



Februar „Study Notes“

Der hohe Preis des Nicht-Vergebens

Schlüsselstellen

Matthäus 18,21-35

Jesaia 1,4-6

Epheser 4,30-32

Schlüsselwörter & Konzepte

1. Folter; Peiniger
2. Schuld
3. Gnade
4. Der Wille zu Bestrafen
5. Die Vaterwunde

Leseaufgaben

- ✓ *Ich Vergebe Dir*, Kapitel 2: „Der hohe Preis des Nicht-Vergebens“ – Seiten 9-19.
- ✓ Fallgeschichte 2: Verlust, Komplizierte Trauer, Verstopfung: Die Vaterwunde.

Dinge zum Nachdenken

- Was bedeuten die Worte Jesu über das Ausgeliefertsein an Folterknechte für Sie?
- Wie kann sich Nicht-Vergeben auf uns auswirken?
- Welcher Zusammenhang besteht zwischen Ihrer Gesundheit und Unversöhnlichkeit?
- Warum kann Nicht-Vergeben unsere Wunden von Gottes heilender Kraft fernhalten?
- Warum öffnet Nicht-Vergeben die Tür für dämonische Aktivitäten?
- Können Sie erklären, was der „Wille zur Bestrafung“ bedeutet?

Deine Antwort

- ✓ Was passiert mit deinem Herzen, wenn dich jemand beleidigt/verletzt?
- ✓ Was lässt deine Miene verfallen?
- ✓ Wie hat sich Unversöhnlichkeit in der Vergangenheit auf deine Beziehungen ausgewirkt?
- ✓ Kannst du erklären, was der "Wille zur Bestrafung" ist? (Siehe Fallgeschichte 2)
- ✓ Kannst du erklären, was die Vaterwunde ist? (Siehe Fallgeschichte 2)



Erstelle eine Liste deiner negativen Emotionen

Negative Emotionen binden Sie an vergangene negative Erfahrungen und an vergangene oder gegenwärtige Beziehungen. Solange Sie diese starken negativen Emotionen in sich tragen, lassen Sie zu, dass sie Sie in der Gegenwart und in der Zukunft eines erfüllten und befriedigenden Lebens berauben. Achten Sie also auf die Gefühle, die Sie empfinden, und machen Sie eine Liste der negativen Emotionen, die Sie in dieser Woche erleben.

Aktivitäten zum experimentellen Lernen

Beende diesen Satz: Gott hat mir vergeben, dass ich...

Beschreibe oder zeichne ein Bild davon, wie sich Folter anfühlt.

Hatten Sie schon einmal das Gefühl, auseinanderzufallen oder in Stücke zu gehen? Was glaubst du, was die Ursache für dieses Gefühl war?

Erstellen Sie eine Liste der „Wie-es-sein-sollte“-Anweisungen, die Sie haben.

- So hätte mein Vater sein sollen... Meine Mutter hätte sein sollen...
- So hätte es mit meinem Partner sein sollen...
- So sollte es jetzt mit meinen Kindern sein....

- So hätte ich sein sollen...

Führe Tagebuch oder schreibe einen Brief

Schreibe in dein Tagebuch über deine größte Verletzung und wer oder was sie verursacht hat. Schreibe einen Brief an Gott, indem du ihm sagst, warum Vergebung für dich wichtig ist.

Gebet

Wenn du diese Woche Schmerzen verspürst, dann tu, was Jesus gesagt hat: „Kommt her zu mir alle, die ihr müde und beladen seid, so will ich euch erquicken“ (Matthäus 11,28). Sag ihm nicht einfach, warum du Schmerzen hast, sondern fühle den Schmerz und zeige ihn ihm