

KLEINGRUPPEN

Die Sache mit der Zeit und den Wunden...

pastorsblog.de

Es heißt oft: „Die Zeit heilt alle Wunden.“ Aber stimmt das wirklich? Viele Menschen erleben, dass Verletzungen, ob physischer oder emotionaler Natur, nach Jahren noch immer schmerzen. Die Bibel bietet uns jedoch eine tiefere Perspektive, wie wahre Heilung geschehen kann.

PSALM 147,3

Er heilt, die zerbrochenen Herzens sind, und verbindet ihre Wunden.

Diese Aussage zeigt, dass Gott nicht möchte, dass wir in unserem Schmerz gefangen bleiben. Vielmehr lädt er uns ein, unseren Schmerz zu ihm zu bringen, damit er uns heilen kann. Heilung ist jedoch ein Prozess, der in mehreren Schritten geschieht:

1. Reinigung

Gott beginnt damit, die Wunde zu reinigen. Er will den emotionalen „Schmutz“ beseitigen, der durch die Verletzung in unser Herz gekommen ist – Wut, Enttäuschung, Hass oder Scham. Dies geschieht, indem wir unsere Sünden bekennen und die schädlichen Gefühle und Gedanken vor Gott bringen.

1. JOHANNES 1,9

Wenn wir aber unsere Sünden bekennen, so ist er treu und gerecht, dass er uns die Sünden vergibt und uns von aller Ungerechtigkeit reinigt.

Reflexionsfragen

1. Welche Emotionen und Gedanken haben sich durch meine Verletzungen in meinem Herzen festgesetzt? (z. B. Wut, Enttäuschung, Scham)
2. Gibt es Dinge, die ich vor Gott bringen und ihm bekennen sollte, damit er sie reinigen kann?
3. Bin ich bereit, die Wunde, die ich trage, Gott zu zeigen und ihm zu erlauben, den Reinigungsprozess zu beginnen?

2. Reparatur & Wiederherstellung

In diesem Schritt geht es darum, sich Gott ganz hinzugeben. Er möchte uns wiederherstellen und unser Leben erneuern. Dies geschieht, indem wir Zeit mit ihm verbringen, sein Wort

lesen und seine Nähe suchen. Gott möchte unser Inneres mit Frieden und Hoffnung füllen.

MATTHÄUS 11,28

Kommt her zu mir, alle ihr Mühseligen und Beladenen! Und ich werde euch Ruhe geben.

Reflexionsfragen

1. Wo in meinem Leben brauche ich Gottes Wiederherstellung? Gibt es Bereiche, die gebrochen sind und seine Heilung benötigen?
2. Wie kann ich aktiv Zeit in Gottes Gegenwart verbringen, um von ihm gestärkt und erneuert zu werden? (z. B. im Gebet, durch Lobpreis oder das Lesen seines Wortes)
3. Was spricht Gott in dieser Phase der Wiederherstellung zu mir? Welche Verheißungen möchte er mir für die Zukunft geben?

3. Narbenbildung

Schließlich bleibt die Narbe – ein sichtbares Zeichen, dass Heilung geschehen ist. Narben schmerzen nicht mehr, sie sind ein Zeugnis dessen, was geschehen ist und was Gott in unserem Leben getan hat. Sie sind keine Zeichen von Schwäche, sondern von Gottes Wirken in uns.

2. KORINTHER 4,16

Darum werden wir nicht müde; sondern wenn auch unser äußerer Mensch verfällt, so wird doch der innere von Tag zu Tag erneuert.

Reflexionsfragen

1. Gibt es Narben in meinem Leben, die ein Zeugnis für Gottes Wirken und Heilung sind? Welche Geschichten kann ich darüber erzählen?
2. Wie kann ich die Narben meiner Vergangenheit nutzen, um anderen Mut zu machen und von Gottes Heilung zu berichten?
3. Was bedeutet es für mich, dass eine gut geheilte Narbe nicht mehr schmerzt, sondern mich daran erinnert, was Gott bereits getan hat?

Mögliche Anlaufstellen für innere Heilung: [HIER](#)