

ELENA KEMMANN

StepWise

52 Andachten, kreative Impulse & Challenges,
die dich näher zu Gott und zu dir selbst bringen


Fräncke

Inhalt

Vorwort und Anleitung.....	9
Erster Themenblock: Das Fundament	11
☐ Woche 1: Fest verwurzelt.....	13
☐ Woche 2: Über weiße Kleider, Gnade und Vergebung	18
☐ Woche 3: Von Zweifeln im Herzen und Steinen im Boden..	23
☐ Woche 4: Glaubensbaumfrüchte – Taufe und Heiliger Geist	28
Zweiter Themenblock: Die Beziehung mit Gott.....	33
☐ Woche 5: Connection lost?!	35
☐ Woche 6: Die Allnet-Flat – Gebet.....	39
☐ Woche 7: Reden ist Silber, zuhören ist Gold: Gottes Stimme hören.....	43
☐ Woche 8: »Antenne an, Empfang! Und dann?« Alles prüfen und das Gute behalten.....	47
☐ Woche 9: Wenn Jesus mit am Frühstückstisch sitzt: mit Gott durch den Alltag	51
Dritter Themenblock: Berufung entdecken	57
☐ Woche 10: Hat jeder Mensch eine Berufung?.....	59
☐ Woche 11: Mein Calling konkret	64
☐ Woche 12: KREA-TIEFgang – meine Gaben für sein Königreich	70
☐ Woche 13: Ampeln, Autos und Entscheidungen	74
Vierter Themenblock: Glaube praktisch.....	79
☐ Woche 14: Glaube, Liebe und Hoffnung.....	81
☐ Woche 15: Modern Modesty – Bescheidenheit und Kleidungsstil.....	86
☐ Woche 16: Vom Mut, demütig zu sein.....	91
☐ Woche 17: Stille Zeit: Wie laut darf eine Gebetszeit sein? ..	96

☐ Woche 18: Fast(en) wie Jesus	101
☐ Woche 19: Geben leben	106
☐ Woche 20: Sabbat: im Rhythmus Gottes	111

Fünfter Themenblock: Gemeinschaft leben 113

☐ Woche 21: Die goldene Regel	114
☐ Woche 22: Die Macht der Worte	118
☐ Woche 23: Familienbande	123
☐ Woche 24: Freundschaft leben	128
☐ Woche 25: Meine Gemeinde	133

Sechster Themenblock: Fokussiert leben 139

☐ Woche 26: Das Kaugummiproblem	141
☐ Woche 27: Du wirst, was du siehst! Der Kampf um deine Aufmerksamkeit	145
☐ Woche 28: Zeit-weise: von Prioritätensetzung und weisem Zeitmanagement	150
☐ Woche 29: Wahr-scheinlich wahr? Von Fake News und Wahrheitsanspruch auf Social Media	155

Siebter Themenblock: Partnerschaft und Singlesein 161

☐ Woche 30: Die Ehe und Gottes Herz dahinter	163
☐ Woche 31: Single und glücklich?!	167
☐ Woche 32: Up to date? Dating mit christlichen Werten ...	172
☐ Woche 33: Umgang mit Sexualität	176

Achter Themenblock: Mental Health 181

☐ Woche 34: Selbstwert: der Spiegel in meinem Kopf	183
☐ Woche 35: Fear not! Vom Umgang mit Ängsten	188
☐ Woche 36: Abhängig und frei?	193
☐ Woche 37: Uroma Lilo und die Dankbarkeit	198

Neunter Themenblock: Vom Umgang mit meinem Körper 203

☐ Woche 38: Bodypositivity: Mein Körper als Geschenk Gottes	205
☐ Woche 39: Die verzerrte Statistik des Vergleichens	210

☐ Woche 40: Gesunder Umgang mit Essen.....	214
☐ Woche 41: Kann Sport ungesund sein?.....	219

Zehnter Themenblock: Herausforderungen bestehen..... 225

☐ Woche 42: Walls of Jericho: alltägliche Herausforderungen	227
☐ Woche 43: Facing Giants: Große und existenzielle Herausforderungen	232
☐ Woche 44: Under Pressure: Glaube in schwierigen Zeiten	237
☐ Woche 45: Heil(ig)ung: Umgang mit Krankheit	241
☐ Woche 46: Das Ende als Anfang? Leben in Konfrontation mit dem Tod	244

Elfter Themenblock: Nachhaltigkeit und soziales

Engagement 249

☐ Woche 47: Schöpfungsauftrag und ökologischer Fußabdruck	251
☐ Woche 48: Nachhaltiger Lebensstil mit kleinem Budget .	256
☐ Woche 49: Ehrenamt: frei und willig?.....	261
☐ Woche 50: Ungleich, aber gleichberechtigt: Einsatz für soziale Gerechtigkeit	266
☐ Woche 51: Let your test become your testimony	271

Zwölfter Themenblock: Rückblick und neue Perspektiven..... 275

☐ Woche 52: Das größte Geschenk auspacken.....	277
---	-----

Danksagung..... 281

Endnoten..... 284

Vorwort und Anleitung

Hallo und schön, dass du dieses Buch in deinen Händen hältst!

Wie du vielleicht schon beim ersten Durchblättern bemerkt hast, ist das hier kein Andachtsbuch im klassischen Sinn, sondern ein Angebot an dich, auf interaktive Weise tiefer in die Bibel und in verschiedene Bereiche deines Lebens einzutauchen, um zu entdecken, wo Gott dich ermutigen oder herausfordern möchte.

Wenn du diesen QR-Code scannst, gelangst du zu einem Anleitungsvideo, in dem ich noch einmal erkläre, auf welche unterschiedlichen Arten du dieses Buch gebrauchen kannst, was ich mir bei den QR-Codes gedacht habe und wie du zu den Videos und Liedern kommst, wenn mit einem Code oder deinem Handy einmal etwas nicht klappen sollte.



Ich freue mich darauf, gemeinsam mit dir Glaubensschritte zu gehen und »schrittweise« immer mehr herauszufinden, wie Nachfolge in den Bereichen unseres Lebens aussehen kann, die unsere Gesellschaft und insbesondere unsere Generation prägen und aktuell beschäftigen. Ich hoffe, dass du Gott und seinen guten Plan für dein Leben immer mehr kennenlernen kannst.

Viel Spaß beim Lesen!

Elena

Erster Themenblock: Das Fundament

Woche 1

Fest verwurzelt

*»Er ist wie ein Baum, der nah am Wasser gepflanzt ist,
der Frucht trägt Jahr für Jahr und dessen Blätter nie verwelken.*

Was er sich vornimmt, das gelingt.«

Psalm 1,3; HFA

In einem christlichen Seminar hörte ich vor einigen Jahren einmal den Satz: »Lasst uns auf unsere Wurzeln bauen, anstatt darüber zu stolpern.« Das hat mich zum Nachdenken gebracht und tief bewegt. Denn wir alle haben unsere ganz eigenen, persönlichen Wurzeln, eine Brille, die wir mitbringen und durch die wir spätestens mit unserer Erziehung und gesellschaftlichen Prägung die Welt sehen und interpretieren. Das betrifft sowohl Gläubige als auch solche, die sich nicht als gläubig bezeichnen würden.

Jeder von uns hat Vorannahmen über das Leben an sich und ist insofern in gewisser Hinsicht religiös, als diese Vorannahmen bedingungslos geglaubt und vorausgesetzt werden müssen, um die Wirklichkeit, in der wir leben, verstehen und einordnen zu können. Klingt kompliziert, ist aber ganz einfach: Der Christ glaubt an Gott als Schöpfer, der Atheist glaubt an den statistischen Zufall.

Ich glaube, dass die erste und wichtigste Frage, die wir uns stellen müssen, wenn wir über das Thema »Religion und Glaube« reden, deshalb folgende ist:

Was sind meine religiösen Wurzeln und durch welche Brille sehe ich die Welt?

Es ist wichtig, dabei sehr ehrlich zu sich selbst zu sein. Oft ist es zugegebenermaßen gar nicht so leicht, die eigenen Vorannahmen und Prägungen zu identifizieren. Wir können sie – anders als eine

Brille – schließlich nicht einfach absetzen und das Bild, das wir dann sehen, mit dem vorherigen vergleichen.

Möglicherweise macht dir auch folgender Gedanke Angst:

Was, wenn ich meinen Glauben verliere, wenn ich zu genau darüber nachdenke? Was, wenn ich dann plötzlich beginne, alles zu hinterfragen, und nicht mehr damit aufhören kann?

Ich kann diese Gedanken gut nachvollziehen, doch ich möchte dich ermutigen, dir kurz Zeit zu nehmen und darüber nachzudenken, was deine Wurzeln sind. Gerade dann, wenn wir uns diesen Fragen stellen, kann unser Glaube reifen und erwachsen werden. Anstatt über unsere Wurzeln zu stolpern, verstehen wir mehr und mehr, wie wir sie richtig pflegen können und was es braucht, damit sie immer tiefer und stabiler werden.

An dieser Stelle möchte ich gern meine persönliche Geschichte mit dir teilen. Vielleicht findest du dich an der einen oder anderen Stelle ja darin wieder:

Ich bin in einer christlichen Familie als Kind gläubiger Eltern aufgewachsen, die ihren Glauben bewusst und aktiv lebten. Die sonntäglichen Gottesdienstbesuche waren für mich genauso selbstverständlich wie die täglichen Gebete, Andachten und Lieder. Während andere Kinder an den Osterhasen und den Weihnachtsmann glaubten, wusste ich schon früh, dass der eigentliche Grund für diese Feste Jesu Geburt und Auferstehung war. Für mich gehörte der Glaube an Gott so untrennbar zum Leben wie das Atmen: Jesus war mein geliebter Freund, dem ich alles erzählte. Noch bevor ich schreiben konnte, dichtete ich ihm kleine Lieder, die ich, fröhlich durch die Wohnung tanzend, vor mich hin trällerte.

Meine Eltern hatten für mich eine große Vorbildfunktion. Rückblickend kann ich sagen, dass es nicht ihre Worte waren, sondern vor allem ihr authentischer Lebensstil, der mich nicht daran zweifeln

ließ, dass es wirklich einen Gott geben musste. Damit haben sie mir bis heute einen großen Gefallen getan.

Allerdings war es später genau dieser Lebensstil, der mich als Teenagerin zu einem großen Trugschluss verleitete: Ich wollte auch so sein und so tat ich alles in meiner Macht Stehende, um eine gute Christin zu werden. Ich versuchte krampfhaft, nicht zu lügen, immer freundlich und pflichtbewusst zu sein, die richtigen Dinge zu denken (ja, das war genauso anstrengend und unmöglich, wie es sich anhört) und so viel Zeit wie möglich mit Gott und der Bibel zu verbringen.

Versteh mich nicht falsch, das sind an sich keine schlechten Dinge, doch für mich waren die Freiheit und die Freude, mit denen ich aufgewachsen war, verloren gegangen. Stattdessen spürte ich eine zunehmende Erschöpfung und Frustration, die immer dann besonders stark wurde, wenn ich wieder an meinen eigenen und – wie ich glaubte – Gottes Ansprüchen gescheitert war.

Viele Kinder, die in christlichen Elternhäusern aufwachsen, berichten, dass es bei ihnen keinen zentralen Moment der »Umkehr« gab, kein einschneidendes »Bekehrungserlebnis« – einfach, weil der Glaube schon von Anfang an zum Familienleben dazugehörte. Wann ist denn der Augenblick, an dem es persönlich wird?

Ich selbst hatte aus diesem Grund oft Angst, doch nicht gerettet zu sein, und lebte nicht in einer tiefen Gewissheit, sondern stattdessen in ständiger Sorge, etwas nicht richtig zu machen und deshalb etwas zu verpassen. So gab es immer wieder Momente, in denen ich mich hinkniete, um Jesus diesmal »wirklich« mein Leben zu geben.

So richtig einschneidend war für mich dann aber doch ein besonderes Erlebnis, und zwar nicht das der zehnten oder elften »Bekehrung«, sondern ganz schlicht der Moment, in dem ich begriff, was Gnade bedeutet. Jahrelang hatte ich versucht, aus eigener Kraft zu dem Menschen zu werden, den nur Gnade aus mir machen kann. Als ich eines Nachts beim Bundescamp der christlichen Pfadfinder »Royal Rangers« mit einer Betreuerin im Gebetszelt saß, fielen mir durch einen Bibelvers plötzlich die Schuppen von den Augen:

»Ich bin der Weinstock, und ihr seid die Reben. Wer mit mir verbunden bleibt, so wie ich mit ihm, der trägt viel Frucht. Denn ohne mich könnt ihr nichts ausrichten.«
Johannes 15,5; HFA

Nichts ... Das Wort hallte in meinem Inneren nach. Egal, wie sehr ich es versuchte, wie hart ich auch kämpfte und wie stark ich mich verbog, es würde niemals reichen, um vor Gott bestehen zu können. Doch das musste es auch nicht! Denn Vergebung und ewiges Leben waren ein reines Geschenk! Ich konnte es nur annehmen und dann aus Dankbarkeit versuchen, Gott mit meinem Leben zu ehren und ihm Freude zu machen.

Und das Beste daran: Er würde mir dabei helfen! Selbst die tiefsten Wurzeln bringen nichts ohne nährhaftes Grundwasser und ich hatte erkannt, dass mir genau dieses Wasser die ganze Zeit gefehlt hatte. Meine Beziehung zu Jesus und damit auch mein Gottesbild änderten sich in diesem Augenblick sehr: Vergebung und Gnade wurden plötzlich von abstrakten Begriffen zu meinem greifbaren Lebensfundament und da, wo ich vorher Religiosität (als äußeren Ausdruck des Glaubens) mit dem Glauben selbst verwechselt hatte, durfte ich nun mehr und mehr zu einer persönlichen Gottesbeziehung finden, deren Wurzeln tiefer geworden waren. Gott war für mich nicht mehr der strenge Richter, sondern mein Vater, der mir liebevoll seine helfende Hand reichte.

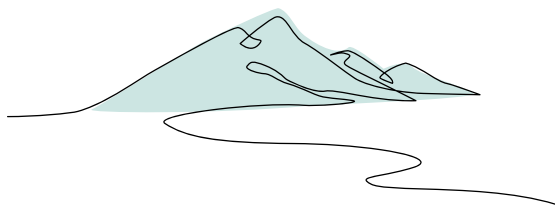
? Hattest du ein Bekehrungserlebnis oder kannst du einen Moment benennen, in dem dein Glaube für dich tiefer und persönlicher wurde? Welche Rolle spielen deine Wurzeln für dein Gottes- und Weltbild?

▶ Scanne den QR-Code und höre dir das Lied »Du bist der Weinstock« an. Was erfährst du darin über deine eigene Leistung und Gottes Gnade?



🔑 Das Wissen um unsere Wurzeln hilft nicht nur, uns selbst, sondern auch andere besser zu verstehen. Ich lade dich an dieser Stelle dazu ein, ganz praktisch aktiv zu werden: Unter dem Lyric-Video kannst du anonym oder öffentlich von deinen eigenen Erfahrungen berichten und dich mit anderen Leserinnen und Lesern über deren Wurzeln austauschen.

📅 Natürlich bieten auch die sozialen Netzwerke eine tolle Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen und von Jesus zu erzählen, aber falls diese Hemmschwelle für dich noch sehr hoch ist, kann das vielleicht ein erster, mutiger (und auch für dich ermutigender) Schritt in diese Richtung sein!



Woche 2

Über weiße Kleider, Gnade und Vergebung

*»Und dass sie für gerecht erklärt werden, beruht auf seiner Gnade.
Es ist sein freies Geschenk aufgrund der Erlösung
durch Jesus Christus.«
Römer 3,24; NGÜ*

Wir haben in Woche 1 schon etwas über die Gnade gehört. Ich habe dir erzählt, was für eine Rolle sie auf meinem persönlichen Weg mit Gott gespielt hat, und vielleicht hast du in der Kommentarspalte auch etwas von deinen Erfahrungen erzählt.

Aber ich weiß nicht, wie es dir geht: Bei mir geraten manche Zusammenhänge oder geistliche Wahrheiten, die ich einmal verstanden habe, schnell wieder in Vergessenheit. Sie bleiben oft nur Kopfwissen und sind noch nicht tief genug in mein Herz gewandert. Dann versuche ich wieder, aus eigener Kraft an mir zu arbeiten, obwohl langfristige Veränderung nur Gottes Geist in mir bewirken kann, und verurteile mich für Fehler, die Jesus mir längst vergeben hat. Wie schön wäre es stattdessen, jeden Tag selbstbewusst und gelassen zu beginnen – in der Gewissheit, dass Jesus mich bedingungslos liebt und annimmt und dass er mich durch seinen Geist verändert!

Erfahrungsgemäß hilft es, diese Wahrheiten immer wieder zu lesen, auszusprechen und von anderen zugesprochen zu bekommen.

Vielleicht ist heute deshalb ein Tag, an dem ich dich wieder neu ermutigen und daran erinnern darf, was für ein atemberaubendes, kostbares und alles veränderndes Geschenk diese Gnade ist.

Mir ist das in genau dem Augenblick neu bewusst geworden, als ich ein halbes Jahr vor meiner Hochzeit in einem Brautladen vor dem Spiegel stand und mich das erste Mal in einem weißen Hochzeitskleid um die eigene Achse drehte. Du fragst dich jetzt sicher, was ein Hochzeitskleid mit Gnade zu tun hat, doch ich nehme dich kurz mit in diesen Moment hinein, um es deutlicher zu machen:

Ich atme tief durch, dann öffne ich die Augen und sehe mich das erste Mal in einem Hochzeitskleid im Spiegel. Es ist noch nicht angepasst. Es ist vermutlich auch nicht das Kleid, für das ich mich letzten Endes entscheiden werde. Doch es ist auch jetzt schon wunderschön und verwandelt mein gewöhnliches, alltagsgestresstes, etwas müdes Ich in etwas Besonderes, Graziles, Kostbares, Elegantes und irgendwie ... Reines, Unschuldiges. Meine Augen strahlen, einfach nur, weil ich dieses Kleid tragen und mich darin drehen kann und mich dabei wie eine Prinzessin fühle. Ich war nie der Typ Mädchen, der eine Prinzessin sein wollte, ehrlich nicht, aber ungefähr so muss es sich anfühlen, wenn man wunderschöne Kleider tragen darf und fast automatisch dadurch ebenfalls schön wird. Ich bemerke es auch an meiner Haltung: In diesem Kleid muss man einfach »schreiten«, man kann nicht schlurfen, es geht einfach nicht.

Natürlich war das Ganze eine wunderschöne Erfahrung für mich, doch das ist nicht der Grund, aus dem ich von diesem Erlebnis erzähle. Denn auch nach der Anprobe merkte ich, dass ich noch lange weiterstrahlte; ich konnte einfach nicht anders. Ich hatte das Kleid längst abgelegt und dennoch hielt ich mich eine Spur aufrechter, war mein Lächeln etwas ungehemmter und sogar meine Stimme eine Nuance selbstbewusster. Allein zu wissen, wie ich darin ausgesehen hatte, veränderte die Art und Weise, wie ich über mich selbst dachte – und dann fiel mir ein, dass weiße Kleider ja durchaus auch eine biblische Komponente besitzen.

Diese Gedanken habe ich in einer Predigt über Sünde und Vergebung verarbeitet, zu der du unter folgendem QR-Code weitergeleitet wirst:



 Schreibe die Antworten auf die folgenden Reflexionsfragen in ein Notizbuch oder tausche dich mit deinem Hauskreis oder Freundinnen und Freunden aus deiner Gemeinde darüber aus:

- Was meint die Bibel mit dem Begriff »Sünde«?
- Notiere dir beispielhaft fünf Bibelverse, in denen von weißer Kleidung oder Reinigung im Zusammenhang mit Gottes Vergebung die Rede ist.
- Aus welchem Grund hatten wir Menschen von Anfang an die Möglichkeit, uns gegen Gott zu entscheiden?
- Was symbolisiert das Kreuz in der Predigt?
- Wie stellt Gott die Beziehung wieder her?
- Warum reicht das aus?
- Welche spezifische Antwort gibt Gott jeweils auf die drei kulturell unterschiedlichen Vorstellungen von Sünde?
- Was passiert mit dem Mann in Jesu Gleichnis, der nicht in angemessener Kleidung zur Hochzeit erscheint?
- Was ist in diesem Zusammenhang der vierte Punkt von »The Four« und wieso ist er so wichtig?

Wenn wir Jesus um Vergebung gebeten haben und uns entschieden haben, ihm nachzufolgen, tritt Jesus vor Gott für uns ein. So können wir ihm wieder nahekommen. Und so wie allein das Anprobieren des Hochzeitskleides meine Sicht auf mich selbst und sogar meine Körperhaltung beeinflusste, ist es ganz natürlich, wenn man uns unsere Rettung ansieht! Nicht zwanghaft oder aufgesetzt. Aber es lohnt sich, einander immer wieder daran zu erinnern, um nicht gebeugt und hoffnungslos in einer Weise umherzulaufen, die unseren neuen Kleidern nicht angemessen ist.

Ich fasse noch einmal zusammen: Christus hat uns befreit, damit wir als Befreite leben (siehe Galater 5,1). Er hat uns zu neuen Menschen gemacht und wir dürfen als diese neuen, befreiten, geretteten Menschen mutig unterwegs sein und andere ermutigen. Der Tod hat keine Macht mehr über uns. Was früher war, ist für immer vorbei. Etwas vollkommen Neues hat begonnen.

Und wenn Gott uns nun liebevoll ansieht, dann sieht er nicht mehr den Schmutz, die Tränen und all unsere Flecken und Fehler: Er sieht Jesus. Er sieht ein weißes, strahlendes, unbeflecktes Kleid, mit dem wir uns ihm wieder nähern können. Und darin erfüllt sich der Sinn unseres Lebens, das Ziel, für das wir geschaffen wurden: in alle Ewigkeit ganz nahe bei ihm zu sein. Wenn wir in dieser Gewissheit unser Leben führen, dann werden andere Menschen das bemerken. Die Fragen werden kommen, darauf kannst du dich gefasst machen!

 Überleg dir doch schon einmal, was du dann antworten willst, und mach dir ein paar Notizen dazu.

 Falls du den Schritt noch nicht gegangen bist und Jesus noch nie darum gebeten hast, dir zu vergeben und der Herr deines Lebens zu werden, lade ich dich an dieser Stelle ein, die folgenden Worte zu beten. Das kannst du allein, mit einer Freundin, einem Freund oder einer anderen Vertrauensperson tun:

»Jesus, ich weiß, dass ich vor dir und Menschen schuldig geworden bin. Ich bitte dich heute um Vergebung. Nimm die alten, schmutzigen Kleider und mach sie ganz weiß. Ich lade dich ein, nicht nur Teil, sondern auch Herr meines Lebens zu werden. Ich möchte dir nachfolgen. Ohne dich schaffe ich es nicht. Danke, dass du mir vergibst. Amen.«

 Falls du diese Entscheidung bereits getroffen hast, sprich trotzdem mit Gott und frag ihn, wo deine Kleider schmutzig geworden sind und du seine Vergebung brauchst. Wenn nötig, lass dir seine Vergebung von jemand anderem zusprechen. Dietrich Bonhoeffer hat einmal gesagt: »Der Christus im eigenen Herzen ist schwächer als der Christus im Worte des Bruders.«¹

Anders gesagt: Manchmal können wir Gottes Vergebung viel besser verstehen und annehmen, wenn sie uns jemand anders zuspricht. Das Konzept der Beichte ist schon alt und fühlt sich für dich vielleicht fremd an, aber es kann wirklich hilfreich und erleichternd sein!

 Hör dir passend zum Thema gern einmal das Lied »Priceless« von »For King & Country« an. Der Refrain beginnt mit der Zeile »I see you dressed in white, every wrong made right« und das passt wirklich 1 a zu allem, worüber wir auf den letzten Seiten nachgedacht haben!

 Und last, but not least habe ich nach dem langen Text noch ein kleines Video für dich verlinkt. Es ist ein selbst geschriebener Poetry-Slam zum Thema »Vergebung«:



 Zeig das Video gern Freunden, Familie oder deinem Hauskreis und kommt darüber ins Gespräch. Wo stimmt ihr zu? Was habt ihr in ähnlicher Weise auch schon erlebt? Was seht ihr anders?

Woche 3

Von Zweifeln im Herzen und Steinen im Boden

Bleiben wir einmal bei dem Bild mit den Wurzeln aus Woche 1.

Vielleicht stehst du in deinem Leben gerade an einem Punkt, wo dein Glaube bereits stabile Wurzeln geschlagen hat. Du hast Gott kennengelernt, dein Leben an irgendeinem Punkt Jesus gegeben, seine Vergebung in Anspruch genommen und nun bist du gemeinsam mit ihm unterwegs. Deine Wurzeln reichen tiefer und tiefer. Doch auch die tiefsten Wurzeln bringen nichts, wenn sie nicht irgendwann auf Wasser stoßen, um den Baum mit Nährstoffen versorgen zu können.

Und ab und an gibt es Phasen in unserem Leben, in denen unsere Wurzeln auf Hindernisse treffen, Steine und Felsbrocken, an denen auf den ersten Blick kein Weg vorbei zum kostbaren Wasser führt. Wir fühlen uns von unserer Energie- und Trostquelle abgeschnitten. Wir zweifeln plötzlich daran, dass wir im Boden jemals Wasser finden werden, und fragen uns:

Ist mein Glaube überhaupt begründet? Was, wenn ich am Ende einer Lüge vertraue und Gott gar nicht existiert?

Lass mich dir zuerst antworten, dass Zweifel auf jedem individuellen Glaubensweg völlig normal sind. Sie fühlen sich schrecklich an, weil plötzlich alles, was wir glauben und hoffen, infrage gestellt wird. Doch langfristig gesehen sind sie wichtig – und sogar wertvoll –, denn sie fordern unsere Überzeugungen heraus. Sie lassen uns reifen und führen bestenfalls dazu, dass unser Glaube mündig und erwachsen wird.

Wenn du gerade in so einer Phase steckst, dann hören sich diese Worte in deinen Ohren vielleicht abgedroschen an, doch ich weiß, wovon ich rede: Mit 16 Jahren steckte ich in der bis dahin

größten Krise meines Lebens. Ich werde in anderen Kapiteln dieses Buches noch ausführlicher davon berichten. An dieser Stelle sei nur gesagt, dass ich mich in einer depressiven Phase befand, in der mir mein ganzes Leben sinnlos und hoffnungslos erschien. Die Frage, ob Gott real war und sich für mich interessierte, wurde plötzlich existenziell. Ich dachte damals: *Wenn es Gott nicht gibt, dann ist alles umsonst. Wofür soll ich dann noch leben?*

Auf Knien schrie ich verzweifelt zu ihm und bat ihn, sich mir zu zeigen. Ich wusste: Ich brauchte seine Antwort dringender als je zuvor. Und Gott wusste es auch.

Oft warten wir nach solchen Gebeten lange auf eine Antwort und verstehen nicht, warum er darauf nicht sofort reagiert. Surprise: Ich weiß es auch nicht. Ich kenne weder Gottes Plan noch sein Timing, aber ich weiß, dass er gut und allmächtig ist und mich über alles liebt. Sowohl die Art und Weise als auch der Zeitpunkt seiner Antwort erfolgen deshalb genau dann, wie es für mich, sein Kind, am besten ist. Die nächste Frage ist, ob ich ihm richtig zuhöre. Ob ich ihm den Raum gebe zu antworten und bereit bin, auch eine Antwort zu akzeptieren, die ich nicht hören will. Das mag jetzt sehr hart für dich klingen, wenn du aus ganzem Herzen nach ihm suchst und bisher trotzdem das Gefühl hast, keine Antwort zu erhalten, doch ich meine es als Ermutigung:

Wenn du Gott ehrlich suchst, dann wird er sich von dir finden lassen. Das verspricht er in Jeremia 29,13–14 (HFA):

»Wenn ihr mich sucht, werdet ihr mich finden. Ja, wenn ihr von ganzem Herzen nach mir fragt, will ich mich von euch finden lassen. Das verspreche ich, der Herr.«

Und Gott steht zu seinen Versprechen! Es würde seinem Wesen widersprechen, in dieser Hinsicht nicht treu und verlässlich zu sein. Wenn du dich also verzweifelt nach einem Zeichen, einem Wunder oder ganz einfach nach seinem Reden sehnst, dann möchte ich dich ermutigen, nicht die Hoffnung zu verlieren!

Wenn Gott bisher nicht geredet hat, dann heißt das nur, dass er noch nicht geredet hat oder du es vielleicht noch nicht verstehst.

Bitte Gott, dir dabei zu helfen, seine Stimme zu erkennen, und höre nicht auf, ihn im Gebet zu suchen. Gott kennt dein Herz und weiß, was du brauchst! In Matthäus 7,8–11 (HFA) verspricht er uns:

»Denn wer bittet, der bekommt. Wer sucht, der findet. Und wer anknüpft, dem wird geöffnet. Würde etwa jemand von euch seinem Kind einen Stein geben, wenn es um ein Stück Brot bittet? Oder eine Schlange, wenn es um einen Fisch bittet? Trotz all eurer Bosheit wisst ihr Menschen doch, was gut für eure Kinder ist, und gebt es ihnen. Wie viel mehr wird euer Vater im Himmel denen Gutes schenken, die ihn darum bitten!«

Ich könnte das nicht mit solch einer Überzeugung vertreten, wenn ich nicht selbst die Erfahrung gemacht hätte, dass Gott dieses verzweifelte Gebet aus der Tiefe meines gebrochenen Herzens gehört und ernst genommen hat. Er reagierte auf unterschiedliche Weisen: durch Mitmenschen, die mich ermutigten; Bibelverse, die mir genau dann einfielen, wenn ich ängstlich und entmutigt war; seinen tiefen Frieden, der mein Herz erfüllte und die Schmerzen linderte; durch Freude, die ich selbst nicht produzieren konnte; und langfristig auch in Form von körperlicher Heilung. Ich kann es nicht besser erklären, aber in dieser Tiefe erlebte ich stärker als je zuvor, dass das Fundament, auf das ich mein Leben gebaut hatte, trug.

Nach meinem verzweifelten Gebet kam kein Blitz vom Himmel und es erschien auch kein Engel, doch mir wurde in den Tagen und Wochen danach immer klarer, dass ich eine ganz einfache Entscheidung zu treffen hatte: Ich betete für einen Sturzregen, ein Wunder, doch viel wichtiger und nachhaltiger war es, mit meinen Wurzeln auf das Grundwasser zu stoßen, nach dem ich mich sehnte. Ich würde Gottes Existenz nie beweisen können, selbst das größte Wunder konnte ich vergessen oder mit meinem Verstand wegerklären.

Doch ich konnte mich entscheiden, ob ich durch all diesen Schmerz allein hindurchgehen wollte – oder gemeinsam mit Jesus. Und ohne ihn war für mich keine Option, die infrage kam. Ich entschied mich also, trotz meiner Zweifel zu vertrauen. Und *nachdem*

ich meinen Fuß wie Petrus aufs Wasser gesetzt und den Blick auf meinen Retter gerichtet hatte, erlebte ich, dass ich nicht weiter-sank. Seine Hand hielt mich (siehe Matthäus 14,22–33).

Trotz aller Hindernisse wuchsen meine Wurzeln weiter: bis sie den Stein verdrängt oder einen Weg daran vorbei gefunden hatten. Die Hoffnung, doch noch auf Wasser zu stoßen, war im Moment der Entscheidung abstrakt, doch nur aufgrund dieser Hoffnung erlebte ich schließlich, dass es die Anstrengung wert war. Und ganz ehrlich: Es gibt so viel mehr zu verlieren! Wenn am Ende das Leben spendende Wasser wartet, dann wäre es ein Jammer – und auch völlig unsinnig –, wenn ein Baum aus lauter Sorge, es nicht mehr zu erreichen, plötzlich aufhören würde, tiefer zu wachsen. Denn in diesem Fall würde er so oder so vertrocknen. Die Hoffnung ist es also allemal wert!

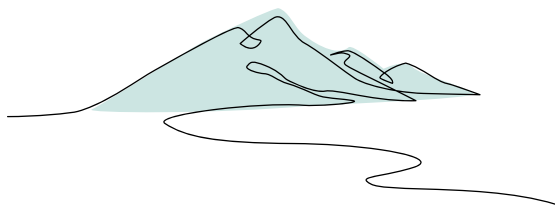
Im Nachhinein ist es immer leichter, das zu sagen, doch so war es bei mir auch: In der Phase meiner Glaubenszweifel beschäftigte ich mich intensiv mit apologetischer Literatur (also Büchern und Texten, die sich mit logischen Argumenten für die Existenz Gottes befassen), die mir auch heute noch in vielen Gesprächen als gute Basis dient. Wenn nun wieder Zweifel kommen, kann ich mich an das erinnern, was mir in diesem Prozess schon einmal geholfen hat – und andere verstehen und ermutigen. Wenn mich jemand fragt, warum ich an Gott glaube, so sind es diese Episoden meines Lebens, von denen ich sagen kann: »Da habe ich Gott erlebt.«

Dafür bin ich dankbar. Wäre mein Glaube nie auf diese Weise herausgefordert worden, so hätte ich ihn möglicherweise auch nie auf so eindrucksvolle Weise bestätigt bekommen. Ich würde diese Zeit nicht noch einmal durchleben wollen, wüsste diesmal allerdings auch, dass ich es mit Gottes Kraft könnte und dass das Erlebte wichtig und notwendig dafür war, heute mit tieferer Gewissheit und stärkerer Überzeugung glauben zu können.

 Hast du schon einmal mit Zweifeln zu kämpfen gehabt oder zweifelst du jetzt gerade? Bleib nicht allein damit! Schreib deine Zweifel auf und rede mit Christen und Christinnen in deinem Umfeld darüber! Betet gemeinsam, dass Gott dir antwortet und du ihn verstehen kannst.

 Setze deine Zweifel bewusst den Wahrheiten der Bibel aus: Du kannst in der Bibel lesen oder (das hat mir damals auch geholfen) ermutigende Worship-Songs hören. Schreibe hinter jeden deiner notierten Zweifel eine biblische Wahrheit, die dir Hoffnung macht!

 Vielleicht läuft bei dir gerade alles super, du stehst fest im Glauben und siehst keinen Grund für Zweifel? Dann bitte Gott, dir jemanden in deinem Umfeld aufs Herz zu legen, der damit gerade kämpft, und frage diese Person, wie du sie ermutigen kannst.



Woche 4

Glaubensbaumfrüchte – Taufe und Heiliger Geist

»Hier gibt es Wasser«, sagte der Eunuch.
»Was steht meiner Taufe noch im Weg?«
Apostelgeschichte 8,36; NeÜ

In den restlichen Kapiteln dieses Themenblocks ging es viel um die Themen »Gnade«, »Vergebung« und den Umgang mit den eigenen Wurzeln und Zweifeln. In diesem Abschnitt werden wir uns mit den Früchten unseres Glaubensbaumes auseinandersetzen: Was sieht man nach außen hin? Wie kann ich meinen Glauben zeigen? Auf welche Art und Weise ist mir Gott dabei eine Hilfe?

Zuerst einmal gilt die Einladung: Wir können es nur ausprobieren und erleben. Es gibt in diesen Dingen keinen festen Ablauf und keine Hierarchie etwa wie: »Du musst als Christ dies und das erreicht haben, um dich taufen lassen zu dürfen« oder: »Erst übst du dich in Nächstenliebe und dann darfst du den Heiligen Geist auch um den Rest bitten«. Nein. So ist es nicht. Keine Sorge.

Dass ein Baum Früchte trägt, ist schlichtweg die logische Konsequenz, wenn seine Wurzeln auf Wasser gestoßen sind, das ihn nun versorgt und ernährt (und nicht von Parasiten abgezweigt wird). In den restlichen Kapiteln dieses Buches wird es viel darum gehen, wie wir in den einzelnen Bereichen unseres Lebens Früchte tragen können, doch was sind die ersten, deutlichsten Früchte unseres Glaubens an Gott?

In einer Baptistengemeinde aufgewachsen, wurde ich mit dem Taufverständnis erzogen, dass Taufe zwar nicht heilsentscheidend ist (also dass mein Gebet genügt, mit dem ich Jesus um Vergebung

bitte), dass die Taufe aber symbolisch als öffentliches Zeichen meiner Rettung vor der sichtbaren und der unsichtbaren Welt dient: Das Untertauchen steht dafür, dass mein fehlerhafter, schlechter Mensch mit Jesus am Kreuz stirbt, und das Auftauchen bedeutet, dass ich neugeboren und gerettet mit ihm wiederauferstehe. Kurz gesagt: Durch Jesus bin ich ein neuer Mensch.

In den unterschiedlichen Denominationen, also den verschiedenen Gemeinderichtungen, gibt es unterschiedliche Ansichten darüber, wie die Taufe genau zu verstehen ist. Ich möchte dieses Fass aus Platzgründen an dieser Stelle nicht aufmachen. Bei Interesse



findet ihr dazu und auch zu meiner Bekehrung auf meinem Blog einen ausführlichen Artikel. Doch am Beispiel des Kämmerers aus der Apostelgeschichte können wir lernen, dass die Taufe bei ihm direkt auf den Moment folgte, in dem er begriff, was es mit Jesus und dessen Tod am Kreuz auf sich hatte.

 Lies dazu gerne einmal die Geschichte in Apostelgeschichte 8,26–40 nach.

*»Nun seid ihr alle zu Kindern Gottes geworden, weil ihr durch den Glauben mit Jesus Christus verbunden seid. Ihr gehört zu Christus, denn ihr seid auf seinen Namen getauft«
heißt es in Galater 3,26–27 (HFA).*

 Eine Möglichkeit, den eigenen Glauben nach außen zu zeigen, ist also die Taufe! Oft bereitet man dafür ein Taufbekenntnis vor, und da es leichter ist, Freunde und Bekannte in einen Taufgottesdienst einzuladen als in einen normalen Gottesdienst, kann es eine tolle Gelegenheit sein, vom eigenen Weg mit Jesus zu erzählen.

Hast du dich schon taufen lassen oder denkst du darüber nach? Wenn du noch nicht getauft bist – um es mit den Worten des Euenuchen zu sagen: Was steht deiner Taufe noch im Weg?

Ich habe mich erst mit 16 taufen lassen, obwohl ich ja schon seit meiner Kindheit mit Gott unterwegs war. Irgendwie fühlte ich

mich aber nie so richtig bereit dafür, und da meine Eltern mir die Entscheidung selbst überlassen wollten, wartete ich lange darauf, dass etwas passierte, das mir das Gefühl gab, nun bereit zu sein. Irgendwann verstand ich jedoch, dass es nicht darum ging, als Christin keine Fehler mehr zu machen und irgendwie »heilig genug« zu sein. Im Gegenteil: Die Taufe markierte eine Art Startpunkt mit Gott, an dem ich öffentlich bekannte, dass ich ihn für meinen weiteren Weg brauchte. Wer weiß, vielleicht hilft dieser Gedanke dir ja ... ☺

Eine zweite Art von Früchten trägt unser Baum durch den Heiligen Geist. Am Tag meiner Taufe erlebte ich ihn das erste Mal in meinem Leben so intensiv, dass ich den ganzen Tag voll kribbliger Freude war und sogar seine Stimme hörte (dazu in einem anderen Themenblock mehr), doch nicht immer fühlt sich das Leben mit dem Heiligen Geist so an. Viel öfter ist es seine leise, sanfte Stimme, die an uns arbeitet und zu Veränderung ermutigt.

In Galater 5,22–23 (HFA) lesen wir von der Frucht des Geistes:

»Dagegen bringt der Geist Gottes in unserem Leben nur Gutes hervor: Liebe, Freude und Frieden; Geduld, Freundlichkeit und Güte; Treue, Nachsicht und Selbstbeherrschung. Ist das bei euch so? Dann kann kein Gesetz mehr etwas von euch fordern!«

❓ Was denkst du? Können andere Menschen, die Jesus nicht kennen, an deinem Leben die Früchte deines Glaubens erkennen? Wenn du dich traust, frage vertraute Menschen aus deiner Gemeinde oder Familie, wie dein Leben von außen wirkt und ob sie die Früchte des Geistes bei dir erkennen können. Nicht um dich kleinzumachen, sondern als ehrliches, konstruktives Korrektiv!

Während die Früchte des Geistes langsam wachsen, wenn wir immer wieder zu Jesus kommen, um uns von ihm erfrischen, erfüllen und heilen zu lassen, können uns die Gaben des Geistes von einem auf den anderen Moment geschenkt werden. Wir alle bekommen

unterschiedliche Gaben von Gott, um einander zu ergänzen und zu ermutigen:

 Schlage die Aufzählung der Geistesgaben in 1. Korinther 12,7–11 nach. Welche davon hast du selbst schon erlebt oder bei anderen gesehen?

Du darfst Gott mutig darum bitten, in deinem Leben Früchte hervorzubringen. Vielleicht bist du in einer Gemeinde aufgewachsen, in der nicht viel über den Heiligen Geist gesprochen wurde, und hast nun Angst, etwas falsch zu machen. Doch ich kann dich ermutigen: Wenn du sagen kannst, »dass Jesus Christus der Herr ist«, dann ist das schon ein Zeichen dafür, dass Gott auch dir den Heiligen Geist geschenkt hat und in dir wohnt (siehe 1. Korinther 12,3).

Dieser Geist ist kein Geist der Angst, sondern der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit (siehe 2. Timotheus 1,7). Allein das kann dir schon eine Hilfe dabei sein, ihn von anderen beängstigenden Stimmen in deinem Kopf zu unterscheiden.

Hier habe ich dir eine kleine Zusammenfassung erstellt, was die Bibel über den Heiligen Geist sagt:

- Er tröstet in Jesu Abwesenheit die Gemeinde und zeigt ihr, dass er gegenwärtig ist (Johannes 14,16 und 16,7).
- Er vertritt Jesus, lehrt alles Weitere, was er auf der Erde nicht mehr gesagt hat, und erinnert an seine Worte (Johannes 14,26).
- Er hilft uns zu verstehen (Johannes 14,26). Immer wenn wir etwas Neues über Gott verstehen, ist es der Heilige Geist, der in uns wirkt.
- Er offenbart Gottes Willen und seine Wahrheit (Johannes 16,13).
- Er bestätigt unsere Gotteskindschaft (Römer 8,14).
- Er schenkt Gerechtigkeit, Frieden und Freude (Römer 14,17).

- Der Heilige Geist hat dafür gesorgt, dass die Bibel als Gottes Wort aufgeschrieben werden konnte: Er erfüllt sie und macht sie lebendig (2. Timotheus 3,16).
- Durch ihn wurde Jesus vom Tod auferweckt (1. Petrus 3,18).
- Der Heilige Geist heiligt und reinigt uns (1. Petrus 1,2).
- Und er befreit (2. Korinther 3,17).

 Geh die Bibelstellen dieser Liste einmal allein, mit Freunden oder deinem Hauskreis durch und notiere dir, was dich daran besonders überrascht oder begeistert.

 Wo neigst du dazu, dich zu sehr nach den großen Gaben auszustrecken und die mindestens genauso wichtigen, aber vielleicht weniger spektakulären Früchte zu vergessen? Wo hast du »cherry-picking« betrieben, obwohl alle Früchte gleichermaßen an demselben Baum wachsen sollten?

 Lade den Heiligen Geist ganz bewusst ein, dir mehr von seiner Kraft zu zeigen, und bitte ihn, seine Früchte in deinem Leben Realität werden zu lassen.

 Beginne ein Notizbuch, in dem du deine Erlebnisse mit Gott und seinem Geist festhältst.

 Höre dir das Lied »The Centre« auf YouTube an. Es fasst sowohl die Themen »Vergebung und Gnade« als auch den Wunsch, ein reines Herz zu haben, in das Gottes Geist einziehen kann, gut zusammen. Die deutsche Übersetzung findest du in der Videobeschreibung.

