

Gott hat dir vergeben. Du auch?



TEACHING

Sich selbst vergeben – was hat das jetzt mit Freundschaft zu tun...? Ein Zitat von Ralph Waldo Emerson lautet: „Die beste Möglichkeit, einen Freund zu gewinnen, ist die, ein Freund zu sein.“ Es ist daher wichtig, sich mit der Frage auseinanderzusetzen: Wie sind wir als Freund unterwegs? Und je mehr Verantwortung du übernimmst – gerade in Beziehungen – desto mehr kommst du in Situationen, wo du auch **Fehler** machst und dir selbst **vergeben** musst! Wie gehst du also mit Vergebung um – bei dir und bei anderen? Man ist ziemlich schnell „gefangen“ in sich selbst: Bist du zum Beispiel immer noch verletzt von einem Konflikt und trägst es der Person nach? Dann bist **du unfrei**, nicht die andere Person. Oder gibt es Dinge, die du dir selbst irgendwie nachträgst? Du bereust vielleicht den Fehler, kannst ihn aber nicht wieder gut machen. Sätze wie „Das kann ich dir (oder mir) nicht vergeben!“ sind Zeichen dieser **Gefangenschaft**. Wir hängen fest, können nicht vergeben – denken, das wäre doch nicht fair! Wenn du so lebst und dabei Gott anbeten möchtest, wird es schwer – mach das mal mit Handschellen... ☺ Doch in deiner eigenen Hand trägst du den Schlüssel zur Selbstvergebung, wusstest du das? Gott hat dir einen Schlüssel gegeben, mit dem du deine Handschellen zu jedem Zeitpunkt aufschließen kannst. Wie funktioniert dieser Schlüssel?

1. Schau in den göttlichen Spiegel – und handle danach!

Manche Fehler stehen dir immer vor Augen, andere sind dir vielleicht gar nicht bewusst. Das Wort Gottes wird in der Bibel als **Spiegel** bezeichnet. Es ist das einzige Buch, das dich liest, wenn du es liest! Um dir die Fesseln zu zeigen, die du nicht sofort siehst: Schuld, Neid, Bitterkeit, Hass... all das siehst du erst im Spiegel. Und laut Jakobus 1,23-25 ist das Wichtigste, nicht nur dort hinein zu gucken, sondern auch danach zu handeln! Handeln bedeutet gemäß dem **Vater Unser** (Matthäus 6,12), dem Schuldigen zu vergeben (welcher du auch selbst sein kannst). Im Deutschen gibt es leider nur die Worte „entschuldigen“ und „vergeben“ – aber wie, fragst du dich, kann jemand überhaupt einen anderen Menschen entschuldigen?! Das kann nur Gott, durch das Kreuz von Jesus. In Lukas 6,37 schreibt eine andere Übersetzung **loslassen** statt vergeben – das passt schon besser. D.h. meine eigenen Handschellen gehen weg, wenn ich den anderen (oder mich selbst) loslasse.

2. Übernimm Verantwortung – für dein Leben und deine Fehler!

Wir reden uns nämlich gern raus und laufen vor der Verantwortung weg. Weil wir nicht wissen, wohin mit der Schuld! Unsere „Kamera“ ist wie beim Handy zunächst mal auf die anderen gerichtet. Also drück mal den Umschalt-Button. Dann gibt es keine Ausreden mehr: Wer guckt mich hier an? Ich selbst! Es geht um mich! Ich habe **Verantwortung für mein Leben**, habe die Warnsignale Gottes missachtet und den Sch... trotzdem gemacht. Jemand, der sich ehrlich mit sich selbst beschäftigt, ist ein demütiger Mensch. Wer vor seiner eigenen Tür kehrt, hat keine Zeit, schlecht über andere zu reden. Und wenn du so Verantwortung übernimmst, dann bring deine Fehler auch ans Kreuz und vergib dir selbst. Wir sollen Gott, den anderen und **uns selbst lieben** – und das heißt auch, uns selbst zu vergeben und die Last loszulassen. Hör auf, dich selbst anzuklagen.

3. Stell dich deinem Schmerz – aber entlarve Identitätslügen!

Judas verrät Jesus einmal – Petrus sogar dreimal! Was ist der Unterschied? Petrus nimmt später die Vergebung von Jesus an, er geht mit seiner Schuld zum Kreuz. Judas bleibt in der Scham stecken und tötet sich selbst. Wenn du das Kreuz nicht annimmst, begehst du „geistlichen Selbstmord“!

4. Zieh den Mantel der Gnade (Römer 5,1-2) an – Gott hat dir schon vergeben!

Gott hat dir vergeben. Du auch?



AUSTAUSCH: KANN ICH MIR SELBST VERGEBEN? (15-30 min)

Kennst du Sätze wie: „Ich kann mir nicht vergeben“ – „Ich mache immer wieder den gleichen Mist“ – „Ich fühle mich vergebens-unwürdig“ – „Mir selbst zu vergeben hat am längsten gedauert“...? Tauscht euch gern darüber aus:

- Wo fühlst du dich von diesen Predigt-Zitaten angesprochen – oder sogar „ertappt“?
- An welchen Schuldgefühlen bleibst du einfach hängen?
- Gibt es Situationen, wo du immer wieder an eine „alte Sache“ erinnert wirst, die eigentlich vergeben ist?
- Was fällt dir schwerer – anderen zu vergeben oder dir selbst?

Ihr müsst jetzt keine Lösung für solche Dinge finden, die gerade aufgeploppt sind. Nehmt sie einfach mit in die weiteren Schritte (Study, Get-Free).



STUDY: SCHULD VS. SCHAM (20-40 min)

Lest gemeinsam Matthäus 27,3-5 und Lukas 22,61-62: Obwohl Judas umkehrt, Buße tut und seine Schuld bekennt, kommt er zu dem Ergebnis, dass er mit der Schuld nicht leben kann, und bringt sich um. Jesus hätte ihm vergeben! Doch Judas konnte sich selbst nicht vergeben. Schuld bedeutet, sich selbst zu vergeben – Scham dagegen, sich selbst anzuklagen. **Schuld sagt:** **Scham sagt:**

„Ich habe etwas Schlechtes getan.“
„Ich habe etwas Falsches gemacht.“
„Ich habe gesündigt.“
„Ich habe versagt.“

„Ich bin schlecht.“
„Ich bin ein Fehler.“
„Ich bin ein Sünder.“
„Ich bin ein Versager.“

Judas versucht, sein Versagen durch Leistung wieder gut zu machen – er bringt das Geld zurück – und scheitert. Die Schuld setzt auf Gnade, Scham dagegen auf Leistung. Der Teufel setzt alles daran, dich in der Scham gefangen zu halten, doch Jesus bietet dir an, **Schuld und Scham** bei ihm am Kreuz loszulassen! Nimm dir jetzt einige Minuten Zeit, schalte die innere „Handy-Kamera“ auf Porträtmodus und lade den Heiligen Geist ein. Bitte ihn um Hilfe, damit du in deinem eigenen Leben zwischen Schuld und Scham unterscheiden kannst.



GET-FREE-EXPERIENCE: WASCHE DIE SCHAM AB! (25-50 min)

Nimm dir eine Schüssel (oder Eimer) Wasser, leg Handtuch und deine Lieblingssocken bereit. Ob allein oder zu zweit, online oder „physisch“, gemeinsam oder in BreakOutSessions: Bring jetzt in einer **Fußwaschung** alles zum Kreuz, was der Geist Gottes dir vorher aufgezeigt hat, und lass deine Seele von Scham und Schuldgefühlen reinigen. Sprecht euch gegenseitig die vollkommene Vergebung Gottes zu und segnet euch mit Eindrücken, Zusprüchen und Bibelversen (z.B. Römer 5,1-2; 10,4; 2. Korinther 5,17-19). Zieht danach eure frischen Socken an und feiert Jesus! ☺



NEXT STEP: BLEIB IN DER FREIHEIT! (ZUHAUSE)

Du hast schlechte Dinge getan und von Gott dafür Vergebung erhalten – doch vielleicht sind ihre Folgen noch sichtbar, oder andere Menschen erinnern dich ständig daran. Nimm dir Paulus zum Vorbild, wie er mit seiner Vergangenheit umgeht (z.B. 1. Korinther 15,9-10; 1. Timotheus 1,13-14): Es wirft ihn nicht in die Scham zurück, sondern er feiert Jesus umso mehr! Schaut euch zur Vertiefung gern diesen **Talk** über Vergebung an.