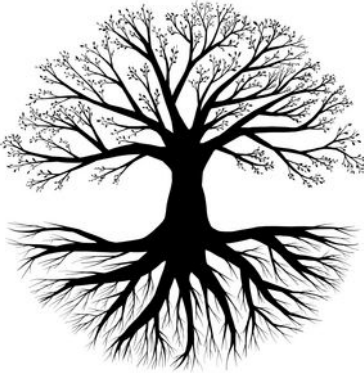


## Lektionsplan 5: Schritte der Vergebung

*Hinweise zum Delegieren: Die meisten Teile des Treffens solltest du nun möglichst nicht mehr selbst leiten. Achte darauf, dass Inhalt und Ziel von jedem delegierten Teil gut erhalten bleibt. Die Teile Vision, Lehre und Üben solltest aber über das ganze Training du (oder ein Co-Trainer) leiten.*

### 3 **Vision (10 Min): Die Wurzeln unseres Verhaltens**



Oft merken wir, wenn wir uns nicht so verhalten, wie Gott das möchte. Zum Beispiel wenn ich einen unfairen oder zynischen Kommentar mache, der eigentlich unnötig ist. Vielleicht weist mich jemand darauf hin, vielleicht sage ich es mir selbst: „Reiß dich zusammen, mach das nicht mehr!“ Ich versuche, die Blätter meines Verhaltens abzuschneiden. Das Problem ist: Da wachsen immer wieder neue Blätter und so werde ich das kaum schaffen. Vielleicht lerne ich, meinen Mund zu halten, aber die fiesen Kommentare sind trotzdem noch in meinen Gedanken da und auch dort sind sie nicht gut.

Das liegt daran, dass mein Verhalten nur das Symptom ist und das eigentliche Problem unter der Oberfläche liegt. Es kann sein, dass in mir eine ungesunde Wut steckt, die sich manchmal auf diese Weise

entlädt. Im Bild vom Baum ist das der Stamm. Er ist einfach da – genauso wie unsere Gefühle einfach da sind und es keine Lösung ist, sie zu unterdrücken oder zu verdrängen. Nun kann ich mir einen Boxsack zulegen, um dort meine Wut rauszulassen. Das ist keine schlechte Idee – es ist besser, auf einen Boxsack einzuschlagen, als andere zu verletzen.

Gott hat aber noch etwas besseres für uns: Er weiß, wo die Wurzel des Problems liegt und möchte uns davon freimachen. Er kann mir zum Beispiel zeigen, dass diese ungesunde Wut in mein Leben gekommen ist, als mein Vater mich als Kind unfair behandelt hat. Wenn ich nun meinem Vater dafür vergebe, macht Gott mich frei. Wenn die Wurzeln gereinigt sind, dann verschwindet diese ganze ungesunde Wut und ich muss auch nicht mehr gegen die unschönen Gedanken kämpfen.

Was sind diese schlechten Wurzeln? Es können Lügen sein, die wir glauben und uns dessen gar nicht bewusst sind. Es kann Unvergebenheit sein oder Sünde, die ich getan habe. Es kann auch sein, dass ich ein Problem von meiner Familie geerbt habe und es seit Beginn meines Lebens da ist. Egal, was es ist: Jesus kann uns davon frei machen. Er möchte uns an die Wurzeln unseres Verhaltens führen und hilft uns, die notwendigen Schritte zu gehen, um frei von aller Last zu werden.

*Lass alle fragen: Gott, wo bekämpfe ich nur die Symptome von Problemen?*

### 5 **Lehre (25 Minuten):** Achte darauf, dass noch genügend Zeit für die Umsetzung bleibt. Du kannst dir zur Vorbereitung auch das Arbeitsblatt „Schritte der Vergebung: Trainingshinweise“ anschauen. Es enthält weitere Hinweise und gute Beispiele, wie du einzelne Punkte anschaulich erklären kannst.

### 6 **Üben (25 Minuten): Möglichkeit 1: Alle durch Vergebung leiten**

Schaffe eine geeignete Atmosphäre, in der jeder Gott begegnen kann (z.B. genügend Platz; etwas Lobpreismusik im Hintergrund; jeder hat etwas, um sich Notizen zu machen, ...) Fang mit der Frage vom letzten Abschnitt des Arbeitsblattes an und gehe dann durch die fünf Schritte, während du jeweils genügend Zeit lässt. Lass jeden Gott die entsprechende Frage stellen bzw. gib kurze Anweisungen, was jeder nun im Gebet machen soll.

Mach danach eine Auswertung um zu schauen, wer bereits eine konkrete Sache vergeben konnte und wer gemerkt hat, dass er nicht weiterkam und noch persönliche Unterstützung braucht.

#### **Möglichkeit 2: Eine Person persönlich durch Vergebung leiten (erfordert mehr Erfahrung)**

Lass alle (wie auf dem Arbeitsblatt beschrieben) Gott die Frage stellen, wem sie vergeben sollen. Danach soll jeder sagen, was Gott ihm gezeigt hat. Wenn eine Person bereit dafür ist und die Verletzung überschaubar ist, dann leite denjenigen durch Vergebung, während alle anderen beobachten.

*Nutze das Arbeitsblatt „Andere durch Vergebung leiten“ und die Unterstützung deines Trainers, um dich vorzubereiten. Kläre am Ende des Treffens, dass jeder die Unterstützung bekommt, die er noch braucht, um die Dinge zu vergeben, die Gott ihm heute gezeigt hat.*