



Januar „Study Notes“

Vergebung, das größte Werkzeug der Macht

Schlüsselstellen

Matthäus 6:9-10, 14, 15

Matthäus 5:23-24

Schlüsselwörter und Konzepte

- Das Herz
- Der Wille zum Verzeihen
- Der Auferstehungseffekt
- Die Kernwunde
- Gebetsvorlage

Leseaufgaben

- ✓ *Ich Vergebe Dir*, Vorwort— Seiten: vii-xii.
- ✓ *Ich Vergebe Dir*, Kapitel 1: „Wenn Ihr Betet, so Vergebt“ — Seiten 1-8.
- ✓ Fallgeschichte 1: Zeb, Der Auferstehungseffekt - wie Vergebung eine tiefe Wunde heilte.

Zusätzliche Informationsquellen (Englisch)

- ✓ <https://judithdoctor.com/wp-content/uploads/2021/02/The-Condition-of-Your-Heart.pdf>
- ✓ <https://judithdoctor.com/forgiveness-your-greatest-tool-of-power/>
- ✓ <https://judithdoctor.com/we-are-free-from-guilt-and-shame/>

Dinge zum Nachdenken

- Welche Gedanken in Kapitel 1 haben Sie berührt?
- Warum, glauben Sie, ist es für Jesus wichtig, anderen zu vergeben?
- Wie wirkt sich Unversöhnlichkeit auf das Herz aus? - Wie ist der Zustand Ihres Herzens?
- Was ist der „Auferstehungseffekt“?
- Was bedeutet „Der Wille zur Vergebung“ für Sie?



- Warum bezeichnet Agnes Sanford, die Mutter der Bewegung für innere Heilung, Vergebung als das größte Werkzeug der Macht?

↳ **Deine Antwort**

- ✓ Was passiert mit deinem Herzen, wenn du verletzt wirst?
- ✓ Wie offen ist dein Herz in diesem Moment auf einer Skala von 0 bis 10 (0 ist völlig verschlossen, 10 ist völlig offen)?
- ✓ Zeichne ein Bild deines Herzens und verwende Bilder oder Symbole, um seinen Zustand darzustellen.

Beginne eine Liste und schreibe die Menschen auf, denen du vielleicht vergeben musst.

Wenn du an jemanden denkst, der dir Unrecht getan hat, was fühlst du dann in deiner Magengrube? Zieht sich dein Magen zusammen? Fühlst du ein Brennen in deinem Geist, wenn du an die Person denkst?

- Wer hat dir Unrecht getan?
- Gegen wen führst du eine Liste des Unrechts?
- Bei wessen Gesichtern fühlst du dich unwohl?
- Wen magst du nicht? Missbilligst du sie?
- Wer hat dich abgelehnt?

Empfohlenes Gebet:

Nutze Davids Gebete für dich selbst: Psalm 139,23-24 und Psalm 51,10 (S. 6)