

# HEILUNG FÜR ZERBROCHENE BEZIEHUNGEN



## TEACHING:

Wir alle haben Verletzungen, und leider heilt die Zeit eben nicht alle Wunden. Im Gegenteil, sie mauert dein Herz zu, macht dich lieblos und bitter. Wenn wir schon in der kleinsten „Zelle“ verletzt werden, in unserer Familie, ist das Verletzungspotential in der Kirche mindestens genauso groß. Selbst wenn wir unsere Erwartungen stark runterschrauben, bedeutet das nicht Versöhnung oder Heilung, sondern nur, dass wir mit unseren Verletzungen nicht umgehen können. Denn du liebst nicht mehr so leidenschaftlich wie früher, sondern ziehst dich zurück.

### **Je näher mir jemand steht, desto höher ist das Verletzungspotential.**

Deshalb wirst du im kirchlichen oder familiären Kontext mehr verletzt werden als irgendwo sonst – das ist normal! Auch David hat das erlebt: In Psalm 55,13-15 beklagt er, dass ihm sogar sein enger Freund „in den Rücken fällt“. Sollen wir daraus den Schluss ziehen, dass Beziehungen, Familie und Kirche sich nicht lohnen? Oder hat Gott einen anderen Plan?

### **Im Reich Gottes hast du kein Recht, verletzt zu sein.**

Du hast ein Recht auf das Kreuz, auf Vergebung und Heilung! Und doch ist es ein Zeichen der Endzeit, dass sogar Christen sich gegenseitig hassen (Matthäus 24,10). Unsere Verletzungen führen dabei oft zu zweierlei Verhalten:

- **Angriffsverhalten:** Verletzungen führen zu Emotionen, und die verhalten sich wie ein Bumerang: Wo ich Emotionen im Reich Gottes unkontrolliert rauslasse, fühlt es sich kurze Zeit gut an („dem habe ich es aber mal gesagt...“) – doch dann kommen die Emotionen zurück und verletzen mich zusätzlich. Unsere Wunden nehmen nur zu, und am Ende liegen alle „blutend“ da. Es ist wie ein „Friendly Fire“ im Kriegsgeschehen!
- **Verteidigungs- und Schutzmauern:** Ich baue eine Schutzmauer um mein Herz, denn ich will nie wieder von jemandem verletzt werden (Sprüche 18,19). Doch je mehr Schutzmauern ich baue, desto mehr werden sie zu geistlichen Gefängnismauern. Ich verliere mich in Isolation, Schmerz und Trennung, habe kein Leben mehr. Ich glaube diesen Mauern („Gedanken-Hochburgen“ aus 2. Korinther 10,4) mehr als Gottes Wort (Sprüche 18,10).

### **Der Köder des Feindes in deinem Leben sind die Verletzungen, die du erleidest.**

Und das Schlucken des Köders sorgt dafür, dass du dein Calling nicht lebst! Der Feind lockt dich an durch die Fehler der anderen und redet dir ein, du hättest ein „Recht“ darauf, verletzt zu sein und Schutzmauern zu bauen. Jesus sagt in Matthäus 24,11-12, dass wir Verletzungen haben werden. Und wenn wir nicht richtig darauf reagieren, werden wir auf falsche Propheten hören, werden das Wort Gottes aushöhlen („Gesetzlosigkeit“), und die Liebe Gottes (griechisch „Agape“) in uns wird erkalten. Dabei soll die Welt an der Liebe der Christen untereinander erkennen, dass wir Jünger Jesu sind (!)

### **Wenn wir nicht vergeben, erleben wir keine Vergebung.**

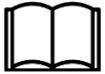
Wie kann ich auf diesen Köder nicht hineinfallen? Der Schlüssel ist Vergebung! Am Kreuz betet Jesus für seine Henker. Er wartet nicht darauf, dass sie sich ändern. Vergebung hat nur mit dir zu tun, nicht mit der anderen Person – zur Versöhnung braucht es jedoch zwei Leute. Gott hasst Uneinigkeit unter Brüdern (Sprüche 6,16-19). Deshalb lädt er uns ein, mit unseren Verletzungen zu ihm in die „geistliche Physiotherapie“ zu kommen. Gott will mit dir in den Schmerz der Verletzung reingehen. Der göttliche Ausweg aus der Unvergebenheitsfalle besteht nämlich darin, dass du für deinen „Feind“ betest. Auch wenn sich das zunächst sehr schmerzhaft anfühlt...

# HEILUNG FÜR ZERBROCHENE BEZIEHUNGEN



## AUSTAUSCH: VERLETZTE EMOTIONEN? (20-40 min)

1. In welchen Beziehungen (Familie, Kirche, ...) neigst du am ehesten dazu, bei Frustration „auszusteigen“?
2. Hast du schon einmal „emotional ausgeteilt“? Wie hat es sich angefühlt (als der Bumerang zurückkam 😊)?
3. Wie leicht oder schwer fällt es dir grundsätzlich, Menschen zu vergeben? Was hilft dir dabei?



## STUDY: CHRISTSEIN IN DER ENDZEIT (20-40 min)

1. Wie beschreibt Jesus in Matthäus 24,10-12 die Christen in der Endzeit? Fällt euch ein aktuelles Beispiel ein?
  - *Falsche Propheten*: Leute, die dir erklären, dass es normal ist, verletzt zu sein (= Wolf im Schafspelz).
  - *Gesetzlosigkeit nimmt Überhand*: Man ändert das Wort Gottes ab (z.B. „Ich darf dir das nachtragen...“).
  - *Die Liebe wird erkalten*: Die Bibel kennt 3 Begriffe für Liebe: Eros (erotisch), Phileo (brüderlich) und Agape (göttlich). Letztere ist hier gemeint. Sie hängt nicht an deiner Performance. Die Welt kennt Agape gar nicht.➔ Predigtzitat: „Wir reden lieber über Menschen als mit ihnen, übernehmen damit eine zerstörerische Kultur. Unser Umgang miteinander wird exponentiell liebloser.“ Was heißt das für euren Umgang in der Group?
2. Wovor warnt uns Gott in Sprüche 6,16-19? Wie kann man Gedanken-Hochburgen zerstören (2. Korinther 10,4-5). Lest Psalm 55,13-15 im Kontext des ganzen Psalms: Wie ist Davids Gefühlslage und wie geht er damit um?



## REFLEXION / GET FREE: VERGEBUNG IST DER SCHLÜSSEL (20-40 min)

1. Nachdem man den „Köder“ (die Verletzung) geschluckt hat, ist die Strategie des Feindes wie folgt:
  - So viele Verletzungen in meiner „Brust“, bis ich geistlich sterbe.
  - So viele Mauern um mein Herz, bis ich geistlich verhungere.➔ Tendierst du eher zum Angriff oder zu Schutzmauern (oder zu beidem)? Hast du ein aktuelles Beispiel?  
➔ Erlebst du schon die Folgen dieser teuflischen Falle (geistlich „tot“, lieblos, gefangen im eigenen Käfig)?
2. Nicht zu vergeben, hat drastische Folgen: Gott vergibt mir **nicht**, wenn ich den anderen Menschen nicht vergebe (Markus 11,24-26). Indem du diese Bibelstelle nicht ernstnimmst, veränderst du schon Gottes Gesetz!  
➔ Wo stehst du in der Gefahr, Gesetzlosigkeit einzuführen durch das Festhalten an deinen Verletzungen?  
➔ Hast du ein Positivbeispiel, wo du vergeben konntest – und wie fühlte sich das an? Was lernst du daraus?
3. In der Predigt wurden diese göttlichen Auswege aus der „Unvergebenheitsfalle“ genannt:
  - Gebet für deine Feinde: Jede Person, die irgendetwas in dir auslöst (dich „triggert“), ist biblisch gesehen dein Feind, für den du beten solltest (Matthäus 5,44 & Psalm 35,11-14) – auch wenn das erstmal schwerfällt.
  - Ein Fasten, das Gott gefällt (Jesaja 58,3-10): Hast du in der Fastenzeit schon geistliche Durchbrüche erlebt?

Bringt nun eure Käfige, Mauern und Verletzungen zum Kreuz von Jesus. Helft euch im Gebet dabei, euren „Feinden“ zu vergeben und sprecht euch auch gegenseitig Vergebung zu! Lasst euch von Jesus neu mit Agape-Liebe füllen!



## NEXT STEP: FASTEN UND BETEN (zu Hause)

- Faste und bete mit anderen gemeinsam: Vom 15.-21. Januar ist die **Allianz Gebetswoche** im CVJM München.
- Buchtipps zur Predigt: **Der Köder des Feindes: Deine Reaktion bestimmt deine Zukunft** von John Bevere.