

# QT Veränderung erleben 1. Abend

**ZITAT: Die einzige Konstante im Universum ist die Veränderung. (Heraklit)**

**Auf jede Veränderung, folgt eine Reaktion unsererseits, die uns für den Rest des Lebens prägt (CHARAKTERENTWICKLUNG).**

- In solchen Krisen, hat es den Anschein, dass wir keine Wahl haben. Das stimmt nicht ganz. **Denn wir haben die Wahl, wie wir auf die Krise reagieren!** Diese Entscheidung ist unsere große Chance.
- Nicht die Veränderung prägt uns, sondern im Besonderen unsere Reaktionen auf die Veränderung.
- Unsere Reaktion zeigt nicht nur, wer wir sind, sondern stellt auch die Weichen dafür, wer wir einmal sein werden.
- Ob wir „bitter“ oder „besser“ werden, hängt von unseren Reaktionen ab und den Verhaltensmustern, die wir oft daraus entwickeln. => UNSER CHARAKTER ENTSTEHT!

**Unsere Herzeshaltung ist der entscheidende Faktor**

- **Bleibt unser Herz offen für Gott?**
- **Werden wir ihm vertrauen?**
- **Nehmen wir unsere Prüfungen an?**
- **Arbeiten wir mit Gott zusammen?**

**Schritt für Schritt wachsen**

**Unsere Reaktion auf die Veränderung, ist sehr abhängig davon, welche geistlichen Gewohnheiten wir in unserer Wüstenwanderung pflegen.**

Schwere Zeiten sorgen oft dafür, dass wir uns stärker von Gott abhängig machen und ihm noch mehr vertrauen. Dies ist oft die Grundlage für schnelles Wachstum und grundlegende Veränderungen. Aber Gott will uns dabei helfen in allen Phasen unseres Lebens kontinuierliches schrittweises Wachstum zu erleben. Dies geschieht durch gute geistliche Übungen, die wir uns zur Gewohnheit gemacht haben. Wir gehen in den Gottesdienst, pflegen Gemeinschaft mit anderen Christen, haben täglich unsere Stille Zeit, lesen die Bibel, beten zu Gott und werden auch stille, um von Ihm zu hören. Dadurch wachsen wir Tag für Tag und gehen vorbereitet in die Krisen des Lebens!!!

**Wenn wir bei Kleinigkeiten immer wieder ganz bewusst Ja sagen zu Gott, bereiten wir unser Herz darauf vor, auch dann Ja zu Gott zu sagen, wenn alles auf dem Spiel steht.**

**Gelassenheitsgebet**

**Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann,  
den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann,  
und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.**

## Buchempfehlung Jeff Manion

- Drastisches Wachstum fordert harten Einsatz.
- Gott ist in allen Dingen am Werke und möchte sie zum Besseren formen und verändern.
- Widerstehen sie der Versuchung abzuschweifen oder abzuschalten oder die Beziehung zu ihm schleifen zu lassen.
- Leid hat dann einen Sinn, wenn wir unser Herz für Gott öffnen.
- Gott will etwas Wunderbares und Tiefgreifendes in uns hervorbringen, wenn wir mit ihm zusammenarbeiten und es zulassen.
- Fahren sie die Umleitung nicht umsonst, sondern lernen sie daraus.
- Umstände ziehen uns entweder zu Gott hin oder von ihm weg. Treffen sie die richtige Entscheidung zu ihm hin.
- Vermeiden sie zu klagen und vertrauen sie Gott.
- Vergessen sie nie, dass er sie liebt, sie sieht und für sie sorgt.
- Laden sie ihre Sorgen bei ihm ab, seine Schultern sind breit genug, um ihre Unsicherheit und Frustration auszuhalten.
- Wenden sie sich an Gott und erzählen sie ihm frei heraus von ihrem Schmerz und ihrer Enttäuschung.
- Vertrauen sie Gott darauf, dass er sie versorgt.
- Vertrauen sie Gott darauf, dass er sie segnet.
- Das Land zwischen Aufbruch und Ankunft bietet fruchtbaren Boden für eine noch tiefere Beziehung zu Gott, als je zuvor.
- Im Land zwischen Aufbruch und Ankunft entwickeln wir einen tieferen Glauben, der uns erlaubt uns von unserer besten Seite zu zeigen, wenn sich das Leben von seiner schlechtesten Seite zeigt.
- Wir lernen, dass die Zeit im Land zwischen Aufbruch und Ankunft eine Reise des Vertrauens ist und dass dort etwas wächst, das nirgends sonst wachsen kann.

JEFF MANION - Zwischenland: Halt finden in Zeiten des Umbruchs

Gebundene Ausgabe: 219 Seiten

Verlag: Gerth Medien; Auflage: 1., Aufl. (15. Januar 2012)

ISBN-10: 3865916597

ISBN-13: 978-3865916594

# QT Veränderung erleben 2. Abend

## Auf festem Grund Veränderung leben

### 1. Das Leben von Petrus - Johannes 21, 1ff

*Einige von ihnen waren dort am See beisammen – Simon Petrus, Thomas, Nathanael, die Söhne des Zebedäus und zwei andere Jünger. Simon Petrus sagte zu den anderen: „Ich will fischen gehen!“ »Wir kommen mit«, sagten sie. Gemeinsam gingen sie zum See und stiegen in das Boot; aber während der ganzen Nacht fingen sie nichts. **Es wurde schon Morgen, da stand Jesus am Ufer. Die Jünger wussten aber nicht, dass es Jesus war. Er redete sie an: »Kinder, habt ihr nicht ein paar Fische?« »Nein, keinen einzigen!«, antworteten sie. Er sagte zu ihnen: „Werft euer Netz an der rechten Bootsseite aus! Dort werdet ihr welche finden.“ Sie warfen das Netz aus und fingen so viele Fische, dass sie das Netz nicht ins Boot ziehen konnten. Der Jünger, den Jesus besonders lieb hatte, sagte zu Petrus: »Es ist der Herr!«***

### 2. Petrus und sein Absturz

So wie Petrus in Johannes 21, 1-3 nach einer Zeit des erfolgreichen Wirkens im Dienst von Jesus stand, war er zu diesem Zeitpunkt in einer Sackgasse angelangt. Wie war es zu diesem herben Absturz in seinem Leben gekommen?

**Wenn die Hoffnung stirbt, dann kann auch die Leidenschaft nicht mehr lange überleben.** Es scheint so, als ob alle Träume und Hoffnungen, die Petrus gehegt hatte, mit Jesus am Kreuz gestorben waren. Bis zu jenen denkwürdigen Tag war er der Überzeugung gewesen, dass der Herr zum König Israels gekrönt werden würde und dass er dazu ausersehen war, mit ihm zu regieren. Im Leben von Petrus war kein Stein auf dem anderen geblieben. Alles hatte er verloren:

- Seinen Herrn, seine Bestimmung, seinen Glauben, seine Selbstachtung
- Und jetzt bringt er es nicht einmal fertig einen einzigen Fisch zu fangen, obwohl er die ganze Nacht geschuftet hatte.
- Alle Leidenschaft war verfliegen
- Seine Lebensperspektive war im Trubel der jüngsten Ereignisse unter die Räder gekommen

Petrus steht hier für viele Christen, die auf der falschen Seite des Bootes fischen. Ich kann mich in Petrus sehr gut wiedererkennen. Er ist das typische Beispiel eines Menschen, der sich in gefährlich einseitiger Weise den Erfolgen der Vergangenheit verschrieben hat, - Oder dem schlicht und einfach die nötige Kraft fehlt, sich auf neue Herausforderungen einzulassen.

### Meine Frage an dieser Stelle ist:

*Haben wir Christen eine klare Vorstellung davon, wie entscheidend solche Veränderungen bzw. Richtungsänderungen für unsere Zukunft sein können?*

### An was kann das liegen?

- Vielleicht interpretieren wir Gottes Absichten in falscher Weise?
- Oder die Dinge passen zeitlich nicht zusammen?
- Wir haben uns vielleicht durch die Umstände des Lebens, unsere Träume berauben lassen?

Was auch immer im Einzelnen die Ursache sein mag – das fischen kann zu einer Gewohnheit werden, aber da ist keine Leidenschaft mehr da. Und wenn wir der Enttäuschung und Hoffnungslosigkeit nachgeben, so wie es Petrus vorgelebt hat, dann kann es noch schlimmer kommen indem wir andere Mitmenschen in diesen Strudel mitnehmen. Wenn wir es lernen wollen, unser Netz dort auszuwer-

fen, wo es sich lohnt, dann müssen wir uns auf Veränderungen einlassen, auch wenn unsere Gefühle und die Umstände dagegen sprechen.

### 3. Die Qualität von Petrus

Eine der besonderen Qualitäten, die Petrus in entscheidenden Augenblicken immer wieder zugutekam, war seine Bereitschaft sich auf Risiken einzulassen.

In **Matthäus 14, 29** „*Er aber sprach: Komm! Und Petrus stieg aus dem Boot und ging auf dem Wasser und kam auf Jesus zu.*“ lesen wir, wie Jesus ihn aufforderte, mitten im Sturm aus dem Boot zu steigen und auf dem Wasser zu gehen. Ausgerechnet Petrus, folgt der Aufforderung Jesu.

Ihr müsst euch vorstellen, er kannte die Gesetze der Natur, besonders der Materie Wasser. Und trotz all seiner persönlichen Mängel schien er doch zu begreifen, wie wichtig es war, sich auf extreme Herausforderungen einzulassen. Er war entschlossen, sich über alle Begrenzungen hinweg zu setzen, die ihn hindern wollten, seine Bestimmung zu ergreifen. Ich weiß selber, wie wertvoll die Bereitschaft zum Risiko ist, und ich habe gelernt, dass mein Leben in der Nachfolge Jesu von den vielen kleinen Kurskorrekturen im Alltag geprägt sind. Zum Teil liegt dies sicherlich daran, dass wir unseren Lebensweg in aller Regel nicht im Voraus in Stein gemeißelt offenbart bekommen. Was wir von Gott lernen ist: dass **der Herr den Aufrichtigen sicher führt: → Psalm 37, 23 -26**

Wir lernen, indem wir im Vertrauen vorangehen, dass Gott seine Absichten in unserem Leben verwirklicht. **Vertrauen zu Gott ist die Grundlage für Jüngerschaft.** Vertrauen auf Gott heißt auch, dass wir ganz und gar auf die Führung des Heiligen Geistes angewiesen sind.

**Johannes 16,7: Doch ich sage euch die Wahrheit: Es ist euch nützlich, dass ich weggehe, denn wenn ich nicht weggehe, wird der Beistand nicht zu euch kommen; wenn ich aber hingehe, werde ich ihn zu euch sende. (Fürsprecher; Helfer; zur Unterstützung)**

Da ist jemand, der an unserer Seite ist, um uns zu leiten. Wenn wir im Alltag Schritte gehen, dann ist er da, um uns bei den nötigen Anpassungsprozessen und Kurskorrekturen zu helfen.

### 4. Es gibt immer eine zweite Seite des Bootes

Jesus sagt zu den Fischern: „**Werft euer Netz an der rechten Bootsseite aus! Dort werdet ihr welche finden.**“ Ich finde es bemerkenswert, dass Petrus dem nicht widersprach!

#### Was geschah in Petrus?

Die Schrift sagt uns, dass sie Jesus noch nicht erkannt hatten. (Vers 4b).

Es scheint so, dass die linke Schiffs Seite das Normale war.

Petrus hatte schon einmal eine Begegnung mit Jesus, die nicht Normal war! Wir erinnern uns.

Ich glaube, dass in Petrus verschiedene Dinge abliefen:

- Was sprach in diesem Moment gegen die andere Seite? → Nichts!
- Es war eher eine Offenbarung, dass es noch eine Alternative, einen anderen Weg, geben könnte.
- Diese Rechte Seite war nach der Niederlage, eher eine Offenbarung, die Sichtweise zu ändern, den Blick zu weiten.

## 5. In Position bringen

Ein großer kanadischer Eishockeyspieler, Wayne Douglas Gretzky, wurde einmal gefragt, worin das Geheimnis seines Erfolges liegt.

Er meinte: „ich fahre nicht dahin, wo der Puck gerade ist, ich fahre dahin, wo er als Nächstes sein wird.“

Dieser Spitzensportler hatte zwei ganz zentrale Prinzipien begriffen:

1. Hatte er durch die unzähligen Trainingsstunden gelernt, dass der Erfolg nicht immer ausschließlich von der momentanen Leistung abhängig ist, sondern davon, dass wir uns für den nächsten Schritt in die richtige Position bringen.
2. Die Erfahrung hatte ihn gelehrt, wie wichtig es ist, seinem Instinkt zu folgen, auch dann, wenn es den Anschein hat, in die falsche Richtung zu gehen.

### Was kann das für uns bedeuten?

Wir können es uns nicht leisten, einfach nur für das „Hier und Heute“ zu leben. Wir sollten uns für die Zukunft in Position bringen. Der Vorhang im Allerheiligsten ist zerrissen, hinter diesem Vorhang, beginnt immer wieder der Weg für die Zukunft. Vor dem Vorhang ist und bleibt alles überschaubar und kontrollierbar.

### Wie war das für Petrus?

- Er erkannte seine begrenzten natürlichen Fähigkeiten
- sein Fundament war Gott, nicht zu vergessen die alttestamentlichen Wahrheiten Gottes, die Schrift.
- das tiefe Vertrauen, dass Gott mehr als nur einen Weg bereit haben muss
- und in diesem Zusammenhang die prägenden Erfahrungen die er mit seinem Gott bzw. Jesus bis zu diesem Zeitpunkt erlebt hatte.

## 6. Abschließende Gedanken

Durch jede Veränderung die ich erlebt habe, so tragisch manche sich in der Situation angefühlt haben, war diese Veränderung das Trittbrett zu einer nächsten Ebene. Durch meine Bereitschaft, die Vergangenheit hinter mir zu lassen und die Veränderungen anzunehmen, gebe ich Gott die Möglichkeit, mir den Weg zu neuen Möglichkeiten und Erfahrungen aufzuzeigen.

Jesus sagt in **Matthäus 17,20** folgendes: **„denn wahrlich, ich sage euch, wenn ihr Glauben habt wie ein Senfkorn, so werdet ihr zu diesem Berg sagen: Hebe dich weg von hier dorthin!, und er wird sich hinwegheben. Und nichts wird euch unmöglich sein.“**

In Anbetracht dieser Biblischen Aussage, fällt es mir leichter zu glauben, dass wir als Christen mit der Hilfe des Heiligen Geistes und seinem Wort neue Wege gehen können. Es gibt jedoch für alles in der Schöpfung eine geeignete Zeit. Das war für mich ein ganz großer Lernprozess und ist es immer noch.

Meine Anstrengungen mit den gegenwärtigen Absichten Gottes in Einklang zu bringen. Da ist es wichtig, dass wir einen Blick bekommen, wann eine bestimmte Zeit vorüber ist und wann es gut ist, neue Gelegenheiten zu ergreifen.

## Paradigmenwechsel

**Definition: Wechsel von einer wissenschaftlichen Grundauffassung zu einer anderen.**

*Der Paradigmenwechsel wird oft in der Wissenschaft gebraucht, aber er hat auch seine Bedeutung in der Gesellschaft gefunden.*

Wie erlebe ich einen positiven Paradigmenwechsel in meiner Veränderung und Verletzung?

### 1. Anerkennen der Verletzung

Das hört sich sehr einfach an, ist es aber oft nicht. Wenn wir an diesem Punkt ehrlich sind, eröffnen wir oft eine neue Baustelle in unserem Leben. Wir neigen manchmal dazu Verletzungen zu übergehen, weil wir müde sind, oder weil wir einfach nicht die Baustelle eröffnen wollen.

Das schlimmste in diesem Zusammenhang wäre, wenn man schnell einen Schuldigen sucht, ihm vielleicht vergibt und einfach weiter geht. Ich bin aber davon überzeugt, dass Gott solche Situationen dazu benutzt, um Dinge zu überarbeiten. Wir dürfen uns nicht erlauben, eine Abkürzung zu nehmen.

Mein Wunsch an Euch ist, laßt euch Zeit für die Verarbeitung.

### 2. Die Zeit liegt in Gottes Händen

Wie viel Zeit ihr braucht das kann ich nicht wissen. Wir Menschen neigen manchmal dazu, dass alles schnell gehen soll.

(Schilderung einer persönlichen Situation – Erkennen der Notwendigkeit, Gottes Timing zuzulassen.)

### 3. Ich mache mich verletzbar

Ich mach mich verletzbar, das ist eine wichtige Voraussetzung, um an seinem eigenen Herzen zu arbeiten. Wenn ich Schicht für Schicht ablege, dann komme ich zu meinem Kern zu meinem Innersten.

Als mein Vater nach immer wieder schweren Krankheiten dann aber doch sehr plötzlich verstarb, erlebte ich Gott, wie noch nie in meinem Leben.

Weil wir ja so innig waren, sah ich ein Bild vor mir, ganz klar und deutlich. Ich war ein kleiner Vogel im Nest und Gott nahm mich und warf mich raus. Er sagte mir, jetzt bist du stark genug. Aber ich sah alles andere als stark aus. Ich war verletzt und klein und schwach und sehr einsam. In meinem Freundeskreis gab es niemand der sein Elternteil so früh verloren hat. Ich habe mich nicht stark gefühlt, und wenn mich Gott gefragt hätte ob ich noch länger in seinem Nest bleiben möchte, dann hätte ich ja gesagt und würde wahrscheinlich heute noch dort sitzen und seine Nähe genießen, würde aber heute nicht hier stehen. Aber es hat mich gelehrt, dass Gott mich aus dem Nest geworfen hat. Es waren nicht die Umstände. Natürlich war es schwer seinen Papa zu verlieren. Aber ich ging zurück ins Nest zu den Wurzeln und dann wurde ich raus gestoßen. Das ist total entscheidend.

### 4. Jeder verarbeitet selber auf seine eigene Weise und in seinem eigenen Tempo

Ein ganz wichtiger Punkt ist, dass jeder für sich selber verarbeitet. Das ist als Ehepaar ganz wichtig, aber auch als Einzelpersonen. Deine Freundin oder dein Freund wird das anders machen als du.

## 5. Hilfe annehmen

Ich denke das ist wirklich ein schwieriger Punkt. Denn Hilfe empfängt man oft anders, als man denkt. Wir persönlich gehen mit solch gravierenden Veränderungen sehr sparsam um. Wir haben ein paar Freunde mit denen wir darüber reden und uns öffnen.

Es ist ja so, wenn man so verletzt und unsicher ist, ist man ganz wund. Und trotzdem haben wir uns entschieden mit einigen Freunden darüber zu reden und uns zu öffnen, mit der Angst oder Unsicherheit, dass unsere Offenheit missverstanden oder gar missbraucht wird.

Was passiert wenn wir uns für diese Angst entscheiden und uns nicht öffnen?

Dann gibt es je nach Typ diese Mitleidspartys von denen Kerstin letzte Woche gesprochen hat, oder noch schlimmer: wir werden hart und richtend.

## 6. Offen für Neues

Wenn wir vorbereitet sind, dann kommt für mich was ganz wichtiges, nämlich dass ich mich öffne für neues. Dass ich die Krise, die Situation nutze, dass Gott mich verändert.

Auch wenn scheinbar die anderen einen Fehler gemacht haben, wird es zu deiner Chance, dass sich etwas in dir verändert. Lass es nicht zu, dass diese Situation an dir vorbei geht, ohne dass du es zulässt, dass Gott ein großes Werk in dir tut.

Es ist wie mit einem vorgegebenen Trampel Weg. Gehe ich den weiter, oder bin ich bereit den anderen Weg zu gehen, der durch den Wald geht und sich noch nicht so sicher anfühlt?

## Vergebung – eine Definition:

**Vergebung** (lat. amnestia) ist eine **menschliche Tugend**. Wer Vergebung übt, **verzichtet darauf, Rache an einem anderen Menschen zu nehmen**. Jemandem vergeben heißt verstanden zu haben, wie es zu einer Situation gekommen ist und **dem Gegenüber einen friedlichen Lernprozess zuzugestehen**.

Auch ist das Vergeben **ein Prozess der Selbsterkenntnis**. Wer vergibt, sieht auch mögliches Fehlverhalten bei sich selbst. Menschen die anderen vergeben können, oder das Bitten nach Vergebung annehmen, befreien sich von negativen Gefühlen und zeigen menschliche Stärke.

Oftmals ist es nicht einfach Vergebung zu üben, da man verletzt ist oder unverhofft mit einer vorher nicht durchdachten Situation konfrontiert wurde.

## Gott ist Vergebung – der biblische Weg:

### 1. Die Sünde kam durch den Sündenfall (1.Mose Kapitel 3).

Rö. 3,23: Denn darin sind die Menschen gleich: Alle sind Sünder und haben nichts aufzuweisen, was Gott gefallen könnte.

### 2. Jesus kam um den Schuldschein, der gegen uns spricht, zu tilgen/auszulöschen

Kol. 2,14: Gott hat den Schuldschein, der uns mit seinen Forderungen so schwer belastete, eingelöst und auf ewig vernichtet, indem er ihn ans Kreuz nagelte.

Hebr. 9,28: So ist auch Christus ein einziges Mal gestorben, um viele von ihren Sünden zu erlösen. Wenn er zum zweiten Mal kommen wird, dann nicht, um uns noch einmal von unserer Schuld zu befreien.

### 3. Blutvergießen ist notwendig zur Sündenvergebung

Hebr. 9,22: Nach den Bestimmungen des alten Bundes wird fast alles mit Blut gereinigt. Eine Vergebung der Schuld ohne Blut ist nicht möglich.

### 4. Jesus hat uns erlöst

Hebr. 9,12-14: Christus opferte auch nicht das Blut von Böcken und Kälbern für unsere Sünden. Als er im Allerheiligsten sein eigenes Blut ein für alle Mal zum Opfer gab, hat er uns für immer und ewig von unserer Schuld vor Gott befreit.

Nach den Regeln des alten Bundes wurde jemand, den die Sünde unrein gemacht hatte, wieder rein, wenn er mit dem Blut von Böcken und Stieren oder mit der Asche einer geopferten Kuh besprengt wurde.

Wie viel mehr wird uns das Blut Jesu Christi von unseren Sünden reinwaschen! Erfüllt vom Heiligen Geist, hat er, der ohne jede Sünde war, sich selbst für uns als fehlerloses Opfer Gott dargebracht. Jetzt brauchen wir unser Vertrauen nicht länger auf Ordnungen zu setzen, die uns doch nicht vom Tod erretten. Wir sind frei, um dem lebendigen Gott zu dienen.



## Wie verhalten wir uns?

Jesus lehrt, dass man seinen Feinden vergeben soll, weil auch Gott bereit ist, den Menschen Ihre Schwächen zu vergeben.

Lk 6,36+37 "Darum seid barmherzig, wie auch euer Vater im Himmel barmherzig ist."

Auch im "Vater-Unser" heißt es: "und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern".

Auf die Frage wie oft wir jemandem vergeben sollen macht die Bibel folgende Aussage: Mt 18,21-22 "Da trat Petrus zu ihm und fragte: Herr, wie oft muss ich denn meinem Bruder, der an mir sündigt, vergeben? Genügt es siebenmal? Jesus sprach zu ihm: Ich sage dir: nicht siebenmal, sondern siebenmal."

"Vergeben" im biblischen Sinn **heißt nicht, Verletzungen durch Andere zu vergessen oder zu beschönigen, sondern das Geschehene zu akzeptieren, dabei aber bewusst auf Rache zu verzichten.** Dies fällt naturgemäß um so schwerer, je tiefer die beifügte Verletzung ist.

Jedes schnelle Hinein schreiten in pauschales Vergeben wäre verhängnisvoll und letztlich nichts anderes als Verdrängung. Welche Schritte sind erforderlich, um die Realität der Vergebung wirklich erfahren zu können:

1. Die Dynamiken des Missbrauchs / der Verletzung genau anschauen und benennen können.
2. Verantwortung für Eigenanteile übernehmen.
3. Konkrete Schuld, die andere an mir begingen, ebenfalls klar erkannt zu haben.

**Diese Schritte gehören unbedingt in den Vergebungsprozeß.** Wenn diese ersten Schritte vollzogen sind, darf eine bewusste Entscheidung getroffen werden, noch weiter zu gehen im Prozeß:

4. Für sich selbst Vergebung empfangen.
5. Die Schuld anderer bewusst loszulassen und auf Rache zu verzichten.
6. Sich selbst vergeben.

**Wenn ich vergebe, mache ich die Schuld nicht klein. Im Gegenteil ich benenne sie deutlich, verzichte aber auf Vergeltung. Ich darf vergeben, aber auch ganz klare Grenzen ziehen, um mich nicht weiter missbrauchen zu lassen.** Vor allem dann, wenn die missbrauchende Person ihren Fehler nicht einsieht und den Missbrauch weiter ausüben will. Gott ist bereit die Kraft zu einer gesunden Abgrenzung zu geben, dazu braucht es keinen Hass.

**Vergebung hat die erstaunliche Dynamik in sich, dass ich dort, wo ich vergebe, von dem, der in fataler Weise an mir schuldig wurde, gelöst werde. Geistliche Bindungen werden durchtrennt,** und ich lasse den anderen los in Gottes Hand. Das, was dazu gedacht war, mich zu zerstören und mir zu schaden, wird durch diese Trennung nun seine Kraft verlieren.

**Wer vergibt, der verliert nicht! Wer vergibt, der hat gewonnen!**

**Versöhnung, als Folgeschritt von Vergebung, kann nur da geschehen, wo Menschen:**

- Ihr Unrecht erkennen. → Offene Augen und Ohren des Herzens
- Ihre Fehler eingestehen. → Demut
- Es in Zukunft nicht mehr tun. → Verhaltensänderung

## Der Weg der Heilung – entdecken, wie Gott wirklich ist

**GANZ PERSÖNLICH:** Es ist wichtig, dass jeder Einzelne den **Freiraum bekommt seinen persönlichen Heilungsweg und sein Tempo** darin zu finden. Es ist wichtig **Begleitung und Hilfe zu haben**, um die **Erfahrung deiner Vergangenheit zu bearbeiten und angemessen einordnen zu können**. Gott möchte uns den wahren Weg zeigen, unsere Verletzungen benennen helfen und uns unseren persönlichen Weg der Heilung zeigen und darauf führen.

**Paulus behauptet in seinem Brief an die Römer: „Wir wissen, dass Gott dafür sorgt, dass denen alles zum Guten dient, die Gott lieben und gemäß seines Vorsatzes berufen sind. (Rö 8,28)**

Was für ein Versprechen! **Gott sorgt dafür! Aktiv! Er setzt sich dafür ein. Dass denen, die Gott lieben, ALLES zum Guten dient!**

**WIE IST GOTT WIRKLICH:** Ein wesentlicher Heilungsfaktor darin, für sich neu zu entdecken, wie Gott zu dir und dem erfahrenen Missbrauch steht. **Seine Entrüstung über den Missbrauch, sowie seine echte Vaterschafts liebe und seine tiefe Wertschätzung für dich als Person sind so heilsam wie vermutlich nichts anderes auf der Welt.** Rede mit Gott und bitte Ihn die, falschen Gottesbilder loszuwerden und sich als der wahre Vater zu zeigen.

**ANBETUNG UND GEBET:** Wir benötigen unbedingt **Zeiten, in denen man sich ganz bewusst der Gegenwart Gottes in Anbetung und Gebet aussetzen**. Ebenso darf man im tiefsten Schmerz auch erst einmal auf Abstand gehen...auch auf Abstand von Gott. Er ist der Letzte, der dies nicht verstehen würde.

**GOTTES WORT:** Auf meiner eigenen Reise hat Gott immer wieder **durch sein Wort zu mir gesprochen**. Sei es eine Bibelstelle, die ich selber las, oder auch eine Bibelstelle, die mir jemand zuteilte und die mich segnete. Ein ganz neues Eintauchen in Gottes Wort, wenn man dazu bereit ist, fordert den Heilungsprozess in einer ganz besonderen Weise für jeden Einzelnen.

**GESUNDE BEZIEHUNGEN:** Beziehungen sind für Missbrauchs-Überlebende ein hoch sensibler Bereich. Das Trauma fand ja genau dort statt, wo du vertraut hast. Dennoch stellt sich für dich **die Aufgabe, dich wieder aufzumachen und Schritt für Schritt neue Kontakte zu anderen zu wagen:**

### 4 wichtige Punkte

- 1. Den Mißbrauch – die Verletzung - konkret benennen – was hat uns verletzt?**
  - a. Das Unrecht beim Namen nennen ist biblisch!
  - b. Wenn man sich gefestigt fühlt auch den Dialog zur Klärung suchen!
  - c. Nicht enttäuscht sein, wenn das Gegenüber keine eigenen Fehler sieht!
- 2. Zu Gott gehen und vergeben – Menschen machen Fehler, Gott nicht!**
  - a. Vergebung reinigt das Herz von Wut, Zorn, Hass und anderen teuflischen Giften!
  - b. Eigenverantwortung für sein eigenes Herz übernehmen!
- 3. Unterstützung durch ein sicheres, unterstützendes soziales Umfeld, das hilft zu verarbeiten.**
  - a. Eine gesunde Gemeinde besuchen – wenn man bereit ist!
  - b. Gute Freundschaften pflegen.
- 4. Beziehung zu Jesus als wichtige Priorität sehen!**
  - a. Jesus ist deine Quelle.
  - b. Gottes Wort.
  - c. Zeiten der Anbetung und Erquickung vor Gott.
  - d. Lobpreismusik kann sehr heilsam sein, da sie unseren Fokus auf Jesus lenkt.

# QT Veränderung erleben 3. Abend

## **Veränderung in unserem Leben fordert immer unser Fundament heraus!**

Es gibt einen kleinen Abschnitt in der Bibel, der einer starken Veränderung unterworfen war. Ich rede von der Zeit zwischen Ostern (= der Auferstehung Jesu) und dem Pfingstfest (= die Erfüllung der Verheißung vom Heiligen Geist).

Wir reden von 40 Tagen zwischen Auferstehung und Himmelfahrt Jesus und weiteren 10 Tagen bis zum Pfingstfest.

### **Würdet ihr an Jesu Stelle sein, was würdet ihr nach der Auferstehung tun?**

- Strahlend in den Tempel gehen und allen Priestern erscheinen?
- Zum Statthalter gehen und ihm die Meinung sagen?
- Eine große Versammlung abhalten und Tausende Menschen erreichen?
- Im Kolosseum alle Heiden besiegen und als der ultimative Gladiator auftreten?

### **Welchen Weg ging Jesus?**

- Er verbrachte seine Zeit damit, seine Jünger aufzusuchen.
- Er wollte ihnen Licht in ihre anscheinende Dunkelheit geben.
- Er wollte ihnen Mut zu sprechen, den sie verloren hatten. (Petrus!)
- Er wollte ihnen noch einmal ganz besonders seine Liebe zeigen!
- Er wollte ihnen Zuversicht und Hoffnung geben!

**Lukas 24 - Emmaus-Gang:** Er schenkte ihnen Zeit, Aufmerksamkeit und brach das Brot mit ihnen.

**Johannes 21 – Die Jünger am See Tiberias:** Er schenkte ihnen einen guten Fang, als sie an das Ufer kamen, brannte das Feuer mit gebratenem Fisch und frischem Brot.

### **So ist Jesus: ganz persönlich und fürsorglich! Genau so habe ich Jesus persönlich erlebt:**

- **Eine übernatürliche finanzielle Versorgung.**
- **Gottes souveränes Handeln durch verschiedenste Aktionen.**
- **Neue Freundschaften, mit denen ich nicht gerechnet hatte.**
- **Tiefere oder neue Offenbarung aus seinem Wort.**

Die größte Lektion, die ich aber in Zeiten der Veränderung gelernt habe, ist diese:

### **GOTT ÄNDERT SICH NICHT!!!**

*Hebr 10,35 **Werft nun euer Vertrauen nicht weg! Es wird sich erfüllen, worauf ihr hofft.***

*Hebr 10,36 **Aber ihr müsst standhaft bleiben und tun, was Gott von euch erwartet. Er wird euch alles geben, was er zugesagt hat.***

*Hebr 10,37 **Denn das steht fest: "Schon bald wird der kommen, der angekündigt ist. Er wird nicht mehr lange auf sich warten lassen.***

*Hebr 10,38 **Nur wer mir, Gott, vertraut, wird leben. Wer aber zurückweicht und aufgibt, an dem werde ich keinen Gefallen finden." Vgl. Habakuk 2, 3-4***

**Hebr 10,39** Doch wir gehören nicht zu denen, die zurückweichen und verloren gehen. Wir gehören zu denen, die am Glauben festhalten und das ewige Leben gewinnen.

Wenn Gott eine Tür verschließt, dann ist dies meist um uns durch die neue Tür in ein neues Kapitel zu führen. Ja, es gibt unangenehme Veränderung, aber wir müssen Gott vertrauen, dass er nur das Beste für uns hat!!!

### **Paulus Wunsch an die Römer, als ein Mann, der viel Veränderung erlebt hat**

**Röm 15,13** Darum ist es mein Wunsch, dass **Gott, die Quelle aller Hoffnung**, euch in eurem **Glauben volle Freude** und vollen **Frieden** schenkt, damit eure Hoffnung durch die **Kraft des Heiligen Geistes** immer unerschütterlicher wird.

1. Gott ist die Quelle aller Hoffnung
2. Glaube = Vertrauen in Gott (Glaube wächst durch das Hören von Gottes Wort: **Röm 10,17** Doch es bleibt dabei: Der Glaube kommt aus dem Hören der Botschaft; und diese gründet sich auf das, was Christus gesagt hat.)
3. Voller Freude und Frieden
4. Durch die Kraft des Heiligen Geistes

**2Kor 1,4** In allen Schwierigkeiten ermutigt er uns und steht uns bei, ...

**2Tim 2,1** Mein lieber Timotheus! Werde **stark im Glauben durch die Kraft, die Jesus Christus dir schenkt**.

### **Gottes Versprechen**

**Jer 29,11** Denn ich allein weiß, was ich mit euch vorhabe: **Ich, der Herr, werde euch Frieden schenken und euch aus dem Leid befreien. Ich gebe euch wieder Zukunft und Hoffnung.**

**Jer 29,12** Wenn ihr dann **zu mir ruft, wenn ihr kommt und zu mir betet, will ich euch erhören.**

**Jer 29,13** Wenn ihr **mich sucht, werdet ihr mich finden**. Ja, wenn ihr mich **von ganzem Herzen sucht,**

**Jer 29,14** **will ich mich von euch finden lassen. Das verspreche ich euch.**

**Hebr 11,6** Denn **Gott hat nur an den Menschen Gefallen, die ihm fest vertrauen**. Ohne Glauben ist das unmöglich. **Wer nämlich zu Gott kommen will, muss darauf vertrauen, dass es ihn gibt und dass er alle belohnen wird, die ihn suchen.**