

TANJA STENZIG

*Du bist
gesehen
und geliebt*

Liebesbriefe von Gott

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

Die automatisierte Analyse des Werkes, um daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und Korrelationen gemäß § 44b UrhG („Text und Data Mining“) zu gewinnen, ist untersagt.



Copyright © 2026 Gerth Medien
in der SCM Verlagsgruppe GmbH,
Berliner Ring 62, 35576 Wetzlar

Wenn nicht anders angegeben, wurden die Bibelverse entnommen aus:
Neues Leben. Die Bibel, © der deutschen Ausgabe 2002 und 2006 SCM R.Brockhaus
in der SCM Verlagsgruppe GmbH, Witten/Holzgerlingen

1. Auflage 2026
Bestell-Nr. 821186
ISBN 978-3-98695-186-3

Bearbeitung: Saskia Barthelmeß
Umschlagfoto: Alyssa Strohmann · unsplash.com
Umschlaggestaltung: Kathrin Spiegelberg
Satz: satz-bau Leingärtner, Nabburg
Druck und Verarbeitung: FINIDR s.r.o.
Printed in Czech Republic

www.gerth.de

Vorwort

Lange Jahre war ich der Meinung, ich würde Gott nicht richtig hören. Aber genau das habe ich mir so von Herzen gewünscht: hören, was Gott mir sagen möchte. Seiner Leitung folgen und vor allem: wissen, was ihm wichtig ist.

Natürlich habe ich schon öfter geahnt, was Gott mir sagen wollte, und hatte auch Impulse für andere Menschen. Aber ich habe mir mehr gewünscht: sein ganz persönliches Reden zu meinem Herzen und in mein Leben, in meine Herausforderungen hinein.

Und dann habe ich in meiner Kleingruppe die Methode kennengelernt, wie man einen Bibelvers betrachtet und einfach im Gebet anfängt zu schreiben. Man legt Gott die eigenen Worte hin und schreibt dann, seine Worte erwartend, weiter. Und das, was ich kaum für möglich hielt, geschah: Gott redete, zwar nicht akustisch hörbar, aber für mich im Schreiben wahrnehmbar. Für mich ist das vor allem deshalb etwas Besonderes, weil ich bis zu meinem Studium der Meinung war, Schreiben sei nicht mein Ding (meine Aufsätze waren immer die kürzesten ...).

Seitdem besteht meine Zeit mit Gott aus Bibellesen und Schreiben. Zu dir mag Gott auf ganz andere Art und Weise reden und sich ganz anders zeigen. Ich glaube, dass er für jedes seiner Kinder eine eigene, ganz persönliche Sprache hat. Denn Gott redet heute noch! Und sein Reden bewegt mich immer wieder.

Mit der Zeit wurde dann der Gedanke immer präsenter, dass auch andere durch diese Worte ermutigt werden sollen. Sein

Reden ist nicht exklusiv für mich gedacht. Diese Andachten sind also Gottes Reden aus meiner Zeit mit ihm – auch für dich!

Denkst du, wenn du betest, sind es deine Worte, deine Gedanken? Ich dachte, es sei meistens so. Bis ich die Gebete „Du bist ...“ geschrieben habe. Ich hatte mir das Thema „Anbetung“ vorgenommen und wollte einfach mal aufschreiben, was Gott alles für mich ist – Gedanken verfliegen ja so schnell ... Vom ersten Wort an flossen die Gedanken nur so aus mir heraus und ich fühlte mich Gott ganz nah. Ich konnte gar nicht aufhören, ihn zu loben, ihn zu betrachten, ihn immer mehr zu erkennen.

Was ich da so aufgeschrieben habe, wurde mir erst hinterher bewusst, als ich es noch mal las und es mir dann selbst zu Herzen ging. Ja, es war für Gottes Herz gedacht, aber er war vom ersten Buchstaben an dabei und hat die Worte mir und dir zurückgeschenkt. Und wenn ich mal wieder nicht weiß, wie ich ihn anbeten kann, lese ich einfach, was ich aufgeschrieben habe.

Ich möchte dich einladen, die Worte in diesem Buch als seine Worte an dich anzunehmen. Ich bete dafür, dass du durch sie ebenfalls erlebst, wie liebevoll dein himmlischer Vater dich anblickt.

Mein Vater,

voller Liebe schaust du mich an und freust dich über mich. Bevor ich aufstehe, stehst du schon an meinem Bett und kannst es nicht erwarten, mich in den Arm zu nehmen. Du begrüßt mich mit deiner Liebe und einem Tag, den du voller Freude und Kreativität für mich gemacht hast.

Du rollst mir den roten Teppich aus, damit ich zu dir laufe. Dabei bist du derjenige, dem die Ehre gebührt, darauf zu laufen. Aber du teilst deine Ehre mit mir, deiner Königstochter. Du hebst mich hoch zu dir und wirbelst mich herum. So kann ich erleben und lernen, was Liebe bedeutet – und sie dann, wieder zurück auf dem Boden, an andere weitergeben. Du machst mir alles vor, was du dir wünschst, das ich tue und weitergebe. An dir kann ich es sehen, ja, von dir will ich es lernen. Du gibst mir keine Anweisungen, sondern nimmst mich an die Hand und bewältigst die Aufgabe mit mir zusammen.

Deine Kraft fließt durch mich – und fließt und fließt und fließt. Du hast Kraft ohne Ende und ohne Anfang. Schon bevor ich geboren wurde, hast du meine Wege vorbereitet. Einen zu dir hin, an dem du mich mit offenen Armen empfängst. Voller Freude wartest du dort jeden Tag neu und doch fortwährend auf mich.

Der andere Weg hat kein Ende und ist auch noch nicht fertig. Ihn gehst du gemeinsam mit mir. Beim Gehen gibst du mir Pflastersteine und pflasterst den Weg mit mir zusammen – jeden Stein voller Weisheit. Du bist mir nah und immer bereit, mit mir

zu reden. Ja, so kann ich gehen: jeden Schritt sicher bei dir, mit dir, in meine Berufung hinein.

Obwohl du selbst der pure Glanz bist, überschüttest du mich mit Goldregen, der wie Schneeflocken sanft auf mich rieselt. Deine Schönheit, Reinheit und Liebe fallen auf mich und lassen dich in mir – und durch mich – glänzen. Ich bin dir, meinem wunderbaren Gott und Vater, wertvoll und darf das genießen. Mit offenen Händen und das Gesicht dir zugewandt, lasse ich mich beschenken. Ich spüre den Flocken nach, wie sie auf mich fallen, und genieße den Segensregen deiner Gegenwart und deiner Gaben. Jede Flocke steht für ein Geschenk, das du mir machst. So viele Wunder und Entdeckungen hast du vorbereitet! Sie liegen vor mir und wollen mit dir zusammen ausgepackt werden.

In deinem Reich darf ich leben und deine Freude durchströmt mich. Ich nehme die Goldflocken mit Freude an, lasse mich berieseln, bin dankbar und ruhig in deiner Gegenwart. Die Flocken blenden den Lärm der Welt aus und lassen mich mit tiefem Frieden vor dir stehen. Wie ein Kind im Schnee, fasziniert, versunken in Schönheit und Frieden.

Einfach leben, einfach da sein, einfach bei dir sein, meinem Vater, meiner Liebe!

*Als seinen Kindern gehört euch alles,
was ihm gehört. GALATER 4,7*

Mein liebes Kind, alles, ja, alles, was mir gehört, gehört auch dir. Du hast schon jetzt Anteil daran und kannst davon nehmen und weitergeben. Du bist dazu berufen, in meiner Herrlichkeit und Liebe zu leben und andere mit hineinzunehmen. Du darfst – und sollst sogar – mit dem, was ich dir schenke, großzügig, geradezu verschwenderisch, umgehen.

Dabei sollst du dich freuen, mit einer unbändigen Freude, die direkt von mir kommt. Dadurch öffnest du die Herzen anderer. Sieh dabei weniger auf die äußere Person, sondern sieh den Menschen an, der vor dir steht! Schaue tief in sein Inneres und hinterlass dort Fröhlichkeit und Liebe – meine Liebe, die immer durch dich fließen wird – mehr und mehr. Was du von mir bekommst, verteile großzügig an die Welt. Es wird so sehr gebraucht! Lass alle sehen, dass ich die Menschen liebe.

Ich werde deine Hände und dein Herz immer wieder füllen, sodass du geben und gleichzeitig genießen kannst. Halte nichts zurück! Du wirst im Geben mehr Segen und Freude erleben als im Nehmen oder Behalten. Das erlebst du ja bereits jetzt schon so oft. Letztendlich gehört dir sowieso nur, was du verschenkst. Vertraue mir weiterhin. Meine Großzügigkeit ist unendlich groß.

Dein Gott und Vater



Ihr seid das Salz der Erde. Doch wozu ist Salz noch gut, wenn es seinen Geschmack verloren hat? Kann man es etwa wieder brauchbar machen? MATTHÄUS 5,13

Mein Kind, ich bin da. Du wirst immer tiefer in meine Heiligkeit eintauchen und immer mehr Teil von ihr sein – in meiner Nähe und dort, wohin ich dich berufe. Meine Herrlichkeit ist jetzt schon für dich da, nicht erst in der Ewigkeit. Und du sollst jetzt schon für mich leuchten und in anderen Menschen die Sehnsucht nach mir entfachen. Lebe meine Liebe – und sei das Salz der Erde.

Du bist für mich noch unverzichtbarer als das Salz beim Kochen. Du hast mit dem Heiligen Geist in dir mehr Einfluss, als du denkst, und veränderst durch dein Dasein dein Umfeld. Was fade war, wird durch dich würzig.

Salz erhält Leben. Du trägst mein Leben in dir und bringst durch meine Worte Leben. Schütte sie reichlich aus, du kannst nichts „versalzen“. Sei mutig, denn ich lege meine Worte in deinen Mund. Sie wirken durch dich, sie durchdringen alles, bringen Leben und offenbaren die Wahrheit. Du bist mein Sprachrohr. Das, was aus deinem Mund kommt, segnet und stärkt, wenn du es in meiner Kraft und in meinem Auftrag tust.

Dein Gott und Vater

Er wird denen das ewige Leben schenken, die beharrlich das tun, was gut ist, und sich nach der Herrlichkeit, Ehre und Unvergänglichkeit sehnen, die Gott gibt. Römer 2,7

Gott ist Licht, in ihm ist keine Finsternis. 1. JOHANNES 1,5

Mein liebes Kind, mein Licht strahlt herrlich in dir und wird von allen Seiten reflektiert. Wie ein Diamant wirfst du mein Licht in wunderbaren Farben in deine Umgebung. Du bist mein funkelnder Edelstein: wertvoll und schön anzusehen. Mein Schleifen hat sich gelohnt und dich glänzender und wertvoller gemacht.

Mein Licht lässt dich funkeln. Suche daher beständig meine Nähe, trete immer wieder in mein Licht – ich will deine Lichtquelle sein.

Ich habe dich erwählt zu strahlen. Denn ich habe dich mir ähnlich gemacht und so viel von meiner Liebe und Schönheit in dich gelegt. Du weißt es schon, kannst es aber trotzdem nicht fassen. Wenn du Sonnenaufgänge, Blumen und wunderschöne Landschaften siehst, kommst du ins Staunen. Aber dich habe ich noch viel wunderschöner gemacht! Es ist wahr, auch wenn du es kaum glauben kannst. Ich habe so viel Gutes in dich hineingelegt und dich liebevoll gestaltet.

Du bist ein einzigartig geschaffenes Königskind eines wunderbar kreativen Gottes. Deshalb hast du Verlangen nach mir. Du vertraust auf mich, deinen Gott.

Glaube mir, dass ich dich jeden Tag in den Arm nehme. Jeden Tag, jede Minute bin ich bei dir. Meine Herrlichkeit hüllt dich ein und meine Liebe leitet dich. Du kannst dir sicher sein, dass ich immer bei dir bin. Egal, ob du es fühlst oder nicht. Du bist mir so wichtig. Lebe in dieser Gewissheit!

Dein Gott und Vater

*Herr, nach dir habe ich Verlangen. Ich vertraue auf dich, mein Gott!
Lass mich nicht zugrunde gehen und lass nicht zu, dass meine Feinde
sich an meiner Niederlage freuen. Psalm 25,1–2*



Du bist mein Vater und liebst mich so sehr, dass ich „Papa“ sagen darf. Deine Liebe ist unergründlich tief, und sie zu erleben, ist unbeschreiblich. Wie könnte ich die Größe deiner Zuneigung erklären, wo ich doch selbst gerade erst lerne zu lieben? Du gibst mir das Wichtigste, was ein Vater geben kann: deine perfekte Liebe. Denn du bist die Liebe.

Du bist mein Glück. Es gibt keine Freude ohne dich. Kann ich etwas Glück nennen, ohne dich zu haben? Dich zu lieben und von dir geliebt zu werden, ist das größte Glück. Du bist mein Friede, tief in mir und verankert in meinem Leben. Du bist mein Reichtum, wichtiger als Geld, wertvoller als Edelsteine, Gold und jeglicher Besitz.

Wir sind doch Kinder Gottes geworden und dürfen ihn „Abba, Vater“ rufen. Denn der Geist Gottes selbst bestätigt uns tief im Herzen, dass wir Gottes Kinder sind. Römer 8,15–16

Er ist gekommen und brachte die Botschaft des Friedens euch, die ihr fern von ihm wart, und den Juden, die ihm nahe waren. Epheser 2,17



*Schmeckt und seht, dass der Herr gut ist.
Freuen darf sich, wer auf ihn vertraut!* PSALM 34,9

Mein Kind, dein Leben ist fest in meiner Hand und du bist tief in meinem Herzen. Deine Hingabe an mich entspringt deiner Liebe zu mir, ich habe sie in dir angestoßen. Und jetzt ist es dein Entschluss, für mich zu leben – das macht mich glücklich. Ich nehme, was du mir gibst, mit großer Liebe an, und wache über dich. Du bist für mich so kostbar!

Ich sehe deine Sehnsucht, mir zu gefallen. Ich sehe dich! Und ich liebe, was ich sehe.

Du sollst nicht einfach nur leben, sondern Freude soll dein Leben bestimmen. Diese Freude entspringt dort, wo ich in dir wohne, und soll aus dir herausprudeln. Ich bin die Freude selbst, wie könnte ich sie für mich behalten?! Selbst in Herausforderungen wirst du Freude erleben – eine Freude, die tiefer reicht als deine Umstände. Vertraue darauf, dass es dir niemals an Gutem mangeln wird, denn ich versorge dich und sättige dich.

Ich spreche Gutes über dir aus und tue dir Gutes. Nichts davon hast du verdient, nichts hast du dir erarbeitet, aber meine Güte und Liebe zu dir sind so unbeschreiblich groß, dass ich nicht anders kann, als zu geben. Du bist von meinem Segen umfassen. Sieh es als Entlastung und Freiheit an, dass du nichts tun kannst, außer mir dein Herz zu schenken. Dieses Kostbarste von dir nehme ich mit zarten Händen an und beschütze es.

Dein Gott und Vater

Er hat uns erschaffen und wir gehören ihm.

Wir sind die Schafe seiner Weide. PSALM 100,3

Mein Kind, ja, das bist du, mein Schaf auf meiner Weide. Bei mir bist du in Sicherheit. Ich versorge dich mit allem, was du brauchst. Bei mir ist das Gras am grünsten und die Freude am größten. Ich halte alles für dich bereit. Und ich bin der gute Hirte, der dich leitet und vor Gefahren schützt. Du lebst durch mich und meine Großzügigkeit. Genieße es, Schaf zu sein: entspannt und voller Vertrauen.

Meine Liebe und meine Gedanken sollen in deinem Leben regieren und sichtbar werden. Jeden Tag und jede Minute möchte ich dich mit meinen guten Gedanken leiten. Überlass mir die Führung und erkenne an, dass meine Wege tatsächlich besser sind als die von irgendjemandem sonst. Und dann gib dem Heiligen Geist Raum, um zu wirken!

Es ist mir wichtig, dass du meine Wege gehst, weil ich so viele wunderbare Dinge für dich vorbereitet und auf dem Weg platziert habe. Ich will, dass du den maximalen Segen erlebst.

Dein Gott und Vater

Denn so viel der Himmel höher ist als die Erde, so viel höher stehen meine Wege über euren Wegen. Jesaja 55,9



*Steh auf und leuchte ... die Herrlichkeit des Herrn
erstrahlt über dir.* JESAJA 60,1

Ja, mein Kind, auch über dir erstrahlt meine Herrlichkeit. Sei dir bewusst, dass du mein Eigentum bist und mich repräsentierst. Zeige und sage jedem, warum du strahlst und woher das Licht aus deinem Inneren kommt. Sei meine Zeugin! Gerade in dieser Zeit kannst du so viel von meiner Gnade und Herrlichkeit erzählen. Stehe auf und leuchte ... und erfreue dich an meiner Herrlichkeit über dir!

Ich gebe dir Verständnis und weise dir den Weg. Wenn du durch einen Dschungel musst, zeige ich dir die Schleichwege und reiche dir die Machete. Ich lasse dich stark werden, indem ich dir meine Kraft schenke. Ich unterstütze dich, damit dir das gelingt, was ich von dir möchte. Mit mir an deiner Seite kann dir nichts passieren, du wirst immer stärker und dein Wirkungskreis größer werden. Meine Weisheit lässt dich bestehen und das Richtige tun.

Mein Auge ruht auf dir und mein liebevoller Blick lässt dich meine große Liebe spüren. Bei mir bist du sicher und geborgen. In die Tiefe meiner Liebe darfst du fallen – ja, ich schubse dich geradezu hinein. Du bist von meiner Güte umgeben und musst dich um nichts sorgen – denn ich Sorge für dich.

Glaube mir, dass ich ein Gott bin, der liebt. Der *dich* liebt. Mit all meinem Sein liebe ich dein ganzes Sein. In mir darfst du dich bergen, dich geliebt und geschützt fühlen. Nichts kann dich wirklich treffen, solange du in meinen Armen bist.

Dein Gott und Vater

Der Sinn des
Gebets ist
*Gemeinschaft
mit Gott.*
