



Teil 4: Wie wir mit Verletzungen umgehen können.

Was wir mit Verletzungen nicht tun sollten:

1. _____ die Verletzung nicht.
2. _____ nicht vor deinen Verletzungen weg.
3. _____ deine Verletzung nicht.
4. Glaube nicht, dass du der _____ mit Verletzungen bist.
5. Werde nicht _____ wegen deiner Verletzungen.

„Du zerfleischst dich ja nur selbst in deiner Wut.“

Hiob 18,4

Fragen zum Austausch:

- Wie gehst du mit Verletzungen um?
- Welche dieser fünf Reaktionen ist für dich am natürlichsten?

Wie wir stattdessen mit Verletzungen umgehen sollten:

1. **Lass Jesus die _____ begleichen.**

„Auge um Auge- und die ganze Welt wird blind sein.“

Gandhi

„Vergeltet anderen Menschen nicht Böses mit Bösem, sondern bemüht euch allen gegenüber um das Gute. Liebe Freunde, rächt euch niemals selbst, sondern überlasst die Rache dem Zorn Gottes. Denn es steht geschrieben: „Ich allein will Rache nehmen; ich will das Unrecht vergelten“, spricht der Herr.“

Römer 12,17+19

Warum sollen wir vergeben:

- a) _____ hat dir vergeben.
- b) Du wirst auch noch mehr Vergebung in der _____ brauchen.
- c) Ohne Vergebung kommt keine _____.

Fragen:

- Warum ist es so schwer, Jesus die Rechnung begleichen zu lassen?
- Glaubst du, dass Vergebung eine Grundvoraussetzung für Heilung ist?
- Gibt es Menschen in deinem Leben, bei denen es dir im Moment schwer fällt, ihnen zu vergeben?

2. Lass Jesus deine _____ heilen.

„Gott heilt gebrochene Herzen und verbindet Wunden.“

Psalm 147,3

Wie heilt Gott unsere Wunden?

- a) Durch christliche _____.
- b) Durch _____.
- c) Durch _____.
- d) In dem wir _____.

„Wir sind verwundete Heiler in einer Schöpfung, die sich nach Gott sehnt.“

Hans Jürgen Zimmermann

Frage zum Austausch:

Wie hat Gott deine Wunden in der Vergangenheit geheilt?

3. Lass Jesus deine _____ stillen.

„Vor den Augen meiner Feinde deckst du mir deinen Tisch; festlich nimmst du mich bei dir auf und füllst mir den Becher randvoll.“

Psalm 23,5

Gott will uns beschenken mit:

- a) ..._____.

„Deshalb bete ich, dass Gott, der euch Hoffnung gibt, euch in eurem Glauben mit Freude und Frieden erfüllt, sodass eure Hoffnung immer größer wird durch die Kraft des Heiligen Geistes.“

Römer 15,13

b) ..._____.

„Und wir bitten den Herrn, dass eure Liebe zueinander und zu allen Menschen wächst, damit sie so groß wird wie unsere Liebe zu euch.“

1. Thessalonicher 3,12

c) ..._____.

„Bittet in meinem Namen, und ihr werdet empfangen, dann wird eure Freude vollkommen sein.“

Johannes 16,24

Fragen zum Austausch:

- Welche Bedürfnisse hast du, die noch nicht gestillt sind?

- Erlebst du Hoffnung/Liebe/Freude in deinem Leben? Wie spiegelt sich das in deinem Alltag wieder?

Anmerkung: Diese Serie enthält Gedanken einer Predigtserie von Rick Warren, die sich „Psalm 23“ nennt.

