

SIGNA BODISHBAUGH

# Unterwegs

ZUM NEUEN MENSCHEN



VIERZIG TAGE  
IN DER GEGENWART GOTTES

Signa Bodishbaugh  
Unterwegs zum neuen Menschen



Signa Bodishbaugh

# **Unterwegs zum neuen Menschen**

Vierzig Tage in der Gegenwart Gottes



Titel der amerikanischen Originalausgabe: The Journey to Wholeness in Christ

Die amerikanische Originalausgabe ist erschienen bei: CHOSEN BOOKS,  
A Division of BAKER BOOK HOUSE, P.O. Box 6287, Grand Rapids,  
MI 495165-6287, USA.

Copyright © 1997 by Signa Bodishbaugh. All rights reserved.

Copyright © der deutschen Ausgabe 1999 by Asaph Verlag, D-Lüdenscheid

2. Auflage 2006

Aus dem Amerikanischen übersetzt von Manfred Schmidt

Umschlaggestaltung: IMAGE Grafik-Design, D-Landsberg

Satz: Satz & Medien Wieser, D-Stolberg

Druck: Schönbach-Druck, D-Erzhausen

Printed in the EU

ISBN 3-931025-45-4

Bestellnummer 147545

Für kostenlose Informationen über unser umfangreiches Lieferprogramm  
an christlicher Literatur, Musik und vielem mehr wenden Sie sich bitte an:

ASAPH – D-58478 Lüdenscheid

E-Mail: [asaph@asaph.net](mailto:asaph@asaph.net), [www.asaph.net](http://www.asaph.net)

# Inhalt

---

Vorwort . . . . .	8
Dank an meine Weggefährten . . . . .	10
Einführung: Die Vision für die Reise . . . . .	12
Reisevorbereitungen . . . . .	21
Erster Tag: Reisefieber . . . . .	34
Region 1: Reinigung durch die Gegenwart Gottes . . . . .	43
Zweiter Tag: Das Sicherheitssystem des Gartens . . . . .	44
Dritter Tag: Ausreden, Ausreden, Ausreden . . . . .	52
Vierter Tag: Am Fuß des Regenbogens . . . . .	58
Fünfter Tag: Allein die Einsamen . . . . .	66
Sechster Tag: Nur Eines ist notwendig . . . . .	71
Siebter Tag: Wenn man am Ende ist . . . . .	78
Region 2: Gebet als Hören auf das Heilende Wort . . . . .	85
Achter Tag: Eine Lawine von Wundern . . . . .	86
Neunter Tag: Glückliche Fügungen . . . . .	93
Zehnter Tag: Übung macht den Meister . . . . .	97
Elfter Tag: Der Zeitfaktor . . . . .	103
Zwölfter Tag: Das Fenster meines Herzens . . . . .	110
Dreizehnter Tag: Herzenswünsche . . . . .	115
Region 3: Die Versuchung überwinden – das wahre Selbst finden . . . . .	121
Vierzehnter Tag: Kopfüber hinein. . . . .	122
Fünfzehnter Tag: Der Auftrag des Herzens . . . . .	130

Sechzehnter Tag: Ich will dir einen neuen Namen geben. . . . .	140
Siebzehnter Tag: Des Christen neue Kleider . . . . .	146
Achtzehnter Tag: Sieger oder Besiegter? . . . . .	153
Neunzehnter Tag: Leben aus dem Tod . . . . .	159
Zwanzigster Tag: Der Garten des Herzens . . . . .	165

Region 4: Ich bin es wert, alles zu empfangen, was Gott mir verheißen . . . . .	175
--	-----

Einundzwanzigster Tag: Die Fortsetzung der Reise . . . . .	176
Zweiundzwanzigster Tag: Der Umgang mit der Finsternis . . . . .	181
Dreiundzwanzigster Tag: Sich selbst annehmen . . . . .	187
Vierundzwanzigster Tag: Meine Welt ordnen. . . . .	193
Fünfundzwanzigster Tag: Ein unbezahlbares Geschenk . . . . .	199
Sechszwanzigster Tag: Warten um den Wert zu finden . . . . .	203

Region 5: Unter dem Kreuz dem Schmerz ins Auge sehen. . . . .	209
---	-----

Siebenundzwanzigster Tag: Seine Ziele sind höher. . . . .	210
Achtundzwanzigster Tag: Sterben um zu leben. . . . .	218
Neunundzwanzigster Tag: Dem Zorn den rechten Platz zuweisen . . . . .	224
Dreißigster Tag: Sich über Gott beklagen. . . . .	229
Einunddreißigster Tag: In Liebe gehüllt . . . . .	234
Zweiunddreißigster Tag: Die Staupe und der Wurm . . . . .	239

Region 6: Die Bindungen der Vergangenheit lösen – Freiheit finden . . . . .	245
--	-----

Dreiunddreißigster Tag: Nichts ist unmöglich . . . . .	246
Vierunddreißigster Tag: Eine Begegnung mit dem Heiligen . . . . .	254
Fünfunddreißigster Tag: Falschen Göttern absagen . . . . .	259
Sechszwanzigster Tag: Loskommen und freiwerden. . . . .	267
Siebenunddreißigster Tag: Der Weg des Werdens . . . . .	274
Achtunddreißigster Tag: In Jesus aufgenommen. . . . .	280
Neununddreißigster Tag: Eine Liebesgeschichte . . . . .	284
Vierzigster Tag: Nach Hause kommen . . . . .	294

Anhang: Gebete der Kirche als Hilfen für unterwegs. . . . .	304
---	-----

**Für Leanne,**

die mich beständig zum Wachstum und Heilwerden rief  
die in mir die Frau erblickte, die ich in Gottes Augen sein konnte,  
und die mir die Sprache gab, dieses Buch zu schreiben

Denn ich will euch aus den Heiden herausholen und euch aus allen Ländern sammeln und wieder in euer Land bringen, und ich will reines Wasser über euch sprengen, daß ihr rein werdet; von all eurer Unreinheit und von allen euren Götzen will ich euch reinigen. Und ich will euch ein neues Herz und einen neuen Geist in euch geben und will das steinerne Herz aus eurem Fleisch wegnehmen und euch ein fleischernes Herz geben. Ich will meinen Geist in euch geben und will solche Leute aus euch machen, die in meinen Geboten wandeln und meine Rechte halten und danach tun. Und ihr sollt wohnen im Lande, das ich euren Vätern gegeben habe, und sollt mein Volk sein, und ich will euer Gott sein. Ich will euch von all eurer Unreinheit erlösen und will das Korn rufen und will es mehren und will keine Hungersnot über euch kommen lassen.

Hesekiel 36,24-29



# Vorwort

---

**D**IE BIBLISCHEN PRINZIPIEN, AUF DENEN DAS VORLIEGENDE BUCH beruht, sind mir zum ersten Mal in meiner Freundschaft mit Leanne Payne begegnet. Sie war der Christus-Träger für mich; sie ist meine Mentorin, meine Gebetspartnerin, eine Mit-Arbeiterin und eine Freundin, die ich sehr schätze.

In Leanne Paynes zahlreichen Büchern findet sich nicht nur die Weisheit großer Theologen und Psychologen, sie vermitteln uns vor allem eine Sicht, wie Gott die menschliche Seele heilt. Das von Leanne und ihrem Team entwickelte Seminarprogramm *Pastoral Care Ministries* (PCM) setzt diese Einsichten weltweit in die Praxis um und bietet ein biblisch fundiertes Modell für wirksame Formen des Dienstes an Menschen, die heil werden<sup>1</sup> möchten.

Wenn es um das Heilwerden von Christen geht, verdanke ich den Ansätzen und Einsichten Leanne Paynes sehr viel. Ein Großteil der von mir verwendeten Fachbegriffe und Definitionen habe ich direkt von Leanne Payne übernommen. Mein Ziel ist dabei nicht, sie neu zu interpretieren, sondern sie für das persönliche Leben des Lesers fruchtbar zu machen. Wer sich eingehender mit den hier vertretenen Einsichten auseinandersetzen möchte, sei es auf theologischer oder psychologischer Ebene, dem sei deshalb dringend empfohlen, zu Leanne Paynes Büchern zu greifen. In ihnen kommen die Grundwahrheiten unseres jüdisch-christlichen Erbes kraftvoll und wirksam zur Sprache.

Ihr erstes Buch, *Real Presence*, führt anhand der Untersuchung des Werkes von C. S. Lewis das Prinzip der „inkarnatorischen Wirklichkeit“ aus, das die Grundlage allen christlichen Heilwerdens bildet. Auf dieser Grundlage fußt auch das vorliegende Buch.

1 „Heil werden“ ist hier wie an anderen Stellen die Übersetzung für das englische „becoming whole“ oder „wholeness“. Es hat auch den Aspekt von „Ganzheitlichkeit“ und Heilung.

Die beiden zusammengehörigen Büchern *The Healing Presence* (deutsch: *Heilende Gegenwart*) und *Restoring the Christian Soul* (deutsch: *Verändernde Gegenwart*) bieten das Material der PCM-Seminare zum Thema „Heilwerden der Persönlichkeit“ mit Themen wie „Das Praktizieren der Gegenwart Gottes“, „Das wahre Selbst finden“, „Die Bedeutung der Grundstrukturen des Maskulinen und Femininen“, die „Identifikation des Verlangens des Herzens“, „Die Rolle der Imagination und der Symbole“ (hier findet sich auch das von mir verwendete Symbol des Herzens als Garten Gottes), „Die Heilung der Erinnerungen“ und „Die Absage an die Idole dieser Welt“.

In ihrem Buch *Listening Prayer* (deutsch: *Dich will ich hören, Herr*) geht es um die Praxis des „Hörenden Gebets“; die angesprochenen Themen wie „Gottes Wort aufnehmen“, „Seine Stimme unter vielen anderen erkennen“, „Ein Gebetstagebuch führen“, kommen auch in dem vorliegenden Buch zur Sprache.

In ihren anderen Büchern *Crisis in Masculinity* (deutsch: *Krise der Männlichkeit*) und *The Broken Image* (deutsch: *Du kannst heil werden*; früher: *Das Zerbrochene Bild*) entfaltet Leanne Payne eine biblische Sicht von Maskulinität und Femininität sowie der Grundstrukturen der menschlichen Sexualität.

# Dank an meine Mitreisenden

---

ES WAR DIE ERMUTIGUNG CONLEES, MEINES ENGSTEN FREUNDES, Liebhabers und Ehemanns, die mich in den langen Monaten weitermachen ließ, die es gebraucht hat, mein Herz zu Papier zu bringen. Sein felsenfester Glaube an Jesus Christus, sein hoher Anspruch an Wahrheit und Integrität geben mir die Grundlage, aus der heraus ich die Freiheit habe, Menschen zu dienen und meine Kreativität zum Ausdruck zu bringen. Sein Glaube an mich sowie die Notwendigkeit und den Wert dieses Buches für andere verlieh mir die notwendige Begeisterung, um disziplinierter zu werden, den Umgang mit einem Computer zu lernen und meine Angst zu überwinden, für diese Aufgabe nicht gut genug zu sein.

Meine Gebetspartnerinnen, sowohl in den Teams von *Pastoral Care Ministries* wie in den von *Unterwegs zum neuen Menschen* haben fleißig für mich gebetet, als ich mit diesem Buch „schwanger ging“. Dank ihrer Liebe und Ermutigung hat es nun das Licht der Welt erblickt.

Neben meiner Beziehung zu Leanne Payne bin ich vor allem den anderen Teammitgliedern von PCM zutiefst dankbar, in erster Linie Pfr. Norman und Jackie Arnold, Pfr. William und Anne Beasley, Pfr. Mario Bergner, Connie Boerner, Lin Button, Patsy Casey, Denis Ducatel, John Fawcett, Jean Holt, Dr. Jonathan Limpert, Valerie McIntyre sowie Ted und Lucie Smith. Wir waren zusammen in vielen Ländern unterwegs und haben erlebt, wie die heilende Gegenwart Gottes durch unsere schlichten Gebete mächtig gewirkt hat, als wir die in diesem Buch beschriebenen Prinzipien anwandten.

Die engen Beziehungen, die ich täglich mit den Mitgliedern des Gebetsteams von „Unterwegs zum neuen Menschen“ pflege, sind für mein geistliches Leben von außerordentlicher Wichtigkeit. So bin ich

besonders dankbar für Susan und F. G. Baldwin, Claire Cloninger (die mich inspiriert, ermutigt und überzeugt hat, daß ich schreiben kann), Kirk und Deby Dearman (begabte Anbetungsleiter, die uns in die Herrlichkeit Gottes geführt haben), Jacque Drane, Brannon La-Force, Nancy und Bob Gordon, Kathy Maitre, Bert und Pris Milling, Marie Nickerson, Judy und Tommy Oswald, Becky Patrick, Jean Sherman, Richard Weavil und Dr. Tom und Lisa Yearwood. Sie alle sind ein Wunder; sie segnen und ermutigen mich immerzu, so daß ich in all das hineinwachsen kann, was Gott sich für mich gedacht hat.

Außerdem möchte ich Pfr. Clay McLean danken, einem treuen Gebetspartner und Mitarbeiter, der mir in einer Lebenskrise unschätzbare Weisheit vermittelt hat; dann Dr. Jeffrey Satinover, der mich mit seiner jüdischen Perspektive stärker ermutigt hat, zu wachsen und zu werden, als ihm bewußt ist; und schließlich Pfr. Dr. Tim Smith, meinem Pastor und Freund.

Dieses Buch wurde für und wegen der vielen wunderbaren Kinder Gottes geschrieben, denen ich über Jahre hinweg im Gebet dienen durfte. Einige ihrer Geschichten werden in diesem Buch erzählt werden; andere bleiben in meinem Herzen. Es gibt keine größere Offenbarung der Kraft Gottes, als wenn man erlebt, wie ein verwundeter, gebrochener Mensch vor unseren Augen heil wird. Jeder von ihnen war ein Geschenk für mich. Ich selbst bin in diesen Begegnungen gewachsen.

Beim Schreiben dieses Buches habe ich mehr gebetet, hingehört und geliebt als zuvor. Ich wünsche mir, daß das Lesen und Umsetzen dieser Zeilen bei Ihnen die gleichen Auswirkungen hat.

*Signa Bodishbaugh*  
Hamewith Cottage, 1997

# Einführung

---

## Die Vision für die Reise

**I**CH LAG AUF DEM WEICHEN UFERGRAS IM KÜHLEN SCHATTEN EINES GROSSEN Baumes. Ein strahlender, kraftvoller Mann, dessen Haut goldbronzene schimmerte, kam unter den grünen Obstbäumen am Flußufer auf mich zu. Er sprach kein Wort, doch machte er sein Anliegen ganz deutlich. Beim Näherkommen pflückte er von jedem Baum, an dem er vorbeiging, einige Blätter und reichte sie mir eines nach dem anderen. Und dabei machte er mir auf eine Weise, die alle Möglichkeiten von Sprache weit hinter sich ließ, deutlich, daß jedes dieser Blätter dazu bestimmt war, mir zu helfen. Es sollte mich in Bereichen heilmachen, von denen mir noch nicht einmal bewußt war, daß sie mir wehtaten.

Im vollen Bewußtsein der unglaublichen Bedeutung dessen, was ich tat, aß ich langsam eines der Blätter, ließ ein anderes in meinem Mund zergehen und legte ein drittes auf eine schmerzende Stelle meines Körpers. Ein weiteres Blatt legte ich auf mein Herz, ein anderes auf meinen Mund, wieder ein anderes auf meine Ohren, meine Hände, meine Füße. Dann trank ich einen Tee, der aus diesen Blättern gekocht worden war. Einige der Blätter zerrieb ich zu einer Salbe, die ich auf tiefe, nie ganz geheilte Narben strich. Als der Schmerz verschwunden war, konnte ich mir überhaupt nicht mehr vorstellen, wie ich so lange damit leben hatte leben können, ohne zugrundezugehen.

Bevor er mich verließ, streute der junge Mann einige der Blätter in das Wasser des Flusses. Ich beobachtete, wie die Strömung sie forttrug, weit über mein Gesichtsfeld hinaus. Als ich mich umblickte, war der Mann verschwunden. Ich wußte, daß er mir einen Auftrag gegeben hatte: Genau wie er sollte ich Blätter pflücken und sie anderen weitergeben.

Ich öffnete meine Augen wieder und fing an, die Vision, die Gott mir soeben gegeben hatte, in mein Gebetstagebuch aufzuschreiben. Vor kurzem hatte ich Hesekeiel 47,12 gelesen:

Und an dem Strom werden an seinem Ufer auf beiden Seiten allerlei fruchtbare Bäume wachsen; und ihre Blätter werden nicht verwelken, und mit ihren Früchten hat es kein Ende. Sie werden alle Monate neue Früchte bringen; denn ihr Wasser fließt aus dem Heiligtum. Ihre Früchte werden zur Speise dienen und ihre Blätter zur Arznei.

*Wo hatte ich nur schon von diesen heilenden Blättern gelesen?* Immer wenn ich ein „Rhema“ empfangen, ein persönliches Wort von Gott für meine konkrete Situation, schlage ich sofort in der Bibel nach, um es besser zu verstehen. So fand ich jetzt mit Hilfe einer Konkordanz schnell die Stelle in Offenbarung 22,1-2:

Und er zeigte mir einen Strom von Wasser des Lebens, glänzend wie Kristall, der hervorging aus dem Thron Gottes und des Lammes. In der Mitte ihrer Straße und des Stromes, diesseits und jenseits, war der Baum des Lebens, der zwölf Früchte trägt und jeden Monat seine Frucht gibt; und die Blätter des Baumes sind zur Heilung der Nationen. [EL]

Ich dachte über diese beiden Visionen von Hesekeiel und Johannes nach, die sich so erstaunlich glichen und doch siebenhundert Jahre auseinander lagen. Johannes sah den Strom des Lebenswassers, wie er vom Thron Gottes und des Lammes ausgeht und mitten durch die Stadt Gottes fließt, wo das Volk Gottes wohnt und wo auch ich eines Tages leben werde. An den Ufern dieses Lebensstroms findet sich der fruchtbare Boden, auf dem der große Baum des Lebens wächst. *Ist das derselbe Baum des Lebens, der bei Adam und Eva im Garten Eden stand*, fragte ich mich.

Hesekiels Vision scheint zum Ausdruck zu bringen, daß es statt eines einzigen großen Baumes einen ganzen Hain von Bäumen gibt, die zu jeder Zeit Frucht tragen, und deren Wurzeln tief hinunter zum lebensspendenden Wasser reichen. Ihre Früchte liefern alles, was die Kinder Gottes überhaupt benötigen; selbst ihre Blätter haben noch heilende Wirkung.

Ich ließ mich von den Bildern dieser beiden Visionen immer tiefer erfüllen.

*Herr, betete ich, zeige mir heute durch diese Visionen deine Wahrheit. Sprich zu mir Herr, während ich in deiner Gegenwart bin.*

Und das tat er.

## **Der Auftrag**

Beim Nachdenken über diese Vision fiel mir wieder ein, wie oft mir solche heilenden Blätter von gehorsamen Kindern Gottes gegeben worden waren. Wieviel Heilung und Reife habe ich in meinem Leben erfahren, wenn ich sie auf meine schmerzenden Stellen legte! Ich erkannte, daß die Anwendungsmöglichkeiten dieser heilenden Blätter schier unbegrenzt sind, und die Auswirkungen uns oftmals überraschen.

Immer habe ich dabei die Erfahrung gemacht, daß die Boten, die mir diese Blätter brachten, ganz unterschiedliche Menschen waren, von denen ich oftmals gar nicht erwartet hätte, daß sie solche wichtige Gaben bringen könnten. Jetzt hatte ich selbst durch diese eindrückliche Vision in Verbindung mit Gottes Wort das starke Empfinden, von Gott beauftragt zu sein, diese heilenden Blätter anderen weiterzugeben.

Wie gewaltig, wenn eine gewöhnliche Frau wie ich mit einer so außergewöhnlichen Aufgabe betraut wird! Aber ich nahm diese Einladung meines Herrn mit Freuden an, denn ich hatte die volle Gewißheit, daß er jeden Schritt des Weges mit mir gehen würde.

Mir ist klar, daß ich nicht immer genau wissen werde, wie die Blätter im Leben eines anderen Menschen anzuwenden sind. Aber meine Aufgabe ist es, sie jedem, der sie braucht, als Gaben Gottes anzubieten. So werde ich wie der junge Mann in meiner Vision zu einem Boten, einem Lieferanten.

Das vorliegende Buch ist ein Mittel, durch das ich meinem Auftrag nachkommen möchte. Es ist mein Wunsch, daß Ihnen durch dieses Buch Blätter der Heilung zuteil werden. Ich möchte Sie einladen, von ganzem Herzen Gottes Angesicht zu suchen und nach der fortschreitenden Heilung Ausschau zu halten, die er für Sie bereithält.

Vielleicht haben Sie schon einmal an einer Heilungskonferenz teilgenommen und dort für sich beten lassen; vielleicht haben Sie zu diesem Thema Bücher gelesen oder Kassetten gehört. In Ihnen ist vielleicht zum ersten Mal Hoffnung und Freude aufgekeimt, daß Sie heil werden können. Wie die meisten Menschen brauchen Sie aber wahrscheinlich eine Gruppe, die Sie auf diesem Weg unterstützt, ei-

nen Gebetspartner oder einen geistlichen Mentor, damit Ihnen die wunderbare Freiheit, die Sie geschmeckt haben, erhalten bleibt und sich vertieft.

Vielleicht wurde aber noch nie konkret um die Heilung Ihrer Seele gebetet. Sie haben Gott selbst gebeten, Ihnen inneren Frieden zu schenken. Vielleicht sind Sie nun auf der Suche nach dem nächsten Schritt.

Wenn mein Mann Conlee und ich unsere „Unterwegs zum neuen Menschen“-Seminare durchführten, kamen oft Teilnehmer auf uns zu und fragten nach einem Buch, das sie mitnehmen könnten, um zu Hause auf Kurs zu bleiben. Sie wollten die Wahrheiten, die sie gehört hatten, wieder neu auffrischen können und in ihrem Gebet disziplinerter werden. Mit diesen Anfragen im Hinterkopf spürte ich das Drängen des Geistes, solch ein Buch zu schreiben. Es ist eine Einladung des Heiligen Geistes an Sie und an mich. Er möchte uns klarmachen, daß das Ringen darum der Anstrengung wert ist!

Ihre Entscheidung, sich mit *Unterwegs zum neuen Menschen* näher zu beschäftigen, bedeutet wahrscheinlich, daß Sie „nach mehr“ suchen. Vielleicht steht dieses Bedürfnis Ihnen selbst und allen, die Sie kennen, deutlich vor Augen, vielleicht aber sind auch nur Sie selbst sich dieses nagenden Verlangens nach einer innerlichen Veränderung bewußt.

Wie es auch sein mag – ich gratuliere Ihnen! Der erste Schritt zum Heilwerden liegt darin, unsere Gebrochenheit zu erkennen und anzuerkennen. Die Tatsache, daß Sie ein Buch zu diesem Thema lesen, ist ein Zeichen dafür, daß Sie diesen Schritt getan haben. Es führt Sie auf eine Reise, deren Ziel darin besteht, das ganze Potential zu entdecken und zu entfalten, das Gott in Sie hineingelegt hat.

Wenn wir uns gemeinsam auf diese Reise begeben, wird der Herr Ihnen zeigen, was Sie mit dem täglichen Angebot eines heilenden Blatts vom Baum des Lebens machen sollen. Er wird Ihnen zeigen, wie Sie es an den Stellen anwenden können, an denen Sie es brauchen. Ich werde vielleicht nie erfahren, wie er diese Blätter in Ihrem Leben benützt (doch bin ich natürlich dankbar, wenn Sie mir schreiben wollen), aber ich biete sie Ihnen voll Freude und mit Gebet an.

Keiner von uns Lebenden hat das Ziel des vollen Heils schon erreicht. Erst wenn wir ganz bei Gott sind, in seiner „Stadt des Heils“, wo er uns allen die Vollendung schenkt, wird das der Fall sein.

In der Zwischenzeit hat er uns wunderbare Hilfsmittel für unseren Weg des Heilwerdens gegeben, so daß wir jeden Tag mehr zu der Per-



son werden können, zu der er uns erschaffen hat. Der Zweck dieses Buches besteht darin, Sie zu ermutigen, diese geistlichen Hilfen treu zu gebrauchen. Dann können Sie beginnen, alles abzuschütteln, was Sie auf diesem Weg zur Verwirklichung Ihres gottgeschaffenen Selbsts hindert.

Auf unserem Weg des Heilwerdens werden wir täglich Gottes Wort lesen. Wir werden ihm im Gebet an einem ruhigen Ort unser Herz öffnen. Wir werden auf sein heilendes Wort für uns persönlich hören. Jeder von uns wird ein persönliches Gebetstagebuch führen (dazu später mehr). Und schließlich werden wir versuchen, dem zu gehorchen, was Gott uns sagt, und zwar in dem Bewußtsein, daß er uns die Kraft gibt, weitaus mehr zu tun, als wir aus uns selbst vermöchten.

## **Heilwerden bedeutet, zum „wahren Selbst“ zu werden**

Ist Ihnen bewußt, daß Sie in Gottes Augen vollkommen sind? Er hat Sie *immer* schon so gesehen. Natürlich weiß er um Ihre Fehler und Sünden, Ihre Warzen der Seele, aber in seinem Herzen leuchtet das Bild Ihres „wahren Selbsts“ auf – und dieses Bild verkörpert das gesamte Potential, mit dem er Sie erschaffen hat.

- Als Sie im Schoß Ihrer Mutter gezeugt wurden, hielt Ihr Schöpfer schon seine Hand über Sie und berief Sie zu einem heilen Menschsein (Psalm 139,13).
- Falls Sie seinen Sohn Jesus gebeten haben, die Herrschaft über Ihr Leben zu übernehmen, haben Sie eingewilligt, an seinem Plan für Ihr Heil mitzuwirken.
- Wenn Sie Ihr Leben für die Kraft des Heiligen Geistes geöffnet haben, haben Sie ihm einen weiteren Zugang zu den Tiefen Ihres Wesens gegeben, so daß er Ihnen für diese Reise Kraft geben kann.
- Jedesmal, wenn Sie beten und in seine Gegenwart treten, kommen Sie dem Bild Ihres Selbsts näher, das Gott seit Anbeginn der Schöpfung vor Augen steht. Sein Verlangen, Sie heil zu sehen, ist weitaus größer als Ihr Bedürfnis nach dem nächsten Atemzug.

Und er ruft Sie, zieht Sie und lockt Sie unablässig, damit Sie dieses Ziel der Vollkommenheit erreichen.

Haben Sie sich schon einmal gefragt, warum Sie sich in bestimmten Situationen, die für andere nicht besonders schwierig zu sein scheinen, so elend fühlen? Ihr liebender Vater ist zu sehr auf Ihr Bestes bedacht, als daß er ein flüchtiges Glück zulassen würde in einer Situation, die letztlich nicht ihrem Wohlergehen dient. Er nimmt Dinge in Ihrem Leben wahr, die Ihr beider Ziel zunichtemachen würden – Ihr persönliches Heilwerden. Oft ist es gerade die eigene Not, die einen dazu bringt, sich nach dem Besseren auszustrecken.

Denken Sie daran: Er kann die gesamte Wegstrecke überblicken, die noch vor Ihnen liegt. Er kann auch das Ziel genauestens sehen. Wir aber können kaum über den allernächsten Schritt, der vor uns liegt, hinaussehen. Liegen Wegbiegungen vor uns? Hindernisse? Umleitungen? Weggeschwemmte Brücken? Unerforschte Gewässer? Stürme, Tornados, Hurrikane? Wir brauchen einen erfahrenen Führer!

## **Der Zeitrahmen für die Reise**

Das vorliegende Buch beschreibt einen vierzigjährigen Abschnitt auf dem Weg des Heilwerdens, auf den Gott uns in unserem Leben bereits geführt hat. Aber warum ausgerechnet vierzig Tage?

An meinem vierzigsten Geburtstag nahm ich mir Zeit, um über diesen gewichtigen Anlaß nachzudenken. Seitdem sind einige Jahre vergangen, aber ich kann mich erinnern, daß es mir wirklich als eine ernste Angelegenheit erschien, das vierte Lebensjahrzehnt abgeschlossen zu haben. Ich hatte genausoviel Zeit auf Erden verbracht, wie die Überlebenden des großen Auszugs aus Ägypten gebraucht hatten, um durch die Arabische Wüste zu wandern. Ihr Umherziehen und ihre Suche nach der Verwirklichung der Verheißung Gottes hatte genauso viele Jahre gedauert, wie ich gelebt hatte.

Eine ganze Generation hatte gelebt, geliebt, gelitten und schließlich doch das Ziel verfehlt. Trotzdem hatte diese Zeit der Wanderungen einen Sinn. Gott hatte ihre Dauer festgelegt und sie benützt, um eine ganze Familie von Gläubigen heilwerden zu lassen. Am Ende dieser vierzig Jahre ließ Gott neue Augen die Früchte sehen.

Vierzig. Eine wichtige Zahl in unserer geistlichen Geschichte. Bedeutende Richter wie Debora oder Gideon, mächtige Könige wie Saul, David und Salomo hatten jeweils vierzig Jahre geherrscht.

Vierzig stand als runde Zahl auch für eine ganze Generation. Sie bezeichnete die Vollendung eines Lebenszyklus' oder einer Prüfung, nach deren erfolgreichem Bestehen die Verheißung anbrach.

Zeitspannen von vierzig Tagen finden sich häufig im Alten und im Neuen Testament; sie symbolisieren den Zeitraum, in dem sich Gottes Willen im Leben eines Menschen durchsetzt. Vierzig Tage ist ungefähr der zehnte Teil der Tage, die uns in einem Jahr zugeteilt sind. Unermeßlicher Segen harrt unser, wenn wir fröhlich unseren finanziellen Zehnten als Erstlingsfrucht dessen darbringen, was Gott uns gegeben hat; das gleiche trifft auch auf unsere Zeit zu.

Viele Gläubige aus sakramental geprägten Kirchen begehen die Fastenzeit, eine vierzigtägige Zeit der Buße und der Nähe zu Gott vor Ostern. Sie stellt eine besondere Gelegenheit dar, herauszufinden, was im eigenen Herzen vorhanden ist. Wenn unser Geist auf Gottes Stimme eingestimmt wird, lernen wir, uns in eine tiefe persönliche Nähe zu ihm zu geben, auf die wir nie wieder verzichten wollen.

Unsere Reise, die wir jetzt vorhaben, ist deshalb auf vierzig Tage angesetzt, auch wenn sie bei Ihnen länger oder kürzer ausfallen kann, je nachdem, wie Gott an Ihnen handelt. Und behalten Sie bitte auch im Blick, daß es wahrscheinlich noch weiterer Reisen bedarf, um so heil zu werden, wie Gott das für Sie möchte.

Wenn wir dieses Buch lesen, die heilenden Blätter verwenden und uns immer mehr Gott nähern, dann stellt er uns die Frage:

„Bist Du bereit, mir vierzig Tage zu geben, damit ich zu Dir reden kann?“

## **Ein Blick auf den Reiseplan**

In der Bibel finden sich mehrere Berichte über vierzigtägige Perioden, in denen Gott durch gewöhnliche Menschen Außergewöhnliches vollbrachte. Jeder dieser Berichte hilft uns, eines der Gebiete abzustecken, die wir auf unserer Reise besuchen müssen.

- Nachdem er Noah den Auftrag gegeben hatte, bei der Rettung eines Rests der Menschheit behilflich zu sein, sandte Gott einen vierzigtägigen Regen auf die Erde, um sein Volk zu *reinen*.
- Als Mose vierzig Jahre alt war, floh er aus Ägypten. Danach lebte er vierzig Jahre in Midian. Er blieb vierzig Tage auf dem heiligen Berg, um Gottes Plan für die *Befreiung* seines Volks zu verstehen.

- Die israelitischen Kundschafter verbrachten vierzig Tage in Kanaan, um sich persönlich davon zu überzeugen, was Gottes *Verheißenes Land* für sie bereithielt.
- Elia fastete und wanderte vierzig Tage lang auf seinem Weg zum Berg Gottes, um das *Wort des Herrn* zu hören.
- Jona predigte in Ninive Gottes Botschaft der Umkehr. Daraufhin fasteten die Einwohner dieser Stadt vierzig Tage lang, um *Buße zu tun und vor Gott zu stehen*, damit sie nicht vernichtet würden.
- Jesus blieb vierzig Tage in der Wüste, um als Vorbereitung auf seinen Dienst zu *fasten und die Versuchung zu bestehen*. Nach seiner Auferstehung war er noch weitere vierzig Tage mit seinen Jüngern zusammen.

Damit ergeben sich folgende sechs Regionen, die wir bereisen müssen:

1. Reinigung.
2. Freiheit von den Bindungen an meine Vergangenheit.
3. Mein eigenes Verheißenes Land finden.
4. Die Erfüllung der Sehnsucht, Gottes Wort zu hören.
5. Anerkennen der Notwendigkeit, vor Gott zu stehen und umzukehren.
6. Lernen, die Versuchungen im Lebens zu überwinden.

Jeder von uns muß diese sechs Gebiete aufsuchen, wenn er heil werden möchte. Jede dieser Regionen hat zwar ihr eigenes spezielles Thema, doch hängen sie alle untereinander zusammen. Wenn wir uns mit allen sechs näher beschäftigen, dann kommen wir auf dem Weg zu unserem Ziel vorwärts – dem Heilwerden unserer Person in Jesus!

Beim Betreten jeder dieser Regionen werden wir das Leben mindestens einer Person näher betrachten, um zu verstehen, wie Gott auf seiner Lebensreise am Wirken war. Der Blick auf andere Mitreisende in der Geschichte und die Identifikation mit Gottes heilender Kraft in ihrem Leben gibt uns den Mut, ihn zu bitten, unser eigenes Leben zu heilen.

Ich wünsche mir sehr, daß Sie sich auf den Weg des Heilwerdens einlassen und dabei die Begleitung des Großen Heilers Ihrer Seele suchen. Es ist die entscheidende Reise unseres Lebens – sie reicht bis in die Ewigkeit hinein. Betrachten Sie diese vierzig Tage als einen Beginn, der viel kostet. Geben Sie sich vollständig an Jesus hin und las-

sen Sie ihn Ihre Gedanken, Ihre Vorstellungskraft und Ihren Geist salben, damit Sie alles empfangen können, was er Ihnen geben möchte.

Im nächsten Kapitel gebe ich Ihnen dann noch einige Tips für die Reisevorbereitung, damit Sie sich schon für die Abreise rüsten können.

## **Gebet**

*Herr Jesus, ich bete für diejenigen, die du geführt hast, dieses Buch zu lesen. Komm, Heiliger Geist, salbe dein Kind, damit es alles Heil empfangen kann, das der Vater seinen geliebten Kindern gibt. Schenke uns in unserem Herzen die Begeisterung für dein Wort; schenke uns die Freude, in deiner Gegenwart zu sein. Laß deine heilenden Gaben auf dieser geistlichen Reise gegenwärtig sein, und laß dein Wort in unserem hungrigen Herzen Wurzeln schlagen.*

*Danke, Herr. Amen.*

# Reisevorbereitungen

---

**R**EISENDE FALLEN NORMALERWEISE IN EINE VON ZWEI KATEGORIEN. Die erste besteht aus Planern: Das sind Menschen, die sich mit Listen bewaffnen, auf denen alles verzeichnet steht, was zu packen ist, außerdem mit Landkarten, Fahrplänen für Flugzeuge und Züge, Reiseführern und Hotelreservierungen. Planer wollen wissen, wann sie auf welche Weise wohin kommen. Überraschungen sind ihnen ein Greuel.

Die zweite Kategorie besteht aus den spontaneren Typen. Sie entscheiden sich heute abend, morgen eine Spritztour zu unternehmen, werfen das Nötigste in eine Reisetasche und hoffen das Beste. Überraschungen sind ihnen das Liebste!

Die meisten von uns tendieren zu einer der beiden Kategorien. Ich stehe in der Mitte zwischen beiden und habe die Neigung, für den Fall der Fälle schon mal das Spülbecken aus der Küche mitzunehmen! Deshalb nun ein paar Tips für die Reisevorbereitungen, die ich für entscheidend halte, wenn unsere gemeinsame Zeit geistlich Frucht bringen soll.

## Was man mitnehmen sollte

Wenn es Ihnen so geht wie mir, dann fragen Sie sich, was Sie auf die Reise mitnehmen sollten. Man möchte für jeden auftretenden Fall vorbereitet sein. Die meisten nehmen eine Menge Gepäck mit, das nur hinderlich ist und die Reisegeschwindigkeit erheblich verringert. Aber machen wir uns darüber jetzt keine Gedanken. Jesus wird uns das abnehmen, wenn wir bereit sind, es ihm zu überlassen. Was für Sie oder für mich eine schwere Last bedeuten kann, kann er ganz leicht tragen.

Es gibt Ihnen vielleicht ein Gefühl größerer Sicherheit, wenn Sie sich eine Liste machen. Bevor ich soviel auf Reisen war wie heute,

habe ich möglichst vollständige Listen geführt, damit ich nichts Wichtiges vergesse, wie etwa meinen Föhn. Inzwischen habe ich gelernt, in einem einzigen Koffer nur das Wesentliche zu verstauen, damit die Reise einfacher und weniger anstrengend wird.

Was sind also nun die wesentlichen Dinge für unsere 40tägige Reise mit Gott? Hier die Checkliste:

- Gewißheit darüber, daß Gott der Vater real ist.
- Der Glaube, daß Jesus Christus sein Sohn ist und Ihr Retter, der Herr Ihres Lebens.
- Das sichere Wissen darum, daß der Heilige Geist in Ihrem Leben wirkt.
- Ein offenes Herz, um alles zu empfangen, was Jesus für Sie hat. Denken Sie daran: Es kann dabei zu Überraschungen kommen!
- Die Einwilligung, daß Gott in Ihrem Leben alles tun darf, was er möchte.
- Die Bereitschaft und die Freiheit, überall hinzugehen, wo er sie hinführt.

Diese Dinge sind nicht nur für diese Reise unentbehrlich, sondern auch für jeden anderen Schritt, den Sie mit Gott in Ihrem Leben noch machen werden.

### **Unbedingt den Fotoapparat mitnehmen!**

Jede Reise bringt Erinnerungen. Diese Erinnerungen an unsere Abenteuer heften sich an Souvenirs oder Fotos von den einzelnen Stationen unserer Reise, oder aber auch an die Bilder, die wir in unserem Inneren aufbewahren.

Gott hat uns auf diese Reise des Heilwerdens eingeladen und möchte, daß wir soviel wie möglich davon haben. Er möchte, daß wir uns an alle wichtigen Einzelheiten erinnern, an jedes Wort, jeden Fortschritt, jeden Durchbruch. Er rät uns:

Gedenket seiner Wunder, die er getan hat, seiner Zeichen und der Urteile seines Mundes.

1. Chronik 16,12

Auf dieser Reise werden Gottes heilende Worte für uns eine solche Bedeutung haben, daß wir sie an einem sicheren Ort aufbewahren sollten, wo sie nicht gestohlen werden, stumpf werden oder von der

Welt, dem Fleisch oder dem Teufel pervertiert werden können. Zeit und Umstände werden versuchen, uns die Kraft dieser Worte Gottes zu rauben, kaum daß sie gegeben und empfangen wurden. Ach wenn wir doch eine geistliche Kamera hätten, um jedes heilende Wort Gottes aufzunehmen!

Und wir haben tatsächlich solch eine „Kamera“! Sie ist meiner Meinung nach von Gott selbst inspiriert, so daß seine Kinder sie gebrauchen können. Diese Kamera ist das Gebetstagebuch.

Gott hat sein Volk schon immer aufgefordert, die Geschichte ihrer Beziehung zu ihm im Herzen zu bewahren, sie durch mündliche Traditionen weiterzugeben und sie später dann auf Tafeln, Schriftrollen, Büchern, Kassetten und Disketten festzuhalten. Einige dieser Berichte über die Liebe zwischen Gott und seinem Volk waren so stark vom Heiligen Geist inspiriert, daß sie als heilig genug galten, um als Teil der Bibel für verbindlich erklärt zu werden. Diese Schriften sind unser Fundament. In dem jüdischen Grundgebot des Sch'ma Israel wird dem Volk Gottes aufgetragen:

Und diese Worte, die ich dir heute gebiete, sollst du zu Herzen nehmen und sollst sie deinen Kindern einschärfen und davon reden, wenn du in deinem Hause sitzt oder unterwegs bist, wenn du dich niederlegst oder aufstehst. Und du sollst sie binden zum Zeichen auf deine Hand, und sie sollen dir ein Merkzeichen zwischen deinen Augen sein, und du sollst sie schreiben auf die Pfosten deines Hauses und an die Tore.

5. Mose 6,6-9

Das Wort Gottes soll eine innige Verbindung mit allem eingehen, was wir gerade tun!

Der Vers 5. Mose 30,14, der in Römer 10,8 zitiert wird, erklärt, daß Gott allen, die danach suchen, seine Worte gibt:

Denn es ist das Wort ganz nahe bei dir, in deinem Munde und in deinem Herzen, daß du es tust.

Gott spricht seine heilenden Worte ständig in unser Herz. Er sehnt sich danach, daß wir eine so innige Beziehung zu ihm haben, daß wir die Stimme des Hirten deutlich aus all dem Chaos der anderen Stimmen um uns herum heraushören. Der Prophet Jeremia hörte im Gefängnis folgendes Wort in seinem Herzen:



So spricht der HERR, der alles macht, schafft und ausrichtet – HERR ist sein Name: Rufe mich an, so will ich dir antworten und will dir kundtun große und unfaßbare Dinge, von denen du nichts weißt.

Jeremia 33,2-3

Jede Möglichkeit, sich Gottes geschriebenes oder persönlich an uns ergangenes Wort zu Herzen zu nehmen, es „festzubinden“, ist ein echtes Geschenk. Christen haben jahrhundertlang Gebetstagebücher geführt, in denen sie aufschrieben, was sie von Gott persönlich gehört hatten. Was Gott damals zu ihnen sprach, kann auch für uns heute noch ein Segen sein, da diese Worte schriftlich festgehalten worden sind. Die Worte, die Gott zu uns auf unserer Reise sprechen wird, können uns auch später immer noch segnen, wenn wir sie in unserem Herzen erwägen, in unserem Geist beten und in unserem Gebetstagebuch festhalten. Sie werden uns dann helfen, wenn wir in der Versuchung stehen, zu vergessen, zu zweifeln oder den Glauben zu verlieren.

Der Psalmdichter drückt dasselbe aus:

Darum denke ich an die Taten des Herrn, ja, ich denke an deine früheren Wunder und sinne über alle deine Werke und denke deinen Taten nach.

Psalm 77,12-13

Natürlich ist das Wichtigste an unserer Reise, daß wir uns ganz auf unsere Beziehung zu Gott konzentrieren. Dabei können uns aber einige bewährte Vorschläge für den effektiven und sinnvollen Gebrauch eines Gebetstagebuchs helfen. Ich halte sie für so wichtig, daß ich den Rest dieses Kapitels darauf verwenden möchte.

### **Vorbild und Fortschritte**

Als ich vor etwa fünfundzwanzig Jahren anfing, Gott für mich persönlich zu suchen, sagte meine geistliche Patin täglich zu mir: „Achte doch darauf, daß du etwas in dein Gebetstagebuch schreibst! Schreibe jedes Wort, das Gott dir gibt, darin auf!“

Aber was *war* bloß ein Gebetstagebuch? Ich wußte, es war mehr als eine Liste von Fürbitteanliegen, mehr als ein geistliches Tagebuch, auch wenn es Elemente von beidem enthielt. Schließlich lernte ich, daß ein echtes Gebetstagebuch sowohl die ganz persönlichen

Worte enthält, die mein Herz vor Gott ausschüttet, als auch die persönlichen Worte, die er auf unterschiedliche Weise antwortet.

Als ich es lernte, ein Gebetstagebuch zu führen, wurde die Fähigkeit, Gottes Stimme hören zu können, für mich zu einer Realität. Ich lernte still zu sein und mit meinem Herzen zu hören. Das war zuerst sehr schwierig – und das Schwierigere dabei war, still zu werden, als hinzuhören. Aber ich übte und übte, allein und gemeinsam mit Gebetspartnern. Und als es mir mehr und mehr klar wurde, daß Gott sich danach sehnte, zu mir zu sprechen, begann auch ich mehr und mehr seine heilenden Worte zu hören und die Erwartung zu hegen, daß ich sie bekommen würde.

Jedes Wort, das ich durch die Schrift, durch einen Gebetspartner oder direkt aus dem Herzen Gottes empfang, schrieb ich treu in meinem Gebetstagebuch auf. Was für ein geistliches Wachstum entdeckte ich da, wenn ich über die letzten fünfundzwanzig Jahre zurückblicke! Gott rief mich, eine Frau zu sein, die ich noch gar nicht kannte. Auch wenn ich immer noch ein Mensch im Werden bin, ist es doch gut zu wissen, daß ich den Weg des Heilwerdens gehe und so zu der Frau werde, zu der Gott mich erschaffen hat.

Es gab Zeiten, da wußte ich überhaupt nicht, wer ich sein sollte. Ich ahmte wechselnde Vorbilder nach und dachte, durch diese Nachahmung könnte ich herausfinden, wer ich wirklich war. Lange Zeit habe ich „mich selbst beobachtet“ um festzustellen, wie ich sprach und aussah. Ich analysierte die Reaktionen anderer, um mein eigenes Verhalten danach einzurichten. Ich versuchte, mich in meinen Rollen als Ehefrau, Mutter, Tochter und Freundin „selbst zu finden“, statt in meiner Identität als Kind Gottes zu ruhen. Ich bettelte meinen Mann an, mir meine Identität zu geben, denn ich war fälschlicherweise der Meinung, das sei seine Aufgabe. Dadurch belastete ich aber nur unsere Ehe in ungebührlicher Weise. Als ich es lernte, Gottes Stimme zu hören, fing ich an zu verstehen, wie diese Person aussah, zu der er mich erschaffen hatte.

Ein Teil meines Weges bestand aus schlimmen Kämpfen. Es gibt große Lücken in meinem Gebetstagebuch; sie sind Zeichen für solche Zeiten, in denen ich das Hören auf Gottes Stimme aufgegeben hatte und meine eigenen Wege ging. Andere Seiten sind von meinen Tränen verschmiert. Manche Einträge strotzen nur so von Fragezeichen. Aber eines ist sicher: Wann immer ich meine Seele zur Ruhe brachte und auf seine Stimme hörte, sprach er sein heilendes Wort zu mir und rief mich, zu der Person zu werden, die er sich so sehr wünschte.

Manche Worte, die Gott zu mir sprach, haben mein Herz durchbohrt und mich wie durch ein Wunder verändert. Einige waren so treffend, daß ich in Tränen ausgebrochen bin; viele waren so kraftvoll, daß ich dachte, sie würden mich immer prägen. Aber die ständigen Anforderungen des Alltags, die Stimmen der Welt, des Fleisches und des Teufels, oder einfach nur der Lauf der Zeit können uns den Reichtum der Gaben Gottes rauben. Ich bin immer wieder dankbar dafür, daß ich Gottes Botschaften für mich in Gestalt von Offenbarungen, Träumen, Gleichnissen, Bildern, Liedern, Worten, der Heiligen Schrift oder von Intuitionen in meinem Gebetstagebuch festgehalten habe.

Sie werden sehr davon profitieren, wenn Sie sich täglich die wenigen Minuten nehmen, die es braucht, um unsere gemeinsamen Erfahrungen während der vor uns liegenden Reise aufzuschreiben. Wenn wir den Weg gehen, den unser Führer uns leitet, garantiere ich Ihnen, daß es jeden Tag etwas gibt, das es wert ist, festgehalten zu werden. Sie sind sicherlich für Fotos und Aufzeichnungen dankbar, die sie aus dem Familienurlaub mitgebracht haben, weil sie Sie an all das erinnern, was Sie erlebt haben; außerdem können Sie dann anderen besser davon erzählen. In ähnlicher Weise werden sie sich in späteren Jahren darüber freuen, daß Sie Aufzeichnungen von dieser ereignisreichen Reise besitzen, die Gott mit Ihnen unternommen hat, um Sie heil werden zu lassen.

Sie werden dabei schnell entdecken, daß es umso leichter wird, Gottes Stimme zu hören, je mehr Sie die tägliche Disziplin aufbringen, etwas in ihr Gebetstagebuch zu schreiben.

## **Mit dem Gebetstagebuch beginnen**

Ich möchte Ihnen jetzt einige Tips für ein praktisches und effektives Gebetstagebuch bieten.

### **1. Die Methodik meistern: Was man braucht und wie man es organisiert**

Wenn Sie noch nie zuvor ein Gebetstagebuch geführt haben, oder wenn das Ihre voll ist von negativen Gedanken, deprimierender Selbstbespiegelung, Schmerzen und Zweifeln, dann fangen Sie neu an. Gönnen Sie sich ein neues, sauberes Buch, das geradezu darauf wartet, daß Sie auf Gott hören und seine heilenden Worte empfangen. Gönnen Sie sich diesen Neuanfang!

Viele suchen sich als ihr Gebetstagebuch etwas Schönes aus, vielleicht ein geblühtes, unliniertes Buch oder ein edles, in Leder gebundenes Notizbuch. Aber nach einiger Zeit wechseln fast alle „alten Gebetstagebuchhasen“ zu dem altvertrauten Ringbuch mit losen Blättern, das so bequem und praktisch ist. Es wird nach einiger Zeit zu einem ähnlich treuen Gefährten wie die Bibel. Ich mag das Ringbuch schon aus dem Grund, weil ich, wenn es voll ist, die Seiten des vergangenen Jahres in einem Ordner ablegen kann, und so meinen alten Freund mit frischen Blättern für ein neues Jahr rüsten kann.

Ein weiterer Vorteil des Ringbuches ist, daß man es mit Hilfe von Registerblättern leicht in verschiedene Abschnitte unterteilen kann. Erfahrungsgemäß möchte man das nach einiger Zeit gerne. In meinem Gebetstagebuch habe ich beispielsweise Abschnitte für „Kreative Ideen und Dinge, zu denen Gott mich drängt“, „Bücher, Autoren und Lieblingstexte“, „Notizen für das nächste Buch“ und „Notizen von anderen Rednern“. Ich finde es hilfreich, dies zur Hand zu haben, wenn ich in der Stille vor dem Herrn bin. Wenn meine Gedanken eine mentale To-Do-Liste durchgehen oder mir ein überraschender Einfall kommt und ich Angst habe, ihn zu verlieren, dann kann ich schnell den entsprechenden Abschnitt aufschlagen und es mir notieren. Das hat mir geholfen, meine Konzentration nicht zu verlieren, ein Ziel, um das ich jahrelang kämpfen mußte.

Der weitaus wichtigste Abschnitt meines Gebetstagebuchs aber ist derjenige mit der Überschrift „Gebet“. Unter diesem Titel gibt es Raum für „Worte an und von Gott“, „Fürbitte“ und „Träume“. Hier schreibe ich vor dem Herrn alles freimütig auf, was in meinem Herzen aufsteigt; hier halte ich seine kostbaren Worte an mich fest. Ich schreibe Bibelverse ab, die eine spezielle Bedeutung für mich haben, und bitte Gott mit diesem Zettel in der Hand, sie auf mich persönlich zuzuschneiden.

Als ich für andere Fürbitte tat (etwas, das mir immer schwer gefallen ist), wurde mir bewußt, daß ich irgendein System brauchte, um auf dem Laufenden zu bleiben. So enthält die Abteilung „Fürbitte“ weitere Unterabschnitte. Einer davon heißt „Kirche“ und deckt nicht nur meine Gemeinde ab, sondern auch andere Teams, die weltweit Dienst tun und die ich kenne und liebe. Andere Unterabschnitte tragen die Überschrift „Familie“ (dort findet sich jedes Familienmitglied namentlich aufgeführt), „Freunde“ (viele davon mit Bildern) und „Geistlicher Dienst“ (dort finden sich Namen von Menschen, um die ich mich kümmere oder die um Gebet nachgefragt haben).

Der letzte Unterabschnitt in meinem Gebetstagebuch zum Thema Fürbitte heißt „Geliebte Feinde“. Der Schritt, für meine von Gott geliebten Feinde zu beten, ist entscheidend dafür, daß ich Gott gehorchen und von den Wunden, die mir andere zufügen, frei werden kann. Dabei höre ich zuerst auf Gott und bin dann aufgrund neuer, kreativer Einsichten in der Lage, gerade auch für die schwierigen Leute und Situationen in meinem Leben kraftvoller, objektiver und ehrlicher zu beten.

Statt der öden und anstrengenden Routine, die sich für so viele mit dem Begriff „Fürbitte“ verbindet, merke ich, wie ich „mehr als ich weiß“ bete und so mit Gottes Geist zusammenarbeite. So wird Fürbitte von einer Pflichtveranstaltung zu einer Kür, einem Akt der Freude, der Liebe und des Schenkens.

Der Abschnitt, in dem ich mir meine Träume notiere, ist von besonderem Wert für mich geworden, seitdem ich eingewilligt habe, daß Gott Dinge aus den Tiefen meines Herzens ans Licht bringen darf. Selbst ein Traum, der völlig belanglos erscheint, kann zu einem wichtigen Bestandteil einer Serie von Träumen werden, die in ihrer Gesamtheit vielleicht eine Blockade ans Licht bringen, deretwegen ich Gott schon lange in den Ohren liege.

Wenn ich besonders konfuse oder dumme Träume aufschreibe ohne den Versuch, sie zu analysieren oder zu interpretieren, und sie mir dann in ein paar Wochen später wieder ansehe, dann erlebe ich oft, daß Gott mir dadurch Themen deutlich macht, die mein ganzes Leben durchziehen. Oft sind es wichtige Elemente, um bestimmte Dinge in meinem Herzen zu entschlüsseln und zu interpretieren. Träume sind Symbole und sprechen als solche die Sprache des Herzens; wir dürfen sie nicht wörtlich nehmen. Und es ist Gott, nicht ein Buch über Traumdeutung, der mir die Bedeutung der Symbole meines Herzens zeigt, wenn ich auf ihn höre. Mit dieser Erkenntnis gehen dann ein echtes Verstehen und wahre Heilung einher.

## **2. Legen Sie fest, wo Sie Ihre Stille Zeit verbringen wollen**

Bitten Sie Gott, Sie zu einem besonderen „heiligen Ort“ in Ihrer Wohnung zu führen, wo Sie Zeit mit ihm verbringen und auf ihn hören können. Das sollte ein ruhiger und bequemer Platz sein, an dem Sie Ihre Bibel, Ihr Gebetstagebuch und vielleicht ein Symbol, das Ihnen etwas bedeutet, aufbewahren, beispielsweise ein Kreuz oder ein Kreuzifix, ein Bild oder Blumen. Vielleicht haben Sie dort auch einen Blick auf einen Garten oder einen See.

Als wir in unser jetziges Zuhause zogen, hatte ich mir einen Ort für meine tägliche Stille Zeit ausgesucht, aber es wurde sehr schnell deutlich, daß Gott einen anderen Platz als „Horchposten“ für mich ausgewählt und geheiligt hatte. Seit dieser Zeit freue ich mich darauf, in mein Arbeitszimmer zu gehen, um zu beten. Mein Schreibtisch steht vor einem Erkerfenster, von dem aus sich ein Blick auf eine ländliche Idylle auftut: einen Kameliengarten, eine Scheune und einen Bach. Neben dem Fenster stehen ein Kruzifix und ein Engel. Außerdem habe ich eine kleine Heizplatte, um mir meine Tasse Tee wieder warm zu machen, die ich oft eine halbe Stunde lang vergesse. Mein Arbeitszimmer beherbergt darüber hinaus noch ein Bücherregal, eine Uhr, sowie Telefon und Computer. Aber während der Zeit, die ich für Gott reserviert habe, bleibt der Anrufbeantworter eingeschaltet.

Haben Sie einmal Ihren „Heiligen Ort“ gefunden, können Sie folgendes Gebet beten:

*Herr, laß diesen Platz zu einem heiligen Ort werden, an dem sich unsere Herzen finden. Laß mich das Wort, das du für mich hast, hören und empfangen, während ich hier in deiner Gegenwart bin. Amen.*

### **3. Legen Sie fest, wann Sie Ihre Stille Zeit halten wollen**

Passen Sie Ihre Stille Zeit Ihrem Tagesrhythmus an. Das wird allerdings nicht einfach sein! Versuchen Sie trotzdem, konsequent zu sein. Das ganze ist eine Frage des Willens: Sie entscheiden, Stille Zeit zu halten, und dann fügen Sie das in Ihre Tagesplanung ein, wie viel auch immer los sein mag. Wenn Sie das konsequent tun, wird sie zu einem Teil Ihres festen Tagesablaufs werden.

Es ist hilfreich, diese „Verabredung mit Gott“ in den Terminkalender oder Tagesplan einzutragen, um eine Gewohnheit daraus zu machen und dabei zu bleiben. Was könnte eine höhere Priorität genießen als Ihre tägliche Verabredung mit dem Schöpfer des Alls um \_\_\_ Uhr?

Wenn Sie das aber ein- oder zweimal verpassen, dann überhäufen Sie sich bitte nicht gleich mit Schuldgefühlen. Es ist viel besser, Gott einfach zu sagen, Sie hätten es leider verpaßt, und anschließend wieder seine Gemeinschaft zu suchen und zu genießen, als sich in Scham- und Reuegefühlen über den eigenen Mangel an Disziplin zu ergehen. Denken Sie daran: Übung macht den Meister!

#### **4. Beginnen Sie mit dem Dialog des Hörenden Gebets**

Atmen Sie zuerst ein paarmal tief durch; das macht Sie innerlich frei. Lesen Sie dann in Gottes Wort. Denken Sie daran, daß die Bibel Gottes Liebesbrief an Sie ist. Sie zu lesen ist eine der sichersten Weisen, um zu hören, was er auf dem Herzen hat.

Hier sind einige Vorschläge, um Ihre Zeit des Hörenden Gebets zum Erfolg werden zu lassen.

1. *Benutzen Sie eine Bibel, in die Sie etwas hineinschreiben können, in die Sie z. B. Notizen eintragen und Wichtiges unterstreichen. Ihre Bibel wird schließlich so persönlich werden wie Ihr Gebetstagebuch.*
2. *Bitten Sie Gott, Sie zu dem Text zu führen, den Sie heute lesen sollen, oder benützen Sie einen täglichen Bibelleseplan bzw. ein Andachtsbuch. Zwar lese ich in dieser Zeit Bibeltexte im Zusammenhang und denke darüber nach, aber für Bibelstudium in eigentlichem Sinn nehme ich mir extra Zeit. Bibelstudium beansprucht unseren Kopf, in der Stillen Zeit aber möchte ich mit meinem Herzen auf Gott hören und ihm antworten.*
3. *Schreiben Sie alle Schriftstellen in Ihr Gebetstagebuch, die Gott Ihnen gibt und die Sie an diesem Tag konkret ansprechen. Durch den Akt des Schreibens eignen Sie sich diese Stellen an, so daß sie zu einem Teil von Ihnen werden.*
4. *Wenden Sie diese Schriftstellen auf sich ganz persönlich an. „Personalisieren“ Sie sie, indem Sie Ihren Namen einsetzen, wo das angebracht ist. Als ich z. B. vor kurzem 1. Petrus 2,9 las, schrieb ich:*

„Ich aber gehöre zum auserwählten Geschlecht, der königlichen Priesterschaft, dem heiligen Volk, dem Volk des Eigentums, daß ich verkündigen soll die Wohltaten dessen, der mich berufen hat von der Finsternis zu seinem wunderbaren Licht.“

5. *Wenn Sie eine Schriftstelle in dieser Weise „personalisiert“ haben, bitten Sie Gott um Einsicht, wie sie auf Ihren heutigen Tag zutrifft. Lassen Sie das Wort tief in Ihre Gedanken und Ihr Herz einsinken. Mein Gespräch mit Gott über 1. Petrus 2,9 verlief etwa so:*

„Herr, wie kann ich denn in meiner Lage deine Wohltaten verkündigen?“

„Mein Kind, sage mir einfach, was du auf dem Herzen hast“, antwortete er in meinem Geist.