

Stacy Eldredge



Gottes Traum für dein Leben

Aus dem Englischen von Eva-Maria Nietzsche



*Für John  
Ich liebe dich*

# Inhalt

1	Kann man sich wirklich jemals ändern? .....	9
2	Mit Gnade zurückblicken .....	27
3	Die Landschaft unseres Lebens .....	47
4	Unsere Mütter, wir selbst: Teil 1 .....	67
5	Unsere Mütter, wir selbst: Teil 2 .....	87
6	Von der Annahme zur Umarmung .....	101
7	Von der Furcht zur Sehnsucht .....	119
8	Die Gemeinschaft mit Frauen .....	137
9	Durch Leid geformte Schönheit .....	159

10	In die Freiheit taumeln .....	175
11	Eine Frau des Glaubens werden .....	197
12	Eine Frau des Gebets werden .....	213
13	Unserem wahren Namen entsprechen .....	231
14	Mutig drauflos .....	247
	Nachwort .....	261
	Anhang	
	Gebete.....	263
	Dank .....	267
	Anmerkungen .....	269



# 1

## Kann man sich wirklich jemals ändern?

Die Eltern meines Mannes hatten ihren Besuch angekündigt. Grund genug, wie jede Frau weiß, noch schnell den Keller zu streichen, ganz zu schweigen davon, den Kühlschrank gründlich sauberzumachen. Wenn wir Besuch erwarten, geben wir unser Bestes, vor allem, wenn es sich um die Schwiegereltern handelt. Wir färben unser Haar, kaufen ein neues Oberteil und kaschieren die von Nägeln zurückgelassenen Löcher in den Wänden mit Zahnpasta. Wir versuchen erneut, dem Hund Gehorsam beizubringen und unseren Kindern das Lesen, gerade sitzen und mit geschlossenem Mund Kauen – und das alles innerhalb von achtundvierzig Stunden.

Einige Tage vor ihrem Eintreffen ließ Johns Mutter mich wissen, dass sie mich während ihres Aufenthaltes zu einem Massagetermin mitnehmen wolle.

Du lieber Himmel!

Ich war noch nie in meinem Leben massiert worden, und der Gedanke, dass eine fremde Person meinen Körper berühren würde, gefiel mir gar nicht. Meine Schwiegermutter versicherte mir, dass ich es toll finden würde. Ich hoffte es, glaubte aber nicht daran. Wissen Sie, ich mochte meinen Körper nicht. Im Gegenteil: Ich schämte mich für meinen Körper. Die Idee, ihn den Händen einer unbekanntem Masseurin zu überlassen, löste nicht gerade Entzücken bei mir aus. Kann man in vier Tagen zehn Pfund abnehmen? Ich forschte über Google nach und fand heraus, dass man dazu massenweise Zitronensaft und Cayennepfeffer schlucken muss. Ich konnte einfach nicht zu dieser Massage gehen! Aber ich musste. Es

war das Geschenk meiner Schwiegermutter. Sie freute sich so sehr darauf, es mir zu schenken. Also musste ich dafür dankbar sein oder zumindest so tun als ob.

Nachdem wir in dem Wellnesscenter eingchecked hatten, händigte man uns weiche, luxuriöse Bademäntel und ein Paar Plastikschlappen aus. Man führte uns in den Umkleidebereich, wo es Schließfächer für unsere Kleider, Handtaschen und unseren Schmuck gab. Ich sah Mom an und fragte ängstlich: „*Alle* unsere Kleider?“

„Ja, alle unsere Kleider.“ Als sie meinen Gesichtsausdruck sah, fügte sie gnädig hinzu: „Du kannst deine Unterwäsche anbehalten, wenn du dich damit wohler fühlst.“

Mmmm ... *Ja*.

Es war nun an der Zeit, mich diskret auszuziehen, den Bademantel anzuziehen und dabei darauf zu achten, dass kein Zentimeter meiner Haut von irgendeiner Frau, die in meine Richtung blicken könnte, zu sehen war. Kein leichtes Unterfangen, aber ich war fest dazu entschlossen. Ich fühlte mich unwohl. Und dann wäre ich vor Scham am liebsten im Boden versunken. Der Bademantel in Einheitsgröße bedeckte nicht meinen ganzen Körper. Ich war zu breit.

Also setzte ich ein nüchternes, undurchdringliches Gesicht auf, zog mir meine Kleider wieder an, ging zur Rezeption und sprach die gefürchteten Worte aus: „Dieser Bademantel passt mir nicht. Haben Sie einen größeren?“

Ja, sie hatten einen größeren Bademantel, einen für Männer. Einen extraweiten Männerbademantel mit einer Farbe, die sich deutlich von der Farbe der Frauenbademäntel unterschied.

Da saßen wir nun in diesem Wellnesscenter im Warteraum, umgeben von lauter Frauen, die passende Bademäntel trugen, während ich einen anhatte, auf dem ebenso gut in orangefarbener Leucht-reklame das Wort „übergewichtig“ stehen könnte.

Ich lief zur Toilette und weinte. Ich schwor mir, niemals wieder eine solche Situation zu erleben.

Doch elf Jahre später, nachdem ich einhundert Pfund ab- und neunzig wieder zugenommen hatte, befand ich mich in derselben



Situation. Ein anderes Geschenk, ein anderer Bademantel, doch diesmal gab es keinen größeren.

*Warum schaffe ich es nicht? Warum konnte ich keine dauerhafte Veränderung erreichen? Was läuft bei mir falsch?* Kennen Sie solche Gedanken? Vielleicht nicht in Bezug auf Ihr Gewicht, aber in Bezug auf andere Bereiche Ihres Lebens?

## **Warum hier und nicht dort?**

Ich erinnere mich an das Lachen einer älteren Freundin über meine Unfähigkeit, Gewicht zu verlieren. Es war kein gemeines Lachen, sondern ein fröhliches. Mit vor Vergnügen blitzenden Augen und wissendem Blick fragte sie mich, wie schwierig es meiner Ansicht nach für Gott sei, sich um dieses Problem zu kümmern. Sie schnippte mit den Fingern, um zu demonstrieren, wie rasch er mich von meinem inneren Drang, mir durch Essen Trost, Schmerzerleichterung oder einfach einen Fluchtweg zu schaffen, befreien könnte.

Nun, wenn das so einfach für ihn war, warum tat er es dann nicht? Ich hatte ihn oft darum gebeten, ja angefleht und zu ihm gerufen, mir in dieser Sache zu helfen – mich zu verändern. Also war es *seine* Schuld. So dachte ich.

Doch in Wirklichkeit *habe* ich tatsächlich eine Veränderung erlebt – eine übernatürliche Veränderung. Kurze Zeit bevor ich mit Anfang zwanzig Christ wurde, hatte ich mir vorgenommen, mein Leben in Ordnung zu bringen. Mir war auf einmal bewusst geworden, dass ich von Drogen und Alkohol abhängig war, dass ich sie jeden Tag konsumierte, um mein Leben zu ertragen oder zumindest den Schmerz zu betäuben. Ich entschloss mich zu einem radikalen Entzug. Ich würde keine Joints mehr rauchen, keine Drogen mehr nehmen und keinen Alkohol mehr trinken, und da ich schon dabei war, wollte ich auch noch aufhören, Süßigkeiten zu essen. Ich hielt es keine vierundzwanzig Stunden durch, nicht mal in Bezug auf eine der genannten Drogen.

Verflixt!

Eines Nachts, voller Verzweiflung und Hoffnung, gab ich es auf, mein Leben in Ordnung bringen zu wollen, und stürzte mich in die wartenden Arme von Jesus. Ich nahm seine Einladung an: „Kommt alle her zu mir, die ihr euch abmüht und unter eurer Last leidet! Ich werde euch Ruhe geben. Lasst euch von mir in den Dienst nehmen, und lernt von mir! Ich meine es gut mit euch und sehe auf niemanden herab. Bei mir findet ihr Ruhe für euer Leben. Mir zu dienen ist keine Bürde für euch, meine Last ist leicht“ (Matthäus 11,28-30). Nachdem ich diese Verse gelesen hatte, war ich auf den Boden gesunken.

Ich war unsagbar erschöpft. Mein Leben war ein Scherbenhaufen, mein Herz ein Trümmerfeld. Und ich hatte eine Menge zu diesem Trümmerfeld beigetragen. Ich bekannte Gott meine tiefe Not und bat ihn, mich anzunehmen, wenn er mich haben wollte. Ich gab Jesus mein Leben, das ganze Chaos meines Lebens, das ganze Chaos meiner Person, und er *nahm* mich an. Mein kurzes Gebet um Erlösung hatte funktioniert.

Zwei Wochen später wurde mir bewusst, dass ich seit jenem Gebet keinen einzigen Joint mehr geraucht, keine härteren Drogen genommen und keinen Alkohol getrunken hatte. Zwei Wochen. Das brach alle Rekorde der vorangegangenen zehn Jahre. Es war ein echtes, wahrhaftiges Wunder. Und Gott befreite mich sogar von dem *Verlangen*, diese Dinge zu konsumieren. Ich wollte sie nicht, und ich brauchte sie auch nicht. Stattdessen hatte ich meine Seele entdeckt und war offen geworden für die Präsenz Gottes und für die Hoffnung. Natürlich gab es auch schwierige Tage, ganz bestimmt, doch Gott griff unzählige Male gerade rechtzeitig und auf übernatürliche Weise in mein Leben ein.

Damals war Essen kein wirkliches Problem für mich. Ich war nicht übergewichtig und spürte auch nicht den Drang, mich ständig mit Essen vollzustopfen. Das kam später. Doch als es kam, kam es mit solcher Macht, dass all meine Gebete und Bemühungen, meine Reue, Entschlossenheit und Willenskraft nichts dagegen ausrichten konnten.

Gott hatte mich schon einmal gerettet. Warum sollte er nicht erneut mit dem Finger schnippen und mich befreien?

Viele Frauen haben das Gefühl, als Frau versagt zu haben. Ich weiß, dass ich mich oft so sehe. Eigentlich sogar als ein Misserfolg als Mensch schlechthin. Dieses Gefühl hat beinahe alles, was ich getan oder nicht getan habe, beeinflusst. Aber weder als Frau noch als Mensch bin ich ein Misserfolg. Ganz tief in meinem Innern weiß ich das. Ich mache Fehler, ja. Aber ich *bin* kein Fehler. Ich enttäusche. Aber ich *bin* keine Enttäuschung. Doch wenn ich wieder an dieser Stelle ankomme – wenn ich den Kampf um meine Schönheit, meinen Körper, mein Herz verliere –, dann fühle ich mich in jeder Hinsicht als Versager. Geht es nicht jeder Frau so? Haben wir nicht alle unsere geheimen Bereiche, in denen wir nicht den Sieg erleben, nach dem wir uns sehnen? Bereiche, die unsere Sicht auf uns selbst beeinträchtigen. Ist es nicht so, dass diese Dinge eine Barriere zwischen uns und den Menschen in unserem Leben errichten? Eine Mauer, die uns von der Liebe Gottes trennt?

Oder geht es nur mir so?

Ich glaube nicht.

Manchmal verlieren wir jede Hoffnung auf Veränderung, einfach weil unsere persönliche Lebensgeschichte mit gescheiterten Versuchen, uns zu ändern, angefüllt ist. Wo war nur der Schutzengel, der unsere Zunge behüten und uns daran hindern sollte, unsere Kinder so hart anzufahren? Was ist mit jener Frucht des Geistes geschehen, die uns dazu befähigt, diszipliniert zu sein und an der Konditorei vorbeizufahren? Gott hat mir nicht einen „Geist der Furchtsamkeit“ gegeben, warum also reibe ich mich vor Sorge um meine Kinder, meine finanzielle Situation und meine Zukunft auf? Wenn die „Menschenfurcht ein Fallstrick“ ist, warum habe ich dann immer noch Angst davor, mein wahres Ich zu zeigen und womöglich abgelehnt zu werden? Mein Esszwang hat sich als Lügner und Dieb enttarnt, und doch tappe ich noch allzu oft in diese Falle, wenn ich schwierige Momente erlebe.

Gott weiß Bescheid.

Gott weiß Bescheid.

Er hat sich nicht von mir abgewendet. Die Tatsache, dass wir uns nach Veränderung sehnen, ist ein deutliches Zeichen dafür, *dass wir die Veränderung erleben sollen*. Unsere Unzufriedenheit mit unseren Schwächen und Kämpfen weist auf die Tatsache hin, dass wir nicht dazu bestimmt sind, in diesen Schwächen und Kämpfen stecken zu bleiben.

Lesen Sie die beiden letzten Sätze noch einmal. Geben Sie der Hoffnung Raum. Warum kämpfen Sie mit bestimmten Dingen? Dafür gibt es einen Grund und er findet sich in dem Leben, das Sie gelebt haben, in den Wunden, die man Ihnen zugefügt hat, darin, was Sie von sich selbst denken und in der Tatsache, dass Sie keine Ahnung haben, wie Sie Ihren Kummer bewältigen sollen. Und es hängt auch damit zusammen, zu welcher Person Sie werden sollen.

Es ist nicht zu spät. Es ist nicht zu schwierig. Sie sind nicht „zu sehr ...“ „Gottes Erbarmen ist alle Morgen neu.“ Und genau in diesem Moment ruht sein Blick voll Erbarmen auf Ihnen.

## **Sich der Situation gewachsen zeigen**

Ich hasse Spinnen. Sie sind unheimlich. Es gibt Spielfilme über giftige Riesenspinnen, die vom Amazonas zu uns nach Nordamerika heraufkommen. Dann ist da dieser alte Film über eine enorme Spinne, die sich in Eisenbahntunneln versteckt, und natürlich jene gemeine Riesenspinne, die einen armen, hilflosen Hobbit erwischt. Spinnen. Igitt! Sie lösen garantiert bei jedem, der ihnen begegnet, Schreie aus.

Früher schrie ich auf, wenn ich eine Spinne im Badezimmer sah. Ich war fast zwölf, als meine Mutter sich weigerte, die haarige, furchterregende Spinne im Waschbecken für mich zu töten. „Sei nicht albern. Mach es selbst“, sagte sie nur. Ich nahm also all meinen Mut zusammen und zerdrückte die arme Kreatur mit einem Bausch Toilettenpapier. Danach war ich davon überzeugt,

dass sämtliche Verwandte der Spinne, ihre Tanten und Onkel und Brüder und Schwestern und ihre Mutter und ihr Vater mich verfolgen und Rache nehmen würden. Wahrscheinlich würden sie irgendwann nachts über mich krabbeln. Es war natürlich eine völlig irrationale Angst. Mag sein. Aber auf jeden Fall hasse ich Spinnen.

Mit dreiundzwanzig lebte ich ein Jahr lang allein in einem winzigen Häuschen mit nur einem einzigen Zimmer, das direkt hinter dem Haus einer Freundin stand. Es war genau das Richtige für mich. Es hatte nur einen Nachteil. Sie ahnen es bereits – es war voller Spinnen. Jeden Morgen, wenn ich aufwachte, saßen ungefähr zehn Spinnen an den Wänden und begrüßten mit mir den neuen Tag. Wenn ich abends von der Arbeit nach Hause kam, krabbelte ein Dutzend weiterer Spinnen durch den Raum, um mich willkommen zu heißen. Ich gewöhnte mich daran. Ich schreie nicht mehr, wenn ich eine Spinne sehe (meistens jedenfalls), und ich kann sie ganz allein töten, wenn es sein muss.

Mit dem Älterwerden zwang mich meine Lebenssituation dazu, Verantwortung für meine kleine Welt zu übernehmen. Sie kennen den Spruch: „Anpassen oder sterben.“ Oder diesen: „Was uns nicht umbringt, macht uns nur härter.“ Wie auch immer, ich musste für mich selbst sorgen, die Miete zahlen, eine KFZ-Versicherung abschließen, meine Hochzeit planen, Spinnen töten oder ignorieren – ich musste mich der Situation gewachsen zeigen. Ich lernte diese Aufgaben zu bewältigen. Als junges Mädchen kurz vor der Pubertät jene erste Spinne zu töten, war ein Meilenstein für mich, und mit der Zeit wurde ich eine Frau, die über die Fähigkeit verfügt, in Gegenwart einer achtbeinigen Kreatur nicht gelähmt zu sein. Ich habe mich verändert. Und das ist gut so.

Vielleicht haben Sie nie Angst vor Spinnen gehabt. Vielleicht sind Sie wie meine Freundin Sam, die alle möglichen Insekten und auch Spinnen einfängt und in den Garten bringt, um ihnen ihre Freiheit wiederzugeben. Aber es gibt Bereiche in Ihrem Leben, in denen Sie Fortschritte machen wollen. Sie wollen frei sein.

Ich glaube, dass Sie es können.

Ich glaube, dass es Gott ein Anliegen ist, uns zu befreien, jede von uns zu der Frau zu machen, die er schon immer so gewollt hat. Zu der Frau, die *wir* schon immer sein wollten. Manchmal tut er das, indem er gewissermaßen einen Schalter umlegt. Doch meistens geschieht es nicht so (wie Sie sehr gut wissen). Meistens lädt Gott uns zu einem Veränderungsprozess ein – einem Prozess, in dessen Verlauf wir uns durch seine Gnade den Situationen unseres Lebens gewachsen zeigen können. Doch bevor wir uns mit diesem Prozess befassen, müssen wir ein paar Dinge klarstellen.

## **Scham und Disziplin führen zu nichts**

Erstens: Scham ist kein Mittel zur Veränderung.

Ähnlich wie ein Koffeinschub am Morgen kann uns die Selbstverachtung zwar auf den Weg der Veränderung treiben, doch wir werden bald feststellen, dass sie uns in einen Kreisverkehr ohne Ausweg schickt. Wenn wir morgens auf die Waage steigen und die Kiloanzeige uns zur Verzweiflung bringt, dann schwören wir uns, nie mehr zu viel zu essen. Die Scham ist so groß, dass wir es womöglich schaffen, bis zum Mittagessen nichts zu uns zu nehmen, aber sie wird uns nicht zur Freiheit verhelfen. Selbstverachtung, Scham und Furcht – die sich in so vielen unserer verborgenen, inneren Bereiche breitmachen – können niemals den Fortschritt hervorrufen und beibehalten, nach dem wir uns sehnen. Und doch versuchen die meisten Frauen, die Scham als inneren Antrieb zu nutzen. Ich weiß, dass ich das getan habe.

Auch Selbstdisziplin wird uns nicht aus unserem Dilemma befreien.

Disziplin, insbesondere geistliche Disziplin, ist eine heilige und gute Sache, die mit lebenslanger Übung stetig zunimmt. Doch wenn wir uns nur darauf stützen, um die Veränderungen zu erreichen, nach denen wir uns sehnen, dann werden wir feststellen, dass das Ergebnis *keine* von Gnade erfüllte Frau ist. Wir ärgern uns; wir

verlieren den Mut. Und sobald wir einige Kämpfe ausgefochten haben, können wir leicht zu einer Frau werden, die auf andere Druck ausübt, damit sie dasselbe tun. Wir werden hart und verkniffen nach dem Motto: „Nimm dich zusammen!“ Bei der Selbstdisziplin bleibt das „Selbst“ im Zentrum und damit befinden wir uns bereits in einer schlechten Ausgangsposition. Bemühen, bestrebt sein, noch härter arbeiten wird uns vielleicht durch die Woche bringen, aber sicher nicht durch Jahrzehnte. Und doch glauben viele Christen, dass wir auf diese Weise unsere Welt in Ordnung halten können.

Letzte Woche erhielt ich eine E-Mail, über die ich mich richtig gefreut habe:

*Einige Frauen unserer Gemeinde haben beschlossen, ein Bibelstudium über die Frau in Sprüche 31 durchzuführen. Ich schloss mich der Gruppe an, weil ich die Frauen gern besser kennenlernen möchte, aber ganz ehrlich, ich hasse die Frau in Sprüche 31. Sie löst bei mir ganz schlechte Gefühle aus! Nun ja, letzte Woche erfuhren wir während des Studiums, dass wir uns eine neue Matratze kaufen sollten (damit wir besser schlafen und so besser dienen können) und dass wir unsere Vorratskammer putzen sollten. Gestern lernten wir, dass wir zehn Tage lang nur Gemüse und Wasser zu uns nehmen sollten (wie Daniel), und heute erwartet man von mir, dass ich keinen Zucker mehr esse (und auch meiner Familie keinen Zucker mehr gebe). Ich sagte meinem Mann: „Also, wir brauchen eine neue Matratze und wir werden uns künftig vegetarisch ernähren und ich werde sämtlichen Zucker aus unserem Speiseplan streichen.“ Seine Antwort darauf lautete: „Kein Wunder, dass du die Frau hasst.“*

Nun, einige dieser Veränderungen sind sicherlich eine gute Sache. Möglicherweise möchte Gott, dass meine Freundin oder wir einige dieser Dinge umsetzen. Doch echte Veränderung kann nicht von außen erzwungen werden. Es ist ein innerer Prozess. Wer von uns hat noch nie eine Liste mit Ratschlägen bezüglich Lebensstil, Essen,

Sport, auf andere reagieren, Gott suchen, geistlich wachsen und sich selbst verändern aufgestellt oder bekommen? Wenn die Befolgung dieser Ratschläge überhaupt jemals funktioniert hat, wie lange hielt das an? Solche Listen funktionieren für *niemanden* über längere Zeit, und so fallen wir wieder in die Selbstverachtung zurück. Das Problem ist nicht unsere mangelnde Disziplin. Das Problem ist der Ansatz. Das Problem sind die Listen.

Übrigens sind wir Menschen großartig darin, Listen aufzustellen. Verhaltensregeln. Benimmregeln. Trag deinen Lippenstift nicht in der Öffentlichkeit auf. Halt die Hand vor den Mund, wenn du gähnst. Hochzeitsgeschenke können bis zu einem Jahr nach der Hochzeit geschickt werden, aber um Himmels willen lassen Sie die Brautleute wissen, ob Sie zur Feier erscheinen oder nicht. Halte die Serviette auf dem Schoß. Sprich nicht, während du kaust, und halt den Mund beim Kauen geschlossen. Bleib an einem Stoppschild ein paar Sekunden stehen. Schalte den Blinker ein, bevor du abbiegst. Unterbrich den anderen nicht. Warte, bis du an der Reihe bist. Halte dich gerade. Geh zur Wahl.

Finden Sie es nicht ermüdend, all diese Regeln auch nur zu lesen?

Gott gab dem Volk Israel eine sagenhafte Liste. Lüg nicht. Stiehle nicht. Begehre nicht die Frau deines Nachbarn, seinen Diener, seinen Ochsen, seinen Esel oder sein neues Auto. War das wirklich zu viel verlangt? Es war eine stattliche Liste, und die Israeliten fanden heraus, dass sie die Regeln auch nicht einen Tag lang befolgen konnten. Dann kam Jesus. In seiner berühmten Bergpredigt lehrte Jesus, dass es bereits Ehebruch ist, eine Frau (oder einen Mann) auch nur *im Herzen* zu begehren. Er lehrte, dass es genauso schlimm ist, einen Menschen *im Herzen* zu hassen, wie ihn umzubringen. Mhmmmm, da sitzen wir alle in der Patsche.

Eine Liste von Gesetzen, Regeln, Tipps, Techniken und Strategien bringt kein verändertes Herz hervor. Kein Wunder, dass 95 Prozent der Menschen, die Gewicht verloren haben, unfähig sind, dieses Gewicht zu halten. Diätprogramme funktionieren, wenn man das



Programm befolgt. Doch sie funktionieren von außen, und wenn keine grundlegende innere Veränderung erfolgt, dann ist es unmöglich, den kleineren BMI zu halten. Wir alle haben Bereiche in unserem Leben, in denen wir Veränderung benötigen und wünschen, doch die Veränderung wird nur erfolgen, wenn sie *im Herzen* geschieht.

Scrooge erfuhr eine Veränderung des Herzens und gab seinem Angestellten Bob Cratchit eine Lohnerhöhung. Cinderella erfuhr eine Veränderung des Herzens und ging zum Ball des Prinzen. Saulus, der rasende Pharisäer, erfuhr eine Veränderung des Herzens und wurde der wichtigste Missionar für Jesus Christus. Ich erfuhr eine Veränderung des Herzens, als ich mein Leben Jesus anvertraute. Als mein Herz sein wahres Zuhause fand, veränderten sich viele Dinge schlagartig.

Wenn wir eine innere Veränderung erfahren, wird sich diese Veränderung nach außen hin zeigen. Doch Sie und ich wissen mittlerweile, dass der größte Teil unserer Heilung und Umwandlung nicht im Augenblick unserer Bekehrung geschieht. Wir sind unterwegs. Gott lädt uns zu einem Prozess ein. Unsere Reise vollzieht sich tagtäglich im staubigen und grauen Hier und Jetzt. Und genau dahin kommt Jesus.

Scham führt zu nichts, und auch Disziplin führt zu nichts. Gott lädt uns ein, uns in den Prozess einzufügen, in dessen Verlauf er unsere innere Welt heilt, sodass unsere äußere Welt verwandelt wird.

Noch eine Bemerkung, bevor wir uns damit befassen, wie das geschehen kann.

Gott wird mich nicht mehr oder anders lieben, wenn beziehungsweise falls es mir schließlich gelingt, Gewicht zu verlieren und meine Esssucht zu überwinden. Jesu Liebe zu mir, die Liebe meines himmlischen Vaters zu mir, ist unwandelbar. Ja, es stimmt, die Gemeinschaft mit ihm kann manchmal belastet sein, doch sein Herz verändert sich nicht. Er liebt mich leidenschaftlich. Noch besser: Ich glaube, er mag mich. Und übrigens steht er unheimlich auf Sie. Ja, auf Sie. Doch was bedeutet es, auf diese Weise geliebt zu sein?

Hat es eine Bedeutung? Bewirkt es einen Unterschied in meinem täglichen Leben? Sie ahnen es: Ja, das tut es allerdings!

## **Wir sind geliebt**

Gott liebt die Menschen. Wenn man sich in der Welt umschaute, ist das manchmal schwer zu glauben, aber es ist wahr. Wir sind geliebt. Wir wurden aus Liebe geboren, in Liebe hineingeboren, um Liebe kennenzulernen und geliebt zu werden. Ja, wir wurden in eine gefallene, leidvolle Welt hineingeboren, die zugleich wundervoller als das schönste Märchen ist. Sie ist beides. Und in dieser wunderschönen, herzerreißenden Welt liebt Gott – der Ewige, der Allmächtige, der Wundervolle – die Menschen. Auch Sie. Ganz besonders Sie.

Sie sind wundervoll.

Nun ja, vielleicht nicht jeden Tag. Sie sind zwar jeden Tag wundervoll, doch das Wundervolle in Ihnen liegt oft unter dem Schutt einer verrückt gewordenen Welt begraben. Sie wurden in ein unglaubliches Chaos hineingeboren, und jeder von uns ist damit selbst zu etwas Chaotischem geworden; doch mitten in unserem Schlamm sind wir von Gott geliebt. Er verachtet die Menschheit nicht oder verzweifelt an uns, wie wir es manchmal tun. Er wendet sich nicht von uns ab angesichts unseres Versagens und unseres Egoismus', wie wir es tun würden. Er ist nicht *überrascht*. Er weiß, dass wir nur Staub sind und unsere Füße aus Lehm gemacht wurden, aber er hat dafür gesorgt, dass wir nicht so bleiben müssen.

Lassen Sie mich diese Wahrheit noch einmal wiederholen: Sie sind geliebt. Zutiefst, innig, unvorstellbar geliebt. Und Sie sind ein wundervolles Geschöpf Gottes. Egal, ob Sie eine Spinne töten können oder nicht. Egal, ob Ihnen der Bademantel in Einheitsgröße passt oder nicht. Egal, ob Sie in jedem Bereich Ihres Lebens siegreich sind oder nicht. Egal, ob Sie erneut Ihre Beherrschung verlieren, einem Tagtraum, einem weiteren Keks oder Ihren Gedanken

der Selbstverachtung nachgegeben haben. Sie sind geliebt. Genau hier und jetzt sind Sie geliebt und der eine, der alles sieht, ist bei Ihnen und sieht Sie. Er kennt Sie besser, als Sie sich selbst kennen, und Sie waren nie eine Enttäuschung für ihn.

Sie enttäuschen ihn auch jetzt nicht. Sie mögen vielleicht enttäuscht sein, aber nicht er. Jesus wusste, was ihn erwartete, als er kam, „um Verlorene zu suchen und zu retten“ (Lukas 19,10). Er kam, um *alles* zu suchen und zu retten, was verloren war – in unserer Liebe, unserem Leben, unseren Träumen und unserer Sehnsucht. Er hat uns gerettet, und er ist immer noch dabei, uns zu retten. Wir werden in das Bild Jesu verwandelt, ob wir es spüren oder nicht.

*Wir alle aber stehen mit unverhülltem Gesicht vor Gott und spiegeln seine Herrlichkeit wider. Der Herr verändert uns durch seinen Geist, damit wir ihm immer ähnlicher werden und immer mehr Anteil an seiner Herrlichkeit bekommen*      2. Korinther 3,18

Ich weiß, ich weiß. An den meisten Tagen haben wir ganz und gar nicht das Gefühl, „immer mehr Anteil an seiner Herrlichkeit“ zu bekommen. Es herrscht Chaos. Und Gott ist mitten darin. Er ist damit beschäftigt, unser inneres Chaos zu verändern, um den Rest des Chaos' zu verwandeln. Unsere Verwandlung beginnt, wenn wir daran glauben, dass wir geliebt sind.

Jesus versteht unsere Kämpfe und unsere Sorgen. Er weiß, dass unser Herz gebrochen wurde, und er kam, um unser Herz zu heilen. Er weiß, dass wir uns nach Veränderung sehnen. Er weiß, was geschehen muss und wo. Er weiß, was dabei im Weg steht. Für uns selbst sind wir „zu sehr ...“, aber nicht für ihn.

Jesus wird uns den Weg zeigen. Jesus ist der Weg. Und damit kommen wir zu einem herausragenden Paradoxon.

## Werden

Meine Freundin Julie hielt sich genau an ihr neues Fitnessprogramm. Sie zog ihr vorgeschriebenes Jogging auch bei Regen durch. Doch dann fühlte sie sich wieder wie geprügelt, als erneut ein anderer Jogger wie eine Gazelle an ihr vorbeilief.

*Vielleicht ist Fitness nur für diejenigen, die fit sind*, dachte sie.

„Gott!“, rief sie. *„Es ist so schwer, sich zu ändern!“*

Sie hörte seine Antwort tief in ihrem Herzen: *Und wenn die Veränderung darin besteht, dass ich dir zeige, wer du wirklich bist?*

Moment mal – was?

Ich dachte, wir werden auf die eine oder andere Weise von uns selbst frei; Jesus übernimmt in gewisser Weise unser Leben und lebt es für uns. Hat nicht Johannes der Täufer gesagt: „Christus soll immer wichtiger werden, und ich will immer mehr in den Hintergrund treten!“ (Johannes 3,30)?

Das ist das Paradoxon unserer Verwandlung. Einerseits geht es darum, uns selbst und alle Bereiche unseres Lebens Gott anzuvertrauen – auch all unsere Bemühungen, uns zu ändern, und all unsere Resignation, es nicht zu schaffen. Wie C. S. Lewis sagte: „Je mehr wir uns Gott anvertrauen, desto stärker finden wir zu uns selbst – weil er uns gemacht hat.“<sup>1</sup>

Und doch schiebt Gott uns nicht beiseite. Stattdessen führt er uns zu unserem wirklichen Ich. Während er unser Inneres heilt, fordert er uns dazu auf, uns den Herausforderungen des Lebens zu stellen und uns damit auf die wichtigste Reise, die ein Mensch machen kann, zu begeben. Diese Reise erfordert Mut, Glauben und vor allem die Bereitschaft, zu wachsen und loszulassen, um damit am Ende bei sich selbst anzukommen. Die Reise des Werdens ist also eine Reise der gesteigerten Selbstwahrnehmung verbunden mit der Hingabe des eigenen Selbst.

Bei Gott dreht sich alles um diesen Prozess. Wir kommen funkelneuen auf die Welt und beginnen die Reise des Werdens mit unserem ersten Atemzug. Atmen ist gut. Vielleicht sollten wir in

diesem Moment alle einmal tief durchatmen und darauf hören, was Gott sagt:

*Gott hat euch ja dazu auserwählt; er ist treu, und was er verspricht, das hält er auch.* 1. Thessalonicher 5,24

Es ist ein wunderschönes Paradoxon: Je mehr wir wie *Gott* werden, desto mehr werden wir *wir selbst* – das Selbst, das Gott im Blick hatte, als er vor Erschaffung der Welt an Sie dachte. *Dieses Selbst ist in Ihnen; es mag schwer angeschlagen und mit jeder Menge Schmutz bedeckt sein, aber es ist da.* Und Jesus kommt und möchte es zur wahren Blüte führen. Dabei ist der Weg dorthin ein ständiger Tanz zwischen Wählen und Nachgeben, Wünschen und Aufgeben, Versuchen und Abgeben.

Doch während wir wachsen, entdecken wir, dass es Dinge gibt, die uns auf dem Weg zur Veränderung nicht helfen, sondern verletzen.

Da ist die Stimme der Scham, die sagt: *„Eigentlich hasse ich mich. Ich würde mich am liebsten selbst loswerden.“*

Die Stimme der Disziplin sagt: *„Ich muss mich bessern, denn ich bin nicht gut.“*

Gott aber sagt: *„Ich liebe dich. Lass dich von mir wieder heil machen.“*

Diese Stimme mag ich am liebsten.

Gott *offenbart* uns, wer wir wirklich sind. Das ist das „unverhüllte Gesicht“, wie Paulus es ausdrückt. All die Schleier der Scham und Sünde und des falschen Ichs, all diese Schleier, die andere Menschen auf uns gelegt haben, die glauben zu wissen, wie wir sein sollten – Gott nimmt sie fort, damit wir mit unverhülltem Gesicht seine Herrlichkeit widerspiegeln können.

Der Prozess scheint oft langsam, sogar endlos zu sein. Doch dauerhafte Veränderung braucht Zeit. Jeder kann es einen Tag lang schaffen. Die Vorsätze für das neue Jahr halten manchmal sogar einige Monate an. Doch Gott ist ein Gott des Prozesses, und er hat

die Ewigkeit im Blick. Sein Plan für uns ist keine Schnellreparatur, sondern eine auf die Ewigkeit angelegte Verwandlung. Langsam. Sorgfältig. Absichtsvoll. So vollzieht sich die Enthüllung.

Doch gibt es eine Möglichkeit, den Prozess zu beschleunigen und die Veränderung, nach der wir uns sehnen, schneller zu erreichen?

Ja. Es gibt einen Weg. Wir können unsere Verwandlung beschleunigen, indem wir immer und immer wieder „Ja“ zu Gott sagen. Nicht in einer wetteifernden, sondern einer befreiten Haltung. Es ist nicht ein Drängen zum nächsten Ziel, sondern vielmehr ein Nachgeben. Wir lassen uns in das Leben Gottes in uns fallen. „Christus in mir, hilf mir“, wird dann zu unserem Gebet. Damit wir an diesen Punkt gelangen, bringt er uns oft an das Ende unserer eigenen Bemühungen, an das Ende unseres eigenen Ichs. Denn erst hier kehren wir unseren Anstrengungen den Rücken und heben unsere Arme zu Gott empor, damit er uns *erneut* rettet.

Wir wenden uns *im Glauben* zu ihm. *Im Glauben* beschließen wir darauf zu vertrauen, dass er unsere Gebete erhört. *Im Glauben* wissen wir, dass er gut ist und auf unserer Seite steht. Im Glauben vertrauen wir darauf, dass Gott auch dann, wenn wir es nicht sehen oder spüren, in uns und für uns wirkt. Weil er es selbst sagt.

## **Gemeinsam**

Kann man sich wirklich verändern? Ich glaube, ja. Ich habe es schon gesehen; die Bibel verspricht es; und es passiert in meinem Innern.

Gott ist mir nachgegangen und er tut es weiterhin. Er hat mich geheilt, und er fährt damit fort. Er hat mich gerettet, und er rettet mich immer noch, indem er seine Schönheit und seine Gegenwart immer tiefer in meine Seele einprägt. „Ich bin, der ich bin“ hat in mir Wohnung genommen, und seine Anwesenheit verändert mich. Er, der ganz und gar er selbst ist, befähigt mich, ich selbst zu werden, das Selbst, das er im Blick hatte, als er mich erschuf.

Machen Sie es sich bitte noch einmal ganz genau bewusst: Gott ist ganz und gar er selbst und damit absolut zufrieden. Entspricht das nicht genau dem, was das riesige Wesen, das in dem wunderschönen Buch *Der Ritt nach Narnia* sagte, als es neben Shasta herlief? Dort fragt Shasta niedergeschlagen die Stimme neben ihm: „Wer bist du?“ Und obwohl es der große Löwe ist, erwidert er nicht: „Ich bin Aslan.“ Wie Jahwe sagt er einfach nur: „Ich selbst.“<sup>2</sup> Er ist, der er ist, der er immer war und immer sein wird. Gott ist *Ich bin*. Er ist nicht im Werden begriffen. Er *ist* bereits. Und um seines willen bin ich dabei, *ich selbst* zu werden.

Sicher, ich neige noch immer dazu, in meinem Kopf Gespräche mit anderen Menschen zu wiederholen, um nach meinen Fehlern zu forschen, doch in letzter Zeit verweile ich immer weniger in der Selbstanklage. Ja, ich greife noch immer nach Kohlenhydraten, wenn eigentlich meine Seele hungrig ist, aber es geschieht nicht mehr so häufig. Ich wachse in dem Wissen, dass ich zu jedem Zeitpunkt, auch zu dem ganz speziellen und schwierigen, vollkommen von Gott geliebt bin und dass Gott nicht von mir erwartet, dass ich mich am Riemen reiße, um mir seine Zuneigung zu verdienen. Ich habe ein wenig Gewicht verloren und der Bademantel in Einheitsgröße passt mir nun. Aber ich weiß, dass ich deswegen nicht mehr Anerkennung vonseiten Gottes bekomme. Auch qualifiziert mich das nicht besser als Christ und ich bin dadurch für ihn nicht schöner als vorher. Ich war in Gottes Augen schon immer wundervoll, und Sie sind es auch. Angesichts seiner gleichbleibenden Liebe werde ich verwandelt. Ich werde ich selbst.

Ich bin mir sicher, dass Sie in der Vergangenheit versucht und gehofft haben, dass Sie sich ändern können. Gott lädt Sie heute dazu ein, erneut zu hoffen. Wir können uns nicht selbst heilen oder selbst befreien oder selbst retten. Wir können nicht aus eigener Kraft wir selbst werden. Doch wir sind nicht verlassen. Wir werden gesehen und sind gekannt, gestärkt und motiviert, das Leben zu leben, für das wir vom König der Liebe geschaffen wurden. Er möchte uns helfen, zu werden. Er möchte uns helfen, uns zu verändern und zu

wachsen. Wir können das nicht alleine leisten, aber *er kann*. Er ist sehr, sehr gut darin. Und es ist genau das, was er uns versprochen hat.

*Wen Gott nämlich auserwählt hat, der ist nach seinem Willen auch dazu bestimmt, seinem Sohn ähnlich zu werden, damit dieser der Erste ist unter vielen Brüdern und Schwestern.* Römer 8,29

Ich habe Folgendes gelernt:

- Spinnen sind wirklich hässlich, doch die meisten können mich nicht töten.
- Wir sind unaussprechlich geliebt.
- Es gibt *Gründe* dafür, dass wir mit bestimmten Dingen kämpfen.
- Und es gibt einen Weg, um die Frau zu werden, die wir nach Gottes Plan sein sollen.

Lassen Sie uns diesen Weg gemeinsam gehen.