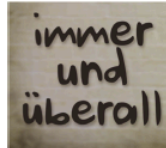


Matthäus 6

12 Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir denen vergeben **haben**, die an uns schuldig wurden.

14 Wenn ihr den Menschen ihre Verfehlungen vergebt, wird euer Vater im Himmel euch auch vergeben.

15 Wenn ihr aber den Menschen nicht vergebt, wird euer Vater im Himmel euch eure Verfehlungen auch nicht vergeben.«



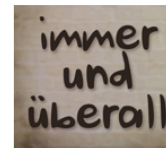
immer
und
überall

Kolosser 3,13

Ertragt einander und vergebt euch gegenseitig, wenn einer Klage gegen den anderen hat;
wie auch der Herr euch vergeben hat, so auch ihr! (EÜ)

Seid nachsichtig mit den Fehlern der anderen und vergebt denen, die euch gekränkt haben.

Genauso, wie Jesus euch vergeben hat, sollt auch ihr einander vergeben..



immer
und
überall

Wie kann ich vergeben?

Schritt ①

Was wurde mir vergeben?

- von Gott, von anderen Menschen
- was habe ich mir selber vergeben
- was hat das bei mir ausgelöst

Wie kann ich vergeben?

Schritt ②

Was rumort immer noch in mir?
Was kommt nicht zur Ruhe?

herausfinden:

- was kommt immer wieder hoch
- wo rede ich mit anderen darüber, dass ich verletzt bin
- wo ist Schmerz, Leid, Trauer, Bitterkeit, Ärger, Wut
- wo kann ich anderen nicht unbefangen begegnen

Wie kann ich vergeben?

Schritt ③

Wo kann ich über Verletzung
und Vergebung sprechen?

Es gibt drei Orte

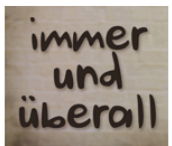
- bei Jesus
- mit einem Vertrauten/Seelsorger
- mit dem Betroffenen selber

Wie kann ich vergeben?

Schritt ④

Mit wem will ich oder sollte ich
ein klärendes Gespräch führen?

in Respekt, Ehre und Wertschätzung
dabei klar, offen, aufrichtig
in Sätzen, die mit „ich“ beginnen



immer
und
überall