****

**Scham oder Würde**

**Von der "Beschämung" zu einer   
ehrwürdigen Identität in Jesus**



**Selbststudium zur Predigtreihe vom 26. Aug. – 21. Okt. 2018**

**Information zum Material in diesem Heft:**

* Anstoss zu dieser Predigtreihe war ein Seminar mit Ernst Gassmann   
  (Lindenwiese D; 2015; Die Zusammenfassung ist bei mir erhältlich).
* Verschiede Artikel zum Thema Scham in der Zeitschrift:  
   „Psychologie heute“ (Diese kann man auch von mir bekommen)
* Folgende Artikel im Internet:

**Lukas Wäfler**; Versöhnt und gerechtfertigt!

http://www.igw.edu/assets/data/Abschlussarbeiten/Versoehnt\_und\_gerechtfertigt\_Lukas\_Waefler\_2012.pdf

**Thomas Schirrmacher;** Scham- oder Schuldgefühl?

http://kirchensite.de/index.php?myELEMENT=111399

**Hannes Wiher;** Sham and Guilt

http://www.worldevangelicals.org/resources/rfiles/res3\_234\_link\_1292694440.pdf

* Video von Wolfram Kölling: Scham - Schamlosigkeit und ihre Folgen

https://www.youtube.com/watch?v=uw\_EFg\_fgI4

Hier das Vorwort von Andreas Ruh, dem Entwickler dieser Predigtreihe:

**Wozu diese Predigtreihe: „Scham oder Würde“?**

*Der auch seinen eigenen Sohn nicht verschont hat, sondern hat ihn für uns alle dahingegeben - wie sollte er uns mit ihm nicht* ***alles*** *schenken? Röm. 8,32*

**Was ist uns in Jesus alles geschenkt?**   
Für die Reformatoren war das Geschenk der Rechtfertigung eine gewaltige Entdeckung. Durch Jesus ist der Schuldschein, der von uns den Tod forderte, ans Kreuz genagelt und ausgelöscht. Wir sind gerecht vor Gott, nichts kann uns mehr anklagen und verdammen. Unser Schuldproblem hat Jesus ein für alle Mal gelöst. Diesen eher juristischen Aspekt der Vergebung haben die Meisten von uns gut verstanden. - Andere Aspekte unserer Wiederherstellung durch Jesus, seine Annahme, den Prozess des „Heilwerdens“, unsere wiederhergestellte Würde, wurden oft viel weniger thematisiert.

**Ich hoffe, dass diese Predigtreihe uns in eine neue Freiheit führt, um einander gleichwertiger und gnädiger begegnen zu können. Dies, weil wir verstehen, dass wir alle in Jesus Ehre und Würde empfangen haben, trotz unserer Schandflecken, unserer Peinlichkeiten.**

Euer Andreas Ruh

**Zu unserem Vorgehen in dieser Predigtreihe:**

Diese Reihe besteht aus fünf Abschnitten.

Jeder Abschnitt besteht aus:

**Selbststudium:**

Während der Woche hast du die Möglichkeit Bibeltexte zu studieren und Fragen zu beantworten, welche das nächste Predigtthema illustrieren und einleiten sollen.

**Predigt:**

Am Sonntag hören wir dann die Predigt zu diesem Thema.

**Kleingruppe:**

Die Kleingruppen werden am 26.08.2018, am Beginn der Predigtreihe, organisiert.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Selbststudium | Predigt | Kleingruppe |
| 1. Thema | 20. - 25. Aug. | 26. Aug. | 27. - 31. Aug. |
| 2. Thema | 27. - 31.Aug.. | 2. Sept. | 3. - 7. Sept. |
| 3. Thema | 17. - 22. Sept. | 23. Sept. | 24. - 28. Sept. |
| 4. Thema | 8.- 13. Okt. | 14. Okt. | 15.- 19. Okt. |
| 5. Thema | 15.- 20. Okt. | 21. Okt. | 22. – 26. Okt. |

**Einführung ins Thema!**

**Wie es zu dieser Predigtreihe kam?**

Währende des Studiums des Themas „Vergeben lernen!“, machte ich eine ganz starke persönliche Erfahrung. Mir war sehr schnell bewusst, mit welchen Personen es mir einfach nicht gelingen wollte, so richtig vergeben zu können und dass ich deshalb über diesen alten Geschichten auch nicht zur Ruhe kommen konnte.

Ich merkte, dass diese Beziehungskonflikte alle mit einer ganz grossen Enttäuschung von mir zu tun hatten. Und dass ich diese alte Geschichte immer noch als peinliches Versagen interpretierte.

Ich konnte mir meine persönliche Schande nicht selbst vergeben und hatte deshalb Sündenböcke kreiert und so meine Peinlichkeit in eine Schuld der Andern verwandelt.

Noch dramatischer wird es, wenn Menschen, welche zu tiefst verletzt wurden, oder Übergriffen ausgesetzt waren, sich für ihre beschämenden Erlebnisse selbst anklagen, weil sie glauben, dies so besser verkraften zu können.

**Aber für falsche Schuldzuweisungen kann es keine Vergebung geben, auch können wir uns nicht selbst vergeben.**

Das Konzept der Schuld und ihrer Vergebung greift hier zu kurz. Doch das „Heil“ (ganzheitliche Erlösung) in Jesus ist nicht nur eine Antwort auf unser Schuldproblem, sondern auch der geniale Weg, wie Schande, Beschämung, Peinlichkeiten, Entwürdigungen und Minderwert sich in Ehre und Würde verwandeln können.

**Unterscheidung von Schuld und Scham!**

**Was verstehen wir unter Schuld?**

**Als Schuld wird der Verstoss gegen eine sittliche, ethische, moralische, oder gesetzliche Norm angesehen.**

**Schuld: Ich habe einen Fehler gemacht!**

Allgemein existiert die Vorstellung, dass ein Ausgleich der Schuld erreicht werden kann, durch Busse, Wiedergutmachung, die Untat des Schuldigen gerächt wird (Vergeltung) oder dem Schuldigen die Schuld vergeben wird.

**Gegenteil von Schuld:**

**Gerechtigkeit**

**Was verstehen wir unter Scham, Schande, oder „Beschämung“?**

**Scham ist im Kern die Angst vor Ablehnung! Scham gibt das Gefühl ausgeschlossen zu sein, nicht dazu zu gehören, nicht in die Gruppennorm zu passen.**

**Scham: Ich bin der Fehler!**

Schamgefühle gehören zu den stärksten, unangenehmsten und intimsten menschlichen Regungen. Wer sich schämt, ist im Kern getroffen.

**Gegenteil von Scham:**

**Ehre, Würde, Zugehörigkeit**

**Einführung ins Thema!**

**Gesunde oder kranke, zerstörerische Scham!**

Wir haben ständig einen inneren Beobachter mitlaufen. Im besten Fall ist das eine positive Selbstprüfung, über die wir uns beispielsweise an bestimmten Regeln orientieren, und zwar meistens unbewusst. In extrem negativen Fällen kann das aber auch eine ständige Selbstverurteilung und Selbsterniedrigung nach sich ziehen.

**Gesunde Scham:**

Wer sich schämt, fühlt sich ertappt, schlimmstenfalls sogar in seiner Identität bedroht. Doch obwohl man am liebsten im Erdboden versinken möchte, ist Scham eine wichtige Emotion. **Sie hilft dabei, sich weiterzuentwickeln und nach aussen hin Grenzen zu setzen.**

Gesunde Scham schützt unsere Intimsphäre und die Grenzen in der Interaktion mit anderen. Sie reguliert, oft in subtiler Weise, wie viel Persönliches, uns Wertvolles wir in einer Situation zeigen beziehungsweise verbergen. Weiterhin sorgt gesunde Scham dafür, dass wir uns angemessen verhalten und nicht aus dem sozialen Rahmen fallen. Ausserdem schützt sie die persönliche Integrität. **Sie mahnt uns, so zu handeln, dass wir die Achtung vor uns selbst wahren und unserem Gewissen treu bleiben.** Daher bezeichnet man Scham auch als "sozialen Klebstoff".

Alles Lernen und jegliche Selbsterkenntnis sind potenziell mit Schamgefühlen verbunden. Scham für begangene Fehler ist jedoch nur dann konstruktiv, wenn man aus ihnen lernt, um es das nächste Mal besser zu machen.

Gesunde Scham reagiert auf unangemessenes Verhalten, dies als Schutz für sich selbst, den Andern und der Gemeinschaft.

**Kranke, zerstörerische Scham:**

**Ungesunde Scham ist ein Zuviel, sie beschädigt das Selbstwertgefühl.** Der Betreffende fühlt sich wertlos, wie ein Nichts.

Wenn wir zu viel Erniedrigung erfahren, wird dadurch unser Selbstvertrauen gestört. Scham geht psychisch bis an die Wurzel unserer Existenz: Habe ich ein Recht, hier zu sein? Bin ich liebenswert? Gehöre ich dazu?

Heftige Erschütterungen unseres Selbst, unseres Selbst- oder Selbstwertgefühls führen auch zu extremen Schamgefühlen, **die sofern sie in unserer Kindheit und Jugend häufig erlebt werden, starke Schamprägungen bilden.** Zu diesen Erschütterungen des Selbst kann es durch die unterschiedlichsten Verletzungen kommen wie Demütigungen, Erniedrigungen, traumatische Erfahrungen, entwürdigendes und respektloses Verhalten, Missachtung und Missbrauch oder Gewalterfahrung und dominantes und beherrschendes Machtverhalten.

**Kranke Scham hält uns gefangen:** Wir erkennen die Lüge nicht, die hinter der Beschämung steht. Wir bleiben von der Scham behindert und gelähmt im Leben und in unseren Beziehungen. Wir setzen den Beschämenden keine Grenzen. Wir bleiben im Scham-Abwehrmechanismus gefangen.

**Einführung ins Thema!**

**Beispiele und Arten der Scham!**

**Beispiele von Scham und   
Peinlichkeiten:**

Ich schäme mich, weil es in meiner Persönlichkeit, meinem Verhalten, meinem Äusseren etwas gibt was nicht der gängigen Norm, oder meinen eigenen Erwartungen entspricht: Ich bin zu klein, zu gross, zu dick. Ich habe eine Glatze, einen Sprachfehler, ich erröte, ich singe falsch, ich bin nicht sportlich, ich habe eine Rechtschreibeschwäche…

In meiner Biographie oder meiner Familie gibt es ein beschämendes Ereignis, welches ich verstecken muss, obwohl mich persönlich keine Schuld trifft.

Ich schäme mich, weil ich etwas in einer Gruppe sage und alle lachen und ich weiss nicht warum.

Im heutigen Japan gibt es Tausende von Männern, die morgens das Haus verlassen, den Tag in öffentlichen Parks verbringen und am Abend nach Hause zurückkehren, um vor ihrer Familie die zutiefst beschämende Tatsache verbergen zu können, dass sie ihren Arbeitsplatz verloren haben.

Ich finde wir sollten unsere Atmosphäre in unseren Gemeinden hinterfragen, wenn aus Scham Menschen unsere Gemeinden verlassen, weil sie z.B. in ihrer Ehe scheiterten, arbeitslos wurden, oder Konkurs gingen, psychiatrische Hilfe brauchten, das Verhalten ihrer Kinder nicht der Norm entspricht, sie ihr Suchtverhalten beschämt, ihre Meinung in einer Entscheidung der Gemeinde keine Mehrheit fand, …

**Arten der Scham:**

**Die Anpassungsscham**

Sie entsteht, wenn wir Erwartungen der Familie und der Gesellschaft nicht erfüllen und dadurch Angst bekommen, nicht mehr dazugehören zu können. Du denkst: "So eine Blamage. Jetzt bin ich unten durch." Oder "Ich habe mich total lächerlich gemacht, bin unfähig.

Du hast deinen Erwartungen nicht entsprochen oder du glaubst, dass alle anderen es besser gemacht hätten. Vielleicht hat ein anderer dich auch bei einer Schwäche oder Schandtat ertappt, dich auf einen wunden Punkt angesprochen, du fühlst dich blossgestellt und schämst dich.

**Die Gewissensscham**

Sie tritt auf, wenn wir den eigenen Werten und Ansprüchen nicht gerecht werden. **Es ist für den Teufel oft sehr leicht uns Gläubige völlig zu beschämen und dadurch zu entmutigen, weil er scheinbar zu Recht uns unser Versagen vorhält.**

**Die Intimitätsscham**

Sie taucht auf, wenn unsere körperlichen und seelischen Grenzen verletzt werden, etwa wenn Mitschüler im Unterricht einen heimlich zugesteckten Liebesbrief öffentlich vorlesen und intime Dinge allen Klassenkameraden zu Ohren kommen.

In der heutigen Sexualität herrscht zudem ein enormer Selbstdarstellungsdruck bezüglich körperlicher Attraktivität,

**Einführung ins Thema!**

sexueller Kenntnisse, sexueller Leistungsfähigkeit, kurz: ein Perfektionsideal. Das lässt die Gefahr der Scham bei der Sexualität wachsen. Bin ich verführerisch genug? Kann ich genügen?

**Die Gruppenscham**

Sie besagt, dass man sich nicht mit, sondern für jemanden schämt, dann zum Beispiel, wenn sich ein Freund oder Verwandter, also jemand aus dem näheren Umfeld, nicht den sozialen Normen gemäss verhält. Peinlichkeitsgefühle in uns können durch das (Fehl-)Verhalten anderer ausgelöst werden. Durch Papa oder Mama, unseren Partner oder irgendeine andere Person. Entscheidend ist, dass wir uns mit dieser Person identifizieren.

Viele von uns sind mit dem Leitspruch aufgewachsen: „Was denken dann die anderen Leute?“ **Krampfhaft versucht man ein ideales Image aufrecht zu erhalten. Dabei geht unsere Authentizität als Gläubige leider oft verloren.**

**Scham und Beschämung sind nicht auszuhalten!**

**Der Weg aus der Scham und Schande ist fast nur möglich durch Achtung, Anerkennung und Liebe. Das können wir uns alles selbst nicht geben!** Wir brauchen einen Mittler, jemanden der sich für uns einsetzt, jemanden der uns das glaubhaft zuspricht, du bist wertvoll, würdig, du genügst, du gehörst dazu.

Doch ohne die Sicherheit, dazu zu gehören, nicht beschmutzt zu sein, angenommen und wertvoll zu sein, können wir als Menschen auf die Länge nicht existieren.

Deshalb verwandeln Opfer von Übergriffen ihre Scham lieber in ein eigenes Verschulden, weil sie damit besser leben können und so das Beschämende verdrängt werden kann. So sehen sich dann die Opfer plötzlich selbst als Täter!

In den harmloseren Fällen entwickelt der Mensch Strategien, wie er durch „Masken der Scham“ das Beschämende selbst zudecken kann. Es gibt dabei auch fromm getarnte Masken.

**Diese Strategien der Masken können bis zur Perfektionierung entwickelt werden und sind sehr oft der Antrieb unseres Denkens und Handelns.**

Wir sind bereit einen ganz hohen Preis zu zahlen, nur mit dem Wunsch der Anerkennung und der Sehnsucht, dass unsere Scham dadurch doch zugedeckt werden kann. Wenn dies nicht möglich ist, bleibt uns oft nur die Flucht! Beziehungen abzubrechen ist dabei noch die harmlosere Variante, manchmal wählt man auch die Flucht vor sich selbst, in irgendeine Form der Sucht.

**Einführung ins Thema!**

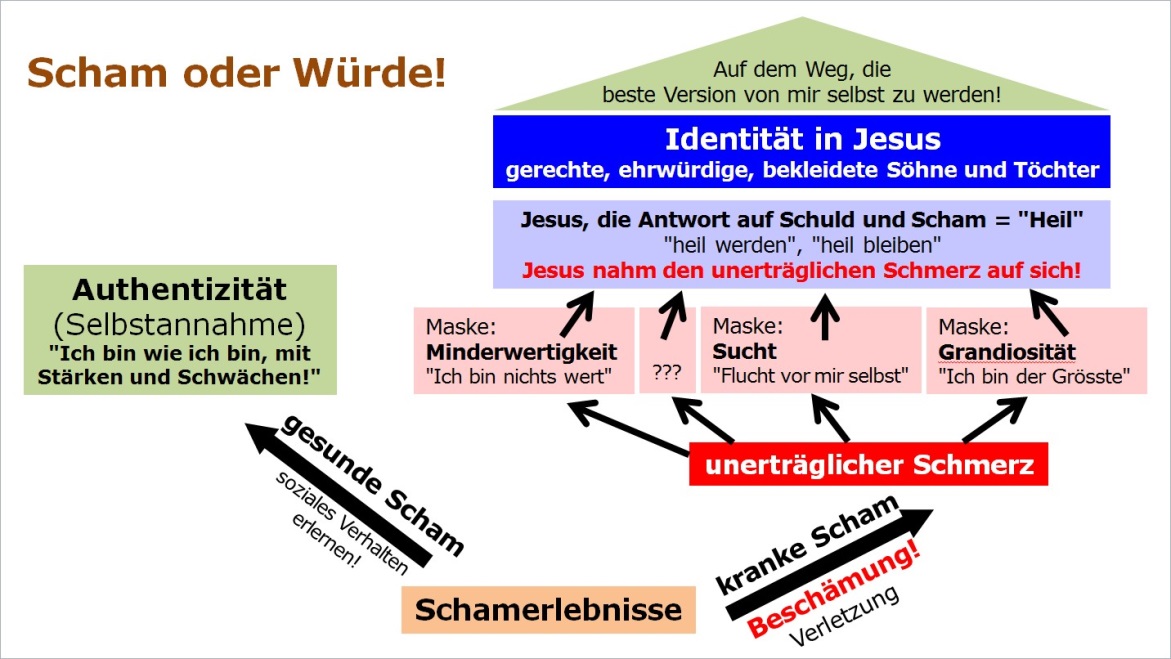
**Die Erlösung in Jesus, die geniale Antwort auf unser Problem der Scham und Schande!**

In dieser Predigtreihe möchten wir neu entdecken, wie zentral die Bibel das Thema der Scham behandelt. Bei den Begegnungen von Gott mit uns Menschen geht es immer um unsere Beziehung zu ihm. Durch unsere Sünde wurde diese Beziehung zu Gott zerstört. Dies hat immer den Aspekt der Schuld, welche durch die Vergebung zu Gerechtigkeit werden darf. **Aber die Erlösung in Jesus hat auch immer den Aspekt der Scham, welche durch die Versöhnung und Annahme in Jesus uns zu würdigen Söhnen und Töchter macht, ohne Makel, ohne Schande, ohne Beschämung.**

Nur auf dieser Grundlage kann es ein befreites Leben als Christ geben, ohne Masken. Wir brauchen keine Masken mehr, wir dürfen uns in Jesus bergen und er hat uns neue Kleider der Würde geschenkt, wir sind gekrönt mit Würde. **Dieses Geheimnis, dieses Geschenk wollen wir zusammen entdecken!**

*Ich freue mich über den Herrn und juble laut über meinen Gott! Denn er hat mir seine Rettung und Hilfe geschenkt. Er hat mich damit bekleidet wie mit einem schützenden Mantel. Nun stehe ich da wie ein Bräutigam mit festlichem Turban, wie eine Braut im Hochzeitsschmuck. Jes. 61,10 (H.f.A.)*

Dies der Versuch unser Vorgehen zusammen zufassen:



**Persönliche Fragen zur Einführung**

Nicht alle diese Fragen passen zu deiner persönlichen Lebensgeschichte, beantworte nur jene, die für dich relevant sind.

Was war deine peinlichste Situation an die du dich erinnern kannst? Ist sie dir immer noch peinlich? Wie hat dich dieses Erlebnis geprägt?

Worüber schämst du dich auch heute? Was hätte nie geschehen dürfen?   
Was sollte niemand erfahren? Was musst du verbergen, versuchen zu kaschieren?

Gibt es etwas, was du dir nicht selbst vergeben kannst? Könnte es sein, dass es dabei gar nicht um Schuld geht, oder dass Gott dir diese Schuld schon längst vergeben hat? Könnte es sein, dass es mehr damit zu tun hat, dass es dir immer noch peinlich ist, du dich darüber schämst, dass dir das passiert ist?

Was hat dieses Thema Scham, Beschämung, Schande mit dir ganz persönlich zu tun. **In welcher Geschichte, in welchem Bereich deines Lebens möchtest du durch diese Predigtserie Hilfe und Befreiung erleben?**

Wenn es für dich schon möglich ist, definiere den Schmerz deiner Scham.   
Bete und erwarte, dass Jesus dich in seinen schützenden Mantel hüllen wird.

**Predigt 26. 8.: Jesus starb für unsere Schande!**

**Text:** Jes. 53,2-5 und Jes. 61,10

**Sich schämen, am liebsten im Boden versinken!**

* Wäre das mir nur nie passiert!
* Hier wurde ich zutiefst blossgestellt, beschämt!
* Wenn das nur niemand erfährt, das ist zu peinlich!
* Was denken wohl die Andern über mich, meine Familie?
* Ich fühle mich so beschmutzt, so unwürdig!
* Mein Versagen kann ich mir selbst nicht vergeben!
* Ich genüge nicht!
* Die Schande meiner Familie ist wie ein Schatten über mir!
* Ich kann nicht in den Spiegel schauen und mich freuen!

Welche Art von Scham, Schande, Peinlichkeit, oder Entwürdigung kennst du persönlich?

**Jesus starb und nahm meine Schande auf sich!**

Jesus starb auch für meine Scham, Schande, Peinlichkeit, meine Entwürdigung! – In IHM ist mir eine neue Würde gegeben!

Er war weder stattlich noch schön. Nein, wir fanden ihn **unansehnlich, er gefiel uns nicht! Er wurde verachtet, von allen gemieden.** Von Krankheit und Schmerzen war er gezeichnet. **Man konnte seinen Anblick kaum ertragen. Wir wollten nichts von ihm wissen, ja, wir haben ihn sogar verachtet.** Wir haben nun Frieden mit Gott! Durch seine Wunden sind wir geheilt. Jes. 53,2-3+5

**Als Jesus starb, starb er für unsere Schande mit dem Ziel:**

* Uns zurück zu holen **in die Gemeinschaft mit IHM.**
* Unsere **Würde** wiederherzustellen (uns zu bekleiden).
* Um uns als Königskinder **zu krönen mit Ehre.**

Ich freue mich über den Herrn und juble laut über meinen Gott! Denn er hat mir seine Rettung und Hilfe geschenkt. **Er hat mich damit bekleidet wie mit einem schützenden Mantel.** Nun stehe ich da wie ein Bräutigam **mit festlichem Turban,** wie eine Braut **im Hochzeitsschmuck.** Jes. 61,10

**Jesus starb für deine und meine Schande:**

* Dass ich ein nichterwünschtes Kind war.
* Wir heiraten mussten.
* Ich als Vater, oder Mutter versagte.
* Unsere Ehe in Brüche ging.
* Mein Vater Alkoholiker war.
* Ich einen körperlichen Mangel habe.
* Ich keine Lehre machen konnte und jetzt mein Lohn kaum reicht.
* Ich zu tiefst verletzt wurde (z.B. sexuell missbraucht wurde).
* Ich mein Äusseres nicht annehmen kann, zu klein, zu gross, zu dick, zu unsportlich, zu …
* Ich …

**Wir wählen, ob unsere Scham durch Jesus zu Würde wird!**

**Petrus und Judas im Vergleich:**

* Beide sind sie schuldig geworden (Judas verrät, Petrus verleugnet Jesus).
* Beiden wird ihre Schuld sehr bewusst.

Als Judas, der Verräter, sah, dass Jesus zum Tode verurteilt worden war, bereute er bitter, was er getan hatte. … "Ich habe eine grosse Schuld auf mich geladen und einen Unschuldigen verraten!" bekannte er. Mt. 27,4-5

* Beide schämen sich zutiefst!

Schuld kann man versuchen, wieder gut zu machen. **Scham ist nicht auszuhalten,** das muss man irgendwie zudecken, verdrängen oder kompensieren!

* Beide rennen!

Dann lief Judas fort und erhängte sich. Mat.27.6

Petrus sprang auf und lief zum Grab. Lk. 24,12

Petrus sprang ins Wasser und schwamm an das Ufer. Joh. 21,7

* **Petrus sucht trotz seiner Scham, die Nähe von Jesus.**

**Was muss das für ein Gott sein, dass ich in meiner grössten Schande und Beschämung seine Nähe suchen kann?**

* **Nur Petrus erlebt Wiederherstellung seiner Würde und Ehre und die Wiederherstellung seiner Beziehung!**

**Wie wir dies selbst erleben dürfen, lernen wir ab dem 25. Okt. in unserer Predigtserie „Scham oder Würde“ kennen.**

**Notizen:**

**Fragen für die Kleingruppen** (Mo. 27.8. – Fr. 31.8.

Peinlichkeiten, Dinge für die wir uns schämen ist ein sehr persönliches Thema und so möchten wir als Kleingruppe behutsam damit umgehen. Es gibt Dinge, welche man besser nur im geschützteren Rahmen der seelsorgerlichen Beratung ansprechen sollte. Ihr müsst selbst entscheiden, wie persönlich ihr diese Fragen angehen wollt. Ich formuliere deshalb die Fragen sehr allgemein?

1. Worüber schämen sich wohl a) viele Schweizer, b) speziell Frauen,   
   c) speziell Männer, d) viele Gläubige? (nur kurz diskutieren)
2. Wie fühlt es sich an, wenn uns selbst etwas Peinliches passiert? Wie versuchen wir darauf zu reagieren?
3. Wie fühlt es sich an, wenn wir von aussen beschämt werden, ohne dass wir selbst darauf Einfluss nehmen können? Wie geschieht diese Art von beschämt werden praktisch?
4. Die Sätze: „Ich genüge nicht!“ „Das kann ich mir nicht verzeihen!“ „Wenn das nur keiner erfährt!“ „Ich fühle mich so beschmutzt, so gedemütigt!“   
   „Ich …!“ Solche Sätze prägen auch das Leben vieler Gläubigen? Wie wirken sie sich aus? Wie würde Jesus uns darauf antworten, oder würde er uns einfach nur in den Arm nehmen?
5. Was unterscheidet Judas und Petrus? Hätte Judas auch die Nähe von Jesus suchen dürfen?
6. **Was muss das für ein Gott sein, dass ich in meiner grössten Schande und Beschämung seine Nähe suchen kann?** – Gott ist doch ein heiliger Gott?
7. Sprecht über Jes. 53,2-5 und 61,10 Was ist daran so genial?

Er war weder stattlich noch schön. Nein, wir fanden ihn unansehnlich, er gefiel uns nicht! Er wurde verachtet, von allen gemieden. Von Krankheit und Schmerzen war er gezeichnet. Man konnte seinen Anblick kaum ertragen. Wir wollten nichts von ihm wissen, ja, wir haben ihn sogar verachtet. Wir haben nun Frieden mit Gott! Durch seine Wunden sind wir geheilt. Jes. 53,2-3+5

Ich freue mich über den Herrn und juble laut über meinen Gott! Denn er hat mir seine Rettung und Hilfe geschenkt. Er hat mich damit bekleidet wie mit einem schützenden Mantel. Nun stehe ich da wie ein Bräutigam mit festlichem Turban, wie eine Braut im Hochzeitsschmuck. Jes. 61,10

**Persönliche Vorbereitung für den So. 2. Sept.**

**Thema der Predigt:  
Wie Gott uns in unserer Scham begegnet!**

**Texte zum Nachdenken:**

1. Welchen Zusammenhang erkennst du zwischen Schuld und Scham?

Sie pflückte eine Frucht, biss hinein und reichte sie ihrem Mann, und auch er ass davon. Plötzlich gingen beiden die Augen auf, und ihnen wurde bewusst, dass sie nackt waren. Hastig flochten sie Feigenblätter zusammen und machten sich einen Lendenschurz. Am Abend, als ein frischer Wind aufkam, hörten sie, wie Gott, der Herr, im Garten umherging. Ängstlich versteckten sie sich vor ihm hinter den Bäumen. Aber Gott rief: „Adam, wo bist du?“ Adam antwortete: „Ich hörte dich im Garten und hatte Angst, weil ich nackt bin. Darum habe ich mich versteckt.“ „Wer hat dir gesagt, dass du nackt bist?“ fragte Gott. „Hast du etwa von den verbotenen Früchten gegessen?“ …   
Gott, der Herr, machte für die beiden Kleider aus Fell. 1Mo 3,6-11+21

1. Wie begegnet Gott unserer Scham?

Ein Lied Davids zum Nachdenken. Glücklich sind alle, denen Gott ihre Sünden vergeben und ihre Schuld zugedeckt hat! Ps. 32,1

Die Schuld deines Volkes hast du vergeben und alle seine Sünden zugedeckt.   
 Ps. 85,3

**Lies: 1. Mose 9,20-27**

1. Wie interpretierst du diese Geschichte? Was zeigt sie uns über den Aspekt des „Zudeckens“?

Vor allem aber lasst nicht nach, einander zu lieben. Denn die Liebe deckt viele Sünden zu. 1. Petr 4,8

**Wie Jesus Beschämten begegnet?**

**Lies diese Texte:** Luk. 7,35-50; Joh. 4,1-30; Lk. 19,1-10 und beantworte die folgenden Fragen:

1. Warum haben sich diese Menschen geschämt? Warum standen sie ausserhalb der gesellschaftlichen Akzeptanz?
2. Wie geht Gott/Jesus mit ihnen um?

Was bedeutet dies für dich? Wie möchte Jesus dir begegnen?

**Mein Name: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Persönliche Vorbereitung für den So. 23. Sept.**

**Thema der Predigt:   
Beschämung und unsere Reaktionen darauf!**

Lies nochmals die Einführung ins Thema Scham in diesem Heft.

Nebst der gesunden Scham, welche für die Entwicklung unserer Persönlich-keit unabdingbar ist, sind beschämende Erfahrungen oft sehr verletzend und hinterlassen in uns einen unerträglichen Schmerz. Auch das Gefühl, nicht dazu zu gehören, nicht zu genügen, bewirkt in uns eine starke Reaktion. Damit können wir nicht leben! Man spricht davon, dass wir Masken der Scham entwickeln. Feigenblätter, welche unsere Scham zudecken in Form von Überkompensationen, um uns unsere verloren gegangene Akzeptanz wieder zu erkämpfen. Viele dieser Reaktionen sind für uns selbst und die Andern sehr unglücklich und belastend.

Lies die folgenden Geschichten, wie Menschen auf ihre Beschämung reagiert haben: 1. Mose 21,8-21; 1. Mose 30,1-24; 2. Sam. 13,1-29; Jona 4,1-11;

1. Welche Reaktionen kennst du bei Menschen, welche Beschämung erleben oder erlebt haben?
2. Wie reagierst du selbst auf Peinlichkeiten, oder die Angst blossgestellt zu werden?

**Persönliche Notizen:**

**Das möchte ich ja nicht vergessen:**

**Persönliche Vorbereitung für den So. 14. Okt.**

**Thema der Predigt: Auswege aus der Scham!**

Sich in Jesus bergen, seine Nähe suchen trotz unserer Scham.

**Lies:** Ps. 25,2-3; Mat. 26,75; Joh. 21,1-19

1. Wie ist Petrus mit seiner Schande umgegangen?
2. Wie hat Jesus reagiert? Was musste geschehen, damit Heilung möglich wurde?

**Persönliche Vorbereitung für den So. 21. Okt.**

**Thema der Predigt:   
Würde, Ehre und Wiederherstellung empfangen!**

Wie kann ich die befreiende Botschaft, dass Jesus meine Schande ans Kreuz getragen hat und dadurch meine Beschämung zugedeckt hat, für mich selbst in Anspruch nehmen? Wie empfange ich Ehre und Würde?

Ich freue mich über den Herrn und juble laut über meinen Gott! Denn er hat mir seine Rettung und Hilfe geschenkt. Er hat mich damit bekleidet wie mit einem schützenden Mantel. Nun stehe ich da wie ein Bräutigam mit festlichem Turban, wie eine Braut im Hochzeitsschmuck. Jes. 61,10

**Lies:** Jes. 61,1-3; Lk. 15,11-24

1. Was zeigen diese Texte, wie wir die verlorene Würde wieder empfangen können?

**Persönliche Vorbereitung für den So. ??. ???.**

**Thema der Predigt: Würde weitergeben!**

Als Menschen, die verstanden haben, dass durch Jesus unsere eigene Schande zugedeckt ist, können und sollen wir in unserer Gesellschaft zu Menschen werden, welche Scham und Schande zudecken. Den Ausgeschlossenen, Türen und Fenster der Annahme und der Akzeptanz öffnen. **Für Beschämte zu Ermutiger werden.**

**Lies die Geschichte von David und Mefi-Boset** 2. Sam. 4,4 und 2.Sam.9,1-13

1. Wie fühlt sich Mefi-Boset vor der Begegnung mit David?
2. Wie würdigt / ermutigt David Mefi-Boset?
3. Was hat diese Geschichte noch mit unserem Thema zu tun?