

Tarah-Lynn Saint-Elien



FOREVER
loved

100

ermutigende
Andachten 

Aus dem Englischen übersetzt von Eva Weyandt

GerthMedien

Der Verlag weist ausdrücklich darauf hin, dass im Text enthaltene externe Links vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung eingesehen werden konnten. Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss. Eine Haftung des Verlags ist daher ausgeschlossen.



Die amerikanische Originalausgabe erschien im Verlag Revell, a division of Baker Publishing Group, PO Box 6287, Grand Rapids, Michigan, 49516, U.S.A., unter dem Titel „Love letters from the King“
All rights reserved.

© 2021 by Tarah-Lynn Adorned, LLC
© der deutschen Ausgabe 2025 by Gerth Medien
in der SCM Verlagsgruppe GmbH,
Berliner Ring 62, 35576 Wetzlar

Für die Bibelzitate wurden, wo nicht anders angegeben, folgende Übersetzungen verwendet:

Neues Leben. Die Bibel. © 2002, 2006, 2017 SCM R.Brockhaus im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten.

Darüber hinaus wurden folgende Übersetzungen verwendet: „Hoffnung für alle“. © 1983, 1996, 2002, 2015 by Biblica Inc.™ Verwendet mit freundlicher Genehmigung des Herausgebers Fontis. (Hfa)

Das Buch. Neues Testament, Psalmen, Sprichwörter – übersetzt von Roland Werner. © 2022 SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH, Holzgerlingen (DB)

Gute Nachricht Bibel, revidierte Fassung, durchgesehene Ausgabe.

© 2000 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart. (GN)

Neue evangelistische Übersetzung. © 2014 Karl-Heinz Vanheiden. (NeÜ)

Lutherbibel, revidierter Text 1984, durchgesehene Ausgabe.

© 1999 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart. (LU)

1. Auflage 2025

Bestell-Nr. 821105

ISBN 978-3-98695-105-4

Lektorat: Verena Keil

Umschlaggestaltung: Hanni Plato

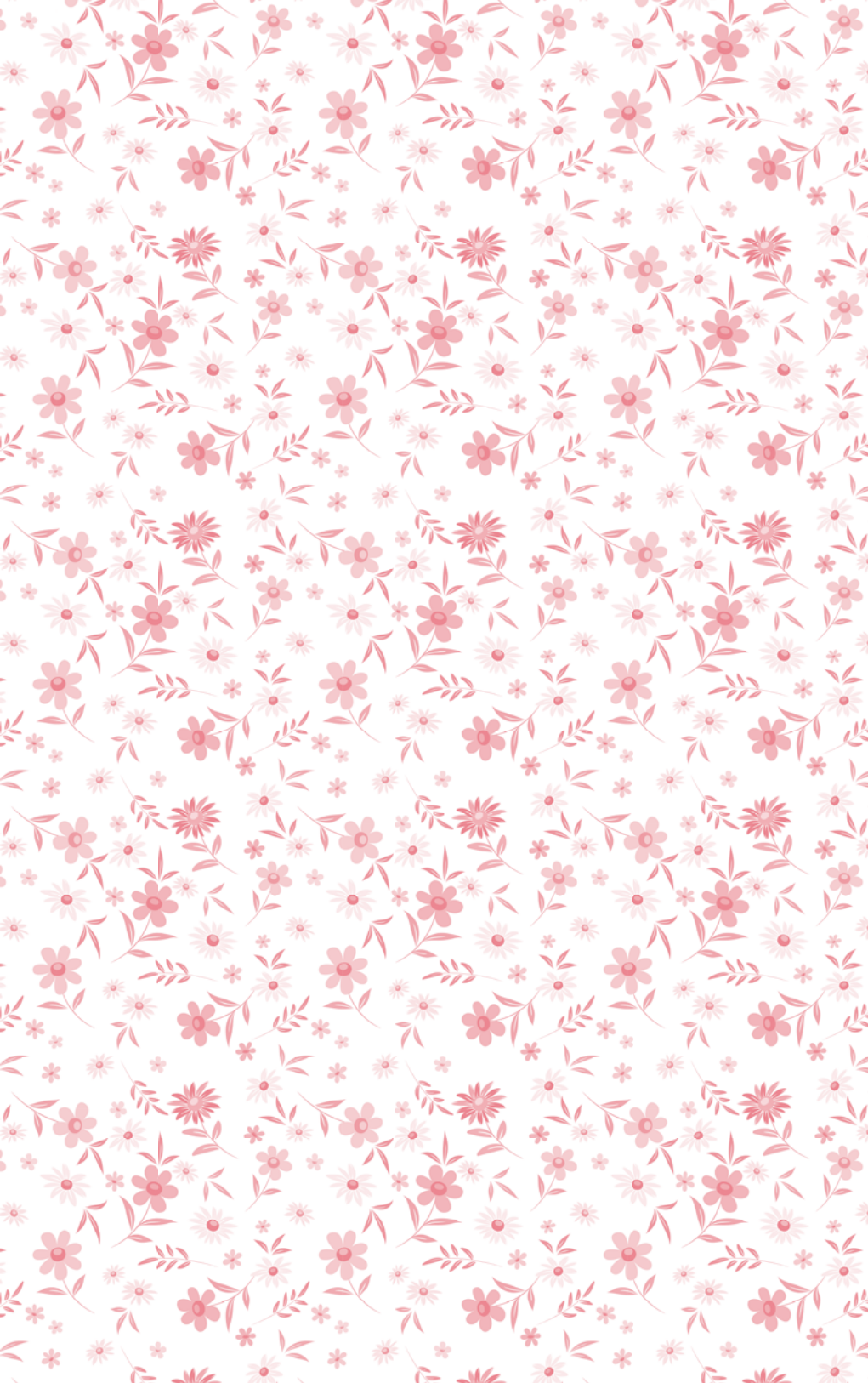
Umschlagillustration: Oteera / Shutterstock

Satz: Uhl + Massopust, Aalen

Druck und Verarbeitung: Dimograf

Printed in Poland

www.gerth.de



Vorwort

Es gab mal eine Zeit, da klingelte zu Hause noch ein Festnetztelefon, wenn jemand anrief. Dieser Apparat stand meist im Flur.

Jetzt stell dir vor: Es klingelt, und Mia rennt aus ihrem Zimmer und durch den Flur, um den Anruf entgegenzunehmen – bevor es die Eltern oder der Bruder tun. Mia erwartet den ersehnten Call. Voller Hoffnung stolpert sie los ... doch dann ist die Enttäuschung groß: Denn *er* war es gar nicht!

So oft sieht Gott, wie Mia – seine Tochter – neben dem Telefon sitzt und das Gerät anstarrt. Die Minuten verstreichen quälend langsam. Manchmal ruft der Junge an. Manchmal hat er eine Ausrede parat. Manchmal schweigt er einfach und meldet sich überhaupt nicht. Mia wartet und wartet und fragt sich: *Was er wohl gerade macht? Mag er mich überhaupt? Hat er vielleicht eine andere? Bin ich möglicherweise gar nicht sein Typ?*

Gott entgeht dies alles nicht – kein einziges Detail. Er ruft immer und immer wieder über die himmlische Hotline bei Mia an, um ihr mitzuteilen, dass er an sie denkt. Doch die Antwort bleibt leider aus.

Später bekommt Mia dann ein Smartphone. Gott schreibt ihr nun himmlische Textnachrichten. Aber er bekommt wieder keine Antwort von ihr.

Mia wartet stattdessen auf Textnachrichten des Jungen.

Du kennst das vielleicht. Ein Junge schickt dir eine Direktnachricht, um zu signalisieren, dass er Interesse an dir hat. Wenn du auch interessiert bist, antwortest du ihm, und dann kann sich eine Beziehung entwickeln.

Aber manchmal bleibt diese Direktnachricht aus. Manchmal ist das Signal zweideutig. Die Hoffnungen zerschlagen sich, und du sitzt herum und heulst dir die Augen aus dem Kopf.

Ich verstehe das total.

Dein Schwarm, deine „bessere Hälfte“ oder dein leiblicher Vater haben dir vielleicht das Herz gebrochen. Gott möchte dir mit seiner Liebe helfen, dieses miese Gefühl zu überwinden – das Gefühl, nicht gut genug zu sein, um geliebt, geschützt und wertgeschätzt zu werden. Ich weiß selbst sehr gut: Unendlich viele Botschaften stürmen täglich auf uns ein – und viele erzeugen Gefühle wie Unsicherheit, Verwirrung, Angst, Scham, Traurigkeit. Auch Gott sendet dir pausenlos Botschaften, aber seine Nachrichten sind liebevolle und ermutigende Botschaften. Er möchte dir klarmachen, dass er immer für dich da ist. Immer!

Ich habe „forever loved“ für alle Mädels geschrieben, die im Strudel des Alltags und angesichts der verwirrenden Social-Media-Welt nach Antworten suchen. Nach ehrlichen, tragfähigen Antworten. Ich bin überzeugt: Gott, unser liebender Vater, möchte direkt in unsere Lebenssituationen hineinsprechen. Und er baut auch eine Schutzburg um uns herum und wehrt Botschaften ab, die uns schaden und kleinmachen wollen.

Die Andachten in diesem Buch sollen dir eine Hilfe sein, Gott besser kennenzulernen und dich von ihm überreich beschenken zu lassen. Er möchte dir helfen, deine Probleme zu meistern. Du hast einen himmlischen Liebhaber, der die Begegnung mit dir ganz aktiv sucht! Er lässt dich nicht hängen mit der bangen Frage, ob er überhaupt an dich denkt. Du wirst von ihm eine Antwort bekommen. Gott wird jede Möglichkeit nutzen, um dir seine Botschaft zu übermitteln. Sie ist bereits an dich abgeschickt. Du brauchst sie nur noch zu öffnen!

Beim Lesen jedes der 100 Inputs in diesem Buch sollst du spüren, dass Gott dich unendlich liebt. Dafür bete ich! Mögen die Texte dir dabei helfen, mit seiner Hilfe all die Lügen, die Verwirrung, den Herzschmerz und die Erwartungen der Gesellschaft – alles, was dein Herz beschwert – zu verbannen. Gott schenke dir, dass seine heilsame Wahrheit und seine ermutigenden Botschaften immer mehr dein Leben erfüllen.

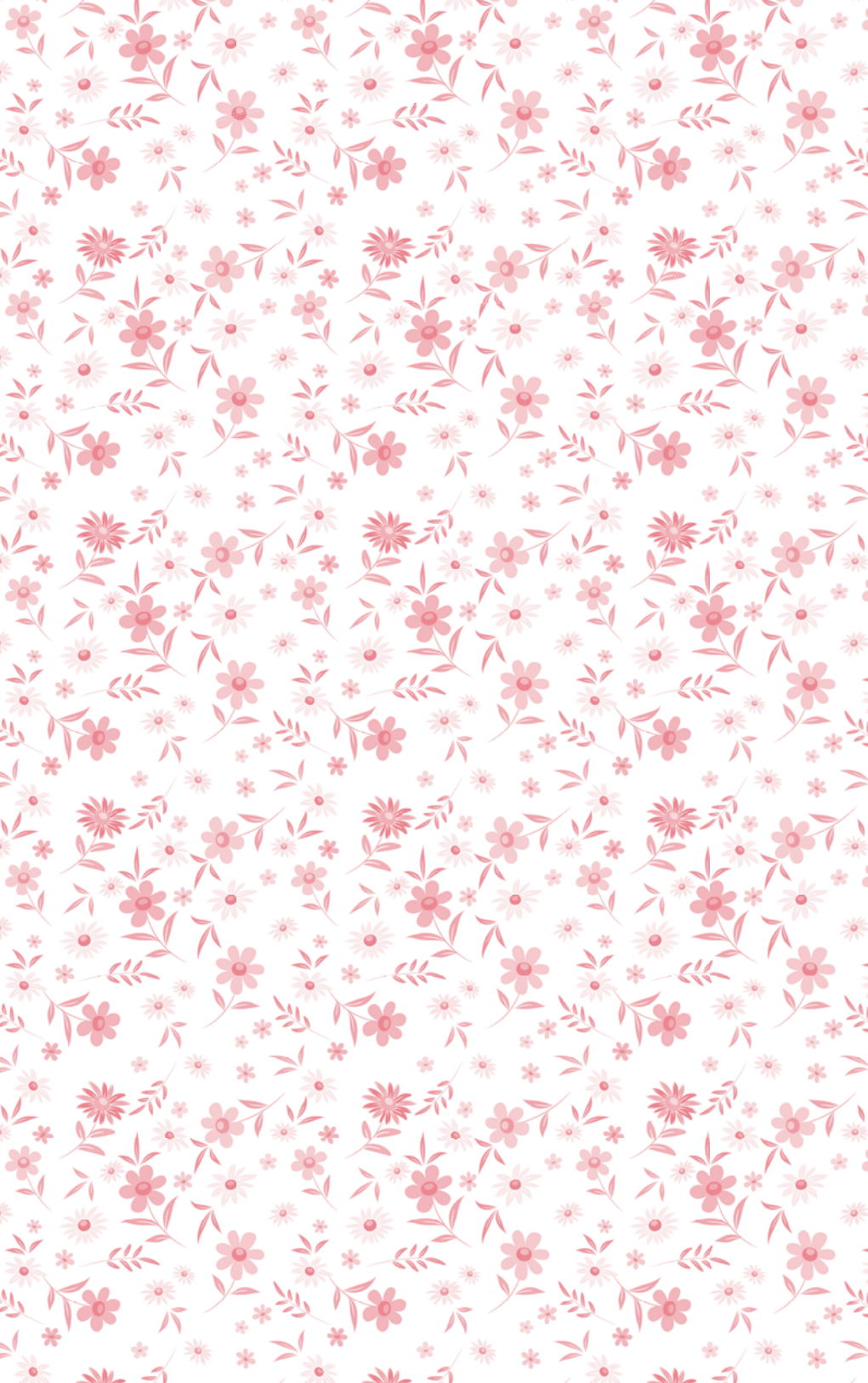
Also, worauf wartest du noch? Der König des Universums steht schon mit offenen Armen da und hält Ausschau nach dir. Er ist der himmlische Papa, der dir nachgeht und auf dich achtgibt. Bei ihm wirst du immer eine Heimat finden.

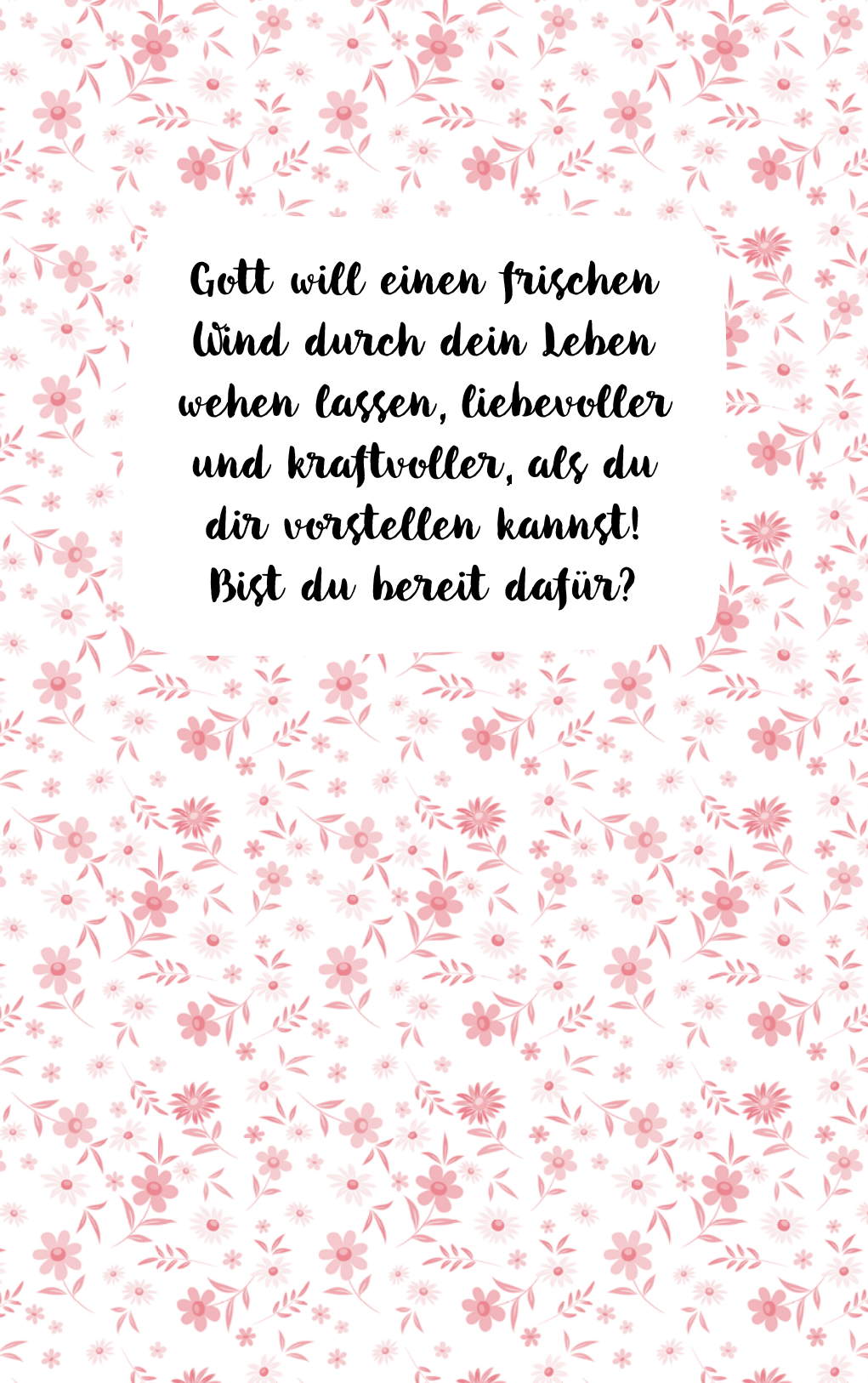
Ach so, noch etwas: Heutzutage verständigen wir uns ja viel durch Likes, Kommentare und Direktnachrichten. Diese Art der Kommunikation habe ich in diesem Buch aufgegriffen – Posts aus der Perspektive von Mädels werden jeweils mit einer Art Direktnachricht von mir beantwortet. Das können wir natürlich nicht Eins zu Eins so auf Gott übertragen – Gott antwortet vielleicht nicht immer sofort, auch das wird in diesem Buch deutlich. Aber er spricht immer direkt zu unserem Herzen. Eine solche

Direktnachricht von unserem himmlischen Papa ist auch viel tiefer und viel persönlicher, als eine menschliche Direktnachricht es je sein könnte. Denn niemand kann uns so lieben und uns so seine Aufmerksamkeit zeigen wie Gott.

Viel Segen beim Lesen,
deine Tarah-Lynn

PS.: Am Ende des Buches, ab Seite 222, findest du ein Verzeichnis aller Andachten, und auf Seite 224 ein Stichwortverzeichnis. Vielleicht hilft dir das dabei, die Impulse zu finden, die du gerade am dringendsten brauchst.





*Gott will einen frischen
Wind durch dein Leben
wehen lassen, liebevoller
und kraftvoller, als du
dir vorstellen kannst!
Bist du bereit dafür?*

1

Das kann doch nicht alles sein!

Bäh. Genauso fühle ich mich gerade. In mir ist eine gährende Leere, und ich will sie füllen – mit irgendetwas oder irgendjemandem. Im Winter ist diese Leere besonders schlimm. „Winter Blues“ nennt man das ja. Wissenschaftler sagen, dass wir in der kälteren Jahreszeit öfter down sind, weil unser Körper die Sonne vermisst. Aber auch, wenn der Winter langsam vorbei ist und ich die wärmenden Sonnenstrahlen auf meiner Haut spüre, frage ich mich: Wie kann ein Loch nur so dunkel sein?

– Das Mädchen, das sich leer fühlt

Hey du Liebe,

*ja, du sehnst dich nach mehr, weil da mehr sein sollte.
Alle Menschen tragen ein solches dunkles Loch in sich.
Glaub mir: Diese Leere in dir lässt sich nicht mit Dingen
oder Menschen füllen. Hinter dem, was du hier fühlst,
steckt eine Sehnsucht nach Gott: nach etwas, das in
diesem Leben und darüber hinaus Bestand hat.
Dieses Gefühl macht dir deutlich: Du bist noch nicht zu
Hause. Du sehnst dich nach einer Liebe, die nur Gott dir
geben kann; und die Leere in dir weist dich auf deinen
himmlischen Vater hin. Die Sehnsucht hinter dieser Leere
durchzieht alles, und will dir Mut machen, unter allen*

*Umständen den Weg zurück zu ihm – Gott – zu suchen.
Nicht zu diesem Jungen oder jener Sache. Nein, zurück
zu ihm.*

*Gott will deine Heimat sein. Er möchte dich ausfüllen,
bis deine Sehnsucht ganz gestillt ist. Er wird die Wolken
wieder aufreißen und dir sein Licht und seine Wärme
zeigen. Es ist Gott, den du vermisst. Und weißt du was?
Er vermisst dich auch!*



Gott hat allem auf dieser Welt schon im Voraus
seine Zeit bestimmt, er hat sogar die Ewigkeit in die
Herzen der Menschen gelegt. Aber sie sind nicht in der
Lage, das Ausmaß des Wirkens Gottes zu erkennen;
sie durchschauen weder, wo es beginnt, noch,
wo es endet.

PREDIGER 3,11



Echte und tiefe Erfüllung, die wirklich von Dauer ist,
findest du nicht auf Events, in anderen Menschen oder Dingen,
sondern nur in Gott.

2

Du bist genug!

Ich gebe mir Mühe, ein guter Mensch zu sein. Ich setze mich für andere ein. Ich bekomme Lob für meinen ehrenamtlichen Einsatz und bemühe mich immer, etwas zurückzugeben. Wenn ich aber doch mal aus dem Tritt gerate und etwas tue, das nicht gut ist, versuche ich, es wiedergutzumachen. Wirklich! Doch manchmal habe ich einfach das Gefühl, dass mein Bestes nicht gut genug ist – dass nichts, was ich je tun werde, gut genug ist!

– Das Mädchen, das etwas wiedergutmachen will

Hey du Liebe,

Gott bewundert deine Charakterstärke und dein Durchhaltevermögen und freut sich darüber, wie du deine Gaben für ihn einsetzt. Aber bitte tu dies, weil du ihn liebst, nicht, weil du willst, dass er dich liebt. – Wusstest du, dass es in vielen Religionen in erster Linie um gute Taten geht – dass am Ende deine guten Taten deine Fehler überwiegen müssen? Gott dagegen ist so ganz anders! Du brauchst bei ihm deinen Fehler nicht „wiedergutzumachen“. Gott liebt dich so sehr, und er möchte nur, dass es dir leidtut, wenn du etwas falsch gemacht hast, und ihn um Verzeihung bittest. Eine Wiedergutmachung ist nicht nötig. Das Reparieren – die Vergebung – übernimmt Gott. Wenn du etwas getan hast, das nicht gut war, geh zu deinem himmlischen Vater.

*Gott hat dir sein Herz bereits geschenkt. Nicht wegen
deines eigenen Engagements bist du gerettet, sondern weil
Jesus bereits alles für dich getan hat. Er hat alles Dunkle
besiegt, und er verändert dein Inneres. Er wirkt in dir
und durch dich.*

*Du brauchst dich nicht abzumühen, um seine Liebe zu
gewinnen. Du darfst dich im Namen seiner Liebe für
andere einsetzen. Zeige den Menschen um dich herum,
was er getan hat und durch dich tun kann. Aber ganz
ohne Leistungsdruck!*



Weil Gott so gnädig ist, hat er euch durch den Glauben gerettet. Und das ist nicht euer eigenes Verdienst; es ist ein Geschenk Gottes. Ihr werdet also nicht aufgrund eurer guten Taten gerettet, damit sich niemand etwas darauf einbilden kann. Denn wir sind Gottes Schöpfung. Er hat uns in Christus Jesus neu geschaffen, damit wir die guten Taten ausführen, die er für unser Leben vorbereitet hat.

EPHESER 2,8-10



Du brauchst dich nicht abzumühen, um Gottes Liebe zu gewinnen; du darfst dich für ihn einsetzen, weil er dir seine Liebe schenkt.

3

Er kann dir das abnehmen

Ich fühle mich total überfordert. Mir wird alles zu viel. Ich habe es satt. Die Liste mit den Dingen, die noch zu tun sind, ist unendlich lang; auf der anderen Seite stehen so viele Dinge, die ich so gern tun würde. Ich fühle mich innerlich so zerrissen! Da sind die Erwartungen meiner Familie, die Anforderungen in der Schule oder auf der Arbeit und dann auch noch meine eigenen Probleme. Ich schufte wie verrückt und trotzdem bleibt immer noch etwas zu tun. So kann es doch nicht weitergehen! Ich bin mit tonnenschwerem Gepäck unterwegs, habe das Gefühl, einen rutschigen Abhang hochklettern zu müssen. Ich kann einfach nicht mehr. Ich trete nur noch auf der Stelle. Kein Mensch auf der Welt kann die Last tragen, die auf mir liegt!

- Das Mädchen mit schwerem Gepäck

Hey du Liebe,

vielleicht kann ich deinen Schmerz nicht nachempfinden, aber ich kann dich auf den Einen hinweisen, der all das bereits selbst durchlebt hat: Jesus. Er hat am Ende dieses schwere Kreuz getragen – nicht nur den Holzbalken, sondern auch all die Lasten, unter denen Menschen leiden. Bis zu seinem Tod am Kreuz hat er all das geschleppt. Jesus weiß deshalb ganz genau, wie es sich anfühlt, eine solche Last tragen zu müssen wie du gerade.

Jesus möchte dir bei jedem einzelnen Problem, mit dem du konfrontiert wirst, beistehen, als wäre es sein eigenes. Also sage mir: Wenn Gott die Last der ganzen Welt auf seinen Schultern tragen kann, sollte er dann nicht auch deine tragen können?

Gott möchte dir deine Last leichter machen; er will dich entlasten! Wie? Indem du sie zu ihm bringst. Wandle deine Aufgabenliste doch mal in ein Gebet um. Lass zu, dass er deine Verletzungen heilend berührt und deine Lasten in seine Hände nimmt. Er möchte das alles heute, morgen, übermorgen und auch in Zukunft tun. Gott will dir dein Gepäck auch dann abnehmen, wenn du glaubst, auch ganz gut allein zurechtzukommen – aber vor allem dann, wenn du das Gefühl hast, es gar nicht zu schaffen. Er will das für dich tun, denn er möchte dir ganz nahe sein, mit seiner Hoffnung, seinem Frieden und seiner Liebe.



Jesus sagte: „Kommt alle her zu mir, die ihr müde seid und schwere Lasten tragt, ich will euch Ruhe schenken. Nehmt mein Joch auf euch. Ich will euch lehren, denn ich bin demütig und freundlich, und eure Seele wird bei mir zur Ruhe kommen. Denn mein Joch passt euch genau, und die Last, die ich euch auflege, ist leicht.“

MATTHÄUS 11,28-30



Gott möchte deine Last leichter machen.

Verzeichnis der Andachten

1	Das kann doch nicht alles sein!	12	28	Dein Gebet hat Kraft	68
2	Du bist genug!	14	29	Dein Vertrauter	70
3	Er kann dir das abnehmen	16	30	Schlechte Träume	72
4	Du darfst dich freuen	18	31	Er hat dich längst gefunden	74
5	Du brauchst dich nicht zu verstecken	20	32	Nur kein Neid	76
6	Ergreife seine Hand	22	33	Gott loben im Leid – echt jetzt?	78
7	Dein Neustart	24	34	Ein gebrochenes Versprechen	80
8	Schüttele deine Scham ab	26	35	Bleib in seiner Nähe	82
9	Er kennt deinen Namen	28	36	Spiele der Liebe	84
10	Er lebt in dir!	30	37	„Wenn Gott doch da gewesen wäre!“	86
11	Gott trocknet deine Tränen	32	38	Er bringt dich weiter	88
12	„Ich will das alles nicht!“	34	39	Du bist eine Überwinderin!	90
13	Warum nicht alles so lassen, wie es ist?	36	40	„Wo bleibt mein Prinz?“	92
14	Morgenmuffel	38	41	Warte auf Gott	94
15	Mach dir keine Sorgen	40	42	Gott bestraft dich nicht	96
16	Quälende Gedanken	42	43	Lege deine Rüstung an	98
17	Die Welt braucht dich!	44	44	Das ist in Ordnung	100
18	Unzufrieden	46	45	Leg alles ab, was dich einengt	102
19	Sei kein Hindernis für andere	48	46	Gott bringt zu Ende, was er angefangen hat	104
20	„Warum haben die anderen den ganzen Spaß?“	50	47	Gott loben, wenn niemand zuschaut	106
21	Gott findet dich schön!	52	48	Was Gott traurig macht	108
22	Eigennützig oder uneigennützig?	54	49	Er wird etwas Gutes draus entstehen lassen	110
23	„Nur Gott kann mich beurteilen!“	56	50	Eine Haltung der Dankbarkeit	114
24	Liebe dich so, wie Gott dich liebt	58	51	Abgelehnt aber stark ihn ihm	116
25	Nicht erhörte Gebete	62	52	Worauf hörst du?	118
26	Dein Herz spricht seine Sprache	64			
27	Du gehörst zu ihm	66			

53	Warte, da ist noch mehr	120	75	Der blöde Montag	166
54	Das ist deine Gelegenheit!	122	76	Der Duft deiner Dankbarkeit	168
55	Sei kein U-Boot-Christ	124	77	Die Ziellinie	170
56	Dein Tröster	126	78	Lass dich nicht zum Schweigen bringen	172
57	„Damit kommen sie nicht durch!“	128	79	Nahrung für die Seele	174
58	„Hilfe, ich kapier's einfach nicht!“	130	80	Früher war alles besser – wirklich?	176
59	Seine Liebe jagt dir hinterher	132	81	Ade, Selbstmitleid!	178
60	Vaterherz-Tag	134	82	Warten auf Mr Right	180
61	Ein Platz an seinem Tisch	136	83	Warum dauert das alles so lange?	182
62	Der Glaube ist stärker als die Furcht	138	84	Realitätscheck	184
63	Gib von ganzem Herzen ab	140	85	Wachsen und reifen	186
64	Am Boden zerstört	142	86	Herzkontrolle	188
65	Gott hat alles unter Kontrolle	144	87	Engagement hinter den Kulissen	190
66	Hab Mut und vertraue Gott	146	88	Keine Ausreden mehr!	192
67	Eine tiefgreifende Veränderung	148	89	Wenn Gott sagt: „Geh los!“	194
68	Lass deine Emotionen raus	150	90	Auf Schatzsuche	196
69	Die Welt wartet auf dich	152	91	„Hilfe, alles wächst mir über den Kopf!“	198
70	Ist Gott bei dir die Nummer eins?	154	92	Freundschaftskummer	200
71	Gott enttäuscht dich nicht	156	93	Offene Türen	202
72	Hungere nicht nach dem Beifall anderer	158	94	Konkurrenz-Probleme	204
73	Gott vergisst dich niemals	160	95	Steig aus der Jammerschleife aus	206
74	Der Star des Abends	162	96	Ist Jesus bei dir immer mit dabei?	208
			97	Außenseiter für Jesus	210
			98	Rein sein im Herzen heißt nicht: perfekt sein	212
			99	Der große Sieg	214
			100	Deine Belohnung im Himmel	216

Stichwortverzeichnis

Die Nummern hinter den Stichworten beziehen sich auf die Nummerierung der Andachten.

- Ablehnung** 43, 51, 61, 97
Alpträume 30, 39
Alltag 75
Anerkennung 72, 74
Anfeindungen 43
Angst 15, 16, 30, 39, 62, 77, 78, 99
Auftanken 10, 35, 70
Beziehungen 22, 29, 34, 36, 81, 82, 92, 94
Bibel/Bibellesen 52, 70, 79
Christsein/Nachfolge 1, 10, 19, 20, 22, 23, 25, 37, 47, 48, 51, 52, 55, 62, 66, 70, 75, 83, 85, 89, 90, 96, 97, 98, 100
Dankbarkeit 14, 50, 76, 95
Echtsein 5, 47, 96
Eintönigkeit 4
Engagement 35, 72, 74, 87, 91
Entscheidungen 6, 46
Enttäuschungen 25, 34, 53, 71, 93
Fehler 8, 19, 42, 44, 48, 88
Freude 4
Freundschaft 92, 94
Gebet 22, 25, 28, 73, 83
Gedankenwelt 16
Gefühlswelt 5, 18, 19, 31, 32, 49, 57, 68, 81, 86
Gemeinde 23, 35, 47
Großzügig sein 63
Herausforderungen 7, 38, 54, 58, 69, 85, 89
Himmel 99, 100
Jungs 9, 36, 40, 82
Königskind 27, 40
Leid 11, 26, 33, 37, 49, 60, 64, 71, 99
Liebe Gottes 1, 9, 27, 31, 36, 59, 60
Mut 54, 55, 66, 69, 78, 89
Neid 20, 32, 94
Perfektionismus 2, 8, 13, 91, 98
Pläne 46, 93
Pessimismus 84, 95
Prioritäten 10, 14, 35, 52, 70
Schwierigkeiten/Schmerz 3, 5, 11, 12, 15, 26, 30, 31, 33, 36, 38, 41, 43, 49, 53, 56, 58, 64, 67, 71, 84, 92
Sehnsucht 1, 4, 73, 90
Selbstannahme/Selbstwert 2, 5, 8, 13, 17, 27, 21, 24, 31, 40, 72
Selbstmitleid 81, 95
Sicherheit 15, 66
Social Media 10, 13, 21
Tagesbeginn 14
Trauer 11, 60
Trost 11, 56
Überforderung/Druck und Stress 3, 6, 75, 77, 87, 91
Ungeduld 41, 50, 83
Veränderungen 7, 12, 41, 65, 67
Verantwortung 88
Vergangenheit 8, 80
Vergebung 23, 44, 45, 88
Vergleichen mit anderen 24, 32
Verheißungen Gottes 18, 34 (und Schlusswort)
Verletzungen 43, 45
Versagen 42, 46, 77
Vertrauen 29, 30, 37, 38, 41, 50, 53, 64, 65, 66, 71
Wünsche 73
Wut 45, 57, 86
Zukunft 65, 80, 93
Zweifel 33, 78