

Unser Thema in der Friedenskirche

2025 bis 2026

Buße



Jesus Christus spricht:
“Ich bin der Weg, die Wahrheit
und das Leben.”

Johannes 14,6

4-Buße

Frei werden!

Jesus ruft uns immer wieder zur Buße auf.

Wie befreiend zu wissen, dass wir Menschen mit Schwächen und Fehlern sind und diese bei Gott Raum haben. Aber wie geht Buße ganz praktisch?

Hier finden sich einige Hilfestellungen und praktische Ideen für Buße im Alltag. Wir wollen diesen „Schritt Buße“ nutzen, um vor Gott ehrlich zu werden und Freiheit zu erleben.

Doch wenn wir unsere Sünden bekennen, erweist Gott sich als treu und gerecht:

Er vergibt uns unsere Sünden und reinigt uns von allem Unrecht, das wir begangen haben.

I.Joh 1,9

Angebote in der Friedenskirche

***Predigten**

am 9.+16.+23.11.

> dazu findest du passendes Kleingruppenmaterial auf der Homepage der Friedenskirche

***Podcastfolge**

über den Link abrufbar:

<https://open.spotify.com/show/6hkreumWzoYKghcj4gLDY0?si=jUFg3mloSyyQGExK29GWyg>

4-Buße

Frei werden!

***Buße Tag in der Friedenskirche**

Am 22. November um 14.30 Uhr in der Friedenskirche – erlebe innere Freiheit durch Input, Lobpreis und Buße Stationen.

***Buß-und Betttag Gottesdienst**

Am 19. November um 19.30 Uhr findet ein gemeinsamer Gottesdienst mit der Yougend der Friedenskirche statt, die Gemeinde ist herzlich eingeladen.

***Weitere Empfehlungen**

- „Gott ungezähmt – raus aus der spirituellen Komfortzone“ von Johannes Hartl
- „Bedingungslos geliebt - Von zwei verlorenen Söhnen und einem liebenden Vater“ von Timothy Keller
- Arbeitsheft „Get free – wie kann ich göttliche Freiheit erleben?“ von Tobias Teichen

4-Buße

Frei werden!

IDEEN UND ANLEITUNGEN FÜR BUSSE IM ALLTAG

Im Folgenden haben wir dir einige Methoden zur Buße herausgesucht, um dir Hilfestellungen zu geben.

Allgemeine Tipps:

- Buße kann im Alltag verankert werden, so ist sie beispielsweise Teil des „Vater Unser“. Dort heißt es „Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.“ Diese Bitten im Vater Unser können uns aufatmen lassen – es passieren immer wieder Fehler, aber wir können sie zu Gott bringen und neu anfangen.
- Es ist hilfreich sich immer wieder bewusst Zeiten der Buße zu nehmen, weil es die Beziehung mit Gott stärkt und dadurch Wachstum im Glauben geschehen kann – durch das wiederholte Bekennen erkennen wir, wo wir Veränderung brauchen und können so Gottes Kraft und Veränderung erleben.

4-Buße

Frei werden!

**Wenn du durch die folgenden Hilfestellungen Bereiche in
deinem Leben erkennst, wo du umkehren solltest:**

- Dann bekenne deine Schuld vor Gott, lass sie am Kreuz und bete konkret um Vergebung.
- Dann nimm im Glaube Gottes Vergebung an und sprich es bewusst laut aus: „Mir ist vergeben“. Wenn ihr die Hilfestellungen zu zweit durchgeht, dann sprecht es euch gegenseitig zu „Dir ist vergeben“.
- Dann überlege, ob es auch einen praktischen Schritt gibt, den du gehen kannst (z.B. sich bei einer Person entschuldigen mit einem Brief o.ä.).

4-Buße

Frei werden!

***Lebenshaus**

Du kannst mit Gott innerlich oder auch ganz praktisch die Räume deines Lebenshauses durchgehen.

Jeder Raum steht für einen bestimmten Lebensbereich. Du machst einen Rundgang mit Gott und wirst Raum für Raum ehrlich und "räumst" mit ihm auf.

Stell dich dazu in einen Raum und frage Gott: „Herr, zeig mir wo ich umkehren soll.“

Hier kommen Anregungen für deinen Rundgang:

Wohnzimmer (Beziehungen, Familie)

Gibt es jemanden, dem ich vergeben oder um Vergebung bitten sollte?

Lebe ich echte Gemeinschaft oder ziehe ich mich zurück?

Bin ich ehrlich und liebevoll in meinen Beziehungen?

4-Buße

Frei werden!

Küche (Genuss, Alltag)

Bin ich dankbar für das, was ich habe, oder oft unzufrieden?

Gehe ich verantwortungsvoll mit meinen Ressourcen um?

Gibt es Gewohnheiten, die mir oder anderen schaden?

Arbeitszimmer (Job, Leistung)

Suche ich meine Identität in Leistung statt in Gott?

Bin ich ehrlich und gerecht in meiner Arbeit?

Habe ich Stolz, Neid oder Konkurrenzdenken in mir?

4-Buße

Frei werden!

Schlafzimmer (Ruhe, Intimität)

Habe ich Frieden in meinem Herzen oder bin ich rastlos?

Gehe ich mit meiner Sexualität und Intimität verantwortungsvoll um?

Gibt es Verletzungen oder Sehnsüchte, die ich Gott bringen sollte?

Keller (Verdrängtes, Schuld)

Was habe ich bisher verdrängt oder vor Gott versteckt?

Gibt es alte Schuld oder Verletzungen, die ich bekennen sollte?

Wo brauche ich Gottes Heilung und Vergebung?

4-Buße

Frei werden!

***10 Gebote**

Du kannst mit Gott die 10 Gebote durchgehen. Lies jeweils ein Gebot und frage Gott: „Herr, zeig mir wo ich umkehren soll.“

1. Ich bin der Herr, dein Gott. Du sollst keine anderen Götter haben neben mir.

Gibt es etwas in meinem Leben, das mir wichtiger ist als Gott?
Suche ich Sicherheit und Sinn außerhalb von Gott?
Wofür investiere ich meine Zeit und Energie?

2. Du sollst den Namen des Herrn, deines Gottes, nicht missbrauchen.

Wann und wie gebrauche ich den Namen Gottes?
Gebrauche ich den Namen Gottes gedankenlos?
Setze ich den Namen Gottes als Druckmittel ein?

4-Buße

Frei werden!

3. Du sollst den Feiertag heiligen.

Kann ich mit und vor Gott zur Ruhe kommen?

Verbringe ich Zeit in Gottes Gegenwart?

Weiche ich der Begegnung mit Gott aus?

Ist mir Leistung so wichtig, dass ich nicht zur Ruhe komme?

4. Du sollst deinen Vater und deine Mutter ehren.

Was bedeutet es für mich Vater und Mutter zu ehren?

An welchen Punkten fällt es mir schwer meine Eltern zu ehren?

Welche Gefühle kommen in mir hoch, wenn ich an meine Eltern denke?

4-Buße

Frei werden!

5. Du sollst nicht töten.

Habe ich jemanden durch Worte oder Taten verletzt?

Trage ich Groll oder Hass gegen jemanden mit mir herum?

Lasse ich mich durch Feindbilder, Rassismus, Vorurteile leiten?

6. Du sollst nicht ehebrechen.

Bin ich treu in meine Beziehungen – auch in Gedanken?

Habe ich ungute Phantasien, sexuelle Bindungen?

Achte und respektiere ich verbindliche Beziehungen (meine und die von anderen)?

4-Buße

Frei werden!

7. Du sollst nicht stehlen.

Bin ich ehrlich im Umgang mit Geld und Eigentum?

Sind Neid, Geiz und Selbstsucht in meinem Leben?

Achte ich fremdes Eigentum?

8. Du sollst nicht falsch Zeugnis reden wider deinen Nächsten.

Spreche ich ehrlich über andere Menschen?

Verbreite ich Gerüchte oder Halbwahrheiten?

Stehe ich zu meinen Fehlern und sage die Wahrheit?

4-Buße

Frei werden!

9. Du sollst nicht begehrn deines Nächsten Haus.

10. Du sollst nicht begehrn deines Nächsten Frau, Knecht, Magd, Vieh noch alles, was dein Nächster hat.

Vergleiche ich mich oft mir anderen?

Bin ich neidisch auf andere Menschen?

An welchen Punkten in meinem Leben bin ich gierig?

Wie wichtig ist mir Besitz?

4-Buße

Frei werden!

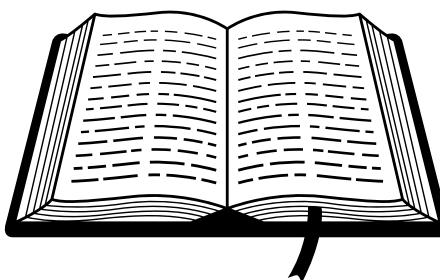
*Bußpsalmen

Es gibt in der Bibel einige Bußpsalmen (z.B. Psalm 6,32,38,51), die dir helfen ehrlich vor Gott zu werden.

David und andere Psalmisten verstecken ihre Schuld nicht, sondern bringen sie offen vor Gott.

Das ermutigt uns selbst offen und ehrlich vor Gott zu sein.

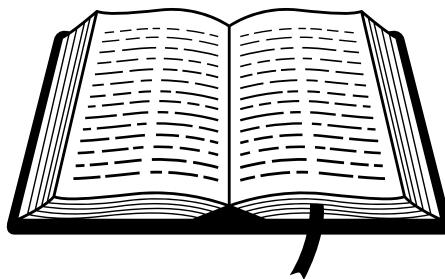
Wenn uns selbst die Worte fehlen, helfen uns die Bußpsalmen Formulierungen zu finden. Und sie zeigen uns, dass Gott bereit ist zu vergeben.



4-Buße

Frei werden!

Lies Psalm 51 ganz langsam und bete die Worte persönlich.



Was spricht dich besonders an?
Wo möchtest du Gott um Vergebung bitten?
Wo sehnst du dich nach einem neuen, reinen Herzen und einem Neuanfang?
Wie kannst du Gottes Vergebung in deinem Alltag annehmen?