

Das Buch zur Aktion  
Impulse für jeden Tag

**50 TAGE -  
DER WEG  
ZUM LEBEN**

Gemeinsam unterwegs  
zu einem befreiten Leben

## Zur Entstehung des Buches

Dieses Buch ist Teil der Aktion „50 Tage – Der Weg zum Leben: Gemeinsam unterwegs zu einem befreiten Leben“, zu der neben dem Buch noch 8 besondere Gottesdienste und 8 besondere Abende in Kleingruppen gehören. Der Inhalt der Tageskapitel steht im bewussten Zusammenhang mit den Predigten und dem Teilnehmerheft für die Kleingruppen.

Die Aktion „50 Tage – Der Weg zum Leben“ ist aus der Predigtreihe „The Road To Recovery“ entwickelt worden. Die Predigten wurden 1993 in der Saddleback Church im Süden von Los Angeles von Pastor Rick Warren gehalten. Daraufhin entstand das Programm „Celebrate Recovery“ (im Deutschen „Leben finden – Ein 12-Schritte-Programm“). An diesem Programm haben bereits weltweit Hunderttausende teilgenommen und erlebt wie sie von inneren Verletzungen und ungunstigen Lebensweisen frei wurden. Sie haben dabei einen neuen Weg entdeckt, um mit emotionalen oder persönlichen oder Beziehungsproblemen besser umzugehen. Die Aktion „50 Tage – Der Weg zum Leben“ ist deshalb gleichzeitig der Start für „Leben finden – Ein 12-Schritte-Programm“, das unmittelbar im Anschluss an die Aktion in der Gemeinde beginnt.

Wir danken für alle Materialien, die uns von „Celebrate Recovery“ zur Verfügung gestellt wurden. Wir weisen auch auf das Buch „The Twelve Step Life Recovery Devotional“ von Stephen Arterburn und David Stoop hin, durch das wir einige gute Impulse für unsere Tageskapitel empfangen haben.

Autoren:

Andreas Schröder (Tage 1-7; 15-21; 29-35)

Lothar Bublitz (Tage 8-14; 36-41)

Johannes Müller (Tage 22-28; 42-50)

© 2005

Andreas Schröder; Lothar Bublitz; Johannes Müller;

in Zusammenarbeit mit „Kirche mit Vision“ und „Celebrate Recovery®“

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Autoren!

## 1 Freiheit beginnt: Ich brauch mir nichts mehr vorzumachen

1. Tag Unser Dilemma
2. Tag Aussichtslose Situationen
3. Tag Gefährlicher Selbstbetrug
4. Tag Vom Thron herabsteigen
5. Tag Ich weiß nicht mehr weiter
6. Tag Erkennen, wer man wirklich ist
7. Tag Abhängig, und doch frei

## 2 Hoffnung trägt: Ich kann neue Kraft bekommen

8. Tag Gott kann
9. Tag Wenn Gott persönliche Katastrophen benutzt
10. Tag Hoffnung für Hoffnungslose
11. Tag Wir sind Gott nicht gleichgültig
12. Tag Der Schlüssel zur Hoffnung
13. Tag Die Größe des Universums ist kein Zufall
14. Tag Andere können uns ermutigen

## 3 Vergangenheit bewältigen: Ich muss mich nicht kaputt machen lassen

15. Tag Zur Ruhe kommen
16. Tag Vor die Wahl gestellt
17. Tag Vergangenheit aufarbeiten
18. Tag Die Führung abgeben
19. Tag Gott entdecken
20. Tag Weg vom Kaputten hin zu Gott
21. Tag Wenn Gott unbedingt segnen will

## 4 Lebensbilanz ohne Angst: Ich darf neu anfangen

22. Tag Endlich frei von Schuld
23. Tag Bilanz ziehen
24. Tag Vergangenheit verstehen
25. Tag Weisheit entdecken

- 26. Tag Frieden und Freiheit gewinnen
- 27. Tag Fehler erkennen
- 28. Tag Schwächen gegenüber anderen zugeben

## 5 Veränderung ist möglich: Ich kann Schwächen bewältigen

- 29. Tag Veränderung von innen
- 30. Tag Gottes reiche Vergebung
- 31. Tag Hoffnung entdecken
- 32. Tag Aufräumen ist angesagt
- 33. Tag Stolz aufdecken
- 34. Tag Für „nicht schuldig“ erklärt
- 35. Tag Mit Augen der Liebe

## 6 Beziehungen leben: Ich kann mit meinen Mitmenschen befreit umgehen

- 36. Tag Ein neues Miteinander ist möglich
- 37. Tag Die selbstverschuldete Einsamkeit überwinden
- 38. Tag Die Vergangenheit aufarbeiten
- 39. Tag Wie wir vergeben unsern Schuldern
- 40. Tag Wiedergutmachung ist kein Verlust
- 41. Tag Probleme bei der Wiedergutmachung
- 42. Tag Frieden schließen

## 7 Rückfälle verhindern: Ich bekomme Kraft zum Durchhalten

- 43. Tag Gefährlicher Stolz
- 44. Tag Stark werden
- 45. Tag Kraft zum Wachsen
- 46. Tag Kraft finden in der Nähe Gottes
- 47. Tag Gottes Wille für mein Leben
- 48. Tag Anderen erzählen
- 49. Tag Anderen praktisch helfen
- 50. Tag Niemals vergessen

# 1. Tag

Bibellese: Römer 7, 15-20

## *Unser Dilemma*

*„Ich weiß wohl, dass der Mensch von Natur aus nicht gut ist.  
Deshalb werde ich niemals das Gute tun können,  
so sehr ich mich auch darum bemühe.“ (Römer 7,18; Hfa)*

### **Wenn die Masken fallen.**

Es gehört nicht zu unseren angenehmen Erfahrungen, wenn wir bloßgestellt werden. Fallen die Masken, dann kommt unser wahres Gesicht zum Vorschein. Solche Erfahrungen vermeiden wir. Lieber lassen wir uns von anderen belügen, oder belügen uns selbst. Denn in einer Scheinwelt zu leben bewahrt uns davor, der Wahrheit ins Gesicht zu sehen, und die Wahrheit tut oftmals weh.

Gottes Wort deckt in unserem Leben auf, was verborgen liegt. Wir können uns selbst und anderen wohl etwas vormachen – aber Gott nicht! Er legt immer den Finger in die wunden Stellen unseres Lebens. Das mag unangenehm sein, und doch tut er es, um zu zeigen, wie es wirklich um uns steht. Und was wir in dem Spiegel seines Wortes über uns erfahren, sagt die Bibel deutlich.

Wir haben nämlich ein Problem: Unsere sündige Natur. Gemeint ist die Motivation in uns, das Falsche zu tun, also das, was nicht gut ist. Und obwohl wir wissen, dass es nicht gut ist, tun wir es. Fragen wir uns doch z.B. einmal, wie wir auf Verletzungen reagieren, die uns andere zufügen. Es gibt viele Wege, sich „abzureagieren“ oder „zurückzuschlagen“. Doch wird unser Schmerz dadurch nur noch größer. Warum versuchen wir Probleme in der Weise zu lösen, dass sie hinterher noch viel schlimmer als zu Anfang sind?

Dahinter steht eine – mehr oder weniger bewusste - Absicht. Es ist die Absicht, Gott spielen zu wollen. Ein Kennzeichen dafür ist, dass wir versuchen, alles im Griff zu haben. Und doch haben wir es nicht, wenn wir auch so tun als ob. Da ist z.B. unser Ansehen bei den Menschen: Wir beschönigen die unschöne Seite unseres Lebens. Fehler werden totgeschwiegen, Schwächen wegdiskutiert, Schuld verschoben. Niemand soll sehen, wie wir wirklich sind. Und so verstecken wir uns hinter dem Schein von uns selbst und halten unser wahres ICH verborgen.

Und auch im Blick auf andere spielen wir Gott: Macht über sie zu haben, sie zu kontrollieren, das ist für manchen eine echte Versuchung. Die Mechanismen, mit denen wir andere beherrschen wollen, sind dabei vielfältig: Wir setzen z.B. Schuld als Druckmittel ein oder auch Lob zur Manipulation. Selbst Angst und Schweigen dienen diesem Ziel ebenso wie Wut und Zorn.

Gott spielen wir auch im Blick auf die Schmerzen und das Leid, die das Leben schwer machen. Sie passen nun einmal nicht zum Leben eines Menschen, der

## 1. Woche: Freiheit beginnt: Ich brauche mir nichts mehr vorzumachen

---

Gott spielt. Wir leugnen Schmerzen, wir umgehen sie, wir versuchen ihnen zu entkommen, wir verschieben sie. Manche Menschen stürzen sich gar in neues, selbst gemachtes Leid, allein um ihrer alten Situation zu entfliehen. Paradox – aber wahr! Menschen betrinken sich z.B., weil sie die Schmerzen tief in ihren Herzen nicht mehr aushalten, und machen es so nur noch schlimmer. Andere nehmen auf ihrer Flucht Drogen und geraten immer mehr in zerstörerische Abhängigkeiten. Wieder andere beenden vielleicht schmerzliche Beziehungen, um sich jedoch erneut in andere leidvolle Beziehungen zu stürzen. Sie sind auf der Flucht und schleppen sich doch selbst immer mit. Alle zwanghaften Gewohnheiten sind letztlich der Versuch, eine bestimmte Not des Lebens in den Griff zu bekommen.

Dass es so nicht geht, erkennen wir, wenn die Masken fallen: Wir sind nicht Gott. Wir haben nicht alles im Griff. Wer Gott spielt, hat früher oder später mit Ängsten und tiefer Erschöpfung zu tun. Denn es ist frustrierend, etwas sein zu wollen, was man niemals werden kann. Versagen bringt Enttäuschung, und jede neue Enttäuschung zieht nur noch tiefer herunter.

Dieser Teufelskreis kann durchbrochen werden, wenn ein Mensch damit aufhört, Gott sein zu wollen. Es bedeutet ein Schritt in die Freiheit, sich nichts mehr vormachen zu müssen. Wir dürfen zugeben, dass wir nicht stark genug sind, unsere Vergangenheit zu verändern. Und wir dürfen zugeben, dass wir keine Macht über unsere schlechten Gewohnheiten haben. Dieses Eingeständnis ist der erste und wichtigste Schritt hin zur Veränderung und zur Genesung unseres Lebens.

„*Ich werde das Gute niemals tun können, so sehr ich mich auch darum bemühe*“, sagte der Apostel Paulus. Er war für viele Zeitgenossen ein Vorbild im christlichen Glauben und in der Nachfolge Jesu. Und doch wusste er um seine Grenzen und Schwächen und wurde so bescheiden und demütig. Er erkannte, dass nicht er selbst sein Leben im Griff hatte, sondern dass Gott sein Leben bestimmte. In diese Wahrheit fügte er sich, und so führte ihn Gott den Weg zum Leben. Gnade, Barmherzigkeit und Liebe Gottes, die wir auf diesem Wege nötig haben, erfahren wir durch den Glauben an Jesus Christus. So ist Veränderung möglich!

**1.**  
Grundsatz

*Ich erkenne, dass ich nicht Gott bin.  
Ich gebe zu, dass ich meine Neigung, das Falsche zu tun,  
nicht beherrschen und mein Leben nicht selbst steuern kann.  
“Glücklich sind, die erkennen, wie arm sie vor Gott sind.”*

## 2. Tag

Bibellese: 1.Mose 16, 1-15

### *Aussichtslose Situationen*

*„Sie (Hagar) ist dein Eigentum“, erwiderte Abram,  
„ich lasse dir freie Hand – mach’ mit ihr, was du willst!“  
(1. Mose 16,6; Hfa)*

#### **Wenn die Ohnmacht zur Qual wird.**

Wer machtlos ist, leidet darunter, dass andere Menschen Macht über ihn haben. Immer wieder kann es sie geben: Situationen der Ohnmacht. Andere engen uns ein mit ihren Anforderungen und Erwartungen. Der Versuch, es ihnen Recht zu machen, scheitert nur all zu schnell. Denn kommt man dem einen entgegen und erfüllt seine Erwartungen, kann man einen anderen damit wiederum enttäuschen und verletzen. Wer sich so erlebt, steckt in einer Falle. Und der Versuch, sich daraus selbst zu befreien, führt oft genug in tiefere Abhängigkeiten und vergrößert nur das Leid.

Hagar, die Magd Abrams und Sarais, ist dafür ein gutes Beispiel aus der Bibel. In ihrem Stand als Magd hatte Hagar keine Rechte. Und je länger desto mehr erlebte sie eine tiefe Ohnmacht in ihrem Leben. Was war der Auslöser dafür? Ihre „Herrin“ Sarai konnte keine Kinder bekommen, und so wurde Hagar dem Abram als „Ersatzfrau“ gegeben. Das war zu damaligen Zeiten ein durchaus üblicher Vorgang. Und doch war damit ein Martyrium für Hagar verbunden.

Denn als Hagar schwanger wurde, begegnete ihr Sarai mit großer Eifersucht. Sie schlug sie und demütigte sie, weil sie als „Herrin“ die Schmach der Kinderlosigkeit und Unfruchtbarkeit nicht ertragen konnte. Obwohl es doch ihr eigener Wunsch war, dass Hagar zur „Ersatzmutter“ wurde, rächte sie sich nun an ihr für ihre Enttäuschungen und ihre Leiden.

Und Hagar? Sie ertrug diese Demütigungen schließlich nicht länger und lief fort. Weglaufen, fliehen, den Qualen der eigenen Ohnmacht den Rücken kehren, wer hat sich das nicht auch schon einmal gewünscht? Manchmal hatte man einfach keine Wahl, oder man wusste es zunächst nicht besser: Und so wurden Entscheidungen getroffen, bei denen nach und nach deutlich wurde, dass am Ende nichts Gutes dabei herauskommen würde. Hagar war als Gegenüber von Sarai und Abram machtlos. Sie hatte sich zu fügen, auch wenn sie das Unheil kommen sah. Ihre Argumente und ihre Gedanken zählten nicht viel. Ohnmacht ist manchmal so erdrückend!

Und so floh Hagar in die Wüste, so weit sie ihre Füße tragen konnten. „*Nur weg!*“, dachte sie, auch wenn es die Wüste war, die auf sie wartete, und keine Oase und schon gar nicht das „Paradies“. Sie war bereit, neue Entbehrungen zu ertragen, nur um den Qualen zuhause zu entfliehen. Doch in der Wüste geschah

## 1. Woche: Freiheit beginnt: Ich brauche mir nichts mehr vorzumachen

---

etwas Unvorhergesehenes. Gott war es nicht verborgen geblieben, was Hagar durchmachte. Sie war ihm nicht egal. Und so stand schließlich ein Engel vor ihr, als sie ganz alleine war. Er sprach: *„Geh zu ihr (Sarai) zurück. Bleib ihre Sklavin!“* (1. Mose 16, 9; Hfa).

Gott weiß um die Qualen im Leben von Hagar. Er versteht ihre Beweggründe, die sie in die Wüste trieben. Aber er denkt anders über ihr Leben, als sie es tut. Flucht ist keine Lösung. Wenn wir in Situationen geraten, die ausweglos erscheinen, dann kommen wir in Versuchung, uns durch Zwangs- oder Suchtverhalten daraus wegzustehlen. Hagar durfte erkennen, dass gerade in solchen Zeiten Gott da ist, gerade in den „Wüstenzeiten“. Gott hört ihr Klagen und er bückt sich zur ihr hinunter in der Gestalt des Engels. So konnte sie lernen, was auch für uns lebenswichtig ist: Wir sollen unsere Nöte vor Gott bringen und nicht vor ihnen davonlaufen.

Gibt es ungute Bindungen und Abhängigkeiten in ihrem Leben, weil auch sie auf der Flucht sind? Die Geschichte um Hagar macht Mut. Gott hört ihr Schreien, und sie bekommt eine Verheißung: *„Der Herr wird dir so viele Nachkommen schenken, dass man sie nicht mehr zählen kann! Du wirst einen Sohn bekommen. Nenne ihn Ismael; denn der Herr hat gehört, wie du gelitten hast.“* (1. Mose 16, 9-11; Hfa). Hoffnung und Zukunft werden ihr gegeben, denn was Gott spricht, das geschieht. Hagar hatte gelernt, ihm zu vertrauen, gerade in Zeiten tiefster Ohnmacht und in scheinbar ausweglosen Situationen. Ihre eigene Ohnmacht mit Fluchtmechanismen zu kompensieren war nicht mehr länger nötig, wo sie den bei sich wusste, der alle Macht hat: der lebendige und Leben schaffende Gott.

Eine bewusste Entscheidung ist auch für uns nötig: *„Ich bin bereit zum Lernen! Ich höre auf mit dem Weglaufen! Ich bleibe mit meiner Not nicht alleine, sondern bringe sie zu Gott. Und ich hoffe, dass er einen Ausweg weiß und ihn mir zeigt!“* „Leben finden – Ein 12-Schritte-Programm“ bietet ihnen diesen Lernprozess an und hilft auf diese Weise, den „Sumpf“ der eigenen Ohnmacht zu verlassen und von Zwängen und Süchten freizuwerden.

**1.**  
Grundsatz

*Ich erkenne, dass ich nicht Gott bin.  
Ich gebe zu, dass ich meine Neigung, das Falsche zu tun,  
nicht beherrschen und mein Leben nicht selbst steuern kann.  
„Glücklich sind, die erkennen, wie arm sie vor Gott sind.“*

## 8. Tag

*Bibellese: Philipper 2, 12 - 13*

### ***Gott kann***

*„Er selbst bewirkt ja beides in euch:  
den guten Willen und die Kraft, ihn auch auszuführen.“  
(Philipper 2,13; Hfa)*

#### **Irgendwo hatte ich den Glauben an Gottes Allmacht verloren.**

Es war mein erstes Auto: Ein fantastischer VW-Käfer mit großem Faltschiebedach und Renn gangschaltung, auch wenn der Motor nur 30 PS besaß. Der Wagen stammte noch aus der Zeit, als nicht alle PKWs eine Tankanzeige hatten. Stattdessen gab es unten im Fußraum zwischen Fahrer und Beifahrer einen kleinen Hebel, den man um 90 Grad umlegen musste, um auf den Reservetank zu schalten. Obwohl mein VW schon etwas älter war, besaß er noch für zwei Jahre TÜV. Ich hatte ihn zusammen mit jemand für insgesamt 300 DM gekauft. Und äußerlich hatten wir ihn mächtig aufgemöbelt und ihm einen solchen orange-farbigem Anstrich verpasst, dass man meinen konnte, das Auto gehörte dem Straßenverkehrsamt.

Eines Tages war ich mit unserem VW-Käfer unterwegs und wollte gerade auf eine Hauptstraße einbiegen, als der Motor einfach ausging. Glücklicherweise war direkt gegenüber eine Tankstelle mit einer Reparaturwerkstatt. Ich stieg aus dem Wagen und fragte einige Männer, die sich gerade auf dem Tankstellengelände befanden, ob sie mir helfen könnten. Sie willigten gern ein und so schoben wir mein Auto auf den Hof der Tankstelle.

Die Männer machten auf mich einen technisch sehr versierten Eindruck und sie begannen sofort mit ihrer Diagnose. Die Motorhaube wurde aufgeklappt, hier und dort an einem Kabel gezogen. Aber der Wagen trotzte allem Sachverstand und machte keinen Mucks. Bis plötzlich einer der Männer meinte: „Das hört sich sehr danach an, dass dieses Auto kein Benzin mehr hat.“ Ich sagte: „Das kann nicht sein. Mein Freund hat mir, bevor ich losfuhr, gesagt, dass er getankt hat.“ Dennoch legte ich den Hebel für den Reservetank um und nach einigen erneuten Startversuchen begann der Motor mit voller Kraft wieder zu laufen. Ich allerdings kam mir gegenüber den Männern ziemlich dumm vor und wäre am liebsten in den Boden versunken. Später sagte mir mein Freund, er habe nur für 5 DM tanken können und hätte dann noch eine Spritztour gemacht. *Ich habe jedenfalls damals gelernt, ohne entsprechenden Kraftstoff läuft nichts.*

Manchmal kann das im persönlichen Leben genauso sein. Dann ist es als ob einem sämtliche Kräfte ausgehen. Da hat man sich vorgenommen, in seinem Leben eine Verhaltensweise oder einen Charakterzug zu verändern. Aber immer wieder rutscht man in den gleichen Fehler hinein. Und mit jedem erneuten

## 2. Woche: Hoffnung trägt: Ich kann neue Kraft bekommen

---

Versagen nehmen dann auch die inneren Kräfte ab. Bis man schließlich nicht einmal mehr Kraft hat, es erneut zu versuchen. Es ist, als ob auch die Willenskraft auf der Strecke bleibt.

Genau in eine solche Situation redet unser heutiges Bibelwort. Es macht uns deutlich, Gott gibt Kraft, wo uns selbst die Kräfte ausgehen. *Es sagt: Gott kann! Gott kann und will uns stärken.* Seine Kraftzufuhr ist nicht begrenzt. Es gibt keine Situation, in der er uns nicht helfen wollte und könnte. Dieses Wort will in uns wieder die Hoffnung wecken und uns deutlich machen: Wir können neue Kraft bekommen. Paulus schreibt an die Christen in Philippi: *„Gott selbst bewirkt ja beides in euch: den guten Willen und die Kraft, ihn auch auszuführen.“* (Philipper 2, 13; Hfa).

In dem Vers davor weist er allerdings auch darauf hin, dass dies nur mit unserer Einwilligung geschieht. Ja, Gott möchte, dass wir ihn aufrichtig und von ganzem Herzen darum bitten.

Ich las von einem Pastoren, der ganz offen zugab, dass er zwar mit seinem Verstand an Gottes Allmacht glaubte. Ja, dass er sogar darüber immer wieder predigte. *„Aber allzu oft ist der Glaube nicht dort hängen geblieben, wo es wirklich zählt – nämlich in meinem Herz. Wenn mein Herz nicht sicher ist, dann bete ich nicht für schwierige Situationen und bitte Gott nicht, erdrückenden Nöten zu begegnen. Irgendwo tief in meinem Herzen habe ich dann keinen Glauben, dass Gott irgendetwas dagegen tun kann.“*

Als ihm das deutlich wurde, nahm er sich die Bibel zur Hand und las all die Stellen, die von Gottes Größe sprachen. Gottes Macht über die Natur, über die Umstände und über die Menschen einschließlich unserer selbst. Und immer wieder stieß dieser Pastor dabei auf die Aussage: Gott ist nichts unmöglich! Bei diesem Bibelstudium konnte er diese Wahrheit plötzlich auch mit seinem Herzen begreifen. Und darauf machte er Folgendes: *„Genauso wie Gott diese Wahrheit in mein Herz gebrannt hat, habe ich diese Worte in einen Holzklötz eingebrennt, der so steht, dass ich ihn sehen kann, wenn ich zum Beten niederknie.“*

Vielleicht brauchen wir auch einen solchen Holzklötz oder eine Karte, die uns immer wieder in Erinnerung rufen: „Gott kann“.

2.

Grundsatz

*Ich glaube, dass Gott da ist, dass ich ihm wichtig bin  
und dass er die Macht besitzt, mich zu befreien.  
„Glücklich sind die Traurigen, denn Gott wird sie trösten.“*

## 9. Tag

Bibellese: Daniel 4, 19-33

### ***Wenn Gott persönliche Katastrophen benutzt***

*„Nach dieser Zeit hob ich, Nebukadnezar, meine Augen auf zum Himmel, und mein Verstand kam mir wieder, und ich lobte den Höchsten. Ich pries und ehrte den, der ewig lebt, dessen Gewalt ewig ist und dessen Reich für und für währt.“ (Daniel 4,31; Hfa)*

#### **Gott kann uns wieder aufrichten.**

Babylon, das Reich, über das Nebukadnezar regierte, war immer in Abhängigkeit von Assyrien gewesen. Erst Nebukadnezar hatte das babylonische Reich befreit und es zu einer Weltmacht der Antike werden lassen. Babylons Grenzen wurden ständig erweitert. Nebukadnezar wurde der mächtigste Herrscher seiner Zeit.

Er baute die Stadt Babylon zu großer Pracht aus. Bis heute kommen täglich Tausende von Menschen und bewundern seine Werke im Pergamonmuseum in Berlin, die dort als Funde und Rekonstruktionen ausgestellt sind. Dort finden wir auch das weltbekannte Ischtartor. Es ist ein Prunkstadttor aus farbig gebrannten Ziegeln, durch das damals Nebukadnezar glanzvolle Prozessionen marschieren ließ. Er ließ sich einen gewaltigen Palast bauen. Der Name Nebukadnezar stand für Macht und Erfolg.

Und weil in der Antike sich die Herrscher oft nicht nur als politische, sondern auch als religiöse Führer verstanden, ging Nebukadnezar noch einen Schritt weiter und ließ sich als Gott anbeten. Es heißt: *„König Nebukadnezar ließ eine goldene Statue von dreißig Metern Höhe und drei Metern Breite anfertigen und in der Ebene Dura in der Provinz Babylon aufstellen. Dann lud er zur Einweihung alle führenden Beamten seines Reiches ein. Dann rief ein Herold mit lauter Stimme: Ihr sollt euch niederwerfen und die goldene Statue anbeten, die König Nebukadnezar aufstellen ließ. Wer es nicht tut, wird bei lebendigem Leib im Ofen verbrannt!“ (Daniel 3,1-6; Hfa).*

Gott warnt Nebukadnezar in einem Traum. Der Prophet Daniel deutet den Traum und mahnt Nebukadnezar, sich nicht zu überheben. Er gibt ihm 12 Monate Zeit, damit er wieder zur Besinnung kommt. Aber Nebukadnezar ist durch seinen Erfolg und seine Machtfülle geblendet. Er sieht nicht, dass sich die Dinge ganz schnell ändern können. Er glaubt, er hat alles im Griff. Er braucht keine Ratschläge oder Weisung von außen. Er kommt mit allem ganz allein klar.

Wenn wir Erfolg haben, bilden wir uns ein, dass wir dies allein oder vor allem uns selbst zu verdanken haben. Aber auch wenn wir in Probleme geraten, stehen wir in der gleichen Gefahr: Wir denken, wir könnten allein wieder herausfinden und die Situation selbst meistern. Wenn wir so von uns selbst eingenommen sind und uns kein Hinweis von außen mehr erreicht, dann kann es sein, dass Gott uns

dann die Folgen unseres verkehrten Denkens erleben lässt. Er sagt: Wenn du dein eigener Gott sein willst, dann trete ich zur Seite und du wirst ernten, was du selbst säst. Es kann dann zu dem kommen, was wir persönliche Katastrophen nennen. Wo wir den Boden unter den Füßen verlieren – physisch, emotional, geistlich, finanziell, in unseren Beziehungen – und sehr tief fallen können.

So erging es Nebukadnezar. Er wurde wahnsinnig. Er litt unter Zwangsvorstellungen und glaubte ein Tier zu sein und Gras fressen zu müssen. So wie es ihm Daniel zuvor gesagt hatte: *„Höre... was der höchste Gott über dich beschlossen hat: Man wird dich aus der menschlichen Gemeinschaft ausstoßen, und du musst unter den Tieren hausen. Du wirst Gras fressen... Erst wenn sieben Zeiträume vergangen sind, wirst du erkennen: Der höchste Gott ist Herr über alle Königreiche der Welt. Er vertraut die Herrschaft an, wem er will.“* (Daniel 4, 21-22; Hfa).

Aber durch diese Katastrophe kam Nebukadnezar wieder zur Besinnung. Er war tief gefallen und wandte sich in seiner Not nun zu Gott. *„Ich schaute hilfesuchend zum Himmel, und da erlangte ich meinen Verstand wieder. Ich pries den höchsten Gott, ich lobte den, der ewig lebt... Als ich wieder bei Verstand war, erhielt ich meine königliche Würde, Ehre und Anerkennung zurück... Ich wurde noch berühmter und angesehener als zuvor. Nun lobe und preise ich, Nebukadnezar, den König, der im Himmel regiert. Ihm gebe ich alle Ehre! Er ist zuverlässig und gerecht in allem, was er tut. Wer aber stolz und überheblich ist, den stürzt er.“* (Daniel 4, 31-34; Hfa).

Wenn wir in Nöte oder sogar Katastrophen hineinrutschen, dann muss die Lage dennoch nicht hoffnungslos sein. Ich kann gerade dann zu Gott sagen: „Ich gebe es zu. Ich bin hilflos. Ich bin machtlos. Aber ich glaube, dass du da bist, dass ich dir wichtig bin und dass du die Macht besitzt, mich zu befreien.“ Wir dürfen uns auf seine Zusage verlassen: *„Wer zu Gott kommen will, muss ja fest damit rechnen, dass es ihn gibt und dass er die Menschen belohnt, die ihn suchen.“* (Hebräer 11, 6; GNB).

Der zweite Grundsatz besagt: Es gibt eine Macht, die uns helfen kann. Das ist die gute Nachricht. Es gibt eine Macht, an die man sich anschließen kann, mit der man Dinge handhaben kann, die man sonst nicht in den Griff bekommt.

## 2.

Grundsatz

*Ich glaube, dass Gott da ist, dass ich ihm wichtig bin  
und dass er die Macht besitzt, mich zu befreien.*

*„Glücklich sind die Traurigen, denn Gott wird sie trösten.“*

## 22. Tag

Bibellese: Psalm 32, 1-6

### *Endlich frei von Schuld*

*„Freuen dürfen sich alle, denen der Herr die Schuld nicht anrechnet und deren Gewissen nicht mehr belastet ist!“ (Psalm 32, 2; GNB)*

#### **In Gottes Spiegel blicken.**

Spiegel sind wichtige Instrumente. Sie stellen uns so dar wie wir sind. Wer lange nicht in einen Spiegel schaut verliert den Überblick. Spiegel verhelfen uns dazu, Dinge zu entdecken und uns zu korrigieren. Die Bibel will uns ein Spiegel sein und ist die entscheidende Hilfe für den 4. Grundsatz: Ich prüfe mich ehrlich in Bezug auf meine Fehler und gestehe sie mir, Gott und einer Person meines Vertrauens offen ein.

Als Gott das Volk Israel aus der Sklaverei der Ägypter befreite, holte er sie damit aus einer Gefangenschaft heraus, die man mit unserem Schuldgefängnis vergleichen kann. Sie erlebten seit vielen Jahren Schmerzen, Pein und Mühsal. Sie hatten keine Perspektive, keine Zukunft und mussten Dinge tun, die sie eigentlich nicht wollten. Sie fühlten sich schwach und minderwertig und lebten ein Leben, das keines war. Sie erlebten immer wieder dieses Gefühl der Verlorenheit und des Verlassenseins.

Doch dann kam der Tag der Freiheit, Gott griff ein, holte sie aus der Sklaverei und führte sie zum Berg Horeb, wo er ihnen die Zehn Gebote gab. Die Zehn Gebote sind wie ein Spiegel für alle Menschen. Sie sollen uns helfen, damit wir unsere Freiheit nun auch behalten und nicht wieder unfrei werden. Damit wir Menschen keine Schmerzen erleiden, damit wir eine Perspektive haben und frei atmen können, damit wir Menschen würdig miteinander leben können. Gott hat die zehn sensiblen Bereiche heraus gestellt und will uns damit helfen.

Wir können uns daran immer wieder prüfen, Gefahren erkennen und Fehler eingestehen. Die 10 Gebote sind ein Spiegel für jeden Tag. Sie beantworten zehn wichtige Fragen des Lebens! Wie einen Countdown zählen wir einmal die zehn Fragen herunter und stellen Gottes Gebote aus 2. Mose 20, seinen Spiegel, zu diesen Fragen:

- Wie finde ich dauerhafte Zufriedenheit mit dem was ich habe?

*10. Gebot: Begehre nicht, was deinem Mitmenschen gehört: Weder sein Haus noch seine Frau, seinen Knecht oder seine Magd, Rinder oder Esel oder irgendetwas anderes, was ihm gehört.*

- Wie werde ich von anderen respektiert?

*9. Gebot: Sag nichts Unwahres über deinen Mitmenschen!*

- Wie gewinne ich ein reines Gewissen?

*8. Gebot: Du sollst nicht stehlen!*

- Wie führe ich eine affärensichere Ehe?  
*7. Gebot: Du sollst nicht die Ehe brechen!*
- Wie zähme ich meine schlechte Laune?  
*6. Gebot: Du sollst nicht töten!*
- Wie schaffe ich es, mit meinen Eltern Frieden zu schließen?  
*5. Gebot: Ehre deinen Vater und deine Mutter, dann wirst du lange in dem Land leben, das ich, der Herr, dein Gott, dir gebe.*
- Wie höre ich auf, mich selbst verrückt zu machen?  
*4. Gebot: Achte den Sabbat als einen Tag, der mir allein geweiht ist! Sechs Tage sollst du deine Arbeit verrichten, aber der siebte Tag ist ein Ruhetag, der mir, dem Herrn, deinem Gott, gehört.*
- Wie nehme ich Gott ernst?  
*3. Gebot: Du sollst meinen Namen nicht missbrauchen, denn ich bin der Herr, dein Gott! Ich lasse keinen ungestraft, der das tut!*
- Frage: Wie lerne ich den wahren Gott kennen?  
*2. Gebot: Fertige dir keine Götzenstatue an, auch kein Abbild von irgendetwas am Himmel, auf der Erde oder im Meer. Wirf dich nicht vor solchen Götterfiguren nieder, bring ihnen keine Opfer dar! Denn ich bin der Herr, dein Gott.*
- Frage: Wie setze ich die richtigen Prioritäten in meinem Leben?  
*1. Gebot: Ich bin der Herr, dein Gott; ich habe dich aus der Sklaverei in Ägypten befreit. Du sollst außer mir keine anderen Götter verehren!*

Es gibt kein Leben in einem Vakuum, wo jeder das machen kann was ihm gerade passt. Gott war so genial und hat uns mit diesen Zehn Geboten ein Fundament geschaffen, ein Freiheitsdokument. In diesen Spiegel sollen wir schauen und zu Korrekturen bereit sein. Endlich zu wissen was gut und richtig ist, endlich frei zu werden von Schuld, das verdanken wir Gott in Jesus Christus.

4.

Grundsatz

*Ich prüfe mich ehrlich in Bezug auf meine Fehler und gestehe sie mir, Gott und einer Person meines Vertrauens offen ein.  
„Glücklich sind, die ein reines Herz haben.“*

## 23. Tag

Bibellese: Nehemia 9, 1-3

### *Bilanz ziehen*

*„Und es sonderten sich die Nachkommen Israels von allem fremden Volk ab und traten hin und bekannten ihre Sünden und die Missetaten ihrer Väter.“ (Nehemia 9,2; LÜ)*

#### **Bei Gott dürfen wir neu anfangen.**

Wer bereit ist und beginnt sein Leben zu überprüfen, der kann wissen, auch wenn die Vergangenheit dunkel und schmerzvoll war, so wird die Zukunft heller werden. Wir können unsere Vergangenheit nicht ändern und es tut oftmals weh, die Wahrheit zu akzeptieren. Dennoch, ich kann nicht in die Gegenwart investieren, wenn ich immer noch auf meine Vergangenheit fixiert bin. Unsere Energie dürfen wir nicht ausschließlich an die Vergangenheit verschwenden.

Paulus schreibt: *„Ich sage das nicht, weil ich Mangel leide; denn ich habe gelernt, mir genügen zu lassen, wie's mir auch geht. Ich kann niedrig sein und kann hoch sein; mir ist alles und jedes vertraut: beides, satt sein und hungern, beides, Überfluss haben und Mangel leiden.“* (Philipper 4, 11+12; LÜ). Als Paulus diese Worte schrieb, saß er im Gefängnis und er wusste nicht, ob er jemals wieder lebend heraus kommen würde. Trotzdem klagt und jammert er nicht, sondern er akzeptiert die Umstände so wie sie sind, da er sie nicht ändern kann. Was machen wir mit all den tiefen Verletzungen und dem emotionalen Schmerz in uns? Wie gehen wir damit um und was macht es mit uns?

Mancher pflegt diese Tatsachen, indem er immer wieder in den Verletzungen badet. Immer und immer wieder kommt die Bitterkeit hoch, gegen Leute über die wir uns ärgern. Über Leute die uns verletzt haben. Und wir erinnern uns an die Ablehnung die wir von Menschen erhalten haben. Wir erinnern uns an die Situationen, wo wir uns schuldig gefühlt haben, und wünschen uns noch heute, dass wir doch nur anders gehandelt hätten. Wenn wir immer wieder in unserer Vergangenheit baden und sie erinnern, dann klammern wir uns fest und dann fühlen wir uns richtig niedergeschlagen.

Um aus diesem Kreislauf auszubrechen, müssen wir uns davon irgendwann ein für alle mal lösen. Wenn wir das wollen, müssen wir, auch wenn es weh tut, eine Bilanz erstellen, in der wir alle unsere zerstörerischen Gewohnheiten, unsere Charakterfehler, die Schäden, die wir angerichtet haben, die Konsequenzen falscher Entscheidungen, mit denen wir jetzt zu leben haben, und die Verletzungen, die wir anderen zugefügt haben, auflisten. Es ist wie das Durchwühlen des ganzen Mülls unserer Vergangenheit. Das tut weh, aber es gehört unbedingt dazu, wenn wir all die schlimmen Angewohnheiten und Verhaltensweisen wegwerfen wollen, die ganz bestimmt den Rest unseres Lebens zerstören

würden, wenn wir uns nicht mit ihnen befassen würden. Die zurückgekehrten Exil-Juden „bekannten ihre Sünden“. Hier wird in einem Satz eine dramatische Wende eingeleitet. Der Begriff „bekennen“ schließt nicht nur das Zugeben der Sünden ein, sondern auch das ehrliche Bereuen.

Sünden sind Vergehen gegen Gott, wir werden an ihm, an uns und an anderen Menschen schuldig. Das Bekenntnis der Israeliten kann uns als Vorbild dienen, wenn wir unsere Bilanz ziehen. Wir können unsere Vergehen aufschreiben, unsere zerstörerischen Gewohnheiten und die Folgen, die sie in unserem und im Leben anderer Menschen verursacht haben. Und mit dieser Schuld kommen wir zu Gott und wir bitten ihn im Namen Jesu Christi um Vergebung. Und was wird Gott tun? „*Gott hat den Schuldschein, der uns mit seinen Forderungen so schwer belastete, eingelöst und auf ewig vernichtet, indem er ihn ans Kreuz nagelte.*“ (Kolosser 2,14; Hfa). Das ist die Möglichkeit, um wirklich zu leben, weil Jesus für unsere Schuld am Kreuz starb. Gott lädt Sie heute ein, indem sie Ihr Vertrauen auf Jesus Christus setzen, Ihre Schuld zu vergeben. Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob Sie das schon getan haben, müssen Sie nichts weiter tun, als Jesus in Ihr Leben einzuladen und zu glauben: *“Denen aber, die ihn aufnahmen, gab er die Macht, Gottes Kinder zu werden, denen, die an seinen Namen glauben.”* (Johannes 1,12; LÜ).

Vielleicht fragen Sie sich jetzt, wie das alles geht? Die Einladung Gottes, sein Kind zu werden, und seine Vergebung in Anspruch zu nehmen, gilt jedem Menschen. Und wer diese Einladung annehmen will, kann zu ihm beten und es ihm persönlich sagen. Das Gebet könnte so formuliert sein: *„Herr Jesus Christus, ich danke dir, dass du mich so sehr liebst. Danke, dass du für mich dein Leben am Kreuz gegeben hast. Bitte vergib mir meine Schuld. Ich vertraue dir mein Leben an. Du sollst mein Herr sein und ich möchte von nun an mit dir leben. Amen.“*

Wenn Sie so beten, und es in Ihrem Herzen ernst meinen, dann sind Sie ab heute ein Kind Gottes, dann haben Sie Gott für immer als Freund an Ihrer Seite. Jesus hat mit seinem Tod Ihre Schuld bezahlt und Sie dürfen befreit und fröhlich in eine ewige Zukunft hinein leben. Tun Sie es, Sie werden es nie bereuen. Bei Gott dürfen wir neu anfangen. Er will vergeben und uns helfen, damit wir unser Leben neu gestalten können.

**4.**

Grundsatz

*Ich prüfe mich ehrlich in Bezug auf meine Fehler und gestehe sie mir, Gott und einer Person meines Vertrauens offen ein.*

*„Glücklich sind, die ein reines Herz haben.“*