



## Kleingruppenblatt: Josefs Vergebungsbereitschaft (6. März 2022)

- Gott erlääbä | Gmeinschaft | persönlich wärde | im Gluubä wagsä -

### Einleitung

Beziehungen bereichern unser Leben und Gehören zu unserem Alltag. Doch sie sind nicht immer einfach und angenehm. Manchmal fordern sie uns heraus und hinterlassen tiefe Verletzungen in unseren Herzen.

Josefs Leben ist geprägt von Hochs und Tiefs. Er erlebt eine schöne Kindheit als Lieblingssohn und wird verwöhnt, doch aus Eifersucht verkaufen in seine Brüder in die Sklaverei. So kommt Josef nach Ägypten und lebt dort im Hause Potifars und es gelingt ihm alles was er macht, weil Gott mit ihm ist. Als er jedoch nicht mit der Frau von Potifar ins Bett geht, obwohl das ihr sehnlicher Wunsch ist, verbreitet sie Lügen über Josef und Potifar lässt ihn ins Gefängnis werfen. Doch auch dort ist Gott mit ihm und lässt ihm alles gelingen was er tut. Als er Jahre später einen Traum des Pharaos deuten kann, wird er von ihm aus dem Gefängnis entlassen und als zweitmächtigster Mann im Land ernannt. In dieser Position bereitet er Ägypten, während sieben Jahren, auf eine siebenjährige Hungersnot vor. In dieser Hungersnot kommt Josef schlussendlich wieder mit seinen Brüdern und seiner Familie in Kontakt.

Obwohl Josef viel Ungerechtigkeit in seinem Leben erfahren hat, lassen sich bei ihm, keine Anzeichen von Bitterkeit erkennen. Ein Schlüssel dazu, ist wohl seine Bereitschaft anderen zu Vergeben und mit seinem eigenen Leben versöhnt zu sein.

### Lest gemeinsam 1. Mose 45, 1-15



### Persönlicher Austausch

- Was löst diese Geschichte in dir aus?
- Gibt es etwas, dass dich an dieser Geschichte erstaunt?
- Josef vergibt seinen Brüdern. Wurde dir auch schon mal eine Schuld, die du jahrelang mit dir herumgetragen hast, vergeben? Was löste dies in dir aus?
- Warst du selbst schon die Person, die jemandem vergab? Woher nimmst du die Kraft dazu?
- Was hat sich durch Vergebung in deinem Leben verändert?
- Vergeben ist ein Prozess und nicht immer einfach. Was hilft dir dabei, den Weg der Vergebung zu begehen, selbst wenn sich dieser nicht immer als einfacheren Weg anfühlt?
- Hattest du auch schon jemandem etwas über längere Zeit nicht vergeben? Wie hat sich das für dich angefühlt?
- Gibt es etwas in dieser Geschichte, dass dich persönlich getroffen hat und dich ins Nachdenken über deine Beziehung zu deinen Mitmenschen oder deiner Gottesbeziehung bringt?



# Korps Frutigland



## Vertiefung

- Die Aufforderung dazu, einander zu vergeben, finden wir immer wieder in der Bibel. So auch in Epheser 4,32 oder in Kolosser 3,13. Weshalb betont die Bibel dieses Thema wohl so intensiv?
- Gemäss Matthäus 6,14 oder Lukas 6,37 ist die Vergebung Gottes uns gegenüber, gekoppelt an unsere eigene Bereitschaft Anderen zu vergeben. Was lösen diese Verse in dir aus?
- In Matthäus 18, 21-22 stellt Petrus Jesus eine Frage zur Häufigkeit von Vergebung. Warum betont Jesus hier die Häufigkeit von Vergebung? Was habt ihr selbst bezüglich der Häufigkeit von Vergebung für Erfahrungen gemacht?
- In Micha 7,18 wird uns Gott als einzigartiger Gott vorgestellt, gerade weil er ein Gott ist, der die Sünde vergibt. Was geht dir bei diesem Vers durch den Kopf?
- Hebräer 12,15 warnt uns vor der Wurzel der Bitterkeit, die unser Herz einnehmen kann. Wie können wir solche Wurzeln möglichst früh erkennen?
- Prediger 11,10 fordert ins heraus, Unmut und Bitterkeit aus unserem Herzen zu entfernen. Wie könnte das bei dir konkret aussehen?



## Reflexion

- Josef wird, unter anderem, durch seinen vergebenden Lebensstil frei und dazu befähigt seinen Auftrag zu leben. Wo hast du Ähnliches erlebt? Wo hindert dich deine eigene Unversöhnlichkeit daran, frei deine Berufung zu leben?
- Vergebung ist ein Lebensthema und betrifft uns alle, in welchem Bereich fordert dich dieses Thema besonders heraus?
- Gibt es etwas in deinem Leben, dass du dir selbst oder jemand anderem noch vergeben möchtest?
- Der Prozess von Vergebung kann grob in vier Bereiche unterteilt werden, vielleicht ist dir diese Darstellung eine Hilfe:
  - o Bewusstes Durchleben: Gefühle wie Zorn, Trauer oder Hass erstmal bewusst durchleben und zulassen. Sich die Verletzung im eigenen Herz eingestehen.
  - o Entschluss, zu vergeben: sich entscheiden, sich selbst auf das Verzeihen einzulassen, indem man sich bewusst macht, welche Vorteile damit verbunden sind.
  - o Verständnis: ein Verständnis für die Person zu entwickeln, ohne dabei die Tat zu entschuldigen. Der Lerneffekt, das Unrecht, das uns angetan wurde als unumkehrbar zu akzeptieren und auf Reaktionen wie Rückzug, Angriff oder den Wunsch nach Rache zu verzichten.
  - o Akzeptanz: die Erkenntnis, dass es gut tut schmerzvolle Erfahrungen zu akzeptieren, loszulassen und mit Mitgefühl, Grosszügigkeit und Wohlwollen zu ersetzen.



## Nächster Schritt

- Was setzt du in der nächsten Zeit um, um deine Beziehung zum himmlischen Vater zu vertiefen?
- Was ist dein nächster Schritt in deinen zwischenmenschlichen Beziehungen?

Betet gemeinsam für eure nächsten Schritte und unterstützt einander, damit ihr als Kleingruppe wachsen könnt und ihr ein Segen für euer Umfeld darstellt.