

Jess Connolly & Hayley Morgan

Geliebt. Mit allen Ecken und Kanten

Du bist nie zu viel und immer genug

100 ermutigende Andachten

Aus dem Englischen
von Renate Hübsch

The logo for GerthMedien features the word "Gerth" in a bold, black, sans-serif font, followed by "Medien" in a lighter weight of the same font. A thin, black, curved line arches over the text, starting above the "G" and ending above the "n".

*Dieses Buch ist für dich.
Als Tochter des Königs
bist du immer genug
und nie zu viel.*

Inhalt

Einführung	11
Du bist immer genug...	
... auch wenn du Fehler machst	14
... auch wenn du keine Kraft mehr hast	17
... auch wenn du nicht die Aufmerksamste bist	20
... auch wenn du nicht viele Freundinnen hast	24
... auch wenn du das Gefühl hast, nicht in die Gemeinde zu passen	27
... auch wenn du irgendeinem undefinierbaren Standard nicht entsprichst	30
... auch wenn du dich nicht schön findest	33
... auch wenn du befürchtest, dein Glaube sei zu klein ...	36
... auch wenn du ständig Bestätigung brauchst	39
... auch wenn deine guten Taten nicht besonders großartig zu sein scheinen	42
... auch wenn du keine Träumerin und Visionärin bist ..	45
... auch wenn du das Gefühl hast, dass du ungeeignet bist	48
... auch wenn du verschlossen bist	52
... auch wenn du nicht für jeden alles tun kannst	55
... auch wenn du nicht viel über die Bibel weißt	58
... auch wenn du fürchtest, nicht erfolgreich genug zu sein	61

... auch wenn du nicht zu den Superschlaunen gehörst ...	64
... auch wenn du nicht viel Geld hast	67
... auch wenn du das Gefühl hast, immer hinterher- zuhängen	71
... auch wenn du nicht quirlig und temperamentvoll bist	74
... auch wenn du Menschen enttäuschst	77
... auch wenn du das Gefühl hast, dass du übersehen wirst	80
... auch wenn du Nein sagen musst	83
... auch wenn noch niemand durch dich zum Glauben gekommen ist	86
... auch wenn du krank bist	89
... auch wenn du glaubst, keine gute Freundin zu sein ...	92
... auch wenn du erschöpft bist	96
... auch wenn du keine Kinder hast	99
... auch wenn andere großartiger sind	102
... auch wenn du gegen die Sünde ankämpfst	105
... auch wenn du Ablehnung erfährst	108
... auch wenn du dich nicht viel in der Gemeinde engagierst	111
... auch wenn du dich Gott nicht nah fühlst	114
... auch wenn du irgendwie aus dem Rahmen fällst	117
... auch wenn du mit Versuchungen konfrontiert bist ...	121
... auch wenn du den Tag nicht gut genutzt hast	124
... auch wenn dein Leben zerbricht	127
... auch wenn du keinen geistlichen Beruf hast	130
... auch wenn du eher der stille Typ bist	134

... auch wenn du Zweifel hast	136
... auch wenn du deine Fähigkeiten infrage stellst	139
... auch wenn du dich im Vergleich mit anderen klein fühlst	142
... auch wenn du denkst, dass du niemanden zum Glauben führst	145
... auch wenn du nicht besonders verantwortungs- bewusst bist	148
... auch wenn du keinen engen Freundeskreis hast	151
... auch wenn du Nein sagen musst	154
... auch wenn deine To-do-Liste endlos ist	157
... auch wenn du nicht perfekt bist	160
... auch wenn du denkst, dass du in einer Sackgasse steckst	163
... auch wenn du das Ziel verfehlst	166

Du bist nie zu viel...

... auch nicht, wenn du deinen eigenen Kopf hast	170
... auch nicht, wenn du dir klare Ziele setzt	173
... auch nicht, wenn du ein sehr mitfühlender Mensch bist	176
... auch nicht, wenn du immer das sagst, was du denkst	179
... auch nicht, wenn du nah am Wasser gebaut bist	182
... auch nicht, wenn du Hilfe brauchst	185
... auch nicht, wenn die Ideen nur so aus dir heraussprudeln	187

... auch nicht, wenn du entschlossen für Gerechtigkeit kämpfst	190
... auch nicht, wenn du zum Grübeln neigst	193
... auch nicht, wenn du nicht gerade sanftmütig und rücksichtsvoll bist	196
... auch nicht, wenn du ehrgeizig bist	199
... auch nicht, wenn du mit Depressionen kämpfst	202
... auch nicht, wenn du Feuer und Flamme für Gott bist ..	205
... auch nicht, wenn du eine unglaubliche Begabung besitzt	208
... auch nicht, wenn du dir innigere Freundschaften wünschst	211
... auch nicht, wenn dir etwas schwer auf dem Herzen liegt	214
... auch nicht, wenn du wie ein Wirbelsturm bist	218
... auch nicht, wenn du am Ende bist	221
... auch nicht, wenn du unvernünftig handelst	224
... auch nicht, wenn du Gott immer wieder um Hilfe bittest	227
... auch nicht, wenn du eine kontroverse Meinung vertrittst	230
... auch nicht, wenn du das Leben feierst	234
... auch nicht, wenn du keine Zweifel hast	237
... auch nicht, wenn du viel redest	240
... auch nicht, wenn du energisch bist	243
... auch nicht, wenn du viel zu tun hast	246
... auch nicht, wenn du im Rampenlicht stehst	249
... auch nicht, wenn du dich um deine Freunde sorgst ...	252

... auch nicht, wenn du zu viel von dir preisgibst	255
... auch nicht, wenn du sehr sensibel bist	259
... auch nicht, wenn du für Unruhe sorgst	262
... auch nicht, wenn du trauerst	265
... auch nicht, wenn du ständig fragst, was der Wille Gottes ist	267
... auch nicht, wenn du viele Aufgaben stemmst	270
... auch nicht, wenn du große Träume hast	273
... auch nicht, wenn sich für dich alles immer nur um Gott dreht	276
... auch nicht, wenn du dich verletzlich machst	279
... auch nicht, wenn du einen ganzen Stall voller Kinder hast	282
... auch nicht, wenn du eine Frohnatur bist	285
... auch nicht, wenn du in dieser Welt lebst	288
... auch nicht, wenn du ehrgeizig bist	291
... auch nicht, wenn du anderen einen Schubs gibst	294
... auch nicht, wenn du ein Verstandesmensch bist	297
... auch nicht, wenn du klare Überzeugungen vertrittst	300
... auch nicht, wenn du bedürftig bist	303
... auch nicht, wenn du manchmal aus dem Rahmen fällst	306
... auch nicht, wenn du ständig Feuer und Flamme für etwas bist	309
... auch nicht, wenn du grenzenlose Energie hast	312
... auch nicht, wenn du an Gottes Güte zweifelst	314
... auch nicht, wenn dir mehr an anderen liegt als ihnen an dir	316

Einführung

Als wir uns kennenlernten und anfreundeten, fiel uns ziemlich schnell auf, wie unterschiedlich wir auf das reagieren, was wir sehen und erleben, und dass unsere grundsätzlichen Unsicherheiten auch völlig verschieden sind. Haley hasst es, wenn Menschen von ihr enttäuscht sind – besonders schlimm ist es für sie, wenn man ihr zu verstehen gibt, sie hätte nicht genug getan oder sei irgendwie *nicht genug*. Jess lebt mit der tiefen Angst, die Menschen in ihrem Umfeld zu überfordern, ihnen *zu viel* zu werden. Aber wir wussten beide, wie es ist, wenn man zwischen diesen Unsicherheiten und Befürchtungen hin- und hergerissen ist.

Wir haben Frauen beobachtet, haben ihnen zugehört und dabei erkannt, wie viele ebenso empfinden wie wir. Du hast vielleicht auch das Gefühl, entweder anderen zu viel zu werden oder nie zu genügen – und manchmal auch beides zugleich. Du bist dir nicht sicher, wie du als Tochter Gottes und Bürgerin seines Königreichs eigentlich sein sollst. Und uns geht es da genauso wie dir.

Deshalb haben wir unser Buch für genau diese Augenblicke des Lebens geschrieben: Augenblicke, in denen du glaubst, nicht zu genügen, oder wenn du befürchtest, irgendwie zu viel zu sein – oder irgendwie beides. Wenn du das Gefühl hast, du könntest etwas nie gut genug machen oder wärst nie gut genug, dann fang einfach mit dem Teil an, der die Überschrift

Du bist immer genug... trägt. Die fünfzig Andachten in diesem Abschnitt erinnern dich daran, dass Jesus dir seine Kraft schenken will und dass er mit seiner Gnade all deine Unsicherheiten, Ängste und Verletzungen, all deine Wenns und Abers überwinden kann. Wenn du aber das Gefühl hast, dass du für andere irgendwie zu viel bist, dass du sie mit deiner Art überforderst, dass du zum Beispiel zu emotional oder zu getrieben bist, dann beginne mit dem Teil, der mit *Du bist nie zu viel...* überschrieben ist. Die fünfzig Gedankenanstöße in diesem Abschnitt sollen dich inspirieren, das, was unser schöpferischer Gott in dich hineingelegt hat, so einzusetzen, dass es zu deinem Besten ist und Gott Ehre macht.

Als Königstochter bist du in seinen Augen immer genug und nie zu viel. Alles, was du brauchst, ist die Ermutigung, diese Wahrheit auch zu glauben, und der Mut, entsprechend zu leben. Und auf diesem Weg wollen wir dich begleiten und anspornen.

Jess und Hayley

Du bist immer genug...

... auch wenn du Fehler machst

.....

*Also gibt es jetzt für die, die zu Christus Jesus gehören,
keine Verurteilung mehr. Denn die Macht des Geistes,
der Leben gibt, hat dich durch Christus Jesus von der
Macht der Sünde befreit, die zum Tod führt.*

Römer 8,1-2

.....

Diese Verse aus dem Römerbrief sind die ersten, die ich mir tief eingepägt habe. Obwohl ich damals bereits erwachsen war, haben diese Worte mein Leben verändert. In dieser Phase meines Lebens kannte ich nicht nur Gottes Gute Nachricht und glaubte auch daran, sondern ich begann zu verstehen, was sie für mich ganz persönlich bedeutet und wie sie mein Leben verändern kann. Ich war damals schon seit etwa zehn Jahren Christ, aber in diesen zehn Jahren hatte ich viele Fehler gemacht und Brüche erlebt und fühlte mich zerbrochen, irgendwie kaputt. Ich verstand nicht, warum ich mich noch immer mit so vielen alten Problemen herumschlug. Warum ich immer wieder Dinge vermasselte. Ich hatte mich selbst satt und war sicher, dass es Gott ebenso ging – von den Menschen, die mich jeden Tag ertragen mussten, ganz zu schweigen.

Und dann kam der Tag, den ich nicht vergessen werde. Mein Mann bat mich, mich auf das Sofa zu setzen. Er sah mir in die Augen und sagte: „Jess, du glaubst zwar an die Gute Nachricht,

aber du willst sie einfach nicht für dich selbst in Anspruch nehmen. Ja, es stimmt, dass wir neue Menschen geworden sind, weil wir unser Vertrauen auf Gott gesetzt haben. Aber trotzdem wirst du dein ganzes Leben lang auf seine Gnade angewiesen sein. Gott verurteilt dich nicht. Wir machen alle Fehler. Und das wird auch unser Leben lang so bleiben.“

In diesem Moment, als ich da auf unserem billigen braunen Sofa saß, das wir gebraucht gekauft hatten, bekam ich eine Ahnung davon, wie wunderbar das Evangelium wirklich ist. Es war, als öffnete Gott mir die Augen, und plötzlich sah ich die Welt in allen Farben und nicht länger schwarz-weiß. Ich konnte erkennen, wie sehr ich ihn brauchte, und zwar nicht mehr eher widerstrebend, sondern mit einem Blick der Dankbarkeit und Freude. Und ich konnte die Fehler der anderen sehen, konnte erkennen, wo auch sie zerbrochen waren, ohne dass es mich unglaublich frustrierte. Stattdessen sah ich, dass Gott ihnen mit derselben Gnade begegnete, auf die auch ich so dringend angewiesen war.

Anschließend lief ich durchs Haus und wiederholte immer und immer wieder dieselben Worte: *Also gibt es jetzt für die, die zu Christus Jesus gehören, keine Verurteilung mehr. Also gibt es jetzt für die, die zu Christus Jesus gehören, keine Verurteilung mehr. Also gibt es jetzt für die, die zu Christus Jesus gehören, keine Verurteilung mehr.*

Hast du Fehler gemacht? Den richtigen Weg aus den Augen verloren oder dich total verrannt? Vielleicht geht es nur um eine Kleinigkeit, aber sie liegt dir auf der Seele. Vielleicht ist aber auch etwas wirklich Schlimmes passiert, und die Vorstellung,

das Ganze bloß als Fehler zu bezeichnen, treibt dir die Tränen in die Augen. An dem Wort *Fehler* gibt es etwas, das ich sehr mag: Es schwingt ein gewisses Überraschungsmoment darin mit. Vielleicht haben wir etwas bewusst und willentlich getan, aber wir hatten keine Ahnung, dass es sich dann so entwickeln würde. Vielleicht hast du jemanden verletzt, aber du hattest bestimmt nicht monatelang darüber nachgedacht, das zu tun. Oft genug sind wir auch überrascht darüber, dass wir immer noch „gefallene Menschen“ sind. Wir sind davon überrascht, dass wir noch solche Fehler begehen. Aber weißt du, wer nicht überrascht ist? Der, der uns mit Gnade begegnet.

Ja, wir sind vielleicht von unseren Fehlern überrascht.

Aber weißt du, wer nicht überrascht ist?

Der, der dir mit Gnade begegnet.

Als Jesus am Kreuz hing, als er es möglich machte, dass du Teil von Gottes Familie wirst, wusste der Vater genau, welche Fehler du noch begehen würdest – kleine, große, verheerende, selbst die, von denen du nicht weißt, wie du sie je wiedergutmachen kannst. Und er hat trotzdem gesagt, dass du ihm so viel bedeutetest, dass er für dich sterben würde. Du bist es wert, gerettet, gefunden und mit Gnade beschenkt zu werden – nicht, weil du alles richtig gemacht hast, sondern weil er dich erschaffen hat und dich liebt. Mit allen Ecken und Kanten. Deine Fehler können dich nicht von ihm trennen; er hat dir versprochen, dass er dich nicht verurteilt.

Jess

... auch wenn du keine Kraft mehr hast

*Ich bin der Weinstock; ihr seid die Reben.
Wer in mir bleibt und ich in ihm, wird viel Frucht bringen.
Denn getrennt von mir könnt ihr nichts tun.*

Johannes 15,5

Viele von uns sehnen sich danach, etwas zu bewegen und eine glänzende Zukunft zu haben. Wir wären gern Weltveränderer im Dienste des Herrn. Das Problem ist nur: Unsere Vorstellungen davon, wozu wir berufen sind, sehen manchmal anders aus als die Berufung, die Gott für uns im Sinn hat.

Gott verspricht uns nicht, dass wir immer einen gesunden, leistungsfähigen Körper haben. Er verspricht uns nicht, dass wir nie krank werden oder einen Unfall haben. Wir leben in einer gefallenen Welt und kommen mit jedem Tag unserem Tod ein Stückchen näher. Aber Gott bemisst unseren Wert nicht nach unserer Vitalität und Lebenskraft.

Manchmal sind wir so wenig in der Lage, etwas für Gott zu *tun*, dass wir nur noch eines können: für ihn zu *sein*. Aber das beunruhigt ihn nicht im Geringsten. Gott hat deinem Leben an sich einen Wert gegeben: Du bist sein Ebenbild. Du kannst gar nichts tun, damit er dich weniger liebt ... oder mehr.

Und dieses „oder mehr“ kann ein ernstes Problem sein. Für Menschen, die zwanghaft produktiv sein müssen, die ihr Leben

mithilfe von To-do-Listen angehen und der nächsten Auszeichnung für ihre Leistungen nachjagen, kann diese Unfähigkeit, Gott zu beeindrucken, tatsächlich frustrierend sein. Aber für jemanden, dem gerade jede Kraft fehlt oder der mit schlimmen medizinischen Diagnosen konfrontiert ist, kann es Balsam für die Seele sein. Du musst dein Leben nicht aufpolieren oder Überstunden einlegen, um für Gott gut genug zu sein. Jesus hat das bereits für dich erledigt, und zwar in dem Moment, als du dein Vertrauen auf ihn gesetzt hast und seiner Einladung gefolgt bist.

Deine Erschöpfung hindert Gott nicht daran, das Gute zu tun, das er in deinem Leben tun will. Das verspreche ich dir! Das verspricht *er* dir! Selbst wenn du kein einziges Wort mehr herausbringst, an ein Krankenhausbett gefesselt oder sogar bewusstlos bist, würde das nichts an seiner Fähigkeit ändern, etwas durch dich zu bewirken. Das ist eine Realität in seinem Reich, in dem alles auf den Kopf gestellt wird und so ganz anders ist als in unserer Gesellschaft.

*Deine Erschöpfung hindert Gott nicht daran,
das Gute zu tun, das er in deinem Leben tun will.*

Unsere Begabungen stehen uns nicht selten im Weg, weil wir darauf bestehen, sie auch zu nutzen. Aber selbst wenn wir kraftlos oder müde sind, kann Gottes Licht hell durch uns hindurchscheinen, sodass die anderen einfach erkennen müssen, dass er hier gerade am Werk ist und nicht wir.

Du musst also keine Angst haben, wenn du das Gefühl hast, dass du nicht genug Kraft oder Begabung besitzt, um Gottes

Ruf zu folgen. Wo du schwach bist – und das sind wir doch alle von Zeit zu Zeit, oder? –, ist er stark.

Er ist mit dir und sein Heiliger Geist wirkt in dir. Wenn du dir das bewusst machst, kannst du innerlich zur Ruhe kommen und dich entspannen. Seine Kraft wirkt ganz besonders an dir, und zwar weil du schwach bist. Du bist ein Gefäß, das für ihn bereit ist: leer von eigenen Fähigkeiten, aber erfüllt mit Gott und seiner Kraft. Ist es nicht tröstlich, das eigene Leben so zu betrachten? Wenn wir mit unserem Latein und unseren Fähigkeiten am Ende sind, ist das der Anfang seines Wirkens in und mit uns.

Hayley

... auch wenn du nicht die Aufmerksamste bist

*Besteht deine Begabung darin, anderen zu dienen,
dann diene ihnen gut. Bist du zum Lehren berufen,
dann sei ein guter Lehrer. Wenn du die Gabe hast,
andere zu ermutigen, dann mach es auch!*

*Wer Geld hat, soll es aus freien Stücken und ehrlich
mit anderen teilen. Hat Gott dir die Fähigkeit verliehen,
andere zu leiten, dann nimm diese Verantwortung ernst.*

*Und wenn du die Begabung hast, dich um andere,
die es nötig haben, zu kümmern, sollst du es mit
fröhlichem Herzen tun.*

Römer 12,7–8

Immer wieder steckte sie mir unbemerkt eine Karte in die Handtasche – ermutigende Worte oder ein Gebet. Und ich vergaß regelmäßig, darauf zu antworten. Wenn ich mal in einem Nebensatz angemerkt hatte, dass mir etwas gefiel, erinnerte sich meine Freundin Karen daran und setzte alle Hebel in Bewegung, um es für mich zu besorgen.

Monatelang hatte ich mir Vorwürfe gemacht, weil ich so anders bin als sie, hielt mich für eine lausige Freundin und fühlte mich ehrlich gesagt ganz unwürdig, mit ihr in einer Gemeinde zu sein. *Karen denkt bestimmt, dass ich echt das Letzte bin,*

dachte ich. *Und wenn die anderen mich mit ihr vergleichen, fragen sie sich zweifellos, warum um alles in der Welt ich die Frau des Pastors und die Leiterin der Frauenarbeit bin, während sie sich doch so wunderbar um die Frauen kümmert und für sie da ist.*

Im Schatten ihres liebevollen Wesens wurde ich das Gefühl nicht los: Was ich auch tat, es war zu wenig und kam zu spät. Wenn ich versuchte, anderen meine Wertschätzung zu zeigen, indem ich ihnen eine Karte schrieb oder ein kleines Geschenk machte, geschah das ehrlich gesagt nur deshalb, weil ich so sein wollte wie Karen. Selbst mir kamen meine Grüße und Geschenke irgendwie unecht vor.

Mir war nicht bewusst, wie sehr diese Situation an mir zehrte, bis ich mitbekam, wie eine andere Frau sich einmal mit meiner fürsorglichen Freundin verglich. Sie selbst war eine begabte Seelsorgerin. Sie verstand sich wunderbar darauf, anderen verständnisvolle oder weise Ratschläge zu geben, und ich hatte noch nie auch nur im Entferntesten das Gefühl gehabt, von ihr nicht gesehen oder nicht geliebt zu werden, bloß weil sie mir keine Ermutigungskärtchen zusteckte oder mir keine schöne Kerze kaufte.

Ich erkannte: Wenn wir uns mit Karen verglichen, brachten wir uns selbst um die Gelegenheit, Gott zu ehren, indem wir erkannten und anerkannten, auf welcher einzigartigen Weise er unsere aufmerksame Freundin begabt hat. Statt ihn dafür zu loben, dass er ihr diese wunderbare Gabe der Aufmerksamkeit geschenkt hatte, warfen wir ihm gewissermaßen vor, *uns* diese nicht gegeben zu haben. Wir bezweifelten, dass er *uns* ebenso

wunderbar erschaffen hatte, und das so sehr, dass wir aufhören, *auf unsere eigene Weise* aufmerksam zu sein.

Ich bin ganz sicher: Gott hat dich als sein Ebenbild erschaffen, und du kannst anderen zeigen, wie viel sie dir bedeuten, weil Gottes Heiliger Geist mit seiner Kraft in dir wirkt.

Gott hat auch dir die Gabe geschenkt, aufmerksam und fürsorglich zu sein – aber auf welche Weise? Ich lasse zum Beispiel immer alles stehen und liegen, wenn meine Freunde mich brauchen. Sie wissen: Wenn jemand einen schlimmen Tag hat oder in einer Ehekrise steckt, können sie mich auch um zwei Uhr nachts anrufen, und ich werde kommen. Wenn jemand operiert wird, fliege ich hin, um an ihrem oder seinem Bett zu sitzen. Ich sage eigene Termine ab, um mit einer Freundin zu feiern, wenn sie gerade ein Erfolgserlebnis hatte. Das ist eben meine Art, Zuneigung und Wertschätzung zu zeigen. Heißt das nun, dass ich mich nicht bemühe, auch auf andere Weise eine bessere Freundin zu sein? Absolut nicht. Aber es bedeutet, dass ich anerkenne, wie Gott mich erschaffen hat, und dass ich sein Gnadengeschenk schätzen lerne, andere auf die Weise zu lieben, wie er mich begabt hat.

Ich bin gespannt, wie er dich begabt hat – wie du anderen ganz praktisch deine Zuneigung vermittelst. Ich bin gespannt, wie sich bei dir diese Gabe der Aufmerksamkeit und fürsorglicher Liebe zeigt. Denn ich bin ganz sicher: Gott hat dich als sein Ebenbild erschaffen, und du kannst anderen zeigen, wie viel sie

dir bedeuten, weil Gottes Heiliger Geist mit seiner Kraft in dir wirkt. Du musst diese Tatsache bloß anerkennen: Du *bist* aufmerksam und liebevoll; lebe das aus vollem, dankbarem Herzen aus.

Jess