

Sharon Hodde Miller  
Free of Me

Für meine drei Gründe zur Freude:  
Ike, Isaac und Coen.  
Euch lieben zu dürfen,  
ist Gottes Geschenk an mich.

Sharon Hodde Miller

# Free of Me

*Vom Glück  
des selbstvergessenen Lebens*

*fontis*

**Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im  
Internet über [www.dnb.de](http://www.dnb.de) abrufbar.

Copyright 2017 by Sharon Hodde Miller  
Originally published in English under the title «Free of Me»  
by Baker Books, a division of Baker Publishing Group,  
Grand Rapids, Michigan, 49516, U.S.A.  
All rights reserved.

© 2020 by Fontis-Verlag Basel

Die Bibelstellen wurden, soweit nicht anders angegeben,  
folgender Übersetzung entnommen:

Hoffnung für alle®  
Copyright © 1983, 1996, 2002, 2015 by Biblica, Inc.®,  
Herausgeber: Fontis-Verlag Basel

Übersetzung: Daniela Bernhardt-Lohfink  
Umschlag: Spoon Design, Olaf Johannson, Langgöns  
Bilder Umschlag: Look Studio, Ann and Pen/Shutterstock.com  
Satz: InnoSet AG, Justin Messmer, Basel  
Druck: Finidr  
Gedruckt in der Tschechischen Republik

ISBN 978-3-03848-201-7

## Inhalt

Einleitung . . . . .	7
<b>Teil 1: Abgelenkt – von mir selbst!</b> . . . . .	13
1. Das Mädchen im Spiegel . . . . .	15
2. Mich selbst vergessen . . . . .	27
<b>Teil 2: Sieben Spiegel</b> . . . . .	41
3. Wenn es bei Gott um dich selbst geht . . . . .	43
4. Wenn es bei deiner Familie um dich geht . . . . .	59
5. Wenn es bei deinem Aussehen um dich geht . . . . .	79
6. Wenn es bei deinem Besitz um dich geht . . . . .	93
7. Wenn es bei deinen Freundschaften um dich geht . . . . .	109
8. Wenn es bei deiner Berufung um dich geht . . . . .	123
9. Wenn es bei deiner Gemeinde um dich geht . . . . .	137
Intermezzo . . . . .	151
<b>Teil 3: Frei von sich selbst werden</b> . . . . .	155
10. Lobpreis: Warum uns die Liebe zu Gott frei macht . . . . .	157
11. Liebe zu anderen: Warum sie uns freisetzt . . . . .	171
12. Die eigene Lebensaufgabe finden: Wenn Freiheit Gestalt annimmt . . . . .	185
13. Leidenschaft: Warum die Demütigen so frei sind . . . . .	199
14. Sich selbst vergessen, ohne sich zu vernachlässigen . . . . .	213
Epilog . . . . .	229
Anmerkungen . . . . .	233



## Einleitung

«Es geht nicht um dich.» – So lauten die bekannten Eröffnungsworte im Bestseller *Leben mit Vision* von Rick Warren. Als ich begann, den Menschen von der Vision für dieses Buch zu erzählen, kamen mir diese Worte immer wieder ganz wie von selbst in den Sinn, weil sie meine persönliche Reise gut beschreiben. Ich konnte nicht ignorieren, dass die Leute die Ohren spitzten, wenn sie diesen Satz hörten. Er brachte etwas in ihnen zum Klingen, so als wäre «Es geht nicht um dich» eine Botschaft, die die Menschen brauchten.

Dennoch fragte ich mich, ob der Satz nicht zu gewagt ist. «Es geht nicht um dich» kann nach Tadel klingen – eine Botschaft, die ich nicht vermitteln möchte. Ich zog meine Freundin Karen zu Rate, eine Schriftstellerkollegin und weise Glaubensgefährtin. «Ist das zu provokativ?», fragte ich sie. «Meinst du, so ein Satz hat seine Berechtigung? Haben heutige Christinnen und Christen die Ohren, die es braucht, um diese Worte zu hören?»

«Ich liebe den Satz!», erklärte sie, ohne zu zögern. «Ich denke, seine Botschaft vermittelt etwas, das wir dringend brauchen, eine Botschaft, die die Menschen hören *wollen*.»

Karen weiß – und Gott hat es auch mich über die Jahre hinweg gelehrt –, dass es zwei Arten gibt, «Es geht nicht um dich» zu sagen. Die erste klingt wie eine Zurechtweisung, eine, bei der mit erhobenem Zeigefinger gewedelt wird, und die sich gewöhnlich gegen die «jungen Leute heutzutage» richtet.

«Es geht nicht um dich» kann aber auch anders gesagt und gehört werden, und dann kann es Freiheit bedeuten: Die Freundin,

die dich abweist, das Elternteil, das dich verletzt, der Chef, der dich beleidigt, und der Nachbar, der dir gegenüber unhöflich ist – bei nichts von alledem geht es um dich. Die Zerbrochenheit dieser Menschen, ihre Wut, die kalten, stechenden Worte – es geht dabei nicht um dich, sondern es hat mit diesen Menschen selbst zu tun. Auch wenn dein Haus nicht so groß ist, wie du es gerne hättest, oder dein Dienst nicht so erfolgreich, oder dein Name nicht so bekannt: Es geht dabei – Gott sei Dank – nicht um dich. Denn es ist so: Deine Ehe, deine Berufung, dein Leben hier auf der Erde, *nichts* davon dreht sich eigentlich um dich. Es geht bei allem in unserem Dasein um Gott, vom Anfang bis zum Ende, und das ist eine der besten Nachrichten, die es auf der Welt gibt.

Dinge auf sich zu beziehen, die gar nichts mit einem selbst zu tun haben, kann schrecklich belastend sein. Und ein Leben, in dem sich der Fokus hauptsächlich aufs eigene Ich richtet, ist bedrückend schwer. Tief im Innern wissen wir alle, dass alles viel einfacher wäre, wenn wir aufhören könnten, den Menschen gefallen zu wollen, wenn wir aufhören könnten, immer mithalten zu müssen, wenn wir aufhören könnten, uns auf unsere Fehler zu konzentrieren, und wenn wir Ablehnung nicht zu ernst nehmen würden. Könnten wir uns doch mehr auf Gott konzentrieren und weniger auf uns selbst schauen, dann würde viel von dem Druck, der auf unseren Schultern lastet, weichen. Nicht wahr?

Die Frage ist jedoch: Wie schafft man das?

### Die Faszination des Selbst

Vor mehr als zweitausend Jahren verfasste der römische Dichter Ovid eine Erzählung über Eitelkeit, die als warnendes Beispiel gilt. Im Mittelpunkt steht ein Mann namens Narziss, dessen Erscheinung atemberaubend schön war. Er war mehr als nur gut



aussehend – etwa im Sinne eines durchtrainierten Sportlers oder Supermodels. Narziss war betörend schön, und niemand konnte seinen Reizen widerstehen – nicht einmal er selbst. Sein Gesicht war so makellos, dass Narziss sich in sich selbst verliebte, nachdem er sein Spiegelbild in einem Quellwasser erblickt hatte.

Narziss war von seinem eigenen Spiegelbild so gefesselt, dass er es nicht ertragen konnte, sich von ihm zu lösen. Er blieb wie angewurzelt sitzen – verzaubert von dem, was er sah. Stunden wurden zu Tagen und Tage zu Wochen, und sein Körper verkümmerte, bis Narziss sich eines Nachmittags neben seinem Spiegelbild niederlegte und starb.

Im Zeitalter sozialer Medien ist es erstaunlich, wie relevant diese antike Geschichte noch heute ist. Sie hält auch für unsere Zeit viele Lektionen bereit, wobei die erste lautet, dass Eitelkeit keine neuartige Erfindung ist. Eitelkeit kam nicht erst durch Smartphones oder Selfies in die Welt, sondern sie ist so alt wie die Menschheit selbst.

Narziss' Geschichte verdeutlicht auch, welche starke Anziehungskraft unser eigenes Selbst haben kann, ja, dass es geradezu unwiderstehlich sein kann. Beachte, dass Narziss nicht einfach nur mochte, was er sah, sondern dass er ganz und gar von sich selbst vereinnahmt wurde. Er konnte den Blick einfach nicht von sich selbst abwenden, und das, liebe Leute, ist die menschliche Natur. Wir alle kämpfen gegen die Anziehungskraft, die unser eigenes Selbst hat, ob wir Selbstfokussierung nun als Versuchung erkennen oder nicht. Auch wenn wir sie erkennen, ist mit dieser Gewohnheit schwer zu brechen, denn unser Spiegelbild lockt un-aufhörlich.

Eine weitere zeitlose Wahrheit, die sich in dieser Geschichte verbirgt, ist die Gefahr, die von der Ich-Zentriertheit ausgeht. Narziss' Eitelkeit hielt ihn davon ab, sein Leben zu leben, und Selbstbezogenheit macht dasselbe mit uns. Sie führt zu einem

langsamen Absterben unseres geistlichen Lebens, oftmals ohne dass wir es überhaupt bemerken. Selbstbezogenheit verletzt unsere Beziehungen, hat negative Auswirkungen auf unseren Glauben, führt zu Misstrauen und stiehlt uns letztendlich all unsere Freude. Schleicht sich Selbstbezogenheit in unser Leben ein, beeinflusst das unsere Familien, unsere Freundschaften und unsere Arbeit. Sie verwandelt das Schöne in etwas Belastendes.

So erging es mir. Die Selbstbezogenheit raubte mir die Freude. Sie hatte Einfluss auf meine Ehe, meine Berufung und sogar auf meine Beziehung zu Gott. Ich war so sehr auf mein eigenes Image und auf meinen Ruf konzentriert, dass ich innerlich zu verkümmern begann.

Genau wie Narziss konnte ich den Blick nicht von mir selbst abwenden.

### **Die Vision dieses Buches**

Von sich selbst wegzuschauen und den Fokus auf Gott zu lenken, ist viel schwieriger, als es sich anhört. Aus diesem Grund habe ich dieses Buch geschrieben. Unser Blick schweift ganz von selbst nach innen – so sind wir Menschen nun mal gestrickt. Und darum ist Eitelkeit auch so schwer zu bekämpfen.

Nachdem mir meine eigene Selbstbezogenheit bewusst geworden war – sowohl ihre Anziehungskraft als auch die Gefahr, die von ihr ausgeht –, nahm Gott mich mit auf eine lange Reise in die Freiheit. Er brachte mir bei, wie ich meinen Blick wieder auf ihn richten kann, und das hat mein Leben komplett verändert. Als ich begriffen hatte, dass sich das Leben nicht um mich dreht, richtete ich meinen Fokus neu aus – diesmal auf Jesus. Das war eine Erfahrung, die sich so tief in mein Herz eingepägt hat, dass ich nicht anders kann, als davon zu erzählen.

Auf den folgenden Seiten habe ich mein Bestes gegeben, die Erkenntnisse, für die Gott mir die Augen geöffnet hat, aufzuschreiben. Ich möchte, dass sie für meine Leserinnen und Leser ebenso hilfreich sind wie für mich. Niemand soll sich durch meine Worte verurteilt fühlen, das wäre das Gegenteil von dem, um was es mir geht.

Ich erzähle meine eigene Geschichte: wie bei mir Selbstbezogenheit aussah und welchen Schmerz sie in diversen Bereichen meines Lebens verursacht hat. Außerdem beschreibe ich vier praktische Schritte raus aus der Falle der Selbstbezogenheit.

Jedes Kapitel enthält am Ende einen Abschnitt mit Diskussionsfragen, als Gesprächsgrundlage für Gruppen. Gott hat den Wunsch, dass wir als Christinnen und Christen unseren Glaubensweg gemeinsam mit anderen gehen, und ich kann mir keinen besseren Weg zur Bekämpfung der Selbstbezogenheit vorstellen, als sich mit anderen zusammenzutun. Finde eine Freundin oder mehrere Freunde, denen Aufrichtigkeit, Barmherzigkeit und Wachstum wichtig sind, und begeben euch gemeinsam auf die Reise. Am Ende jedes Kapitels gibt es zusätzlich einen «Vers zum Nachdenken» und ein Gebet, die deinen Blick von dir selbst weg und hin auf Gott lenken sollen.

Ohne den Heiligen Geist ist die in diesem Buch beschriebene Entwicklung nicht möglich, deshalb hoffe ich, dass die Gebete dich an ihn und seine Hilfe erinnern und dich von der Last befreien, Veränderung alleine herbeiführen zu wollen.

Abschließend möchte ich noch sagen, dass ich alle Leserinnen und Leser meines Buchs in meine Gebete einschließe. An zahllosen Morgen bin ich aufgewacht und dachte an alle Menschen, die sich gefangen und belastet fühlen durch ihren falschen Fokus. Ich habe Gott gebeten, auf die blinden Flecken im Herzen meiner Leserinnen und Leser zu scheinen und ihnen Mut zu schenken, sich selbst ehrlich zu begegnen – denn dieses Buch fordert dazu

auf, etwas sehr Schweres zu tun: der eigenen Eitelkeit direkt ins Gesicht zu schauen. Das ist unbequem und demütigend, aber nur so können wir den Bann unserer Selbstfokussierung brechen. – Es ist den Aufwand wert! Ich bete von Herzen, dass es dein Leben so verändert, wie es meines verändert hat. Ich bete, dass du von deiner Selbstbezogenheit befreit wirst.