

## Was läuft bei uns in nächster Zeit?

**Heute: 19.30 Lenzchilegebet**

Mo. 2.9. 8.30 Gebetstreffen bei Maria Ellenberger

Di. 3.9. **13.00 Seniorenausflug an den Greifensee**

**20.00 Erlebnisbericht von Frickers, in Beinwil**

Mi. 4.9. 9.00 Kafi Chnopf

**Sa. 7.9. – So. 8.9. Frauenweekend**

Sa. 7.9. 14.00 Ameisli und Jungschi

So. 8.9. 10.00 **Thailand Gottesdienst** mit vielen Gästen

Hueti, Müsli, Kids Treff und Preteens

## Behute dein Herz vor der Bitterkeit!

*Behute dein Herz mit allem Fleiss, denn daraus quillt das Leben.*

*Sprüche 4,23*

### Was ist Bitterkeit (Verbitterung)?

- Wenn Schmerz und Wut ubergross sind und sehr lange über das auslösende Erlebnis hinaus andauern.

### Wie wirkt sich Verbitterung aus?

- Sie ist belastend für unsere Beziehungen, machen einsam und dies steigert die Verbitterung.
- Eine kritische und negative Grundhaltung prägt mein Denken und Handeln.

### Wie können wir Bitterkeit überwinden?

- **Du bist kein Opfer, ubernimm Verantwortung für deine Gefühle.**

*Alles menschliche Denken nehmen wir gefangen und unterstellen es Christus, dem es gehorchen muss.*

*2. Korinther 10,5*

*Denn Gott hat uns nicht einen Geist der Furcht (Mutlosigkeit) gegeben, sondern einen Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit.*

*2. Timotheus 1,7*

- **Immer, wenn sich Zorn und ärger in uns festsetzt, wird daraus Bitterkeit.**

*Wenn ihr zornig seid, dann ladet nicht Schuld auf euch, indem ihr unversöhnlich bleibt. Lasst die Sonne nicht untergehen, ohne dass ihr einander vergeben habt.* Epheser 4,26

- Vergeben ist eine Entscheidung: Ich entlasse dich aus deiner Schuld, ich trage es dir nicht mehr nach. Gott wird gerecht darüber richten, ich bin nicht mehr zuständig.
- **Bitterkeit ist oft mit der Verletzung und Schwächung des eigenen Selbstwertgefühls verbunden. (Enttäuschungen, Erniedrigungen, Beleidigungen)**
  - **Mein Selbstwert liegt in meiner neuen Identität, die ich durch Jesus habe!**  
Ich bin sein geliebtes Kind, er hat Freude an mir.

- **Das Gefühl einer enormen Ungerechtigkeit kann Bitterkeit auslösen.**  
*Lasst uns Josef an diese ismaelitischen Händler verkaufen.* 1. Mose 27,37  
*Nennt mich nicht Noomi ("süß" oder "lieblich"), sondern Mara (bitter); denn der Allmächtige hat mir viel Bitteres angetan.* Ruth 1,20
  - Atheisten nennen das, was wir nicht verstehen Schicksal (Glück oder Pech).
  - Bei uns Gläubigen bleibt oft die bittere Frage: "Warum hat Gott das zugelassen, warum hat er mich nicht geschützt?" (Dies bringt Misstrauen gegen Gott.)
  - **Geh mit deinen Fragen, mit deiner Bitterkeit zu Gott.**  
*Ich aber wäre fast gestrauchelt (daran zerbrochen) ... bis ich ging in das Heiligtum Gottes und merkte auf ihr Ende.* Psalm 73,2+17  
*Wir wissen allerdings, dass die gesamte Schöpfung jetzt noch unter ihrem Zustand seufzt, ... Wir warten darauf, dass auch unser Körper erlöst wird.* Römer 8,22-23
    - Es gibt keine Gerechtigkeit, ohne dass wir die Ewigkeit miteinbeziehen.
  - **Oft (nicht immer) sehen wir später Gottes hilfreiche Absichten.**  
*Gott hat mich euch vorausgesandt, damit ihr mit euren Familien am Leben bleibt.* 1. Mose 45,7
  - **Dies benötigt oft einen aktiven Kampf gegen die Bitterkeit!**  
*Josef nannte seinen ersten Sohn "Manasse" (der vergessen lässt) und den zweiten Sohn "Ephraim" (fruchtbar).* 1. Mose 41,51-52
    - Dankbarkeit als Schutz gegen die Bitterkeit! – Wir haben soviel Grund dazu!
- **Wir reagieren enttäuscht, gekränkt, weil wir unseren eigenen Erwartungen nicht genügen, oder weil wir meinen, zu wenig Ehre für unsere Leistung zu kriegen.**
  - Verbitterte glauben oft, die andern sind schuld und dabei sind wir nur im Stolz gekränkt, oder neidisch!
  - Verbitterte glauben oft, die Welt müsste sich ändern, nicht sie sich selbst!
    - **Wir müssen denen, die uns in die Quere kommen nicht vergeben, sondern unsere Fehlziele verstehen und umdenken.** (Röm. 12,2)
    - **Genüge finden, zur Ruhe kommen bei Gott. Hast du dazu eine Strategie?**

### Fragen für die Kleingruppen:

- Was hat die Predigt bei dir ausgelöst?
- Was ist deiner Meinung die häufigste Ursache von Bitterkeit?
- Wie können wir uns gegen Bitterkeit am besten schützen?
- **Lest miteinander 4. Mose 12:1-16**
  1. Womit vergleichen sie sich?
  2. Welches Problem schieben sie vor?
  3. Was hatte Mose, wovon Mirjam und Aaron auch so gerne mehr gehabt hätten?
  4. Ist dieser Wunsch legitim?
  5. Was genau hat Gott so energisch gestoppt? (offensichtlich war Mirjam die Anstifterin, das Gewicht der Strafe fiel auf sie)
  6. In deinem nahen Umfeld, mit wem vergleichst du dich gelegentlich?
  7. **Tauscht aus: Was hilft dir zufrieden zu sein mit deinem Platz? Mit deinen „Karten“ im Leben? Nicht zu rebellieren? Nicht bitter zu sein/werden?**