



## Durch Buße und Umkehr zu Heilung und Leidenschaft

Der Schreiber des Hebräerbriefts definiert in Hebräer 6, 1 - 2 das "**Grundlagen- und Einstiegswissen**" für neue Christen:

*"Lasst uns daher aufhören, ständig die Grundaussagen der Lehre von Christus zu wiederholen ... dass wir von allen bösen Taten umkehren und an Gott glauben. Ihr braucht keine weitere Unterweisung über die Taufe, die Handauflegung, die Auferstehung von den Toten und das ewige Gericht."*

In anderen Übersetzungen wird "umkehren" mit "Buße tun" übersetzt. Buße ist also keine Spezialität für Superchristen. Sie gehört zu den Grundlagen christlichen Glaubens!

### 1. Buße: Was ist das überhaupt?

Buße hat nichts mit erhobenen Zeigefingern, Druck und Verurteilung zu tun. **Das biblische Wort "metanoia" umfasst 2 Dimensionen:**

**Umdenken:** Indem wir uns öffnen für eine andere Sichtweise verändert sich auch die Art und Weise, wie wir uns selbst oder eine Situation anschauen und begreifen.

**Umkehr:** Das bedeutet, aus der neuen Erkenntnis die praktischen Konsequenzen zu ziehen, indem wir unsere Fehler eingestehen und ab sofort anders mit einer bestimmten Situation umgehen und neue Wege einschlagen.



Diese 2 Schritte beschreibt Jesus in Matthäus 7, 24:

*"Wer auf mich hört **und danach handelt**, ist klug und handelt wie ein Mann, der ein Haus auf massiven Fels baut."*

Paulus ermutigt uns zudem in Römer 12, 2 unser ganzes **Denken erneuern** zu lassen:

*"Lasst euch von Gott durch Veränderung eurer Denkweise in neue Menschen verwandeln."*



Wenn wir es zulassen, dass Gott unsere eingefahrenen Denkmuster aufbrechen und durch neue Perspektiven ersetzen kann, können wir es zukünftig vermeiden, immer wieder in die gleichen Fehler zu verfallen.

### 2. Warum ist Buße so wichtig und segensreich?

**1) Die Fähigkeit, Fehler zugeben zu können, macht unser ganzes Leben leichter!** Wir brauchen unsere Fassade nicht ständig krampfhaft aufrecht erhalten. Wir werden nahbarer, authentischer, beziehungsfähiger, erfolgreicher.

**2) Die Fähigkeit zur Kurskorrektur bewahrt uns vor Wegen in den Abgrund.** Wer dagegen nicht zugeben kann, einen falschen Weg eingeschlagen zu haben, gerät früher oder später auf Abwege und erleidet Schiffbruch.

**3) Buße bringt heilsame Veränderung:** Durch Sinneswandel und neues Verhalten ändert sich unsere Lebenssituation, unsere Umstände und unsere Beziehungen. Buße ist ein Ereignis mit dem Potenzial, einen zerstörerischen Konflikt oder den Niedergang einer Familie, eines Unternehmens, einer Gemeinde oder einer Nation aufzuhalten und den negativen Trend ins Positive umzukehren.

**4) Buße erzeugt Leidenschaft** (Lukas 7, 47): Wer sich seine Verlorenheit und Schwäche eingestehen kann, kann sich auch für Gottes Gnade öffnen und sein liebevolles Erbarmen erleben. Je mehr wir uns von Gott mit unverdienter Gnade und Vergebung beschenken lassen, um so größer wird unsere Liebe und Leidenschaft für unseren Erlöser.

### 3. Was hilft uns, Buße zu tun?

**1) Gottes Freundlichkeit, Liebe und Wertschätzung:** Es ist nicht Gottes Strenge, Zorn oder Kritiksucht, die uns zur Umkehr ruft sondern seine Freundlichkeit und Liebe:

*"Siehst du nicht, wie Gottes Freundlichkeit dich zur Umkehr bewegen will?" (Römer 2, 4b)*

Bei ihm dürfen wir uns jederzeit geborgen, geliebt und bedingungslos angenommen wissen, auch wenn er uns mit unseren Schwachstellen und Fehlern konfrontiert.

**2) Eine intakte Identität und ein stabiler Selbstwert:** Buße ist sehr viel leichter, wenn wir in unserem Herzen spüren, dass wir trotz unserer Fehler O.K. sind. Dann können wir über uns selbst und unsere Fehler lachen und uns von Anderen in unseren Veränderungsprozessen helfen lassen, ohne uns als Schwächlinge und Looser fühlen zu müssen.

**3) Freunde, mit denen wir über alles reden können:** Veränderung in unserem Leben wird verhindert, wenn die göttlichen Impulse wieder verloren gehen, bevor wir sie praktisch umsetzen können. Wenn Gott etwas in uns anstößt, dann müssen wir uns Zeit nehmen, um darüber nachzudenken und mit anderen darüber sprechen. Deshalb brauchen wir Freunde, die uns helfen, die notwendigen Konsequenzen zu ziehen, neue Wege einzuschlagen und die gewonnenen Erkenntnisse in die Tat umsetzen zu können.

*"Ermutigt (bzw. ermahnt) einander jeden Tag, solange es »Heute« heißt, damit keiner von euch von der Sünde überlistet wird und hart wird gegen Gott!" (Hebräer 3, 13)*

#### Jetzt wird's praktisch:

Wie leicht fällt es Ihnen, sich selbst Schwäche oder einen Fehler einzugestehen?

das kann ich gar nicht	1	2	3	4	5	6	das mache ich häufig
------------------------	---	---	---	---	---	---	----------------------

Wie leicht fällt es Ihnen, Schwäche oder Fehler vor anderen Menschen einzugestehen?

das Kann ich gar nicht	1	2	3	4	5	6	das mache ich häufig
------------------------	---	---	---	---	---	---	----------------------

Haben Sie sich schon einmal damit beschäftigt, wie dringend Sie Gottes Vergebung brauchen? Löst Gottes Vergebung Freude, Liebe und Leidenschaft in Ihnen aus oder lässt es Sie eher kalt, dass Jesus für Ihre Schuld gestorben ist?

lässt mich eher kalt	1	2	3	4	5	6	bin Gott zutiefst dankbar
----------------------	---	---	---	---	---	---	---------------------------

Könnte es sein, dass Gott Sie gerade an einem bestimmten Punkt zur Umkehr ruft?

---

Gibt es Menschen, mit denen Sie darüber sprechen können?

---

#### Kernfrage für Austausch und Gebet:



Was könnte Ihnen helfen, Fehler und Schwächen einzugestehen? Gibt es Menschen, bei denen Ihnen das leichter fällt?