



MÄNNERFORUM
wach miteinander unterwegs

fürposcht

männerforum | tösstalstr. 23 | 8400 winterthur

Tel. 052 397 70 07 | www.maennerforum.ch | info@maennerforum.ch

DEZEMBER 2013



Jo Scharwächter
Pastor Rolling Church

Heilung für tiefe Verletzungen

Oft erlebe ich, dass Männer über Jahre immer wieder in gleichgestrickten Situationen hängen bleiben und nicht vorwärts kommen. Was bringt da das Bibelwort von 2. Korinther 5,17: „Das alte Leben ist vergangen, eine neue Schöpfung ist erstanden“?

Emotionen gehören zu unserem Menschsein. Warum dauert es so lange, bis man sich von emotionalen Verletzungen wieder erholt? Nie würden wir Nähte lösen, bevor die Wunde verheilt ist. So braucht auch die Heilung von Emotionen ihre Zeit.

Entscheidendes erlebte ich an einem Männertag: Ein bekannter Leiter bat mich um Verzeihung mit den Worten: „Als du uns am nötigsten hattest, haben wir versagt.“ Mir schossen die Tränen in die Augen. Da setzte die Heilung meines Herzens ein.

Für diesen Prozess braucht es nach meiner Erfahrung vor allem Vertrauen. Als Männer neigen wir dazu, schmerz-

liche Situationen zu vermeiden, wir verdrängen sie. Können wir jemals wieder jemandem vertrauen, der uns tief verletzt hat?

Zum Heilungsprozess gehört:

- **Loslassen:** „Vergebt zuerst allen, gegen die ihr einen Groll hegt“ (Markus 11,25). In der Seelsorge sehe ich, dass Männer auf ihre eigene Verletzung sehen und darin hängen bleiben. Sie vereinsamen und verstehen ihre Umgebung nicht mehr. Ich habe selbst den Entschluss fassen müssen, die Verletzungen aus der Vergangenheit loszulassen. Als ich meiner Mutter vergab, nahm dies den Keil aus meinem Leben und gesunde Beziehungen konnten aufgebaut werden.

- **Neu ausrichten:** „Durch die mächtige Kraft, die in uns

wirkt, kann Gott unendlich viel mehr tun, als wir je bitten oder auch nur hoffen würden“ (Epheser 3,20). Ich versuchte, mein gebrochenes Herz vor allen zu verbergen. Jetzt weiss ich: Schuld und Scham verdunkelten meinen Blick. Als ich offen über diese Dinge zu reden begann, konnte ich auch anderen Menschen helfen. Und ich sehe neues Leben entstehen.

- **Empfangen:** Wenn andere Menschen in Schwierigkeiten geraten, können wir ihnen den gleichen Trost spenden, den Gott uns geschenkt hat (2. Korin-

ther 1,4). Heute blicke ich auf viele Menschen, deren Leben neu geworden ist. Und allmählich begreife ich, dass das Auf und Ab in meinem Leben für andere zum Segen werden konnte.

Anderen Menschen den Anstoss zum Neuanfang geben: dafür lohnt es sich zu leben. Als Vater will ich meinen Kindern ein wirkliches Gegenüber sein. Was sie Schweres mit mir erlebten, kann ich nicht vergessen machen. Doch sie können heute sehen, dass Gott mir Neues geschenkt hat und mein Leben auf den Kopf stellt.



Fragen für die Männergruppe (oder mit der Ehefrau)

1. Woche: Hältst du Gott deine Traurigkeit und Ängste vertrauensvoll hin? Suche jemand auf, mit dem du über sie reden kannst. Eine kostbare Zusage, um das Jahr abzuschliessen: „Er heilt gebrochene Herzen und verbindet Wunden“ (Psalm 147,3).

2. Woche: Wer wartet darauf, dass du ihn/sie um Verzeihung bittest? Und wenn sie/er nicht darauf wartet, was tust du? (Jakobus 5,16)

3. Woche: Auf Weihnachten hin bauen sich Erwartungen auf. Alte Wunden schmerzen. Wem kannst du in diesen Adventstagen helfen, sich neu auszurichten, Vergebung zu suchen und Heilung zu empfangen? (Galater 6,1-5)

4. Woche: Wer braucht dich an den Festtagen? Wem kannst du Licht bringen? Was teilst du von dem Guten, das du in diesem Jahr mit Gott erlebt hast? (Psalm 27,1-4; 40,10-11; Philipper 2,1-4)

Gebetsanliegen

- Dass Gott Neuanfänge schenkt im Kleinen, dass Wunden verheilen und neuer Mut wächst.
- Dass Gott durch das Miteinander von Christen Zeichen des Friedens setzt, die weitherum sichtbar sind.
- Dass wir unsere emotionalen Wunden nicht verbergen und verschweigen, sondern zur Sprache bringen und dem hinhalten, der sie heilen kann.
- Bitte für die finanzielle Versorgung des Männerforums.

Termine & Infos

Männerforum Cartoon-Kalender 2014
www.maennerforum.ch

Männerkleingruppen: 2. Leiterkurs
Sa, 22. Februar 2014, Zofingen
www.maennerforum.ch

Männerwochenende
21.-23. März 2014, Oberägeri
www.maennerforum.ch

Rolling Church www.rolling-church.ch

Das Abenteuer Ehe feiern (7.-14.2.14)
www.marriageweek.ch