für mich kämpft, mir nahe ist, gnädig ist, barmherzig ist? Wo bin ich enttäuscht von Gott, wo verstehe ich ihn nicht, wo ist Gott bei mir persönlich nicht da, wie Funktion Gott kennt, der Gott aus der Bibel, vom Hörensagen.

Welcher Herzensteil ist mir persönlich am nächsten? Mit welchem Herzensteil habe ich eher Mühe? Zu welchem Herzensteil habe ich gut Zugang, zu welchem nicht? Was ist der Grund dafür?

Wege der Wächter – Wichtiges zu Wächtern

- Viele Wächter sind sehr müde und überfordert mit ihrer Aufgabe, meist sehnen sie sich nach Entspannung, danach einfach sein zu können, nach Hilfe, nach Beziehung – da sie oft sehr einsam sind.
- Wächter mögen es nicht, wenn sie fremdbestimmt werden.
- Oft sind wir HeartSync-Begleiter die ersten, die den Wächter wertschätzen, für das, was er getan hat und tut. Innerhalb des eigenen Systems werden Wächter sehr oft nicht wergeschätzt, weil Funktion meist findet, sie stören und Emotion, dass sie nicht gut geschützt haben, dass sie Emotion unterdrücken, usw. – Wertschätzung ist ein Schlüssel!
- Manchmal schieben die Wächter Emotion vor, damit sie schauen können, wie Jesus oder der HeartSync-Begleiter damit umgeht oder manchmal auch, um von ihnen selbst abzulenken. Je nach Situation ist es da wichtig, dass wir die Emotion „sichern“ bei Jesus (wie in einem Immanuel-Moment). In diesem Fall nehmen wir Kontakt auf mit Emotion und fragen sie, wo sie sich sicher fühlen würde, was Jesus für sie tun kann usw., danach gehen wir zurück zum Wächter. Wenn wir uns in

diesem Fall auf Emotion „stürzen“ und sie „retten“ wollen und dabei aber den Wächter „vergessen“, mag es für Emotion eine schöne Session gewesen sein (sie wurde gerettet, ist an einem neuen Ort, usw. – aber im Alltag wird der Wächter wieder schützen wie bisher und dann wird es Emotion wieder so gehen wie vorher und es kann zu einer Retraumatisierung kommen). Es ist wichtig, dass wir den Wächter nicht aus den Augen verlieren und auch mit ihm einen Weg gehen.

- Wächter beschützen immer etwas.
- Wächter leben oft in einem inneren Konflikt – es gibt Funktion, die den Wächter zum Beispiel nicht liebt, verachtet, als Hindernis sieht oder Emotion, die sich eingesperrt fühlt, die nicht sein darf, die evtl. fast nicht mehr lebt. Oder die Wächter sind automatisiert, sie wollen z.B. gar nicht „aggressiv“ werden, können aber nicht anders.
- Manchmal zeigen sich Wächter nicht offensichtlich. In diesem Fall kann man fragen, ob einer hier ist => Wächter zeigen/outen sich in den meisten Fällen erst, wenn man sie direkt anspricht. Wir können auch mit Emotion und Funktion arbeiten, soweit das möglich ist, weil die Wächter sich ganz sicher melden (verwirren, blockieren, ablenken, alles runterfahren, usw.), sobald es für sie zu nahe, schwierig, usw. wird.
- Bei visuellen Personen kann der Wächter alle möglichen Formen haben: Krieger, Zwerge, Baum, Tier, Wand, Mauer, „gehäkelte“ Decke, geometrische Formen, Nebel usw. In diesen Fällen ist es hilfreich, wenn man glaubt, dass es sich um einen verborgenen Wächter handelt, ihn einfach mal anzusprechen – vielleicht antwortet dann die „gehäkelte“ Decke oder sie kann spüren. Oft verändern Wächter nach der Synchronisation die Gestalt (nicht immer!).
- Wenn ein verborgener Wächter auftaucht und sich bemerkbar macht, sind oft auch noch andere verborgene Wächter sehr nahe oder erste verborgene Wächter ist der Chef einer Wächtergruppe. Man kann dies durch Fragestellen versuchen zu erörtern oder sobald der Wächter bereit ist, Jesus einzuladen, mögliche andere verborgene Wächter dazu einladen. Ist ein Wächter synchronisiert mit Jesus und „glücklich“, kann dieser oft eine Brücke bauen zu anderen verborgenen Wächtern. Hat sich der Chef einer Gruppe zu erkennen gegeben, hilft es, vor allem mit dem Chef zu arbeiten. Das hat dann Auswirkungen auf die ganz Gruppe.
- Geistliche Mächte können Wächter im Nichts, Universum, in der Wüste, im Untergrund wegsperren. Sie sind dann völlig isoliert und haben keinen Anschluss zur Außenwelt. Hier muss man mit dem Wächter erarbeiten, was er möchte. Soll Jesus ihn erstmal da wegholen und zu den anderen zurückbringen, soll Jesus dazukommen, um zu sehen, wie es ist, nicht mehr alleine zu sein, hat Jesus noch eine andere Idee, ... Ziel dieses Wegsperrens ist die Isolation und die Kontrolle über den Wächter, so dass keine Beziehung möglich ist.

- Wächter wissen manchmal nicht, dass die Gefahr vorbei ist. Da helfen Fragen wie: „Weißt du, dass (Name) schon erwachsen ist?“, „Weißt du, wie alt (Name) ist?“, „Schau mal die Hände an.“ – damit der Wächter sieht, dass die Hand keine Kinderhand mehr ist, „Schau mal in den Spiegel ...“ Manchmal bleiben Wächter in der Zeit oder Situation hängen, vor allem, wenn sie ganz schlimm war.
- Wächter können auch Emotionen haben, sie können sich einsam fühlen, überfordert, wütend, traurig, erschöpft, usw. Oft tragen Wächter auch einen Teil der Gefühle von Emotion mit, die sie bewachen (Rückkoppelungen). Manche Wächter sind auch gefoltert worden, gefangen, in Ketten, automatisiert und leiden sehr unter diesen Folgen – da kann man, sobald sie es zulassen, Jesus bitten, dass er die Folgen heilt, den Schmerz abfließen lässt, sie freisetzt, usw.
- Jeder Wächter, der sich zeigt, hat einen Grund, dass er sich zeigt. Sie kommen nicht einfach, weil wir HeartSync machen, es gibt immer einen Grund – auch nach der HS-Sitzung. Beispiel: Wenn mein Beschäftigungswächter wieder mit Beschäftigung kommt, hat er einen Grund – z.B. einen Konflikt, den es sich lohnt, mit Jesus anzuschauen, Demzufolge bedeutet Synchronisation mit Jesus nicht, dass ich den bisherigen Schutzmechanismus nie mehr verwende, sondern, dass ich darauf achten und neu mit Jesus darüber reden kann. Wächter müssen Vertrauen aufbauen, auch im Alltag und ebenso da lernen, Beziehung mit Jesus zu leben. Dies können wir mit dem Wächter und Jesus während der HeartSync-Sitzung besprechen: „Jesus, und wie sieht es im Alltag aus, was soll der Wächter machen, wenn er wieder mit Beschäftigung schützen will?“ – Es ist sehr wichtig, dass wir den Alltagsbezug nicht aus den Augen verlieren.

Verschiedene Formen von Wächtern

(ergänzend zum Grundlagenkript)

- **Der „erfüllende“ Wächter** – macht einfach gute Miene zum Spiel, weil er weiß und erahnt, wie er sich benehmen soll, was von ihm erwartet wird, er liefert das Gewünschte, damit er nachher wieder „Ruhe“ hat.
- **Der „angepasste“ Wächter** – er liefert die richtigen Antworten (erspürt sie, ist trainiert zu erahnen) oder er stellt sich unwissend, damit der HeartSync-Begleiter ihm die Lösung präsentiert und er dann einfach ja sagen kann. Wenn er z.B. merkt, dass man Rebellion erwarten würde, weil die Antwort auf den Konflikt Rebellion hervorrufen könnte, wird er rebellieren. Das bedeutet für den HeartSync-Begleiter, dass seine Haltung, seine Gedanken, sein Gottesbild und innere Bilder extrem entscheidend sind, weil sie den Prozess beeinflussen. Daher muss der HeartSync-Begleiter sehr achtsam sein auf die Reaktionen des Wächters und realisieren, wenn sich der Wächter einfach nur „anpasst“. Der Fokus eines angepassten Wächters ist: Ich erspüre, was erwartet wird und verhalte mich so, weil es dann am wenigsten weh tut – sonst kommt Strafe, Ausgrenzung oder Liebesentzug und das tut viel mehr weh. Dies kann er sehr menschenorientiert machen auf den HeartSync-Begleiter ausgerichtet oder auch wertorientiert bzw. systemorientiert.

Zum Beispiel: „Ich muss christlich sein“ (Frömmigkeit als Fokus), dann wird ein Wächter sicher nie rebellieren, sondern immer eine „fromme“ Lösung finden. Anpassungswächter können entstehen z.B. durch ein religiöses System – dann wird der Wächter immer fromm reagieren oder durch Täter/Autoritäten – dann passt er sich dem Willen der jeweiligen Autoritätsperson an und macht genau, was von dieser erwartet wird.

- **Religiöser Performance-Wächter:** Alles, was dieser Wächter sagt, hört sich christlich immer gut an, führt aber immer weg von Beziehung ins Tun, in Theologien, in Gesetz erfüllen, Gebote halten, geistliche Übungen usw. Es geht nie einfach nur ums Sein, um Beziehung oder bedingungslose Liebe. Es geht immer darum, dass man es christlich richtig machen muss, christlich richtig fühlen muss, sich christlich bibelkonform verhalten muss, man glauben muss, usw. Diese Wächter sehnen sich eigentlich zutiefst nach echter Beziehung mit Jesus und danach, sein zu dürfen, ohne Leistung, ohne es richtig machen zu müssen. Das Motiv dieser Wächter ist, dass sie mit allem unbedingt Gott gefallen und es sich mit dem „richtigen“ Verhalten sozusagen „verdienen“ wollen (da, wo der Feind dich nicht aufhalten kann, schiebt er dich zu weit).
- **Funktionswächter/Erklärwächter.** Es gibt Wächter, die sich sehr ähnlich anhören wie Funktion. Manchmal merkt man den Unterschied nicht, man denkt, man redet mit Funktion, es ist aber ein „Erklär-Wächter“, rationaler Wächter. Dieser Wächter hat die Strategie mit logischen Erklärungen, Distanz zu schaffen zum Schmerz, abzulenken vom Prozess, oft dreht man sich ganz lange um eher irrelevante, eher oberflächliche Themen. Dahinter steckt aber immer ein großer Schmerz, den man ohne diese Erklärungen fast nicht aushalten würde. Oder dieser Wächter muss alles einordnen, verstehen – alles, was er nicht einordnen kann, wird „weggeschoben“, weil es nicht sicher ist.
- **Kontrollierender Funktionswächter,** der sich stetig weiterentwickelt, der für sein Inneres und sein Umfeld das Allerbeste will, der oft eine Beziehung hat mit Jesus, sehr viel weiß, auch über die Bibel, wie es richtig wäre usw. Oft will dieser Funktionswächter selber gut für die anderen Anteile sorgen und weiß auch gut über sie Bescheid. Meist läuft dann aber die Kommunikation nur über ihn und er „kontrolliert“ sein inneres System. Da ist es wichtig, dass dieser Wächter Vertrauen zu Jesus aufbauen kann, dass Jesus es schafft, dass Jesus es aber vielleicht anders macht, als er sich das vorstellt, dass Jesus noch die besseren Lösungen hat als er usw.
- **Aggressive Wächter.** Manchmal können Wächter sehr aggressiv reagieren, wenn sie bedroht werden oder wenn sie entdecken, dass sie lange etwas Falsches geglaubt haben. Oder es liegen Erfahrungen zugrunde, dass Jesus nicht gerettet hat, nicht geheilt hat, usw. – dann äußert sich diese Aggression gegenüber Jesus, weil sie sich im Stich gelassen gefühlt haben. Diese Aggression dürfen wir als HeartSync-Begleiter niemals persönlich nehmen – diese Wächter haben gute Gründe dafür und es ist sehr hilfreich, wenn sie dieser Aggression Luft machen können. Wenn wir ihnen ein Gefühl geben, dass wir sie verstehen und ihnen sagen, dass sie gute Gründe haben, beruhigen sie sich meistens. Auch da spielt unser

eigenes Gottesbild eine große Rolle: „Darf ich selber ‚ärgerlich‘ sein mit Gott?“, „Ist es theologisch erlaubt, Gott und sein Handeln in Frage zu stellen?“ – wenn nicht, wird der Wächter das spüren und dementsprechend noch aggressiver reagieren.

- Es kann **Wächter geben, die nicht reden können** (Schweigegeübde, mundtot gemacht worden usw.), da ist es wichtig, dass der HeartSync-Begleiter achtsam ist und dem Wächter andere Kommunikationsformen vorschlägt (Zeichnen, Schreiben, Malen, Handzeichen), bis der Wächter sich traut zu sprechen oder auch bis er die Einwilligung des Wächters hat, dass Jesus die geistlichen Mächte wegweisen darf.
- **Generationen-Wächter.** Oft sind Wächter auch vererbt oder die Strategie des Wächters ist vererbt. Er hat Schutzstrategien, wie die der Mutter oder des Vaters. Diese Wächter sind älter als der Klient oder sie sagen, sie gibt es schon immer oder schon ewig, usw. Sie tragen dann nicht nur die Lasten und Schmerzen des Klienten, sondern auch die der Vorfahren. Die Aussicht, diesen Berg an Lasten loswerden zu können, ist sehr attraktiv für vererbte, verborgene Wächter. Sobald die Konflikte erörtert worden sind und diese Wächter bereit sind, dass Jesus ihnen hilft, kann man sie fragen, ob es ok ist, dass Jesus sie aus den Gebundenheiten der Generationen löst. Das kann man auch konkreter formulieren, wenn wir zum Beispiel wissen, dass der Großvater im Schützengraben war und Todesängste hatte und auch der Wächter unseres Ratsuchenden immer wieder Todesängste hat – in diesem Fall bitten wir Jesus, den Wächter von der Macht des Todes zu „befreien“ und den damit verbundenen Ängsten.
- **Geistliche „Fluchtwächter“** sind Wächter, die sich in geistliche Wahrheiten, in Himmelsbegegnungen, himmlische Erfahrungen, in Bibelverse, in geistliche Übungen „flüchten“, sich damit selber beschwichtigen und oftmals sogar dissoziieren, weil die Realität viel zu schlimm ist, zu schwer ist, zu sehr weh tut, das Leben nicht aufgeht, Jesus im Alltag nicht spürbar ist usw. – diese Wächter dürfen wir wertschätzen, weil es eine „gute“ Überlebensstrategie ist, weil sie alles geben, weil sie sich mit allem an Jesus hängen wollen und dann vorsichtig ihren Zwiespalt mit der Realität ansprechen. Achtung: Oft reißt dieses Ansprechen ihnen wie den Boden unter den Füßen weg. Es ist wichtig, dass sie sich von Jesus gesehen, geliebt und getragen fühlen und dass sie immer wieder persönliche Begegnungen mit Jesus haben, je „realer“, je besser, bevor wir dies machen.

Wächter können alle Variationen, Formen, Ausprägungen, usw. haben – wichtig ist, dass wir echtes Interesse an ihnen zeigen. Wie sind sie, was sind ihre Gründe, wie funktionieren sie, wie schützen sie, wieso haben sie diese Strategie gewählt, wie messen sie, ob etwas sicher ist oder nicht, wie gehen sie vor, was hat den Auslöser gegeben, was sind ihre Erfahrungen, was beschützen sie, worunter leiden sie, was würden sie sich wünschen, was ist ihr Konflikt, was ist ihr Preis, den sie zahlen, wer ist ihr Chef, wer bestimmt über sie, wie geht es ihnen mit Jesus, was haben sie über Jesus gehört ... usw.

Im Grundlagentext findest du sogenannte „Brücken“, die man bei Wächtern zum Beziehungsaufbau mit Jesus anwenden kann. Das sind einfach Möglichkeiten und

Ideen, diese ersetzen aber nicht den Beziehungsaufbau. Viel wichtiger ist, dass der HeartSync-Begleiter auf den jeweiligen Wächter eingeht und nicht ein Programm abspult, sondern den Wächter erfasst, versteht und intuitiv aus der Beziehung heraus Brücken zu Jesus baut.

Reflexionsfragen

- Was für Wächter habe ich, was für Schutzmechanismen, Strategien kenne ich von mir?
 - Wie geht es mir mit diesen Strategien? Wie denkt meine Funktion darüber, wie meine Emotion?
 - Wie habe ich Jesus persönlich erlebt? Wie bin ich aufgewachsen, was ist meine Theologie?
 - Welche Wächter/Strategien sind mir sympathisch, kann ich verstehen, habe ich Mitgefühl? Wieso?
 - Welche Wächter/Strategien machen mir Mühe, verachte ich, kann ich nicht nachvollziehen, lösen Gegenwehr bei mir aus?
-

Wichtige Tipps zum Umgang mit Wächtern

Am Anfang bei Wächterarbeit immer sagen ☹️

- **Ich tue als Begleiter nichts, was er als Wächter nicht will!**
(Autorität anerkennen + Wächter ist DIE Instanz, die das Herz schützt)

Am Anfang bei Wächterarbeit immer sagen ☹️

- **Wächter haben Angst ihren Job zu verlieren =>**
„Du wirst deine Aufgabe nicht verlieren!“
Später Wächter fragen: „Wollen wir mal Jesus fragen?“

- **Wächter wertschätzen**
- **Wächter sind oft einsam und müde**
- **Wächter sind geschaffen von Gott**

Ursprünglich gedacht – in der Beziehung zu Gott (zur Beziehung mit Gott geschaffen)

⇒ Darum gehen Wächter z.B. mit kosm. Mächten / Dämonen auch Bindungen ein – Stichwort – Bindungsfähigkeit

Gute Frage:

Gäbe/ wäre es eine Erleichterung, wenn dir jemand (Jesus) helfen würde?

Wie sieht Wächter aus? Oder:
Wie könnte der Wächter aussehen?

Übrigens:

Wenn mich Anteile – nerven oder ich ärgere mich –

ODER ich zweifle an mir =>

Dann habe ich es sehr wahrscheinlich mit einem Wächter zu tun!