



difference.

Handbuch Teilnahme

Inhalt

Verwendung	3
Gewohnheiten und Aufbau der Einheiten	4
1. Gottes Ruf	10
2. Mauern überwinden	16
3. Mit Uneinigkeit umgehen	22
4. Vergebung leben	28
5. Hoffnung wagen	34
Das Begegnungsgebet	40

Bleib in Kontakt

Lass dich in unsere Mailingliste eintragen und folge uns auf Social Media, um Anregungen dafür zu erhalten, wie du in deinem Alltag **interessiert und präsent** sein und **dir Neues vorstellen** kannst. Außerdem erhältst du stets aktuelle Informationen, was wir vorhaben und wie du selbst dich einbringen kannst.

 [difference.rln.global](https://www.difference.rln.global)

 [difference.rln](https://www.instagram.com/difference.rln)

 [@DifferenceRLN](https://twitter.com/DifferenceRLN)

Verwendung

Willkommen beim *Difference*-Kurs. Dieses Handbuch soll dir dabei helfen, dich auf die Einheiten vorzubereiten, deine Gedanken zu sortieren und die eigenen Vorstellungen und Verhaltensweisen zu reflektieren. Das Handbuch unterstützt dich vor, während und nach jeder Einheit:

Vorher

Lies eine Betrachtung zum Thema der Einheit, um dich auf die Einheit vorzubereiten.

Nachher

Notiere deine wichtigsten Erkenntnisse und das, was du in der kommenden Woche konkret umsetzen willst.

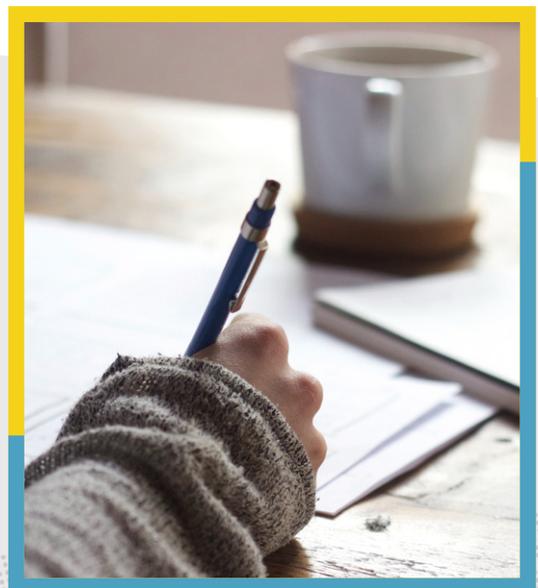
Während

Du kannst Gesprächsfragen, Anleitungen für Aktivitäten und Gebetsanregungen nachlesen. Außerdem gibt es Platz zum Aufschreiben oder Zeichnen von Ideen und Antworten in den Einheiten.

Ziel

In diesem Kurs wollen wir gemeinsam herausfinden, was es bedeutet, Jesus in einer komplexen und zerrissenen Welt nachzufolgen. *Difference* rüstet Teilnehmende aus, Mauern zu überwinden, mit Uneinigkeit umzugehen und auf eine gerechte, gelingende Welt hinzuarbeiten.

🖱 difference.rln.global



Difference betont drei Gewohnheiten

Aus den Begegnungen Jesu in den Evangelien und der Weisheit erfahrener Friedensstifter haben wir drei Gewohnheiten abgeleitet, die unsere alltäglichen Beziehungen grundlegend verändern können.

Unsere Gewohnheiten sind wichtig. 45 % dessen, was wir Tag für Tag tun, basiert auf Gewohnheiten¹ und Neurowissenschaftler schätzen, dass bis zu 95 % unseres Verhaltens (zumindest teilweise) vom Unterbewusstsein kontrolliert wird.²

Was wir tun, hängt sehr stark von dem ab, was wir glauben. Wenn es uns gelingt, unsere Gewohnheiten anzupassen, hat dies umfassende und langfristige Auswirkungen auf unser Handeln, unser Denken und unseren Charakter.

Sehen wir uns die drei Gewohnheiten näher an: **sei interessiert, sei präsent und stell dir Neues vor.**

Diese Gewohnheiten sind kein Drei-Punkte-Plan, bei dem die Gewohnheiten aufeinander aufbauen. Es gibt keine richtige oder falsche Reihenfolge, und jede Gewohnheit hängt mit den anderen zusammen. Wenn wir lernen, diese Gewohnheiten im Alltag zu erkennen, stellen wir häufig fest, dass sie gleichzeitig angewandt werden.

¹ z. B. David T. Neal, Wendy Wood und Jeffrey M. Quinn, „Habits – A Repeat Performance“, Duke University, 2006

² z. B. Lakoff and Johnson 1999, in Martin 2008

Die drei Gewohnheiten

Sei
inter
essiert_

Sei
prä
sent_

Stell
dir
Neues
vor_

differ
ence.



Sei
inter
essiert_

Zuhören

um zu verstehen

Beten

für diejenigen,
von denen wir uns
häufig abwenden

Bewegung ...

... weg von

Vermutung
Unwissen

... hin zu

→ Staunen
→ Wertschätzung



**„Versöhnung ist nicht das Ende
aller Differenzen, sondern die
Veränderung unseres Umgangs
mit den Differenzen.“**

Erzbischof Justin Welby

▶ difference.rln.global



Den Geschichten anderer zuhören und die Welt mit ihren Augen sehen

In 1. Mose 1 lesen wir, dass jeder Mensch nach dem Bild Gottes geschaffen ist und eine einzigartige Geschichte von größtem Wert hat. Wenn wir wirklich an dieser Geschichte interessiert sind, bejahen wir den angestammten Wert dieser Person. Wer wirklich an einem anderen Menschen und dessen Erfahrung mit der Welt interessiert ist, kann dann auch gemeinsam schwierigere Themen angehen, denn die andere Person weiß, dass sie gehört wird und wertgeschätzt ist.

Durch das Interesse an anderen Menschen lernen wir auch die Grenzen unserer eigenen Geschichte und Wahrnehmung besser kennen. In Demut erkennen wir, dass wir nicht die Antworten auf alle Fragen haben. Dabei stellen wir jedoch nicht den Wert unseres eigenen Beitrags infrage.



Sei
prä
sent _

Zuhören
mit unserer ganzen
Aufmerksamkeit

Beten
in der Klage über
Schmerz und
Zerbrochenheit

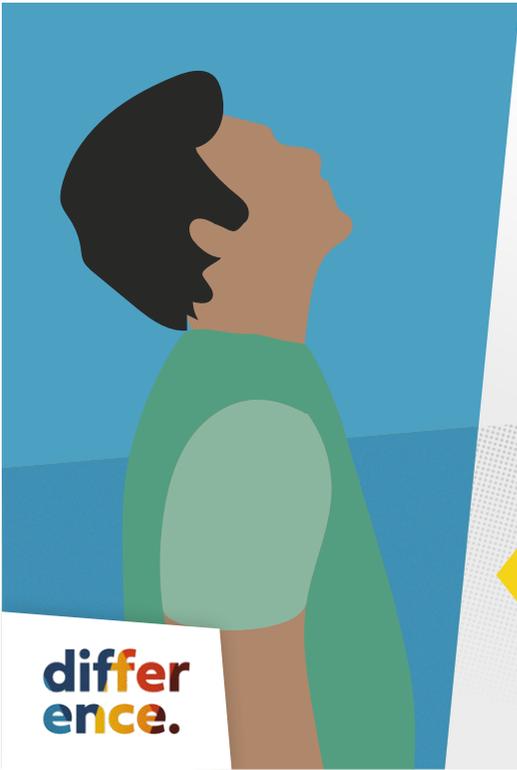
Bewegung ...

... weg von

... hin zu

Feindseligkeit
Distanzierung

→ Gastfreundschaft
→ Beziehung und Mitgefühl



Stell
dir
Neues
vor _

Zuhören
wohin Gott uns
führt

Beten
um Gottes Sichtweise
und um Erneuerung

Bewegung ...

... weg von

... hin zu

Ungebundenheit
Hoffungslosigkeit

→ Gemeinschaft
→ Kreativität, Mut,
Erneuerung





Anderen authentisch und zuversichtlich begegnen

Unsere Begegnungen sind der Kontext, in dem wir schwierige Zusammenhänge, Ausgrenzung und Differenzen zuerst bemerken. In Begegnungen präsent sein heißt, ganz da zu sein und zu bleiben – sich für das Gegenüber Zeit zu nehmen, ihm Aufmerksamkeit zu schenken und der Person so zu begegnen, wie sie ist.

Der christliche Glaube lehrt, dass Gott Mensch wurde und sich bewusst dafür entschied, ein Teil dieser Welt mit all ihrem Schmerz zu werden. Gottes Antwort auf Ungerechtigkeit und Leid besteht darin, sich auf völlig neue Art und Weise in unseren Kontext zu begeben und uns so zu lehren, was es bedeutet, präsent zu sein. Präsent sein bedeutet, den Mut zu haben, uns voll und ganz einzubringen und neben unseren Überzeugungen und Stärken auch unsere Verwundbarkeit und Unsicherheit zu offenbaren, was häufig Chancen für mehr Tiefe in unseren Beziehungen eröffnet.



Hoffnung und Chancen dort finden, wo wir uns nach Veränderung sehnen

Unsere Welt wird geprägt durch unsere Vorstellungskraft, und wenn Ausgrenzung und Konflikte unlösbar scheinen und wir immer wieder enttäuscht werden, ist es mitunter schwierig, Hoffnung zu finden oder sich eine Situation vorzustellen, in der Heilung, Erneuerung und positive Beziehungen möglich sind.

Und doch lesen wir in Offenbarung 21, dass Gott alles neu macht. Die Gewohnheit, sich Neues vorzustellen, ermutigt uns, es zuzulassen, dass der Heilige Geist uns erneuert und unser Verständnis dessen, was möglich ist, erweitert. Dies geschieht selten im Alleingang und häufig in Gemeinschaft. Damit Beziehungen wiederhergestellt werden können, müssen die uns vertrauten Systeme und Strukturen ganz neu gedacht und neu ausgerichtet werden.



Aufbau der Einheiten

In jeder Einheit werden diese Gewohnheiten in drei Abschnitten entwickelt:

Beispielgeschichte

Geschichten sind wichtig. Deshalb beginnt jede Einheit mit dem Abschnitt **Beispielgeschichte**. Dieser enthält einen kurzen Film über eine Person, die Konflikte, Ausgrenzung oder eine schwierige Beziehung erlebt hat, und einen Text aus den Evangelien über das Leben Jesu. Beide Geschichten beziehen sich auf das Thema der Einheit, das sie aus unterschiedlichen Blickwinkeln betrachten.

Meine Geschichte

Der mittlere Abschnitt jeder Einheit heißt **Meine Geschichte**. Die Räume, die wir schaffen, können erhebliche Auswirkungen haben auf die Beziehungen, die wir aufbauen. In diesem Abschnitt befassen wir uns mit unseren eigenen Erfahrungen. Dies geschieht durch eine Aktivität, wie etwa eine interaktive Übung oder eine geführte Betrachtung. Dieser Abschnitt dient dazu, die Gewohnheiten „Sei interessiert“, „Sei präsent“ und „Stell dir Neues vor“ im Leben ganz praktisch zu verankern.

Gottes Geschichte

Zum Ende der Einheit folgt eine Zeit der Besinnung auf **Gottes Geschichte**. In diesem Abschnitt wollen wir reflektieren und uns der Gegenwart Gottes bewusst werden. Wir wollen beten und Gott bitten, sein Werk in uns zu tun, während wir darüber nachdenken, was wir in unserem Alltag wie umsetzen können und was unsere wichtigsten Erkenntnisse aus dieser Einheit sind.

Die Einheiten →

1 Gottes Ruf

Bibeltext

Die Seligpreisungen
(Matthäus 5,5–9)



Vorher

Betrachtung

Schwierige Zusammenhänge und Ausgrenzung in der Welt um uns her können uns allzu leicht entmutigen und überfordern. Aber auch Jesus hat in einer zerbrochenen Welt gelebt – er riss trennende Mauern nieder, überwand gesellschaftliche Grenzen und setzte sich über althergebrachte Konventionen hinweg.

Wenn wir seinem Beispiel folgen und Gott einladen, in uns zu wirken, werden wir neue Möglichkeiten entdecken, auf Zerbrochenheit zu reagieren. Wir können diesen Prozess mit drei konkreten Gewohnheiten beginnen: sei interessiert, sei präsent und stell dir Neues vor.

Wir sind aufgerufen, ganz Mensch zu sein – nicht übermenschlich – und zu unserer Unvollkommenheit und Zerbrechlichkeit zu stehen. Niemand ist unverwundbar, doch Gott kann durch jede und jeden von uns wirken. Unsere Zerbrochenheit und das Chaos in uns helfen uns sogar in unserem Versöhnungsdienst, wenn wir offen dafür sind, dass Gott sie für seine Arbeit nutzt. Die Bibel berichtet von zahlreichen zerbrochenen, verletzlichen Menschen, die zu Werkzeugen der Gnade Gottes wurden.

Ausblick

Denk zurück an eine Situation, in der du Ausgrenzung oder Konflikt erlebt hast, oder auch, wann du dich besonders angenommen gefühlt hast. Später in dieser Einheit wird es Gelegenheit geben, darüber zu sprechen.

Während

Beispielgeschichte



Die Geschichte von Onkel Ray

Was löst dieser Film über Gottes Ruf in dir aus?

 Platz für deine Notizen ...



Die Seligpreisungen

(Matthäus 5,5–9)

Was fällt dir zu der Beziehung ein, die Jesus zwischen „Frieden stiften“ und unserer Identität als Kinder Gottes herstellt?

Überleg einmal, warum du am *Difference*-Kurs teilnimmst.

Welches der Worte Jesu spricht dich gerade besonders an?

(z. B. das Bedürfnis nach einer barmherzigeren Welt)

Meine Geschichte

Unsere eigenen Geschichten

Notiere oder zeichne deine Antworten unten in den freien Flächen.

Was geht dir zu Beginn des *Difference*-Kurses am meisten durch den Kopf?

Denk zurück an eine Situation, in der du Ausgrenzung oder Konflikt erlebt hast, oder auch, wann du dich besonders angenommen gefühlt hast.

Was ist dir beim gegenseitigen Erzählen unserer Geschichten aufgefallen?

In Dreiergruppen



Sprecht in Dreiergruppen abwechselnd über Situationen, in denen ihr Ausgrenzung oder Konflikt erlebt oder euch besonders angenommen gefühlt habt.

Gottes Geschichte



Erinnere dich, was wir aus Gottes Geschichte über Erneuerung gelernt haben. Bitte Gott, dir zu helfen, deine Identität als Kind Gottes und als Teil seiner Geschichte neu zu begreifen.

Nachher →

Wichtigste Erkenntnis

Notiere oder zeichne etwas, das dir in dieser Einheit wichtig geworden ist.

Praxis

Gott kann Beziehungen in einer Welt voller Konflikte verändern. Möglich wird dies dadurch, dass Gott uns ruft und mit allem Nötigen ausrüstet.

Sei interessiert_

In welchen Situationen könnte ich mehr zuhören und Interesse zeigen?

 **Übung:** Interessiere dich bewusst für die Geschichte anderer Menschen. Zum Beispiel könntest du sagen: „Darf ich dich nach deiner Geschichte fragen?“

Sei präsent_

Wo bin ich voll und ganz anwesend und bleibe es auch?
Mit wem könnte ich bessere Begegnungen haben?

 **Übung:** Lies die Bibel gemeinsam mit Menschen, die einen anderen Hintergrund oder Erfahrungshorizont haben. Wie ändert sich dadurch dein Verständnis der Texte?

Stell dir Neues vor_

Wo brauche ich eine erneuerte Hoffnung?
Wie könnte ich aufgrund der Hoffnung, die ich bereits habe, konkret handeln?

 **Übung:** Bete, dass der Heilige Geist dir Augen und Ohren gibt, die mehr sehen bzw. hören, als du dir derzeit vorstellen kannst.

Schluss

difference.

Einheit 1 _15

2 Mauern überwinden

Bibeltext

Die Frau am Brunnen
(Johannes 4,1–30)

Vorher

Betrachtung

Wir leben in einer Welt voller Ausgrenzung: Kategorien und Zuordnungen, die uns nicht nur unterscheiden, sondern auch voneinander trennen. Gesunde Grenzen sind wichtig für unsere Beziehungen. Mauern, die wir aufgrund von Vorurteilen oder Unterstellungen errichten, können uns jedoch daran hindern, Menschen auf der anderen Seite nach ihrer persönlichen Geschichte zu fragen. Dadurch werden Misstrauen und Abgrenzung verstärkt, und wir hören auf, unsere eigenen Auffassungen zu hinterfragen. Differenzen rufen dann nicht mehr Interesse hervor, sondern Argwohn.

Einige dieser Mauern haben wir selbst errichtet, andere haben wir übernommen. Bewusst und unbewusst umgeben wir uns häufig mit Menschen, die so denken wie wir selbst, und so unterteilen wir die Welt in „wir“ und „die anderen“.

Jesus lebte in einer Welt voller Abgrenzungen und ungleicher Machtverhältnisse. Zum Beispiel hatten römische Bürger Rechte, die anderen Menschen verwehrt waren. Innerhalb seines eigenen religiösen Umfelds galten strenge Regeln, mit wem man sich abgeben und was man essen durfte. Eine gemeinsame Mahlzeit mit Nichtjuden war untersagt. Jesus kam ständig mit Menschen auf der anderen Seite der unterschiedlichsten Mauern zusammen. Er verbrachte Zeit mit jenen, die die Gesellschaft längst abgeschrieben hatte. Ein Beispiel hierfür ist die Geschichte von der Samariterin am Brunnen.

Wenn wir ihm nachfolgen wollen, besteht der erste Schritt darin, die von uns errichteten Mauern und die Menschen auf der anderen Seite wahrzunehmen.

Beispielgeschichte



Die Geschichte von Sami

Was löst diese Geschichte über das Überwinden von Mauern in dir aus?



Die Frau am Brunnen

(Johannes 4,1–30)

Was erfährst du in dieser Geschichte über Jesus?

Wie helfen die drei Gewohnheiten Menschen im Film und im Bibeltext, Mauern zu überwinden?

Meine Geschichte

Unsere Mauern entdecken

Notiere oder zeichne deine Antworten unten in den freien Flächen.

Gottes Geschichte



Abgrenzungen und Vorurteile finden sich in jeder Lebensgeschichte. Wir haben aber die Chance, Teil einer neuen Geschichte zu werden.

Nachher →

Wichtigste Erkenntnis

Notiere oder zeichne etwas, das dir in dieser Einheit wichtig geworden ist.

Praxis

Gott lädt uns ein, zu erkennen, wo Differenzen und Vorurteile uns von anderen trennen, und er schenkt uns Gelegenheiten, sie mit seinen Augen zu sehen.

Sei interessiert_

In welchen Situationen könnte ich mehr zuhören und staunen?



Übung: Versuche mehr über einen Konfliktbereich zu erfahren, über den du nicht viel weißt.

Wer von einer Ausgrenzung, Ungerechtigkeit oder Verletzung am wenigsten betroffen ist, weiß häufig nicht einmal, dass sie existiert.

Sei präsent_

Wo bin ich voll und ganz anwesend und bleibe es auch?

Mit wem könnte ich bessere Begegnungen haben?



Übung: Besuche einmal ganz bewusst einen Ort, den du normalerweise nicht aufsuchen

würdest, zum Beispiel eine Kirche mit einer ganz anderen Gottesdiensttradition oder ein Café in einem anderen Viertel deiner Stadt.

Stell dir Neues vor_

Wo brauche ich eine erneuerte Hoffnung?

Wie könnte ich aufgrund der Hoffnung, die ich bereits habe, konkret handeln?



Übung: Lass dich auf die Möglichkeit ein, dass zwischen dir und einer Person, zu der du sonst

kaum eine Beziehung knüpfen würdest, eine Freundschaft entsteht.

Schluss

3 Mit Uneinigkeit umgehen

Bibeltext

Die Frau, die Jesus die Füße wäscht
(Lukas 7,36–50)

Vorher

Betrachtung

Wenn es zu Unstimmigkeiten kommt, haben wir instinktiv die Tendenz, uns zurückzuziehen, um Konflikte zu vermeiden. Oder wir tun genau das Gegenteil und gehen zum Angriff über, weil wir nur das Zerwürfnis sehen.

Im besten Fall bringt uns keine dieser beiden Reaktionen weiter. Was wäre aber in unserer Welt möglich, wenn jeder Mensch, der in einen Konflikt gerät, sich bemühen würde, sein Gegenüber besser zu verstehen, um mit Meinungsverschiedenheiten möglichst positiv umzugehen?

Jesus fühlt sich nicht durch andere Auffassungen bedroht, wie wir an seiner Begegnung mit dem Pharisäer Simon und der Frau, die ihm die Füße wäscht, erkennen können. Er schreckt nicht zurück vor dem Konflikt, der dadurch entstehen wird, dass er die Frau respektiert. Stattdessen spricht er den Konflikt offen an und legt seine Meinung respektvoll durch das Erzählen einer Geschichte dar. Die Frau, die Jesus die Füße wäscht, dürfte sich des Konflikts, den ihr Handeln auslösen würde, durchaus bewusst gewesen sein, aber sie findet eine Möglichkeit, ihre Überzeugung offen und in tiefer Demut auszudrücken.

Bei Versöhnung geht es nicht darum, Differenzen auszumerzen oder zu ignorieren oder jeden moralischen Standard zu relativieren. Es geht darum, Möglichkeiten zu finden, einander weitherzig und ehrlich zuzuhören – in den Gemeinsamkeiten ebenso wie in den enormen Unterschieden. Auf diesem Fundament kann selbst in den größten Unstimmigkeiten Vertrauen entstehen.

Ausblick

Denk zurück an eine Situation, in der du eine Meinungsverschiedenheit mit jemandem hattest und von der du bereit wärst, später in dieser Einheit zu erzählen.

Während

Beispielgeschichte



Die Geschichte von Mariam

Was löst diese Geschichte über den Umgang mit Uneinigkeit in dir aus?

 Platz für deine Notizen ...



Die Frau, die Jesus die Füße wäscht

(Lukas 7,36–50)

Was erfährst du in dieser Geschichte über Jesus?

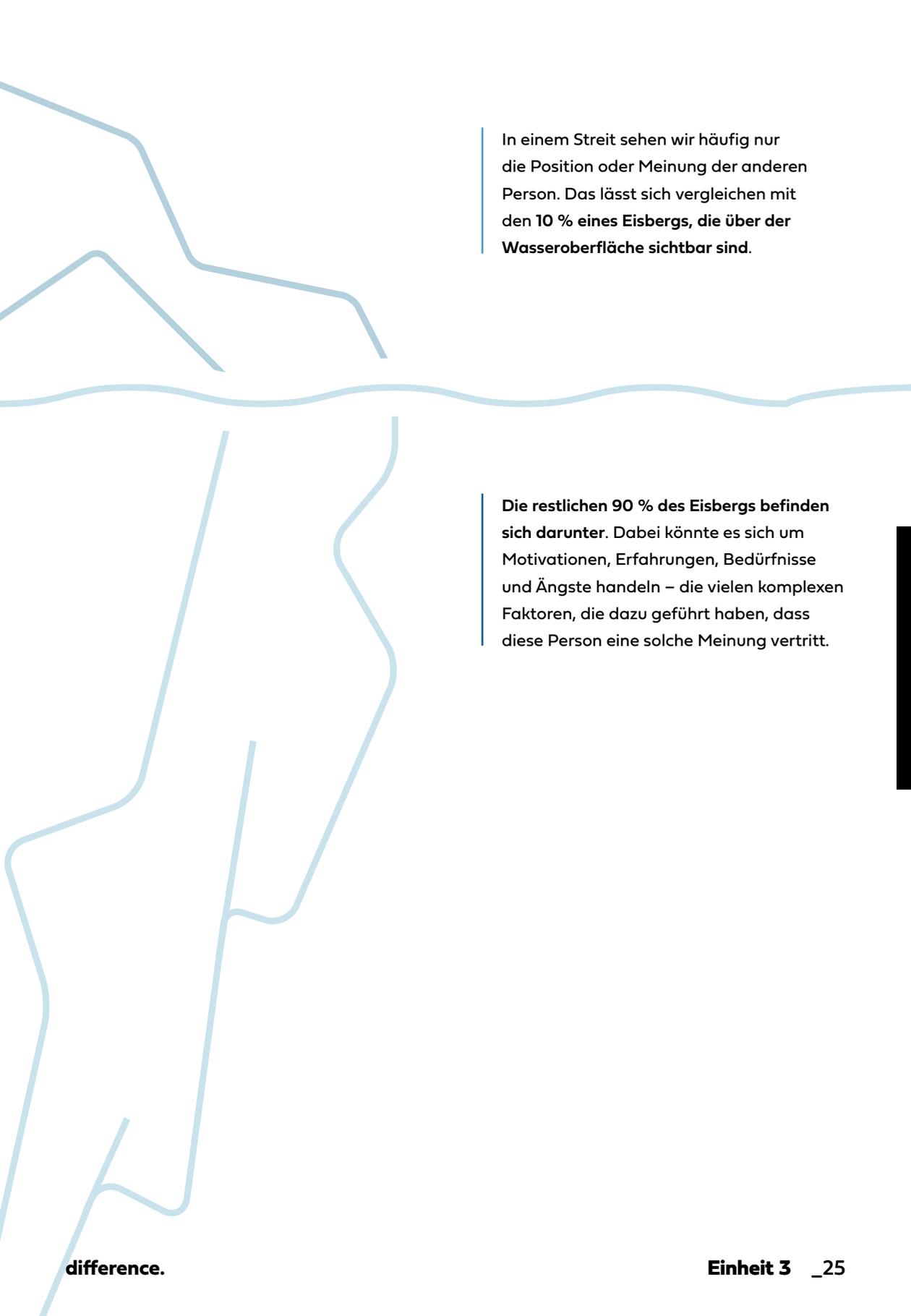
Wie helfen die drei Gewohnheiten Menschen im Film und im Bibeltext, besser mit Uneinigkeit umzugehen?

Meine Geschichte

Der Eisberg

Notiere oder zeichne deine Antworten unten
in den freien Flächen.





In einem Streit sehen wir häufig nur die Position oder Meinung der anderen Person. Das lässt sich vergleichen mit den **10 % eines Eisbergs, die über der Wasseroberfläche sichtbar sind.**

Die restlichen 90 % des Eisbergs befinden sich darunter. Dabei könnte es sich um Motivationen, Erfahrungen, Bedürfnisse und Ängste handeln – die vielen komplexen Faktoren, die dazu geführt haben, dass diese Person eine solche Meinung vertritt.

In Dreiergruppen



In einer Dreiergruppe erzähl, wenn du magst, von einer persönlich erlebten Meinungsverschiedenheit.

Stell zunächst deine eigene Meinung dar.

Beschreib dann die Meinung der anderen Person, die du nicht teilst.

Die anderen in der Gruppe spiegeln wider, was sie gehört haben.

Gottes Geschichte



Auf unserem Lebensweg begegnen uns unweigerlich Konflikte und Meinungsverschiedenheiten. Wir haben aber die Chance, ganz neu und anders darauf zu reagieren.

Nachher →

Wichtigste Erkenntnis

Notiere oder zeichne etwas, das dir in dieser Einheit wichtig geworden ist.

Praxis

Gott ist mit uns in allen Herausforderungen, die Uneinigkeit mit sich bringt. Wenn wir sie gut bewältigen, können Chancen zur Vertiefung von Beziehungen daraus entstehen.

Sei interessiert_

In welchen Situationen könnte ich mehr zuhören und staunen?

 **Übung:** Versuche, etwas Neues über eine Person oder Meinung herauszufinden, mit der du nicht einverstanden bist.

Sei präsent_

Wo bin ich voll und ganz anwesend und bleibe es auch?
Mit wem könnte ich bessere Begegnungen haben?

 **Übung:** Achte bewusst auf deine körperlichen Reaktionen bei Meinungsverschiedenheiten. Wie könntest du mit deiner Körpersprache der anderen Person gegenüber mehr Offenheit ausdrücken?

Stell dir Neues vor_

Wo brauche ich eine erneuerte Hoffnung?
Wie könnte ich aufgrund der Hoffnung, die ich bereits habe, konkret handeln?

 **Übung:** Wenn du einer Person begegnest, deren Meinung du nicht teilst, versuche bewusst, die Beziehung zu ihr zu stärken, statt die Diskussion zu gewinnen.

4 Vergebung leben

Bibeltext

Jesus und Petrus am Seeufer
(Johannes 21,1–19)



Vorher

Betrachtung

In Jesus hat uns Gott bereitwillig vergeben, und deshalb sind auch wir in der Lage, anderen zu vergeben. Wir vergeben, weil uns vergeben wurde.

Jede schmerzliche Beziehung ist anders. Manchmal scheint Vergebung eine Herausforderung zu sein, aber nicht unmöglich. In anderen Situationen ist der Weg zur Vergebung lang und steinig. Es gibt auch Fälle, in denen diejenigen, die das Leid verursacht haben, unbekannt sind oder nicht mehr leben, was eine abschließende Verarbeitung und umfassende Versöhnung unmöglich macht. In dieser Einheit geht es darum, wie schwierig beides ist: vergeben und um Vergebung bitten.

Trotzdem (oder vielleicht gerade, weil dies so ist) ist Vergebung eine befreiende, das Herz weitende, bahnbrechende Chance auf unserem Weg, Versöhnende zu werden. Vergebung relativiert nicht das erlittene Unrecht. Ihre große Kraft besteht darin, dass wir das Unrecht beim Namen nennen. Dazu braucht es Mut, Hoffnung und Gnade – und viel Geduld.

Wir betonen häufig die großen Beispiele für Vergebung, jedoch sind wir auch eingeladen, Vergebung zu einem festen Bestandteil unseres täglichen Miteinanders zu machen. In dem Gebet, das Jesus seine Jünger gelehrt hat, beten wir um unser tägliches Brot und darum, dass uns vergeben wird, wie wir anderen vergeben.

i **Anmerkung:** Das Thema der Vergebung kann sehr komplex und schmerzhaft sein, vor allem für diejenigen, die traumatische Situationen oder Missbrauch in welcher Form auch immer erlebt haben. Wir sollten niemals unter Druck gesetzt werden, zu vergeben; Vergebung darf niemals missbraucht werden, um uns schutzlos in unsicheren Umständen gefangen zu halten. Es ist wichtig, gesunde Grenzen zu ziehen, und Heilung braucht Zeit.

Wenn du Gewalt erlebt hast, zögere bitte nicht, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Solche Angebote sind gut und segensreich.

Ausblick

Überleg einmal, wie du Vergebung erlebt hast – sowohl beim Gewähren als auch beim Empfangen von Vergebung. Dies wird dir in dieser Einheit helfen. Allerdings wird nicht erwartet, dass du ausführlich von diesen Erfahrungen erzählst.

Während

Beispielgeschichte



Die Geschichte von Craig

Was löst diese Geschichte über das Leben von Vergebung in dir aus?

 Platz für deine Notizen ...



Jesus und Petrus am Seeufer

(Johannes 21,1–19)

Was erfährst du in dieser Geschichte über Jesus?

Wie helfen die drei Gewohnheiten Menschen im Film und im Bibeltext, Vergebung zu leben?

Meine Geschichte

Eintauchen in die Geschichte

Notiere oder zeichne deine Antworten unten in den freien Flächen.

Wie fühlst du dich, als du dich durch das Wasser auf Jesus zubewegst?

Was bedeutet es für dich, an diesem Seeufer mit Jesus zu frühstücken?

Woher weißt du, dass Jesus dir vergeben hat?

Wie ändert dieser Augenblick deine Sichtweise auf

- dich selbst?
- deine Beziehung zu Jesus?
- deine Beziehung zu anderen, wenn sie dich enttäuschen?

In Dreiergruppen



„Wenn ich Vergebung in all den kleinen, alltäglichen Begegnungen pflege, bereite ich mich auf eine Zeit vor, in der ein deutlich größerer Akt der Vergebung von mir verlangt werden wird. [...] Wenn ich statt einer Gesinnung der Klage eine Gesinnung der Vergebung entwickle, vergebe ich nicht nur eine bestimmte Tat; ich werde zu einem vergebenden Menschen. [...] Was früher Grund für Ausgrenzung und Entfremdung war, wird zu einer Chance für Gesundung und größere Vertrautheit.“

„Das Buch des Vergebens: vier Schritte zu mehr Menschlichkeit“, von Erzbischof Desmond Tutu und Reverend Mpho Tutu

Sprecht in Gruppen über folgende Fragen:

- Wo erkennst du deine eigene Erfahrung wieder?
- Was findest du herausfordernd?

Gottes Geschichte



Ein wichtiger Bestandteil unserer Identität in Christus ist, dass wir vergeben, weil uns vergeben wurde. In Jesus hat Gott uns vergeben, und Vergebung ist ein Geschenk, das uns anvertraut wird, um es mit der Hilfe des Heiligen Geistes bereitwillig mit anderen zu teilen.

Nachher →

Wichtigste Erkenntnis

Notiere oder zeichne etwas, das dir in dieser Einheit wichtig geworden ist.

Praxis

Gott ist mit uns in all dem Chaos und den Schwierigkeiten, die wir damit haben, Vergebung in unseren Beziehungen ganz praktisch zu leben.

Sei interessiert_

In welchen Situationen könnte ich mehr zuhören und staunen?

 **Übung:** Interessiere dich bewusst für die persönliche Geschichte einer Person, die dich verletzt hat, und für deine Gefühle dieser Person gegenüber. (Du könntest fragen: „Was geht in dieser Person vor?“ oder „Warum habe ich mich in dieser Situation so gefühlt?“)

Sei präsent_

Wo bin ich voll und ganz anwesend und bleibe es auch?
Mit wem könnte ich bessere Begegnungen haben?

 **Übung:** Versuche bewusst, Gottes Gegenwart an Orten oder in Beziehungen zu finden, die mit Schmerz oder Unrecht verbunden sind.

Stell dir Neues vor_

Wo brauche ich eine erneuerte Hoffnung?
Wie könnte ich aufgrund der Hoffnung, die ich bereits habe, konkret handeln?

 **Übung:** Versuche bewusst, deine Einschätzung einer Beziehung oder Situation zu ändern, in der Vergebung nicht möglich zu sein scheint. Bete um Hoffnung und darum, dass Gott Veränderung schenkt.

Schluss

5 Hoffnung wagen

Bibeltext

Jesus wäscht den Jüngern die
Füße
(Johannes 13,1–17)



Vorher

Betrachtung

Das Reich Gottes schafft Veränderung, denn es bringt etwas völlig Neues, häufig Gegenkulturelles mit sich, nämlich eine Botschaft echter Hoffnung. Es stellt korrupte Machtsysteme auf den Kopf, was allerdings nicht immer angenehm ist und bisweilen auf Widerstand stößt.

Wir wissen, dass es anstrengend sein kann, in unseren Beziehungen dem Beispiel Jesu zu folgen. In manchen Situationen ist es schwierig, interessiert zu sein, wenn es gleichgültig zu sein scheint, ob wir präsent sind oder nicht, und wenn wir das Gefühl haben, uns nichts Neues mehr vorstellen zu können. Dem Ruf Gottes in unserem Leben zu folgen, ist ein Marathonlauf auf einem Weg, der uns viel kosten und streckenweise auch gefährlich sein kann.

Doch in Jesus sehen wir, dass er diesen steinigen Weg nicht nur bereits vorangegangen ist, sondern durch ihn hindurch auch neues Leben gebracht hat. Als Jesus seinen Jüngern die Füße wäscht, geht er das Risiko ein, dass seine Taten und seine Einstellung weder verstanden noch begrüßt oder wertgeschätzt werden – zumindest kurzfristig. Trotzdem wählt er eine überraschend gewöhnliche Tätigkeit, um etwas Außergewöhnliches zu tun. Er verkörpert Hoffnung – durch sein Handeln und seine Gegenwart wird er zu einem Zeichen für das Reich Gottes, wo Macht sich nicht ergreifen lässt und Beziehung für Opferbereitschaft steht.

In der Vorbereitung auf das, was kommt, müssen wir wissen, dass wir berufen sind, Teil der größeren Erneuerungsgeschichte Gottes in der Welt zu sein – selbst wenn wir die Auswirkungen noch nicht sehen können. Und auf unserem Weg müssen wir uns vom Heiligen Geist und voneinander unterstützen lassen.

Ausblick

Denk an eine Situation oder eine Beziehung, in der du auf Veränderung hoffst, aber das Gefühl hast, nicht voranzukommen. Später in dieser Einheit wird es Gelegenheit geben, darüber zu sprechen.

Während

Beispielgeschichte



Die Geschichten von Guvna B und Tom

Was lösen diese Geschichten über das Risiko und die Hoffnung, die Erneuerung birgt, in dir aus?

 Platz für deine Notizen ...



Jesus wäscht den Jüngern die Füße

(Johannes 13,1–17)

Was erfährst du in dieser Geschichte über Jesus?

Wie helfen die drei Gewohnheiten Menschen im Film und im Bibeltext, Hoffnung zu wagen?

Meine Geschichte

Dreibeiniger Hocker

Notiere oder zeichne deine Antworten unten
in den freien Flächen.



Unsere Hoffnungen können durch Widerstand und
Opposition in uns selbst und von außen erschüttert
werden.

Wo spürst du Widerstand oder Opposition gegen die
Hoffnungen, die du hegst?

Die Sitzfläche des Hockers steht für deine Hoffnungen – kein Wunschdenken, sondern die Dinge, die du aufgrund deines Vertrauens auf Gott für möglich hältst.

Wie sehen diese Hoffnungen für dich aus?



Die drei Beine des Hockers stehen für die drei Gewohnheiten: sei interessiert, sei präsent und stell dir Neues vor.

Was könnte sich in den Situationen, über die du und andere gesprochen haben, durch diese drei Gewohnheiten ändern?

Gottes Geschichte



Wir nähern uns dem Ende dieses Kurses, und wir sind uns bewusst, dass die Risiken und Kosten, die es mit sich bringt, Jesus in unseren Beziehungen zu folgen, real sind. Und doch sind wir Teil einer noch größeren Realität, in der Gott alles neu macht.

Nachher →

Wichtigste Erkenntnis

Notiere oder zeichne etwas, das dir in dieser Einheit wichtig geworden ist.

Praxis

In Beziehungen Gottes Beispiel zu folgen, kann Risiken und Widerstand hervorrufen, aber die daraus erwachsende Hoffnung ist radikal und revolutionär.

Sei interessiert_

In welchen Situationen könnte ich mehr zuhören und staunen?

 **Übung:** Versuche herauszufinden, wie Gott dich gebrauchen könnte, um Hoffnung in dein Umfeld hineinzutragen. Was brauchst du, um den ersten Schritt tun zu können?

Sei präsent_

Wo bin ich voll und ganz anwesend und bleibe es auch?
Mit wem könnte ich bessere Begegnungen haben?

 **Übung:** Verbringe bewusst Zeit mit Menschen, die in einer schwierigen Situation für dich da wären.

Stell dir Neues vor_

Wo brauche ich eine erneuerte Hoffnung?
Wie könnte ich aufgrund der Hoffnung, die ich bereits habe, konkret handeln?

 **Übung:** Stell dir Möglichkeiten vor, wie sich deine wichtigsten Erkenntnisse aus diesem Kurs auswirken könnten – in deinem Umfeld und in Gottes Welt.

Schluss

Das Begegnungsgebet

In dem folgenden Gebet laden wir Gott ein, in uns zu wirken – das Verlangen nach Erneuerung in uns zu wecken, das uns aus eigenem Antrieb heraus fehlt. Es kann vor oder während jeder Begegnung und in allen unseren Beziehungen gebetet werden.

Liebender Gott, füll mich jetzt mit deinem Geist.

Hilf mir, an den Geschichten anderer **interessiert zu sein** – und ebenso oft zuzuhören wie zu reden.

Gib mir den Mut, **präsent zu sein** und mich so, wie ich bin, voll und ganz einzubringen.

Inspiriere mich, **mir neue Möglichkeiten vorzustellen**, und wecke durch dein Wirken Hoffnung in mir.

Im Namen Jesu. Amen.

Bleib in Kontakt

Lass dich in unsere Mailingliste eintragen und folge uns auf Social Media, um Anregungen dafür zu erhalten, wie du in deinem Alltag **interessiert** und **präsent** sein und **dir Neues vorstellen** kannst. Außerdem erhältst du stets aktuelle Informationen, was wir vorhaben und wie du selbst dich einbringen kannst.

🖱 difference.rln.global/connect

📷 [difference.rln](https://www.instagram.com/difference.rln) 🐦 [@DifferenceRLN](https://twitter.com/DifferenceRLN)



Wir möchten gern von dir hören, wie dir dieser Kurs gefallen hat. Bitte füll unser Feedback-Formular zum Kursende aus. Du findest es unter difference.rln.global/feedback. Du kannst auch einfach diesen QR-Code scannen.

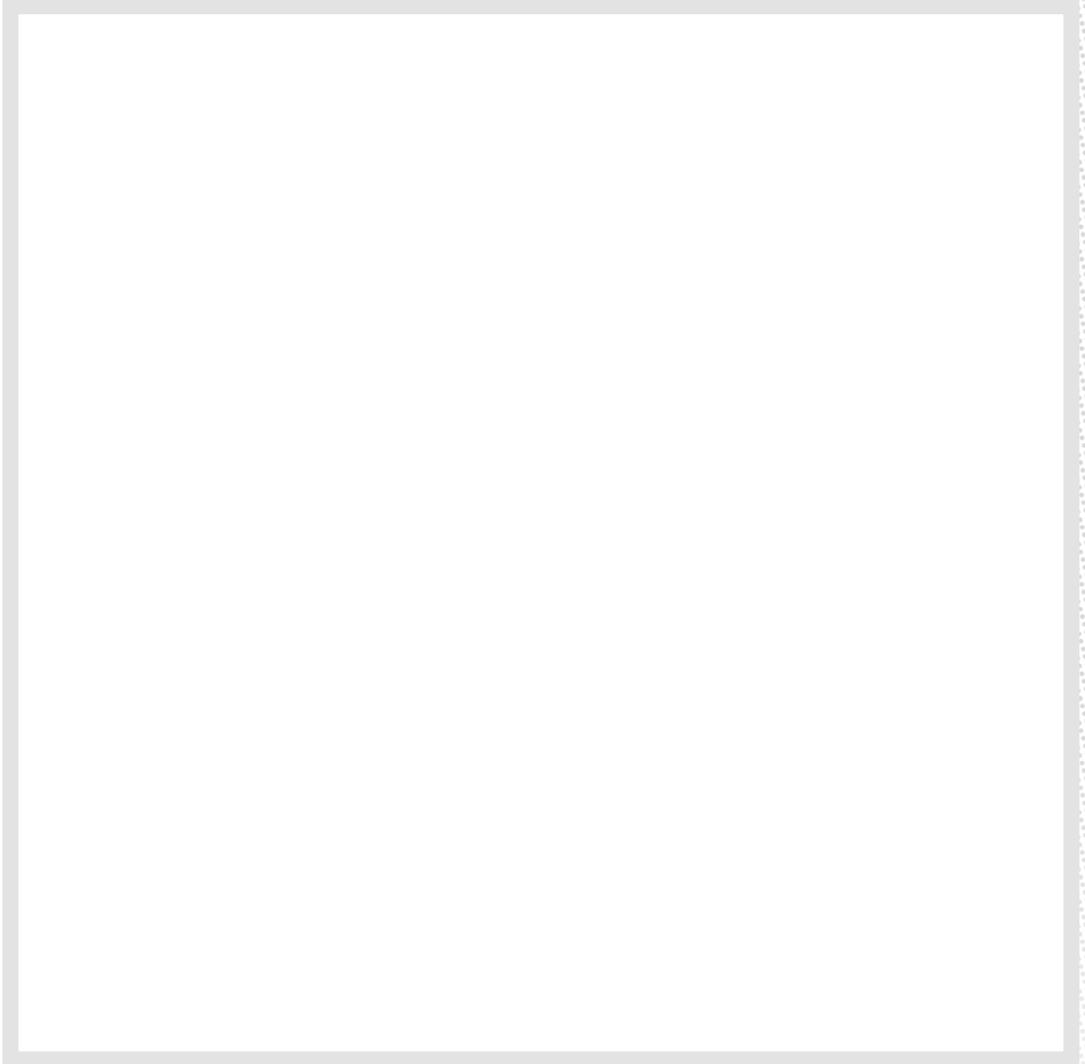
↙ Hier
scannen!



Teile deine Geschichte

Hast du eine eigene Geschichte, wie der *Difference*-Kurs dir geholfen hat?

Zum Beispiel die Auswirkungen des Kurses auf deinen Glauben oder wie die Gewohnheiten dir geholfen haben, anders an eine Beziehung heranzugehen oder Mauern zu überwinden.



Wenn du deine Geschichte mit uns teilen möchtest, sende einfach ein Foto dieser Seite an hello@rln.global.



difference.

🖱 difference.rln.global

✉ hello@rln.global

RLN DIFFERENCE IST TEIL DES
RECONCILING LEADERS NETWORK



ARCHBISHOP OF
CANTERBURY'S
RECONCILIATION
MINISTRY