

Die
BIBEL
für die
ZWEITE
CHANCE

Abhängigkeiten überwinden –
Befreiung erlangen

SCM

Stiftung Christliche Medien

SCM R.Brockhaus ist ein Imprint der SCM Verlagsgruppe,
die zur Stiftung Christliche Medien gehört,
einer gemeinnützigen Stiftung, die sich für die Förderung und Verbreitung
christlicher Bücher, Zeitschriften, Filme und Musik einsetzt.

1. Auflage 2022

© der deutschen Ausgabe 2022

SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH

Max-Eyth-Str. 41 · 71088 Holzgerlingen

Internet: www.scm-brockhaus.de | E-Mail: info@scm-brockhaus.de

Originally published in English in the U.S.A under the title:

Life Recovery Bible

by Stephen Arterburn and David Stoop

© 1998, 2017 by Tyndale House Publishers

German edition published with permission of Tyndale House Publishers.

All rights reserved.

Übersetzt von Brita Becker, Silvia Lutz, Michael Dennstedt und Jürgen Kuberski.

Bibeltext:

Copyright der amerikanischen Originalausgabe:

Holy Bible, New Living Translation,

copyright © 1996, 2004, 2015 by Tyndale House Foundation.

Used by permission of Tyndale House Publishers, Inc.,

Carol Stream, Illinois 60188, USA. All rights reserved.

© der deutschen Ausgabe 2002/2006

SCM R.Brockhaus in der SCM-Verlagsgruppe GmbH

Max-Eyth-Str. 41 · 71088 Holzgerlingen

Internet: www.scm-brockhaus.de | E-Mail: info@scm-brockhaus.de

Textstand 21 | 11

Umschlaggestaltung und Titelbild: Stephan Schulze, Holzgerlingen

Satz: Satz & Medien Wieser, Aachen

Druck und Bindung: L.E.G.O. S.p.A.

Gedruckt in Italien

ISBN 978-3-417-25815-8

Bestell-Nr. 225.815

Inhalt

Die Bücher der Bibel	*4
Abkürzungsverzeichnis	*5
Einführung	*6
Vorwort	*9
Ein paar Bemerkungen über Abhängigkeit	*12
Die Anfänge der <i>Bibel für die 2. Chance</i>	*14
Die 12 Schritte für die 2. Chance	*16
Die 12 Schritte der Anonymen Alkoholiker	*17
Die 12 Schritte und die Bibel	*18
Hinweise für die Leser	*20
Vorsatzblatt	*22
Das Alte Testament	1
Das Neue Testament	1345
Die 12 Grundsätze des Heilungsprozesses	1911
Die 12 Irrtümer des Heilungsprozesses	1914
Die 12 Geschenke des Heilungsprozesses	1917
Die 12 christlichen Grundlagen des Heilungsprozesses	1919
Die 12 Tatsachen des Heilungsprozesses	1920
Themenregister	1921
Themenindex	1953
Index der Heilungssteckbriefe	2012
Index »Zwölf Schritte Andachten«	2013
Index »Andachten zum Prinzip der Heilung«	2016
Index »Andachten zum Gelassenheitsgebet«	2018
Index »Weiterführende Gedanken zur Heilung«	2019
Stimmen zum Buch	2024

Die Bücher der Bibel

Das Alte Testament

Das erste Buch Mose (1Mo)	3
Das zweite Buch Mose (2Mo)	87
Das dritte Buch Mose (3Mo)	151
Das vierte Buch Mose (4Mo)	195
Das fünfte Buch Mose (5Mo)	253
Das Buch Josua (Jos)	307
Das Buch der Richter (Ri)	347
Das Buch Rut (Rut)	389
Das erste Buch Samuel (1Sam)	399
Das zweite Buch Samuel (2Sam)	451
Das erste Buch der Könige (1Kön)	493
Das erste Buch der Könige (2Kön)	537
Das erste Buch der Chronik (1Chr)	583
Das zweite Buch der Chronik (2Chr)	625
Das Buch Esra (Esr)	677
Das Buch Nehemia (Neh)	693
Das Buch Ester (Est)	717
Das Buch Hiob (Hiob)	731
Die Psalmen (Ps)	777
Die Sprichwörter (Spr)	901
Der Prediger (Pred)	941
Das Hohe Lied (Hld)	957
Der Prophet Jesaja (Jes)	967
Der Prophet Jeremia (Jer)	1045
Die Klagelieder (Klgl)	1133
Der Prophet Hesekiel (Hes)	1145
Der Prophet Daniel (Dan)	1217
Der Prophet Hosea (Hos)	1245
Der Prophet Joel (Joel)	1263
Der Prophet Amos (Am)	1269
Der Prophet Obadja (Obd)	1281
Der Prophet Jona (Jona)	1285
Der Prophet Micha (Mi)	1291
Der Prophet Nahum (Nah)	1301
Der Prophet Habakuk (Hab)	1307
Der Prophet Zefanja (Zef)	1313

Der Prophet Haggai (Hag)	1319
Der Prophet Sacharja (Sach)	1323
Der Prophet Maleachi (Mal)	1339

Das Neue Testament

Das Evangelium von Matthäus (Mt)	1347
Das Evangelium von Markus (Mk)	1411
Das Evangelium von Lukas (Lk)	1453
Das Evangelium von Johannes (Joh)	1519
Die Apostelgeschichte (Apg)	1569
Der Brief an die Römer (Röm)	1629
Der erste Brief an die Korinther (1Kor)	1661
Der zweite Brief an die Korinther (2Kor)	1691
Der Brief an die Galater (Gal)	1713
Der Brief an die Epheser (Eph)	1727
Der Brief an die Philipper (Phil)	1739
Der Brief an die Kolosser (Kol)	1749
Der erste Brief an die Thessalonicher (1Thess)	1757
Der zweite Brief an die Thessalonicher (2Thess)	1765
Der erste Brief an Timotheus (1Tim)	1771
Der zweite Brief an Timotheus (2Tim)	1783
Der Brief an Titus (Tit)	1791
Der Brief an Philemon (Phlm)	1799
Der Brief an die Hebräer (Hebr)	1803
Der Brief von Jakobus (Jak)	1827
Der erste Brief von Petrus (1Petr)	1839
Der zweite Brief von Petrus (2Petr)	1851
Der erste Brief von Johannes (1Joh)	1859
Der zweite Brief von Johannes (2Joh)	1869
Der dritte Brief von Johannes (3Joh)	1873
Der Brief von Judas (Jud)	1877
Die Offenbarung (Offb)	1881

Abkürzungsverzeichnis

1Chr	1. Chronik	Hld	Hohes Lied
1Joh	1. Johannes	Hos	Hosea
1Kön	1. Könige	Jak	Jakobus
1Kor	1. Korinther	Jer	Jeremia
1Mo	1. Mose	Jes	Jesaja
1Petr	1. Petrus	Jh.	Jahrhundert
1Sam	1. Samuel	Joh	Johannes
1Thess	1. Thessalonicher	Jos	Josua
1Tim	1. Timotheus	Jud	Judas
2Chr	2. Chronik	kg	Kilogramm
2Joh	2. Johannes	Klgl	Klagelieder
2Kön	2. Könige	km	Kilometer
2Kor	2. Korinther	Kol	Kolosser
2Mo	2. Mose	l	Liter
2Petr	2. Petrus	Lk	Lukas
2Sam	2. Samuel	m	Meter
2Thess	2. Thessalonicher	Mal	Maleachi
2Tim	2. Timotheus	Mi	Micha
3Joh	3. Johannes	Mk	Markus
3Mo	3. Mose	Mt	Matthäus
4Mo	4. Mose	Nah	Nahum
5Mo	5. Mose	Neh	Nehemia
Am	Amos	O.	Oder
Anm.	Anmerkung	Obd	Obadja
Apg	Apostelgeschichte	Offb	Offenbarung
Aram.	Aramäisch	Phil	Philipper
Ca.	Circa	Phlm	Philemon
cm	Zentimeter	Pred	Prediger
D. h.	Das heißt	Ps	Psalmen(en)
D. i.	Das ist	Ri	Richter
Dan	Daniel	Röm	Römer
EG	Evangelisches Gesangbuch	S.	Siehe
Eph	Epheser	Sach	Sacharja
Esr	Esra	Spr	Sprichwörter
Est	Ester	t	Tonne
g	Gramm	Tit	Titus
Gal	Galater	u.	und
Griech.	Griechisch	u. a. m.	und andere(s) mehr
Hab	Habakuk	V.	Vers(e)
Hag	Haggai	v. Chr.	vor Christus
Hebr	Hebräer	Vgl.	Vergleiche
Hebr.	Hebräisch	wörtl.	wörtlich
Hes	Hesekiel	Zef	Zefanja

Einführung

Das Besondere an der »Neues Leben«-Bibelübersetzung

Diese Bibelübersetzung ist ideal für Menschen auf der Suche nach einer Bibel, die in heutigem Deutsch geschrieben ist und sich gleichzeitig nah am Grundtext orientiert. Lebensnah, leicht verständlich und doch sachlich und inhaltlich zuverlässig sind die Kennzeichen dieser Bibelübersetzung.

Ein Expertenteam aus Theologen, Übersetzern und Lektoren hat in intensiver Zusammenarbeit den biblischen Grundtext so übersetzt, dass die Gedanken des Originaltextes wiedergegeben werden und dennoch dem heutigen Sprachgebrauch angepasst sind. Damit folgt man dem Vorbild und Charakter der amerikanischen »New Living Translation«. Diese Übersetzung, die sich zum Ziel setzt, den von den biblischen Autoren beabsichtigten Sinn den Lesern von heute zu vermitteln, ist sowohl textlich genau als auch sprachlich gut lesbar.

Als Grundtext diente für das Alte Testament die »Biblia Hebraica Stuttgartensia«. Des Weiteren wurden während der Übersetzung die Septuaginta, der samaritanische Pentateuch sowie alle weiteren relevanten Schriften berücksichtigt. Für das Neue Testament liegt das »Novum Testamentum Graece« in der Bearbeitung von Nestle und Aland u. a. zugrunde. Dabei ist jetzt die 28. Auflage maßgeblich und es wurden die Änderungen des Wortlauts eingearbeitet, die sich daraus im Jakobus- und Judasbrief sowie in den Petrus- und Johannesbriefen ergeben. Der Wortlaut der betreffenden Stellen in früheren Ausgaben ist in einer Fußnote nachgewiesen, wenn er nennenswerte sprachliche oder inhaltliche Unterschiede aufwies.

Die Bibel zum Vorlesen

Heute wie in vergangener Zeit werden biblische Texte häufig laut vorgelesen und sollen dabei gut verstanden werden. Die lebendige Sprache der »Neues Leben«-Bibelübersetzung eignet sich hervorragend zum Vorlesen, aber auch als Grundlage für Predigten und für das persönliche Bibelstudium.

Sprachliche Besonderheiten und Ausnahmen

- Das häufig mit *Stiftshütte* übersetzte *Zelt heiligtum* wird mit *Zelt Gottes* wiedergegeben.
- Für *Zion* steht *Jerusalem*, wo sich *Zion* auf die Stadt, die Einwohner oder die Frauen Jerusalems bezieht. Ansonsten bleibt wie im hebräischen Text *Zion* bzw. *Tochter Zion* erhalten.
- Das priesterliche Kleidungsstück *Efod* ist mit *Priesterschurz* übersetzt bis auf die Stellen, wo *Efod* in Verbindung mit Hausgötzen (*Terafim*) vorkommt.
- Bei der Weisheitsliteratur wurde besonders auf den poetischen Charakter der Sprache geachtet.
- Viele Ausdrücke, die den Menschen der damaligen Zeit verständlich waren, bedeuten für Leser heute etwas anderes. In diesen Fällen gibt die Übersetzung die heutige Bedeutung wieder. Was z. B. damals als Stadt galt, ist nach modernem Verständnis häufig nur ein Dorf.
- Die Sprache ist dem jeweiligen biblischen Buch sowie der historischen Zeit angemessen. So wird z. B. statt des Begriffs *Gouverneur* bewusst der historisch richtige Ausdruck *Statthalter* oder statt des Begriffs *Armee* *Heer* verwendet.
- Zentrale theologische Begriffe wie *Sünde*, *Schuld*, *Gnade* u. a. m. bleiben erhalten und werden nicht durch modernere Formulierungen in ihrer Bedeutung aufgelöst.

Namensschreibung

Stellen, an denen im Grundtext die hebräische Bezeichnung *el, elohim* oder *eloah* steht, sind in dieser Bibelausgabe mit *Gott* wiedergegeben, außer wenn der Zusammenhang die Übersetzung *Götter* erfordert. Der Gottesname *Jahwe (JHWH)* wird mit *HERR* wiedergegeben, in der Zusammensetzung mit *adonai* als *Gott, der HERR*, zusammen mit *Zebaoth* als *HERR, der Allmächtige*. Die Schreibung der Personen- und Ortsnamen folgt weitgehend den »Loccumer Richtlinien zur einheitlichen Schreibung biblischer Eigennamen«.

Die Reihenfolge der biblischen Bücher

Die biblischen Bücher sind in der Reihenfolge angeordnet, die in den Bibeln der Christenheit weithin üblich ist. Die Lutherbibel geht bei den Briefen, die nicht von Paulus sind, einen eigenen Weg und ordnet den Hebräer- und den Jakobusbrief am Ende der Reihe der Briefe ein, unmittelbar vor dem Judasbrief und der Offenbarung. Die »Neues Leben«-Bibel ist dieser Praxis in früheren Ausgaben gefolgt, richtet sich nun aber nach der allgemein anerkannten Reihenfolge.

Die nicht von Paulus stammenden Briefe beginnen also mit der größten Empfängergruppe, den Hebräern. Die folgenden Briefe sind nach Absendern so angeordnet, wie Paulus in Galater 2,9 die »Säulen der Gemeinde« aufzählt:

»So kam es, dass *Jakobus, Petrus* und *Johannes*, die als Säulen der Gemeinde gelten, die Gabe, die Gott mir verliehen hatte, anerkannten ...«

Hier ist von Paulus sicher eine Rangordnung angegeben, wie sie damals galt. Jakobus stand als Bruder des Herrn Jesus vor Petrus. Der andere Bruder von Jesus, Judas, schließt – nach den Johannesbriefen – die Reihe der allgemeinen Kirchenbriefe dann ab.

Fußnoten zum Text

- In den Fußnoten, auf die im Bibeltext mit einem Sternchen (*) hingewiesen wird, finden sich ergänzende kulturelle und historische Informationen über Orte, Gegenstände und Personen der Bibel, die weitgehend unbekannt sind, um den Lesern die Botschaft der Abschnitte verständlicher zu machen. Dazu gehören auch Gewichte und Entfernungsangaben, die hier in gängige, für den heutigen Leser verständliche Einheiten umgewandelt werden.
- Sätze oder Begriffe, die zum besseren Verständnis freier vom Grundtext übersetzt wurden, werden in den Fußnoten aus dem Hebräischen bzw. Griechischen wörtlich wiedergegeben.
- Fußnoten, die mit einem *Oder (O.)* beginnen, zeigen unterschiedliche Übersetzungsmöglichkeiten der jeweiligen Textstellen.

Mitarbeiter an der »Neues Leben«-Bibelübersetzung

Übersetzung:

Dr. Sieglinde Denzel
Dr. Friedemann Lux
Susanne Naumann
Marita Wilczek

Theologische Prüfung:

Martin Dillig
Jürgen Friedemann
Christian Grewing
Thomas Josiger
Prof. Dr. Heinz-Dieter Neef
Andri Peter
Wilhelm Schneider
Michael Trunk
Michael Wacker

Lektorat:

Ulrike Chuchra
Dorothee Dziewas
Johanna Hausmann
Antje Hoffmann
Johannes Mannhardt
Maike Paul
Renate Peter
Barbara Sewald
Beate Tumat

Ergänzende Bearbeitung:

Rolf Hilger
Tabea Tacke
Dr. Ulrich Wendel

Vorwort

Die Bibel ist das großartigste Buch über das Heilwerden, das je geschrieben wurde. Sie nimmt uns mit auf Gottes Weg, den er für die Heilung seiner gebrochenen Menschen und der ganzen Schöpfung angelegt hat. In der Bibel lernen wir viele Menschen kennen, die dank Gottes Weisheit und Kraft ihr Leben in den Griff bekamen. Und wir treffen auf Gott, der mit ausgestreckten Armen darauf wartet, dass alle sich ihm zuwenden, nach seinem Willen fragen und die Heilung durch ihn erleben. Einige von uns tragen ihre Last an die Bibel heran. Vielleicht fragen wir uns, ob Gott überhaupt existiert. Und wenn wir meinen, dass Gott da ist, mögen wir weiter fragen, ob er gut ist oder ob er sich um uns kümmert. Wir hoffen, dass Sie auf den Seiten der *Bibel für die 2. Chance* dem gnädigen, liebenden und rettenden Gott begegnen.

Viele von uns erkennen erst jetzt, dass sie Heilung benötigen. Diese Heilung und das Heilwerden könnte man auf folgende Weise definieren: Es ist der einfache, aber herausfordernde Prozess, täglich Gottes Willen für unser Leben zu suchen, anstatt darauf zu bestehen, unseren eigenen Weg gehen zu wollen. Es geht darum, Gott für uns tun zu lassen, was wir nicht für uns tun können, während wir gleichzeitig die notwendigen Schritte unternehmen, um unserem Schöpfer und Erlöser näherzukommen. Wir lassen Gott unser verwundetes Inneres heilen, damit wir dann anderen im Prozess ihrer Heilung helfen können. Jede und jeder von uns hat diesen Prozess nötig, weil niemand vollkommen ist. Das gehört einfach zum Menschsein.

Machen wir uns gemeinsam auf den Weg der Heilung und neuer Kraft. Das ist keine Kraft, die wir in uns selbst finden, sondern die wir durch Vertrauen auf Gott finden, wenn wir ihm erlauben, unsere Entscheidungen und Pläne zu leiten. Diese

Reise wird uns durch die »12 Schritte« und andere Materialien führen, die uns helfen sollen, unser Augenmerk auf die Mittel und Wege zu richten, die unser mächtiger Gott zur Heilung anbietet. Die *Bibel für die 2. Chance* wird unsere Erkenntnis und unser Verständnis von dem Gott erweitern, der uns liebt und seinen Sohn sterben ließ, damit wir heil werden können.

Gott wünscht sich Heilung für uns, denn er möchte nicht, dass wir Opfer von enttäuschenden Ersatzlösungen oder wiederholtem Versagen werden. Wir beten, dass die Zusatztexte in dieser Bibelausgabe uns allen helfen, besser zu verstehen, wer Gott ist, wie er unsere Gebrochenheit heilen und uns auf einen Weg zu ganzheitlicher Gesundheit bringen will.

Die Bereitschaft zur Hingabe

Das Ziel dieser Bibelausgabe ist es, uns dabei zu helfen, einen inneren Ortswechsel vorzunehmen: näher zu Gott, näher zu denen, die uns lieben, und näher zu denen, die uns vielleicht schon aufgegeben haben. Wenn Sie dies lesen, ist Ihnen vermutlich bewusst, dass Sie ein bestimmtes Problem haben. Sich unserer Kämpfe bewusst zu sein, ist sicherlich besser, als ihnen gegenüber blind zu bleiben. An dieser Stelle beginnen wir unsere Reise. Manche von uns werden sich ihrer Probleme in einem Moment der Stille bewusst. Manche von uns wachen durch eine Konfrontation mit einem Freund auf, der mutig genug ist, uns die Wahrheit zu sagen. Wieder andere von uns werden sich ihrer Gebrochenheit bewusst durch ein tragisches, lebensveränderndes Ereignis wie Inhaftierung, Scheidung, Trennung oder den Tod eines geliebten Menschen. Obwohl es schmerzhaft ist, an diesen Punkt des Bewusstseins zu kommen, ist es unerlässlich, um uns in Richtung Wiederherstellung, Problemlösung

und Heilung voranzubringen. Aber Bewusstsein allein kann keine dauerhafte Veränderung bewirken.

In dieser Bibel werden Sie Beispiele für gute Dinge in unserer Welt sehen, Dinge, die von Gott geschaffen wurden, dem Ursprung von allem Guten. Aber Sie werden auch die Wahrheit über das Böse in dieser Welt entdecken. Die Bibel macht Sie mit Satan und seinem Plan bekannt, das Gute in unserem Leben zu stehlen, zu töten und zu zerstören. Von Anfang an hat es der Widersacher darauf angelegt, in Gottes guter Welt Zerstörung anzurichten, und dasselbe tut er in jedem von uns. Dabei ist das eigentliche Ziel des Satans, dass wir werden wie er. Er will uns davon abhalten, Gott zu ehren, und uns dahin bringen, stattdessen uns selbst zu verehren. Er will, dass wir meinen, wir seien allmächtig und allwissend und wir hätten unser Leben selbst in der Hand. Gottes Widersacher will, dass wir uns selbst für Gott halten.

Wenn wir meinen, wir hätten alles im Griff, fällt es uns schwer, die Probleme in unserem Leben zu bearbeiten. Es wird lange dauern, bis wir diese Probleme überhaupt erkennen. Wenn es dann so schlimm wird, dass wir unsere Probleme nicht mehr leugnen können, verstärkt sich Satans Wirken noch. Er bringt uns dazu zu glauben, dass wir das Zeug dazu haben, uns selbst zu retten. Selbst wenn wir uns also unserer Probleme bewusst sind, können wir dennoch blind für die wirkliche Lösung bleiben. Solange wir dem Irrglauben anhängen, dass wir alles haben, was nötig ist, um ein heiles, glückliches und erfülltes Leben zu führen, können wir zu Fall kommen wie Millionen andere, die in ihrem eigenen Leben Gott spielen. Es reicht also nicht aus, sich nur bewusst zu sein, dass wir ein Problem haben. Wir müssen uns auch unserer Grenzen bewusst werden. Wir brauchen die Überzeugung, dass wir Hilfe von außen nötig haben. Und die müssen wir dringend genug wollen, damit wir unseren Stolz herunter schlucken und darum bitten.

Doch selbst wenn wir uns unserer Probleme bewusst sind und unsere Grenzen kennen, brauchen wir immer noch etwas anderes. Wir brauchen das Verlangen und den Mut zu ändern, was wir erkennen. Wir müssen zur Veränderung bereit sein. Ein Psalmbeter bittet zu Recht: »Lass mich durch deine Hilfe wieder Freude erfahren und mach mich bereit, dir zu gehorchen« (Psalm 51,14). Bereit sein ist nicht leicht, sonst hätte der Psalmbeter nicht darum gebeten.

Wenn unser Herz bereit ist, brauchen wir uns nicht weiter darum zu sorgen, ob wir die Kraft haben, uns selbst zu heilen oder unser Herz zu verwandeln. Zur Veränderung sind wir dann am besten in der Lage, wenn wir uns selbst Gott völlig überlassen haben – also endlich zugeben, dass wir ein Problem haben, welches wir nicht lösen können, und wollen, dass Gott nicht nur an unserem Problem, sondern auch an unserem Herzen arbeitet.

Die *Bibel für die 2. Chance* ist eines der hilfreichsten Bücher auf dem Markt, um den Heilungsprozess in allen Phasen zu unterstützen. Sie hilft, dass wir unsere Probleme und den Bedarf an Hilfe erkennen, ein Verlangen nach Veränderung entwickeln und bereit werden zu tun, was immer nötig ist.

Auf Kurs bleiben

Die *Bibel für die 2. Chance* ist ein besonderes Instrument, das den 12-Schritte-Heilungsprozess wieder mit seinem Ursprung verbindet: Gottes Wort. Die Gründer der *Anonymen Alkoholiker* haben die Weisheit der Bibel als Quelle für die 12 Schritte genutzt. Insbesondere griffen sie auf die Bergpredigt (Matthäus 5–7), den Jakobusbrief und das bekannte »Hohe Lied der Liebe« (1. Korinther 13) zurück. Die 12 Schritte enthalten nichts, das irgendeiner Wahrheit aus der Bibel widerspricht. Beim Durcharbeiten der 12 Schritte wird deutlich, wie sie den Weg nachzeichnen, den Gott zur Rettung und Verwandlung gebrochener Men-

schen vorsieht und in der Bibel offenbart hat.

Wo immer wir uns gerade im Heilungsprozess befinden oder wie viele vergebliche Versuche wir in der Vergangenheit unternommen haben: Wenn wir auf dem Weg zur Erneuerung bleiben, gibt es Hoffnung. Wir können der Kraft vertrauen, die darin liegt, mit anderen auf dem Weg zu sein, die wir aber auch vor allem dann erfahren, wenn wir unser Leben Gott anvertrauen und ihn unsere Entscheidungen und Pläne leiten lassen. Wenn wir den Kurs beibehalten, werden wir die 12 Schritte durchlaufen und weitere Ressourcen zur Erneuerung

anwenden, um uns auf die Dinge zu konzentrieren, die unser allwissender und allmächtiger Gott zur Heilung bereitstellt. *Die Bibel für die 2. Chance* soll unsere persönliche Erfahrung mit diesem Gott bereichern und erweitern, der uns so liebt, dass er uns einen Weg gebahnt hat, schon jetzt ein erfülltes Leben zu führen und schließlich die Ewigkeit mit ihm im Himmel zu verbringen.

Wir freuen uns sehr, dass Sie sich für diese Bibelausgabe entschieden haben, die Ihnen helfen soll zu entdecken, was Gott sich für Ihr Leben oder das eines Menschen, den Sie begleiten, wünscht.

Ein paar Bemerkungen über Abhängigkeit

Manchmal besteht der erste Schritt zur Überwindung einer Sucht darin, etwas über sie zu lernen. Es gibt zwei Arten von Abhängigkeiten. Die eine Kategorie, die chemische oder stoffliche Sucht, resultiert daraus, dass jemand Alkohol oder eine andere Droge einnimmt, nur um sich anders zu fühlen. Nicht jeder entwickelt eine chemische Abhängigkeit von Alkohol, aber andere hochgradig süchtig machende Drogen werden jeden binden, der sie probiert.

Menschen, die begonnen haben, Alkohol zur Schmerzlinderung zu verwenden, sollten auf Gefahrenzeichen achten, die darauf hindeuten, dass sie anfällig für eine Abhängigkeit sind. Jene, die ernsthafte Alkoholprobleme entwickeln, können ihr Trinken oft »verkräften« (d. h., sie können viel trinken, ohne dass es eine große Wirkung auf sie hat). Ein anderes Gefahrensignal ist das »Rauschtrinken«, wenn Menschen an einem Abend oder Wochenende viel Alkohol konsumieren, aber mehrere Wochen lang nicht wieder trinken. Sie verweisen auf die langen Abstände als Beleg dafür, dass sie kein Alkoholproblem haben; sie haben aber trotzdem eins. Ein weiterer Hinweis auf drohende Abhängigkeit ist, dass es im Familienstammbaum andere gibt, die Alkoholiker waren. Vererbung ist ein Faktor und zeigt eine viel höhere Wahrscheinlichkeit an, alkoholabhängig zu werden. Achten Sie auf diese Zeichen; sie bedeuten nichts Gutes.

Von einem Stoff abhängig zu werden kann harmlos anfangen. Wir konsumieren ihn, um in einen Freundeskreis reinzupassen, ohne zu wissen, wie stark abhängig der Stoff macht. Manchmal bekommt jemand vom Arzt legal etwas verschrieben. Das mag eine Weile helfen, doch dann nimmt die Wirkung ab, und man braucht

mehr. Manche besorgen sich die verschreibungspflichtigen Medikamente sowohl über den Arzt als auch auf der Straße. Andere versuchen, sich mit illegalen Drogen selbst zu therapieren. Zunächst geht es darum, dem Leiden zu entkommen, doch das Bedürfnis nach mehr kann schnell zum Zwang und dann zur Abhängigkeit werden. Die Konsumenten merken, dass sie in der Falle sitzen, und werden von Scham und Schuld mehr und mehr niedergedrückt.

Die andere Art von Abhängigkeit ist die Verhaltenssucht. Dabei sind die Methoden, seelisches Leiden in den Griff zu bekommen, weniger offensichtlich. Diese zwanghaften Verhaltensweisen beziehen sich auf einen Prozess und nicht auf eine Substanz, wie Drogen oder Alkohol. Diese Verhaltensweisen beginnen im Kleinen und sind scheinbar harmlos. Manche Menschen meinen, sie könnten diese Verhaltensweisen kontrollieren, doch wenn sie versuchen damit aufzuhören, stellen sie fest, dass das sich wiederholende Verhalten sie kontrolliert.

Glücksspiel oder zwanghaftes Geldausgeben kann ein Weg sein, wie wir versuchen, mit unseren Problemen umzugehen. Vielleicht haben wir das Gefühl, dass wir immer knapp bei Kasse sind, oder wir fühlen uns von der Aufregung des Glücksspiels mit seinen willkürlichen Gewinnen angezogen. Auch Videospiele können zu unserer Flucht vor einer schmerzhaften Realität werden. Probieren Sie es mal: Entscheiden Sie sich, einen Monat lang keine Videospiele oder online zu spielen oder Geld auszugeben, und stellen Sie fest, wie unangenehm das ist. Jede dieser Aktivitäten kann zu einer Verhaltenssucht führen.

Esssucht kann ein großes Thema sein. Essen ist eines der Dinge, von denen wir den-

ken, dass wir sie immer kontrollieren können. Es gibt jedoch drei Möglichkeiten, wie Essen zu einem Problem werden kann. Zur Esssucht kommt es, wenn Menschen Essen als Trostpender ansehen. Wenn sie seelisch leiden, essen sie, um sich wieder gut zu fühlen. Eine andere Essstörung ist das Heißhungeressen mit anschließendem Erbrechen. Und schließlich haben Menschen, die nicht genug essen, ein sehr ernsthaftes Problem. Weil sie meinen, sie seien dick, schränken sie ihr Essen ein und nehmen ständig ab. Dies führt zu lebensbedrohlichen körperlichen Problemen.

Internetnutzung kann zu einem Problem mit verheerenden Folgen werden. Zu lange im Netz unterwegs zu sein oder zu viel Austausch in sozialen Medien kann uns von der Wirklichkeit fernhalten. Vielleicht nutzen wir das Internet auch für Pornografie. Viele meinen, dass Pornografiekonsum ein reines Männerproblem sei, doch Frauen können damit genauso große Schwierigkeiten haben. Studien besagen, dass pornografisches Material im Internet am häufigsten von jungen Leuten angesehen wird – und das schon mit elf Jahren. Das gewohnheitsmäßige Anschauen von Pornografie kann das Gehirn auf die gleiche Weise beeinflussen wie eine chemische Abhängigkeit und kann verheerende Auswirkungen auf unsere Beziehungen haben.

Ein paar Bemerkungen über Abhängigkeit

Manche Menschen fügen sich Schmerzen am Körper zu, um sich von ihrem seelischen Schmerz abzulenken. Dies geschieht häufig durch Ritzen. Die Gründe für dieses Verhalten sind vielfältig, doch im Kern bietet es eine Möglichkeit, etwas anderes zu spüren, nämlich körperlichen anstelle von seelischem Schmerz. Die Betroffenen tun es, um zu spüren, dass sie leben. Wenn sie ein bisschen bluten, wissen sie, dass sie immer noch da sind und nicht etwa unsichtbar. Es kann zu einer sehr schweren Abhängigkeit werden.

Dies sind nur einige der Möglichkeiten, durch die wir versuchen, mit den Schwierigkeiten des Lebens umzugehen. Wir können uns in einer dieser Substanz- oder Verhaltensabhängigkeiten verfangen und uns dann über uns selbst ärgern, weil wir nicht aufhören können. Wir können anfangen, heil zu werden, indem wir wahrnehmen, dass nicht alles unsere Schuld ist. Doch dann müssen wir auch beginnen, die Verantwortung für unsere Entscheidungen zu übernehmen. Wie Sie diesen Problemen begegnen, wird den Verlauf ihres Lebens bestimmen, ob Sie es erkennen oder nicht. Jetzt haben Sie die Gewalt über Ihre Entscheidungen. Bauen Sie auf das reiche Material in dieser Bibel und auf andere Menschen, die Sie verstehen und lieben. Diesen Weg zur Heilung sollten und können Sie nicht alleine gehen.

Die Anfänge der *Bibel für die 2. Chance*

Bill W. und Dr. Bob, die beide mit der Oxford-Gruppen-Bewegung eng verbunden waren, gründeten im Jahr 1935 *Alcoholics Anonymous* (Anonyme Alkoholiker, AA). Ihre Absicht war es, die »Vier Absolutheiten« der Oxford-Gruppen in ihrem Leben zu erreichen: unbedingte Ehrlichkeit, unbedingte Reinheit, unbedingte Uneigennützigkeit und unbedingte Liebe. Damit halfen sie anderen, abstinent zu werden so wie sie selbst.

In dieser ersten Zeit des Programms gab es noch keine 12 Schritte. An ihrer Stelle standen sechs Regeln, die Ebby T., der Sponsor von Bill W., weitergegeben hatte. Sie lauten:

- Wir gaben zu, dass wir am Ende waren.
- Wir wurden ehrlich zu uns selbst.
- Wir sprachen mit einem anderen Menschen darüber.
- Wir entschädigten alle, denen wir geschadet haben.
- Wir bemühten uns, anderen die Botschaft zu überbringen, ohne dafür eine Belohnung zu erwarten.
- Wir beteten zu einem Gott, von dem wir meinten, dass es ihn gäbe.

Aus diesen Regeln wurden die 12 Schritte entwickelt. Dr. Bob, Bill W. und Dr. Samuel Shoemaker verbrachten viele Stunden mit Beratungen und untersuchten dabei Bibelabschnitte, die sich mit ihren Oxford-Gruppen-Erfahrungen deckten und ihre eigenen Wege zur Heilung unterstützt hatten.

Insbesondere drei Bibelabschnitte erwiesen sich in der Entwicklung der 12 Schritte als grundlegend: die Bergpredigt einschließlich der Seligpreisungen (Matthäus 5–7), der Jakobusbrief, der mehrere Grundbegriffe der 12 Schritte hervorhebt, und das »Hohe Lied der Liebe« (1. Korinther 13).

Offensichtlich bildeten sie die christlichen und biblischen Wurzeln der AA und der 12 Schritte. Durch ihre Beschäftigung mit der Bibel haben die frühen Wegbereiter sorgfältig darauf geachtet, nichts in diese Schritte aufzunehmen, das irgendeiner Wahrheit in Gottes Wort widerspricht.

In den frühen Jahren der AA, in denen konservative christliche Werte und Wahrheiten fraglos genutzt wurden, um anderen zur Heilung zu verhelfen, war die Erfolgsquote erstaunlich. Das Buch *Dr. Bob und die guten Oldtimers* erzählt, wie Dr. Bob jeden Neuling in der ersten AA-Gruppe aufforderte, »ein Gebet an Gott zu richten, in welchem Sie zugeben, dass Sie dem Alkohol gegenüber machtlos sind und Ihr Leben nicht mehr meistern können«. Fast 93 % der Befragten aus der Gruppe in Akron (Ohio, USA) sind nie rückfällig geworden. Bei einer Abhängigkeit, die jahrhundertlang zu Hoffnungs- und Hilflosigkeit geführt hat, ist das ein wahrhaft erstaunliches Ergebnis.

Wir können nur ahnen, was es bedeutete, von Alkoholikern zu hören, die »trocken« geworden waren (wie die unwissende Welt es nannte) – gerade in einer Zeit, in der jede Besserung eines ernsthaft Alkoholkranken als ein göttliches Wunder angesehen wurde. Das war so, als ob heute 93 % der Krebspatienten, die mit unheilbaren inoperablen Hirntumoren im 4. Stadium nach Akron gehen, dort wundersam geheilt würden. Jede Presseagentur würde jemanden hinschicken, um herauszufinden, was dort los ist. Damals verursachten die 93 % der genesenden Alkoholiker ein derartiges Aufsehen, dass der reiche John D. Rockefeller Jr. seinen Sohn dorthin sandte, um herauszufinden, wie dieses Wunder hervorgebracht wurde. Der berichtete seinem Vater, dass sie alle ein Bekehrungserlebnis mit Gott hatten.

Die AA verwendeten in ihren Veröffentlichungen keine ausdrücklich christliche Sprache, weil sie alle Hindernisse für Andersdenkende abbauen wollten, die durch religiöse Ansichten verursacht werden könnten. Von Gott sprachen sie meistens als »Gott, wie wir ihn verstanden« oder als »Macht, größer als wir selbst«, um verschiedene religiöse Anschauungen zu berücksichtigen. Mit der Zeit haben die meisten Menschen vergessen, wie eng die 12 Schritte auf die Bibel bezogen sind, und so wurde aus dem Heilungsprozess eine weltliche Vorgehensweise mit vielen Bezügen zu Medizin und Psychologie. In den letzten Jahren ist es schwierig gewesen, die Beziehung zwischen christlichen Werten und erfolgreichen Heilungsprogrammen wiederherzustellen, die die 12 Schritte anwenden. Wir haben die Ehre, Teil der Bewegung zu sein, die die 12 Schritte wieder mit der Bibel verbindet, indem wir die *Bibel für die 2. Chance* herausgeben.

Auf einem Treffen im Jahr 1991 tat sich der Verlag *Tyndale House Publishers* mit Stephen Arterburn und David Stoop zusammen, um die *Bibel für die 2. Chance* (englischer Originaltitel: *Life Recovery Bible*) zu schaffen. Sie verbindet übliche Arbeitshilfen zur Bibel mit Denkanstößen, die allen, die wie wir gegen ihre Abhängigkeiten kämpfen, bedeutsame Verbindungen zu Gottes Wort erschließen. Diese Bibelausgabe ist auf Menschen zugeschnitten, die an einem 12-Schritte-Heilungsprogramm teilnehmen und sich nach einem Instrument sehnen, das die 12 Schritte in die Bibel einordnet. Indem die *Bibel für die 2. Chance* sie mit der wahren Macht, die hö-

her als sie selbst ist, dem Gott der Bibel, bekannt macht, bietet sie eine feste Grundlage für ihre Heilung. Und Menschen, die die Bibel schon kennen, jedoch Heilung brauchen, werden in die 12 Schritte eingeführt, eingebettet in ein christuszentriertes Heilungsprogramm.

Wenn Sie diese Bibel als grundlegendes Element im Zusammenhang mit 12-Schritte-Gruppen-Meetings gebrauchen und die Schritte durcharbeiten, kann sich Ihr Leben verwandeln. Sie können einer der vielen Menschen werden, die Gott übernehmen ließen, was sie selbst nicht im Griff hatten, und jetzt glauben, was sie früher so schwer annehmen konnten.

Eine der ersten Leserinnen der amerikanischen *Life Recovery Bible* war suizidgefährdet und abhängig von Crack (Kokain). Nach sechs Monaten mit dieser Bibel hatte Jesus ihr ganzes Leben verwandelt, und bald ging sie einen Schritt weiter und half anderen Frauen, Heilung zu finden. Als sie gefragt wurde, was mit ihr passiert sei, antwortete sie: »Ich hörte auf, die Lügen des Satans zu glauben, und begann, die Wahrheit von Jesus Christus zu glauben.« Sie war die Erste in der Geschichte von *Life Recovery*, die erfuhr, wie sich ihr Leben wandelte, während sie die Wahrheiten in dieser Bibel nutzte und anwandte. Seitdem hat sich die Geschichte millionenfach wiederholt. Die verwandelnde Wahrheit von Gottes Wort steht jetzt Ihnen zur Verfügung. Wir beten, dass Gottes Wahrheit in dieser Bibel den Grund für ein fantastisches heiles und erneuertes Leben legt.

Steve A. und Dave S.

Die 12 Schritte für die 2. Chance

1. Schritt

Wir gaben zu, dass wir unseren Problemen gegenüber machtlos sind – und unser Leben nicht mehr meistern konnten.

2. Schritt

Wir kamen zu dem Glauben, dass eine Macht, größer als wir selbst, uns unsere geistige Gesundheit wiedergeben kann.

3. Schritt

Wir fassten den Entschluss, unseren Willen und unser Leben der Sorge Gottes anzuvertrauen.

4. Schritt

Wir machten eine gründliche und furchtlose Inventur in unserem Inneren.

5. Schritt

Wir gaben Gott, uns selbst und einem anderen Menschen gegenüber unverhüllt unsere Fehler zu.

6. Schritt

Wir waren völlig bereit, all diese Charakterfehler von Gott beseitigen zu lassen.

7. Schritt

Demütig baten wir Gott, unsere Mängel von uns zu nehmen.

8. Schritt

Wir machten eine Liste aller Personen, denen wir Schaden zugefügt hatten, und wurden willig, ihn bei allen wiedergutzumachen.

9. Schritt

Wir machten bei diesen Menschen alles wieder gut – wo immer es möglich war –, es sei denn, wir hätten dadurch sie oder andere verletzt.

10. Schritt

Wir setzten die Inventur bei uns fort, und wenn wir unrecht hatten, gaben wir es sofort zu.

11. Schritt

Wir suchten durch Gebet und Besinnung die bewusste Verbindung zu Gott zu vertiefen. Wir baten Ihn nur, uns Seinen Willen erkennbar werden zu lassen und uns die Kraft zu geben, ihn auszuführen.

12. Schritt

Nachdem wir durch diese Schritte ein spirituelles Erwachen erlebt hatten, versuchten wir, diese Botschaft an andere weiterzugeben und unser tägliches Leben nach diesen Grundsätzen auszurichten.

Die 12 Schritte der Anonymen Alkoholiker

1. Schritt

Wir gaben zu, dass wir dem Alkohol gegenüber machtlos sind – und unser Leben nicht mehr meistern konnten.

2. Schritt

Wir kamen zu dem Glauben, dass eine Macht, größer als wir selbst, uns unsere geistige Gesundheit wiedergeben kann.

3. Schritt

Wir fassten den Entschluss, unseren Willen und unser Leben der Sorge Gottes – wie wir Ihn verstanden – anzuvertrauen.

4. Schritt

Wir machten eine gründliche und furchtlose Inventur in unserem Inneren.

5. Schritt

Wir gaben Gott, uns selbst und einem anderen Menschen gegenüber unverhüllt unsere Fehler zu.

6. Schritt

Wir waren völlig bereit, all diese Charakterfehler von Gott beseitigen zu lassen.

7. Schritt

Demütig baten wir Ihn, unsere Mängel von uns zu nehmen.

8. Schritt

Wir machten eine Liste aller Personen, denen wir Schaden zugefügt hatten, und wurden willig, ihn bei allen wiedergutzumachen.

9. Schritt

Wir machten bei diesen Menschen alles wieder gut – wo immer es möglich war –, es sei denn, wir hätten dadurch sie oder andere verletzt.

10. Schritt

Wir setzten die Inventur bei uns fort, und wenn wir unrecht hatten, gaben wir es sofort zu.

11. Schritt

Wir suchten durch Gebet und Besinnung die bewusste Verbindung zu Gott – wie wir Ihn verstanden – zu vertiefen. Wir baten Ihn nur, uns Seinen Willen erkennbar werden zu lassen und uns die Kraft zu geben, ihn auszuführen.

12. Schritt

Nachdem wir durch diese Schritte ein spirituelles Erwachen erlebt hatten, versuchten wir, diese Botschaft an Alkoholiker weiterzugeben und unser tägliches Leben nach diesen Grundsätzen auszurichten.

Die 12 Schritte und die Bibel

Die 12 Schritte sind schon seit Langem eine große Hilfe für Menschen im Heilungsprozess. Einen großen Teil ihrer Kraft verdanken sie dem Umstand, dass sie Grundsätzen folgen, die in der Bibel klar offenbart sind. Im Folgenden werden die 12 Schritte aufgeführt und mit dazu passenden Bibelstellen verbunden, die sie stützen. Das wird Leser, die mit den 12 Schritten vertraut sind, helfen, den wahren Ursprung von deren Weisheit zu entdecken: Gottes Wort selbst.

Schritt 1: Wir gaben zu, dass wir unseren Problemen gegenüber machtlos sind – und unser Leben nicht mehr meistern konnten.

»Ich weiß, dass ich durch und durch verdorben bin ... Immer wieder nehme ich mir das Gute vor, aber es gelingt mir nicht, es zu verwirklichen« (Römer 7,18; siehe auch Johannes 8,31-36; Römer 7,14-25).

Schritt 2: Wir kamen zu dem Glauben, dass eine Macht, größer als wir selbst, uns unsere geistige Gesundheit wiedergeben kann.

»Gott bewirkt in euch den Wunsch, ihm zu gehorchen, und er gibt euch auch die Kraft zu tun, was ihm Freude macht« (Philipper 2,13; siehe auch Römer 4,6-8; Epheser 1,6-8; Kolosser 1,21-22; Hebräer 11,1-10).

Schritt 3: Wir fassten den Entschluss, unseren Willen und unser Leben der Sorge Gottes anzuvertrauen.

»Weil Gott so barmherzig ist, fordere ich euch nun auf, liebe Brüder, euch mit eurem ganzen Leben für Gott einzusetzen. Es soll ein lebendiges und heiliges Opfer sein – ein Opfer, an dem Gott Freude hat. Das ist ein Gottesdienst, wie er sein soll« (Römer 12,1; siehe auch Matthäus 11,28-30; Markus 10,14-16; Jakobus 4,7-10).

Schritt 4: Wir machten eine gründliche und furchtlose Inventur in unserem Inneren.

»Lasst uns unser Verhalten überprüfen und wieder zum Herrn umkehren« (Klagelieder 3,40; siehe auch Matthäus 7,1-5; 2. Korinther 7,8-10).

Schritt 5: Wir gaben Gott, uns selbst und einem anderen Menschen gegenüber unverhüllt unsere Fehler zu.

»Bekennet einander eure Schuld und betet füreinander, damit ihr geheilt werdet. Das Gebet eines gerechten Menschen hat große Macht und kann viel bewirken« (Jakobus 5,16; siehe auch Psalm 32,1-5; 51,3-5; 1. Johannes 1,2-6).

Schritt 6: Wir waren völlig bereit, all diese Charakterschwächen von Gott beseitigen zu lassen.

»Wenn ihr eure Schuld vor dem Herrn eingesteht, wird er euch wieder aufrichten« (Jakobus 4,10; siehe auch Römer 6,5-11; Philipper 3,12-14).

Schritt 7: Demütig baten wir Gott, unsere Mängel von uns zu nehmen.

»Wenn wir ihm unsere Sünden bekennen, ist er treu und gerecht, dass er uns vergibt und uns von allem Bösen reinigt« (1. Johannes 1,9; siehe auch Lukas 18,9-14; 1. Johannes 5,13-15).

Schritt 8: Wir machten eine Liste aller Personen, denen wir Schaden zugefügt hatten, und wurden willig, ihn bei allen wieder gutzumachen.

»Behandle andere so, wie du von ihnen behandelt werden möchtest« (Lukas 6,31; siehe auch Kolosser 3,12-15; 1. Johannes 3,10-20).

Schritt 9: Wir machten bei diesen Menschen alles wieder gut – wo immer es möglich war –, es sei denn, wir hätten dadurch sie oder andere verletzt.

»Wenn ihr also vor dem Altar im Tempel steht, um zu opfern, und ... jemand etwas gegen euch hat, dann lasst euer Opfer vor dem Altar liegen, geht zu dem Betroffenen und versöhnt euch mit ihm. Erst dann kommt zurück und bringt Gott euer Opfer dar« (Matthäus 5,23-24; siehe auch Lukas 19,1-10; 1. Petrus 1,21-25).

Schritt 10: Wir setzten die Inventur bei uns fort, und wenn wir unrecht hatten, gaben wir es sofort zu.

»Wer sich für standhaft hält, soll aufpassen, dass er nicht ... sündige« (1. Korinther 10,12; siehe auch Römer 5,3-6; 2. Timotheus 2,1-7; 1. Johannes 1,8-10).

Schritt 11: Wir suchten durch Gebet und Besinnung die bewusste Verbindung zu

Gott zu vertiefen. Wir baten Ihn nur, uns Seinen Willen erkennbar werden zu lassen und uns die Kraft zu geben, ihn auszuführen.

»Hört nicht auf zu beten und Gott zu danken« (Kolosser 4,3; siehe auch Jesaja 40,28-31; 1. Timotheus 4,7-8).

Schritt 12: Nachdem wir durch diese Schritte ein spirituelles Erwachen erlebt hatten, versuchten wir, diese Botschaft an andere weiterzugeben und unser tägliches Leben nach diesen Grundsätzen auszurichten.

»Liebe Freunde, wenn ein Mensch einer Sünde erlegen ist, dann solltet ihr, deren Leben vom Geist Gottes bestimmt ist, diesem Menschen liebevoll und in aller Demut helfen, wieder auf den rechten Weg zurückzufinden. Und pass auf, dass du nicht in dieselbe Gefahr gerätst« (Galater 6,1; siehe auch Jesaja 61,1-3; Titus 3,3-7; 1. Petrus 4,1-5).

Hinweise für die Leser

Die Bibel ist ein Buch über das Heilwerden. Sie beschreibt, wie die Welt entstand und dass Gott sie gut geschaffen hat. Weiter berichtet sie über den Anfang der Sünde, wie die ersten Menschen sich entschieden, Gottes gute Absichten zurückzuweisen. Und sie legt ganz klar die verhängnisvollen Folgen dar, die durch die Ablehnung von Gottes Vorhaben entstehen. Doch lässt die Bibel uns nicht in Verzweiflung sitzen. Sie offenbart einen Plan zur Heilung und die Quelle der Kraft, ihn auszuführen. Jeder Bestandteil der *Die Bibel für die 2. Chance* führt die Leser zu den kraftvollen Instrumenten zur Heilung, die die Bibel bietet.

Einführungsartikel

Diese Bibelausgabe enthält einige hilfreiche Artikel zur Einführung in das Thema Abhängigkeit. Sie sind dazu gedacht, dass Einzelne zu Beginn ihres Heilungsweges einen Überblick bekommen.

- **Vorwort** (Seite *9)
- **Ein paar Bemerkungen über Abhängigkeit** (Seite *12)
- **Die Anfänge der *Bibel für die 2. Chance*** (Seite *14)

Denkanstöße

Jeder Denkanstoß befindet sich in der Nähe des Bibelabschnitts, der dort betrachtet wird. Am Schluss wird jeweils auf den nächstfolgenden verwiesen. Einen Überblick bieten die entsprechenden Verzeichnisse am Ende der Bibel.

- Die **12-Schritte-Denkanstöße** umfassen 84 biblische Andachten, in denen es um die 12 Schritte geht. Sie beginnen auf Seite 27.
- Die **Andachten zum Prinzip der Heilung** enthalten 56 biblische Andachten rund um wichtige Grundsätze für den Heilungsprozess. Sie beginnen auf Seite 7.

- Die **Denkanstöße zum Gelassenheitsgebet** bestehen aus 30 biblischen Andachten, die sich auf das Gelassenheitsgebet beziehen. Sie beginnen auf Seite 29.

Steckbriefe

60 Kurzportraits beleuchten biblische Personen und ihre Beziehungen. Aus ihnen werden wertvolle Erkenntnisse für den Heilungsprozess gewonnen. Einen Überblick bietet das Verzeichnis auf Seite 2012.

Informationen über die biblischen Bücher

Vor jedem biblischen Buch sind einige hilfreiche Erklärungen eingefügt.

- **Einleitungen** stellen den Inhalt des Buches schwerpunktmäßig aus Sicht des Heilwerdens dar.
- Der **Überblick** gliedert das Buch in Stichworten.
- **Das Fazit** bietet wichtige Hintergrundinformationen zum Buch.
- **Heilungsthemen** benennen und erörtern wichtige Themen für Menschen im Heilungsprozess.

Kommentare

Der Bibeltext wird von **Kommentaren** begleitet, die zu bestimmten Stellen wichtige Gedanken für die Heilung formulieren. Sie stehen unten auf der jeweiligen Seite und sind im Themenregister ab Seite 1921 enthalten.

In den **Weiterführenden Gedanken zur Heilung** am Ende vieler biblischer Bücher befinden sich weitere Kommentare. Sie sind jeweils thematisch zusammengefasst. Die hier behandelten Themen sind im Verzeichnis der **Weiterführenden Gedanken zur Heilung** ab Seite 2019 verzeichnet.

Verzeichnisse

- Der Themenindex (Seite 1953) erschließt den Lesern die hilfreichen Kommentare,

- Steckbriefe, Denkanstöße und Gedanken zur Heilung. Sie sind über hundert Stichworten zugeordnet, die relevante Angelegenheiten im Heilungsprozess ansprechen.
- Das Verzeichnis der **Steckbriefe** (Seite 2012) führt die 60 kurzen Lebensbilder in der Reihenfolge auf, wie sie in die Bibel eingefügt sind.
 - Das Verzeichnis der **12-Schritte-Denkanstöße** (Seite 2013) führt die 84 Andachten nach Schritten geordnet auf.
 - Das Verzeichnis der **Denkanstöße zur Heilung** (Seite 2016) führt die 56 Andachten in der Reihenfolge auf, wie sie in die Bibel eingefügt sind.
 - Das Verzeichnis der **Denkanstöße zum Gelassenheitsgebet** (Seite 2018) führt diese 30 Andachten in der Reihenfolge auf, wie sie in die Bibel eingefügt sind.
 - Das Verzeichnis der **Weiterführenden Gedanken zur Heilung** (Seite 2019) führt diese in der Reihenfolge der biblischen Bücher auf.
 - Das **Themenregister** (Seite 1921) führt mehr als 150 Themen auf, die für alle Menschen wichtig sind, die nach Gottes Weisheit leben wollen, und nennt hilfreiche Bibelstellen dazu. Dies ist ein ausgesprochen nützliches Instrument, um herauszufinden, was Gott zu unseren alltäglichen Angelegenheiten zu sagen hat.

Vorsatzblatt

FÜR _____

VON _____

AM _____

Ich will den HERRN allezeit loben
und nie aufhören, ihm zu danken.
Allein den HERRN will ich loben;
die Mutlosen sollen es hören und sich freuen.
Kommt, lobt mit mir die Größe des HERRN,
lasst uns gemeinsam seinen Namen ehren!

Ich betete zum HERRN, und er antwortete mir
und befreite mich von allen meinen Ängsten.
Die von ihm Hilfe erhoffen, werden vor Freude strahlen,
und sie werden nicht vor Scham erröten.

Psalm 34,2-6

Gott,
gib mir die Gelassenheit,
Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann,
den Mut,
Dinge zu ändern, die ich ändern kann,
und die Weisheit,
das eine vom anderen zu unterscheiden.

Das Alte Testament

1. Mose (Genesis)

Überblick

- A. Gott bereitet die Bühne vor (1,1–11,32)
 - 1. Erschaffung des Universums (1,1–2,25)
 - a. Gott erschafft Materie, Energie und die natürliche Ordnung (1,1–2,3)
 - b. Gott bereitet die ideale Umgebung für die erste Familie vor (2,4–25)
 - 2. Sündenfall der Menschheit (3,1–24)
 - a. Verführung zur Sünde (3,1–8)
 - b. Fluch als Folge der Sünde (3,9–24)
 - 3. Scheitern der Gesellschaft (4,1–9,29)
 - a. Scheitern der Menschheit (4,1–6,22)
 - b. Flut als Gericht (7,1–9,29)
 - 4. Unsinnige Rebellion (10,1–11,32)
 - a. Zerstreuung der Menschen (10,1–11,32)
 - b. Ungehorsam der Menschen (11,1–32)
- B. Gott wählt die Akteure aus (12,1–50,26)
 - 1. Abraham (12,1–25,18)
 - 2. Isaak (25,19–27,46)
 - 3. Jakob (28,1–36,43)
 - 4. Josef (37,1–50,26)

Das 1. Buch Mose ist ein Buch der Anfänge. Es berichtet, wie die Welt begann und wie Gott sie zum Guten geschaffen hat. Es erzählt von den ersten Menschen und dem perfekten Leben, das Gott für sie plante. Aber dann wird der Anfang der Sünde geschildert: wie sich die Menschen zum ersten Mal entschieden, den Weg abzulehnen, den Gott für sie vorbereitet hatte. Es folgen die ersten Tage, in denen sie sich schämten und versuchten, ihr Versagen zu vertuschen. Wir lesen, wie unsere Trennung von Gott, von anderen Menschen und von der Welt begann, die uns Gott geschenkt hat.

Wir lesen, wie Menschen mit perfekter Gesundheit in einer perfekten Umgebung gegen Gott rebellierten. Und wir sehen die Konsequenzen ihrer Rebellion. Wir bekommen tiefe Einblicke in das Leben von Menschen, die beherrscht sind von Hass, Alkohol, ungesunder sexueller Lust, kranken Familienbeziehungen, Gier, Betrug, Verantwortungslosigkeit, Unehrllichkeit, Eifersucht, Gewalt und anderen Problemen.

Aber das 1. Buch Mose lässt uns nicht in der Verzweiflung sitzen. Es erzählt von einem weiteren Anfang: Wir lesen, wie Gott einen Mann namens Abraham zum Vater eines besonderen Volkes erwählte. Durch dieses Volk würde die Lösung für unsere Trennung von Gott, voneinander und von der Welt kommen, die uns Gott geschenkt hat. Im 1. Buch Mose beginnt die Geschichte, wie Gott anfängt, die kaputte Menschheit zu heilen. Diese Heilung kommt in den Gesetzen zum Ausdruck, die er seinem Volk gibt, und findet ihren Höhepunkt, als Jesus kommt, der versprochene Messias.

Das 1. Buch Mose erinnert uns daran, wo alle unsere Probleme begannen. Es zeigt uns, welche fatalen Folgen es hat, wenn wir Gottes Plan ablehnen. Aber hier beginnt auch die jahrhundertelange Geschichte von Gottes erstaunlicher Liebe zu den Menschen. In diesem Buch entdecken wir immer wieder, dass es nur einen einzigen Weg zu geistlicher Gesundheit gibt: wenn die Menschen Gottes Erlösungsweg folgen.

Fazit

Kernaussage: Das Buch beschreibt, wie alles begann, einschließlich Chancen und Schwierigkeiten der Menschen. Es macht deutlich, dass Gottes Lösungen die einzigen sind, die zum Erfolg führen. **Verfasser:** Mose. **Zielgruppe:** Das Volk Israel. **Zeitraumen:** Die Kapitel 1–11 beschreiben eine Zeit, die nicht datierbar ist; die Geschehnisse in den Kapiteln 12–50 werden auf die Zeit zwischen 2000 und 1800 v. Chr. datiert. Das Buch wurde wahrscheinlich bald nach 1445 v. Chr. geschrieben. **Schauplatz:** Mesopotamien, dann Kanaan, schließlich Ägypten. **Schlüsselvers:** »Und Abram glaubte dem HERRN und der HERR erklärte ihn wegen seines Glaubens für gerecht« (15,6). **Schlüsselergebnisse:** Schöpfung, Sündenfall, Flut, der Turm von Babel. **Schlüsselpersonen:** Abraham, Isaak, Jakob, Josef.

Heilungsthemen

Eine gute Schöpfung: Alles an Gottes Schöpfung wurde als gut bezeichnet, außer der Tatsache, dass Adam allein war. Adams Isolation ist das Einzige in den ersten beiden Kapiteln des Buches, was Gott als Problem ansah. Als Gott eine Partnerin für den Menschen geschaffen hatte, war er mit seiner Schöpfung rundum zufrieden. Weil Gott das gefiel, was er geschaffen hatte, überließ er die Welt nicht sich selbst. Auch dann nicht, als Adam und Eva ungehorsam waren. Seit dem Sündenfall versucht Gott, wieder alles in Ordnung zu bringen. Unsere Neigung zur Sünde führt uns immer von Gott weg und wirkt sich negativ auf Gottes Weg für uns aus. Heilung ist aber nur möglich, wenn wir zu Gottes ursprünglichem Weg für die Menschen zurückkehren. Bei jedem Schritt zu unserer Heilung wirken wir an Gottes Neuschöpfung unserer gefallenen Welt mit.

Eine kaputte Welt: Adams und Evas Ungehorsam wirkte sich auf Gottes gesamte Schöpfung aus. Die idyllische Welt im Garten Eden war für immer vorbei und das Leben wurde zum Kampf. Wir versuchen erfolglos, dieser kaputten Welt zu entkommen, und verhalten uns in vielen Bereichen zerstörerisch. Die Heilung beginnt, wenn wir uns den kaputten Fakten unserer Welt stellen: unseren täglichen Kämpfen und Herausforderungen. Wenn wir diesen Schritt gehen, befinden wir uns auf dem Weg zur Heilung. Wir haben die geistliche Kampfarena betreten, in der Verlorenes zurückerobert wird.

Heilung wird versprochen: Das 1. Buch Mose schildert uns eine Reihe von »Neuanfängen«, nachdem durch unsere Sünde vieles kaputtgegangen ist. Nach dem ersten Sündenfall versprach uns Gott Hoffnung und Heilung, als er der Schlange sagte, dass ihr der Nachkomme der Frau den Kopf zertreten würde. Als die Menschen Gott weiter ungehorsam waren, schickte er die Flut als Gericht für ihre Sünde. Nach der Flut versprach Gott wieder den Sieg und bestätigte dieses Versprechen mit einem Regenbogen. Später lehnten die Menschen Gott erneut ab und bauten einen großen Turm als Denkmal für ihren Stolz. Als Reaktion darauf verwirrte Gott ihre Sprachen. Dadurch brach die Gesellschaft weiter auseinander. Schließlich wählte Gott einen Mann aus, Abraham, und versprach, durch seine Nachkommen alle Völker auf der Welt zu segnen. Jedes Mal, wenn die Menschen durch ihre Sünde alles kaputt machten, versprach ihnen Gott Sieg und Heilung.

Hoffnung auf Versöhnung: Als die Menschen anfangen, die schrecklichen Folgen ihres Ungehorsams zu spüren, überließ Gott sie nicht sich selbst. Sie mussten nicht alleine einen Lösungsplan suchen. Er gab ihnen keine lange Liste mit Prinzipien oder Regeln, die sie befolgen sollten, um ihre kaputten Beziehungen wieder in Ordnung zu bringen. Gott arbeitet beim Heilungsprozess immer auf sehr persönlicher Ebene mit den Menschen zusammen. Wenn wir uns auf den Heilungsprozess einlassen, stellen wir fest, dass es im Grunde um Beziehungen geht. Wir werden aufgefordert, Versöhnung mit Personen zu suchen, die uns nahestehen. Zu diesen Personen gehört auch Gott. Im ersten Buch Mose zeigt uns Gott diesen Weg immer wieder. Er wählte bestimmte Menschen aus und handelte geduldig in ihrem Leben, um sie mit ihm und mit den Menschen um sie herum zu versöhnen.

Der Schöpfungsbericht

1 Am Anfang schuf Gott den Himmel und die Erde. ²Die Erde aber war wüst und öde, finster war es über den Wassern. Und der Geist Gottes schwebte über der Wasserfläche. ³Da sprach Gott: »Es soll Licht entstehen!«, und es entstand Licht. ⁴Und Gott sah, dass das Licht gut war. Dann trennte er das Licht von der Finsternis. ⁵Gott nannte das Licht »Tag« und

die Finsternis »Nacht«. Es wurde Abend und Morgen: der erste Tag.

⁶Und Gott sprach: »Es soll Raum zwischen den Wassern entstehen, der die Wasser voneinander trennt.« ⁷Und so geschah es. Gott schuf diesen Raum, um die Wasser oberhalb und unterhalb dieses Raumes zu trennen. ⁸Und Gott nannte den Raum »Himmel«. Es wurde Abend und Morgen: der zweite Tag.

1,4 Gott hatte Freude an seiner Schöpfung und bezeichnete sie als gut. Gott unterbrach seine Arbeit immer wieder, um das von ihm Entworfenen und Geschaffenen für gut zu erklären (1,4-5.9-10.11-12.18.21-22.25-31). Manche unserer Probleme und Abhängigkeiten kommen daher, dass wir Gottes gute Schöpfung missbrauchen. Zur Erneuerung gehört es manchmal, die guten Dinge, die wir in falscher Weise genutzt haben, zu entdecken und zu lernen, sich daran auf die Weise zu erfreuen, wie es Gottes Absicht war.

⁹Und Gott sprach: »Die Wasser unter dem Himmel sollen sich an einem Ort sammeln, damit trockener Boden zum Vorschein kommt.« Und so geschah es. ¹⁰Gott nannte den trockenen Boden »Erde« und die Wasserfläche »Meer«. Und Gott sah, dass es gut war. ¹¹Dann sprach er: »Auf der Erde soll Gras wachsen und sie soll Pflanzen hervorbringen, die Samen tragen, und Bäume voller unterschiedlichster Früchte, in denen ihr Same ist.« Und so geschah es. ¹²Auf der Erde wuchs Gras sowie Pflanzen und Bäume, die Samen trugen. Und Gott sah, dass es gut war. ¹³Es wurde Abend und Morgen: der dritte Tag.

¹⁴Und Gott sprach: »Am Himmel sollen Lichter entstehen, um den Tag von der Nacht zu unterscheiden. Sie sollen Zeichen sein, anhand derer die Jahreszeiten, die Tage und die Jahre bestimmt werden. ¹⁵Diese Lichter am Himmel sollen auf die Erde scheinen.« Und so geschah es. ¹⁶Gott schuf zwei große Lichter: das größere Licht für den Tag und das kleinere für die Nacht. Und Gott schuf auch die Sterne. ¹⁷Er setzte diese Lichter an den Himmel, damit sie die Erde erhellten, ¹⁸Tag und Nacht bestimmten und das Licht von der Finsternis unterschieden. Und Gott sah, dass es gut war. ¹⁹Und es wurde Abend und Morgen: der vierte Tag.

²⁰Und Gott sprach: »Im Meer soll es von Meerestieren wimmeln und Vögel sollen in der Luft fliegen.« ²¹Und so schuf Gott alle Meerestiere, große und kleine, und alle Arten von Vögeln. Und Gott sah, dass es gut war. ²²Dann segnete Gott sie und sprach: »Die Fische sollen sich vermehren und die Meere füllen. Auch die Vögel sollen auf der Erde zahlreich werden.« ²³Und es wurde Abend und Morgen: der fünfte Tag.

²⁴Und Gott sprach: »Die Erde soll alle Arten von Tieren hervorbringen – Vieh, Kriechtiere und wilde Tiere.« Und so geschah es. ²⁵Gott schuf alle Arten von wilden Tieren, Vieh und Kriechtieren. Und Gott sah, dass es gut war.

²⁶Da sprach Gott: »Wir wollen Menschen schaffen nach unserem Bild, die uns ähnlich sind. Sie sollen über die Fische im Meer, die Vögel am Himmel, über alles Vieh, die wilden Tiere* und über alle Kriechtiere herrschen.« ²⁷So schuf Gott die Menschen nach seinem Bild, nach dem Bild Gottes schuf er sie, als Mann und Frau schuf er sie.

²⁸Und Gott segnete sie und gab ihnen den Auftrag: »Seid fruchtbar und vermehrt euch, bevölkert die Erde und nehmt sie in Besitz. Herrscht über die Fische im Meer, die Vögel in der Luft und über alle Tiere auf der Erde.«

²⁹Und Gott sprach: »Seht her! Ich habe euch die Samen tragenden Pflanzen auf der ganzen Erde und die Samen tragenden Früchte der Bäume als Nahrung gegeben. ³⁰Allen Tieren und Vögeln aber habe ich Gras und alle anderen grünen Pflanzen als Nahrung zugewiesen.« Und so geschah es. ³¹Danach betrachtete Gott alles, was er geschaffen hatte. Und er sah, dass es sehr gut war. Und es wurde Abend und Morgen: der sechste Tag.

2 So wurde die Schöpfung des Himmels und der Erde mit allem, was dazugehört, vollendet. ²Am siebten Tag vollendete Gott sein Werk und ruhte von seiner Arbeit aus. ³Und Gott segnete den siebten Tag und erklärte ihn für heilig, weil es der Tag war, an dem er sich von seiner Schöpfungsarbeit ausruhte.

⁴Dies ist der Bericht von der Schöpfung des Himmels und der Erde.

1,26 Hebr. *die ganze Erde*.

1,24 Der Satz »Und so geschah es« (auch in 1,9-12.14-15) zeigt uns, dass Gottes kreative Tätigkeit in völliger Übereinstimmung mit seinen ursprünglichen Ideen und Absichten erfolgte. Gott verwirklicht seinen Willen mit Bestimmtheit und Präzision. Das macht uns Mut, denn Gottes gute Wünsche können auch für uns auf dieselbe Weise Wirklichkeit werden.

2,2-3 Hier wird das erste Mal die Sabbatruhe erwähnt: Einer von sieben Tagen ist der Ruhetag. Durch sein Vorbild ermutigt uns Gott, einen Teil unseres Lebens für die Ruhe und die geistliche Erholung zu reservieren. Ohne eine angemessene Ruhezeit ist es sehr schwierig, verschiedene Aufgaben in unserem Leben zu bewältigen, besonders unsere fortschreitende Heilung.

Der Mensch wird erschaffen

Als Gott, der HERR, den Himmel und die Erde erschaffen hatte, ⁵wuchsen noch keine Pflanzen und Sträucher auf der Erde, denn Gott der HERR hatte es noch nicht regnen lassen. Und es gab noch keine Menschen, um den Boden zu bebauen. ⁶Doch Nebel stieg aus dem Erdboden auf und bewässerte das Land. ⁷Da formte Gott, der HERR, aus der Erde den Menschen und blies ihm den Atem des Lebens in die Nase. So wurde der Mensch lebendig.

⁸Dann pflanzte Gott, der HERR, einen Garten in Eden, im Osten gelegen. Dort hinein brachte er den Menschen, den er erschaffen hatte. ⁹Und Gott, der HERR, ließ alle Arten von Bäumen in dem Garten wachsen – schöne Bäume, die köstliche Früchte trugen. In der Mitte des Gartens wuchsen der Baum des Lebens und der Baum der Erkenntnis von Gut und Böse.

¹⁰Ein Fluss entsprang in Eden, der den Garten bewässerte und sich dann in vier Arme teilte. ¹¹Einer dieser Arme heißt Pischon, der um das Land Hawila fließt, wo Gold zu finden ist. ¹²Das Gold jenes Landes ist außergewöhnlich rein; dort findet man auch Bedolachharz und den Edelstein Schoham. ¹³Der zweite Arm heißt Gihon, der um das Land Kusch fließt. ¹⁴Der dritte Arm ist der Tigris, der östlich von Assyrien fließt. Der vierte Arm heißt Euphrat.

¹⁵Gott, der HERR, brachte den Menschen in den Garten Eden. Er sollte ihn bebauen und bewahren. ¹⁶Er befahl dem Menschen jedoch: »Du darfst jede beliebige Frucht im Garten essen, ¹⁷abgesehen von den Früchten vom Baum der Erkenntnis des Guten und Bösen.

Wenn du die Früchte von diesem Baum isst, musst du auf jeden Fall sterben.«

¹⁸Dann sprach Gott, der HERR: »Es ist nicht gut für den Menschen allein zu sein. Ich will ihm ein Wesen schaffen, das zu ihm passt.«

¹⁹Und Gott, der HERR, formte aus Erde alle Arten von Tieren und Vögeln. Er brachte sie zu Adam*, um zu sehen, welche Namen er ihnen geben würde. Und Adam wählte für jedes Tier einen Namen. ²⁰Er gab allem Vieh, den Vögeln und den wilden Tieren Namen. Doch er fand niemanden unter ihnen, der zu ihm passte.

²¹Da ließ Gott, der HERR, Adam in einen tiefen Schlaf versinken. Er entnahm ihm eine seiner Rippen und schloss die Stelle wieder mit Fleisch. ²²Dann formte Gott, der HERR, eine Frau aus der Rippe, die er Adam entnommen hatte, und brachte sie zu ihm.

²³»Endlich!«, rief Adam aus. »Sie ist ein Teil von meinem Fleisch und Blut! Sie soll »Männin« heißen, denn sie wurde vom Mann genommen.« ²⁴Das erklärt, warum ein Mann seinen Vater und seine Mutter verlässt und sich an seine Frau bindet und die beiden zu einer Einheit werden. ²⁵Adam und seine Frau waren beide nackt, aber sie schämten sich nicht.

Der Mann und die Frau sündigen

3 Die Schlange war das listigste von allen Tieren, die Gott, der HERR, erschaffen hatte. »Hat Gott wirklich gesagt«, fragte sie die Frau, »dass ihr keine Früchte von den Bäumen des Gartens essen dürft?«

²»Selbstverständlich dürfen wir sie essen«, entgegnete die Frau der Schlange. ³»Nur über die Früchte vom Baum in der Mitte des Gartens

2,19 Hebr. *dem Menschen*; so im ganzen Kapitel.

2,8-14 Gott schenkte den ersten Menschen einen perfekten Lebensraum. Oftmals machen wir unsere äußeren Umstände für unsere Schwierigkeiten verantwortlich. Doch hier wird deutlich, dass unsere Urahren trotz ihrer idealen Umgebung gefallen und gescheitert sind. Auch wenn unsere Lebensumstände natürlich zu unseren Problemen beitragen können, sind sie niemals allein dafür verantwortlich. Wir müssen für unsere Fehler und unser Versagen die Verantwortung übernehmen.

3,1-5 Hier wird uns vor Augen geführt, wie Versuchung abläuft. Die Schlange stellte etwas, das von Gott verboten worden war, als attraktive Möglichkeit dar. Auch brachte sie Eva dazu, an Gott und der Wahrheit seines Wortes zu zweifeln. Während des Gesprächs hat Eva zwar halbherzig widersprochen, jedoch wurde ihre Entschlossenheit durch ihren wachsenden Zweifel an Gott geschwächt. Schließlich gab sie nach. Der Satan hat die Versuchung stärker werden lassen, indem er Evas Vertrauen auf Gott schwächte. Wenn wir nahe bei Gott bleiben und unser Vertrauen zu ihm pflegen, werden wir die Macht der Versuchung in unserem Leben schwächen.

hat Gott gesagt: »Esst sie nicht, ja berührt sie nicht einmal, sonst werdet ihr sterben.«

4»Ihr werdet nicht sterben!«, zischte die Schlange. 5»Gott weiß, dass eure Augen geöffnet werden, wenn ihr davon esst. Ihr werdet sein wie Gott und das Gute vom Bösen unterscheiden können.«

6Die Frau sah: Die Früchte waren so frisch, lecker und verlockend – und sie würden sie klug machen! Also nahm sie eine Frucht, biss hinein und gab auch ihrem Mann davon. Da aß auch er von der Frucht. 7In diesem Augenblick wurden den beiden die Augen geöffnet und sie bemerkten auf einmal, dass sie nackt waren. Deshalb flochten sie Feigenblätter zusammen und machten sich Lendenschurze.

8Als es am Abend kühl wurde, hörten sie Gott, den HERRN, im Garten umhergehen. Da versteckten sie sich zwischen den Bäumen. 9Gott, der HERR, rief nach Adam*: »Wo bist du?«

10Dieser antwortete: »Als ich deine Schritte im Garten hörte, habe ich mich versteckt. Ich hatte Angst, weil ich nackt bin.«

11»Wer hat dir gesagt, dass du nackt bist?«, fragte Gott, der HERR. »Hast du etwa von den verbotenen Früchten gegessen?«

12»Die Frau«, antwortete Adam, »die du mir zur Seite gestellt hast, gab mir die Frucht. Und deshalb habe ich davon gegessen.«

13Da fragte Gott, der HERR, die Frau: »Was hast du da getan?«

»Die Schlange verleitete mich dazu«, antwortete sie. »Deshalb aß ich von der Frucht.«

14Da sprach Gott, der HERR, zu der Schlange: »Weil du das getan hast, sollst du unter allen zahmen und wilden Tieren verflucht sein. Dein Leben lang sollst du auf dem Bauch kriechen und Staub fressen. 15Von nun an setze ich Feindschaft zwischen dir und der Frau und deinem Nachkommen und ihrem Nachkommen. Er wird dir den Kopf zertreten und du wirst ihn in seine Ferse beißen.«

16Dann sprach er zu der Frau: »Mit großer Mühe und unter Schmerzen wirst du Kinder zur Welt bringen. Du wirst dich nach deinem

► **Der Leseplan zu den Andachten zum Prinzip der Heilung beginnt hier.**

Selbstwahrnehmung

Lesen Sie 1. Mose 1,26-31.

Wenn wir eine Weile in den Fesseln unseres suchthafter Verhaltens gelebt haben, sehen wir wahrscheinlich mehr Schlechtes als Gutes in uns. Wir betrachten das Leben als »alles oder nichts«. Infolgedessen halten wir uns wahrscheinlich alle für schlecht. Aber um heil werden zu können, brauchen wir ein ausgewogenes Verständnis von uns selbst. Wir müssen begreifen, dass wir neben unseren schlechten Seiten auch mit Stärken begabt worden sind. Es gibt kein Entweder-oder. Eine ausgewogene Sichtweise auf uns selbst wird uns helfen, unsere Defizite besser zu verstehen, während wir gleichzeitig mehr Vertrauen in unser Potenzial bekommen.

Am Ende des fünften Schöpfungstages hatte Gott alles gemacht außer den ersten Menschen. Die Bibel berichtet uns, dass Gott »sah, dass es gut war«, als er sah, was er bis dahin gemacht hatte. Dann erst schuf Gott den ersten Mann und die erste Frau. »So schuf Gott die Menschen nach seinem Bild, nach dem Bild Gottes schuf er sie, ... Und Gott segnete sie und gab ihnen den Auftrag: »Seid fruchtbar und vermehrt euch, bevölkert die Erde und nehmt sie in Besitz. Herrscht über die Fische im Meer, die Vögel in der Luft und über alle Tiere auf der Erde.« ... Danach betrachtete Gott alles, was er geschaffen hatte. Und er sah, dass es sehr gut war« (1. Mose 1,25.27-31).

Gott unterschied zwischen den Menschen und dem Rest der Schöpfung. Er schuf uns nach seinem Bild, mit Fähigkeiten, die weit über die von Tieren hinausgehen. Gott war (und ist) begeistert von uns! Er gab uns Fähigkeiten und Verantwortlichkeiten, um seine ganz eigene Wesensart in der gesamten Schöpfung widerzuspiegeln. Als er uns schuf, war er stolz auf das, was er geschaffen hatte!

Obwohl wir durch den Sündenfall ein sündiges Wesen haben, dürfen wir nicht vergessen, dass wir nach dem Bild Gottes geschaffen wurden. Wir Menschen haben etwas Besonderes und wir haben Würde, und daher sollten wir über unser Potenzial zum Guten wie zum Bösen nachdenken.

Lesen Sie weiter auf Seite 33, 1. Mose 22.

Mann sehnen, doch er wird über dich herrschen.«

¹⁷Und zu Adam sprach er: »Weil du auf deine Frau gehört und von der verbotenen Frucht gegessen hast, soll der Ackerboden deinetwegen verflucht sein. Dein ganzes Leben lang wirst du dich abmühen, um dich davon zu ernähren. ¹⁸Dornen und Disteln werden auf ihm wachsen, doch du musst dich vom Gewächs des Feldes ernähren. ¹⁹Dein ganzes Leben lang wirst du im Schweiß deines Angesichts arbeiten müssen, um dich zu ernähren – bis zu dem Tag, an dem du zum Erdboden zurückkehrst, von dem du genommen wurdest. Denn du bist aus Staub und wirst wieder zu Staub werden.«

²⁰Da gab Adam seiner Frau den Namen Eva, denn sie sollte die Mutter aller Menschen auf der ganzen Erde werden. ²¹Und Gott, der HERR, machte Adam und seiner Frau Kleidung aus Tierfellen und zog sie ihnen an.

²²Dann sprach Gott, der HERR: »Der Mensch ist geworden wie einer von uns, er kennt sowohl das Gute als auch das Böse. Nicht dass er etwa noch die Früchte vom Baum des Lebens pflückt und isst! Dann würde er ja für immer leben!« ²³Deshalb schickte Gott, der HERR, Adam und seine Frau aus dem Garten

Eden fort. Er gab Adam den Auftrag, den Erdboden zu bearbeiten, aus dem er gemacht war. ²⁴Nachdem er sie aus dem Garten vertrieben hatte, stellte Gott, der HERR, Cherubim auf, die mit einem flammenden, blitzenden Schwert den Weg zum Baum des Lebens bewachen.

Kain, Abel und Set

4 Adam* schief mit seiner Frau Eva und sie wurde schwanger. Und sie brachte Kain* zur Welt und sagte: »Mit der Hilfe des HERRN habe ich einen Mann geboren.*« ²Später brachte sie einen zweiten Sohn zur Welt und nannte ihn Abel*.

Abel wurde ein Schafhirte, Kain ein Bauer. ³Nach einiger Zeit opferte Kain dem HERRN einen Teil seiner Ernte. ⁴Und auch Abel opferte ihm von den erstgeborenen Lämmern aus seiner Herde und von ihrem Fett. Der HERR sah wohlwollend auf Abel und nahm sein Opfer an, ⁵Kain und sein Opfer jedoch wies er zurück. Da wurde Kain sehr zornig und er blickte grimmig zu Boden.

⁶»Warum bist du so zornig?«, fragte der HERR ihn. ⁷»Warum blickst du so grimmig zu Boden? Ist es nicht so: Wenn du Gutes im Sinn hast, kannst du frei umherschauen. Wenn du

4,1a Hebr. *der Mensch*. | **4,1b** Der Name *Kain* könnte *Gewinn* oder *Erwerb* bedeuten. | **4,1c** O. *habe ich erworben*. | **4,2** Hebr. *Vergänglichkeit*.

3,12-13 Als Gott Adam fragte, gab dieser Eva die Schuld für sein Problem. Indem er Gott daran erinnerte, dass er es war, der ihm diese Frau zur Seite gestellt hatte, machte er indirekt sogar Gott selbst dafür verantwortlich. Danach schob Eva die Schuld für das Problem auf die Schlange. Es ist eine allgemeine menschliche Reaktion, jemand anderem den schwarzen Peter zuzuschieben, wenn man mit Schuld konfrontiert wird. Doch für eine umfassende Erneuerung ist es nötig, unser Leben sorgfältig anzusehen und für alles Verantwortung zu übernehmen, was wir getan oder versäumt haben.

3,21 Der erste Todesfall geschah an demselben Tag wie Adams und Evas Sünde: Ein Tier musste sterben, damit sein Fell ihre Nacktheit bekleiden konnte. Als erste Maßnahme nach dem Sündenfall tötete Gott stellvertretend ein unschuldiges Tier und machte daraus Felle, damit sich das schuldig gewordene Menschenpaar damit bedecken konnte. Diese Bekleidung muss für sie eine ständige Mahnung gewesen sein: Der Anblick eines sterbenden Tieres erinnerte sie an die schrecklichen Folgen ihrer Sünde. Wenn wir erkennen, welches Leid wir womöglich anderen zugefügt haben, werden wir daran erinnert, welche Folgen es hat, wenn wir Gottes Plan für unser Leben zurückweisen.

4,6-7 Als Gott Kains Opfer zurückwies, reagierte dieser zornig. Gott lehnte Kain nicht wegen seiner starken Gefühle ab, sondern bot ihm eine Gelegenheit für einen Neuanfang. Leider lehnte Kain diese zweite Chance ab und ging stattdessen hinaus, um seinen Bruder zu töten. Wir müssen vorsichtig sein, wenn wir auf Hindernisse im Heilungsprozess stoßen. Es ist wichtig, die starken Gefühle, die wir in uns spüren, sorgfältig abzuwägen, bevor wir sie in Taten umsetzen. Wenn wir das nicht tun, verpassen wir vielleicht eine hervorragende Gelegenheit für einen Neuanfang. Gott wird von unseren starken Gefühlen nicht abgeschreckt. Erneuerung geschieht auf der Grundlage von Gottes Gnade, die uns immer eine Gelegenheit bietet, neu anzufangen.

Adam und Eva

Die Umstände konnten nicht besser sein: Ein Mann und seine Frau lebten harmonisch zusammen in einem üppigen schönen Garten, den Gott geschaffen hatte, damit sie sich daran freuen. Beide hatten eine perfekte Beziehung zu Gott und zueinander. Aber als Adam und Eva der Versuchung nachgaben, überschritten sie ihre von Gott gegebene Grenze und stürzten die Menschheit in die Sünde: Die Harmonie war dahin. Scham und Schuld drangen in ihr Leben ein und schufen eine unsichtbare Mauer zwischen Gott und ihnen. Die Folgen ihres Ungehorsams und ihres Mangels an Selbstbeherrschung erleben wir bis heute.

Adam und Eva wussten, dass sie gegen Gottes Gebot verstoßen hatten, das doch mit Blick auf ihre besten Interessen geschaffen worden war. Die Folgen ihrer Sünde bekamen sie sofort zu spüren. Plötzlich hatten sie Angst vor Gott, der sie doch so sehr liebte, und sie versteckten sich vor ihm. Auch schämten sie sich ihrer Nacktheit und machten sich daran, sich zu bedecken. In der Beziehung zwischen Adam und Eva traten Risse und Spannungen auf. Sie beschuldigten sich gegenseitig und wiesen die Schuld von sich. Keiner wollte die Verantwortung auf sich nehmen. Beide weigerten sich zuzugeben, dass sie falsch gehandelt hatten. Ihre Beziehung war eindeutig angeschlagen. Ihre Sünde trennte sie voneinander und von Gott.

Doch die Geschichte endet hier nicht. Adam und Eva blieben zusammen – trotz der Scham und der Schuld, die sie empfanden. Ihr Leben war durch die Sünde angeschlagen und von den Wunden gezeichnet, die sie sich gegenseitig zufügten. Doch sie stellten sich der Wirklichkeit: Das Leben musste weitergehen, und sie bauten sich eine neue Existenz auf. Mit Liebe, Hingabe und Gottes Gnade hielten sie in den Widrigkeiten des Lebens durch.

Stärken, Erfolge und Besonderheiten:

- Adam und Eva waren die Stammeltern der gesamten Menschheit.
- Sie standen zueinander durch alle Widrigkeiten hindurch.
- In ihrer Geschichte begegnet uns Gottes Gnade zum ersten Mal.

Schwächen und Fehler:

- Sie waren Gott ungehorsam.
- Sie waren nicht bereit, für ihren Fehltritt die Verantwortung zu übernehmen.
- Sie flüchteten sich in Ausreden, anstatt die Wahrheit zuzugeben.
- Ihr Handeln brachte die Sünde in die Welt.

Einsichten aus ihrem Leben:

- Eine gute Ehe erfordert Liebe und Hingabe, auch in schweren Zeiten.
- Beziehungen unter Gottes Gnade und Vergebung überdauern die Härten des Lebens.
- Gleichgültigkeit ist eine Brutstätte für Versuchungen – seien Sie auf der Hut vor den Mächtschaften des Satans.
- Die Fehler und Schwächen der Eltern werden oft an ihre Kinder weitergegeben.

Schlüsselsevere:

»Da sprach Gott: »Wir wollen Menschen schaffen nach unserem Bild, die uns ähnlich sind. Sie sollen über die Fische im Meer, die Vögel am Himmel, über alles Vieh, die wilden Tiere und über alle Kriechtiere herrschen.« So schuf Gott die Menschen nach seinem Bild, nach dem Bild Gottes schuf er sie, als Mann und Frau schuf er sie.« (1. Mose 1,26-27)

Die Geschichte von Adam und Eva findet sich in den ersten Kapiteln im 1. Buch Mose. Adam und / oder Eva werden auch in 1. Chronik 1,1; Römer 5,12-19; 1. Korinther 15,22.45-49; 2. Korinther 11,3 sowie in 1. Timotheus 2,13-15 erwähnt.

jedoch Böses plant, lauert die Sünde dir auf. Sie will dich zu Fall bringen. Du aber sollst über sie herrschen!«

⁸Später schlug Kain seinem Bruder Abel vor: »Komm, wir gehen aufs Feld hinaus.« Als sie dort waren, fiel Kain über seinen Bruder her und schlug ihn tot.

⁹Da fragte der HERR Kain: »Wo ist dein Bruder Abel?«

»Ich weiß es nicht«, entgegnete Kain. »Soll ich etwa ständig auf ihn aufpassen?«

¹⁰Doch der HERR sprach: »Was hast du getan? Hörst du nicht: Das Blut deines Bruders schreit zu mir? ¹¹Deshalb sollst du verflucht sein und musst den Acker verlassen, den du mit dem Blut deines Bruders befleckt hast. ¹²Er wird keinen Ertrag mehr bringen, auch wenn du noch so hart arbeitest. Von jetzt an

sollst du ein Flüchtling sein, der heimatlos von Ort zu Ort irrt.«

¹³Kain entgegnete dem HERRN: »Meine Strafe* ist zu hart, ich kann sie nicht ertragen. ¹⁴Du vertreibst mich heute von meinem Land und ich muss mich vor dir verstecken. Ich werde ein heimatloser Flüchtling sein, der von Ort zu Ort irrt. Jeder, der mir begegnet, wird mich töten!«

¹⁵Doch der HERR antwortete ihm: »Wenn dich jemand tötet, sollst du siebenmal gerächt werden.« Und er versah Kain mit einem Zeichen, damit niemand ihn töten würde. ¹⁶Dann verließ Kain die Gegenwart des HERRN und ließ sich im Lande Nod*, östlich von Eden, nieder.

¹⁷Kain schlief mit seiner Frau und sie wurde schwanger und brachte einen Sohn zur Welt, den sie Henoah nannten. Kain baute eine Stadt und benannte sie nach seinem Sohn Henoah.

¹⁸Henoah war der Vater* von Irad. Irad war der Vater von Mehujaël. Mehujaël war der Vater von Metuschaël. Metuschaël war der Vater von Lamech.

¹⁹Lamech heiratete zwei Frauen: die eine hieß Ada und die andere Zilla. ²⁰Ada bekam einen Sohn, der den Namen Jabal erhielt. Jabal war der erste Hirte, der in Zelten lebte. ²¹Sein Bruder hieß Jubal; der erste aller Zither-

und Flötenspieler. ²²Der Sohn von Lamechs anderer Frau, Zilla, hieß Tubal-Kain. Er war der erste Schmied, der bronzene und eiserne Geräte herstellte. Tubal-Kains Schwester hieß Naama.

²³Eines Tages sagte Lamech: »Ada und Zilla, meine Frauen, hört, was ich sage. Ich töte einen Mann, wenn er mich verwundet, und einen Jungen, wenn er mich leicht verletzt. ²⁴Wenn Kain siebenfach gerächt wird, so soll Lamech siebenundsiebzigfach gerächt werden!«

²⁵Adam und Eva bekamen noch einen Sohn. Eva nannte ihn Set*, denn sie sagte: »Gott hat mir noch einen Sohn geschenkt als Ersatz für Abel, der von Kain getötet wurde.« ²⁶Auch Set bekam später einen Sohn, den er Enosch* nannte. Zu jener Zeit begannen die Menschen den HERRN anzubeten.

Von Adam bis Noah

5 Dies ist das Verzeichnis der Nachkommen Adams. Als Gott die Menschen schuf, formte er sie nach seinem eigenen Bild. ²Er schuf sie als Mann und Frau, segnete sie und nannte sie »Mensch«.

³Als Adam 130 Jahre alt war, wurde sein Sohn Set geboren. Set war das Ebenbild seines Vaters.* ⁴Nach der Geburt von Set lebte Adam

4,13 O. *Sünde*. | **4,16** Hebr. *umherirrend*. | **4,18** O. *Stammvater*; so im ganzen Vers. | **4,25** *Set* bedeutet wahrscheinlich *geschenkt*; der Name kann auch *ingesetzt* bedeuten. | **4,26** Hebr. *Mensch*. | **5,3** Hebr. *war sein Abbild, nach seinem Bild*.

4,15 Das Zeichen, mit dem Gott Kain versah, ist keine Schuld-Markierung, sondern ein Zeichen, das zu seinem Schutz dienen sollte. Sogar nachdem Kain so sehr versagt hatte, wollte Gott ihn vor Schaden bewahren. Manche von uns schauen auf ihr Leben zurück und staunen darüber, wie sehr uns Gott bewahrt hat, noch ehe wir den Heilungsprozess begonnen haben. Gott möchte, dass wir Erneuerung erfahren, und bewahrt uns oft im Unglück, damit wir nicht zugrunde gehen. Unser gnädiger Gott will vor allen Dingen unsere ganzheitliche Heilung, auch nach unserem Versagen.

5,1-32 Dieses Kapitel wird manchmal als »Todesanzeigen« bezeichnet. Wie ein Refrain wird immer wiederholt: »Er starb ... er starb ... er starb.« Obwohl Adam und Eva nicht an dem Tag starben, als sie in Sünde fielen, ereilte sie eines Tages dennoch der Tod. Ihre Beziehung zu Gott wurde wiederhergestellt, aber den körperlichen Folgen ihrer Sünde konnten sie nicht für immer entgehen. Wir hoffen manchmal, dass unsere Probleme enden, wenn wir unsere Beziehung zu Gott erneuern. Aber eine Beziehung zu Gott befreit uns selten von den Folgen vergangener Sünden. Doch auch wenn wir aufgrund von früheren Fehlern leiden, wissen wir doch, dass Gott auf jedem Schritt unseres Weges mit uns sein wird und Heilung schenken kann.

5,21-24 Über das geistliche Leben Vorfahren der Menschheit ist wenig bekannt. Doch der Bericht über das Leben von Henoah stellt einen Lichtblick in diesem sonst eher trostlosen Kapitel dar. Henoah war bekannt dafür, dass er »in enger Gemeinschaft mit Gott« lebte. Sein Vorbild kann uns Hoffnung geben. Henoah ließ sich nicht durch die Fehler oder die Gleichgültigkeit seiner Zeitgenossen oder Vorfahren einschränken, sondern machte einen Neuanfang – indem er beständig mit Gott lebte.

noch 800 Jahre und bekam weitere Söhne und Töchter. ⁵Er starb im Alter von 930 Jahren.

⁶Als Set 105 Jahre alt war, wurde sein Sohn Enosch geboren. ⁷Nach der Geburt von Enosch lebte Set noch 807 Jahre und bekam weitere Söhne und Töchter. ⁸Er starb im Alter von 912 Jahren.

⁹Als Enosch 90 Jahre alt war, wurde sein Sohn Kenan geboren. ¹⁰Nach der Geburt von Kenan lebte Enosch noch 815 Jahre und bekam weitere Söhne und Töchter. ¹¹Er starb im Alter von 905 Jahren.

¹²Als Kenan 70 Jahre alt war, wurde sein Sohn Mahalalel geboren. ¹³Nach der Geburt von Mahalalel lebte Kenan noch 840 Jahre und bekam weitere Söhne und Töchter. ¹⁴Er starb im Alter von 910 Jahren.

¹⁵Als Mahalalel 65 Jahre alt war, wurde sein Sohn Jered geboren. ¹⁶Nach der Geburt von Jered lebte Mahalalel noch 830 Jahre und bekam weitere Söhne und Töchter. ¹⁷Er starb im Alter von 895 Jahren.

¹⁸Als Jered 162 Jahre alt war, wurde sein Sohn Henoch geboren. ¹⁹Nach der Geburt von Henoch lebte Jered noch 800 Jahre und bekam weitere Söhne und Töchter. ²⁰Er starb im Alter von 962 Jahren.

²¹Als Henoch 65 Jahre alt war, wurde sein Sohn Metuschelach geboren. ²²Henoch lebte in enger Gemeinschaft mit Gott. Nach der Geburt von Metuschelach lebte Henoch noch 300 Jahre und bekam weitere Söhne und Töchter. ²³Henoch wurde 365 Jahre alt. ²⁴Auf einmal war er nicht mehr da, denn Gott hatte ihn zu sich geholt, weil er in enger Gemeinschaft mit ihm gelebt hatte. ²⁵Als Metuschelach 187 Jahre alt war, wurde sein Sohn Lamech geboren. ²⁶Nach der Geburt von Lamech lebte Metuschelach noch 782 Jahre und bekam weitere Söhne und Töchter. ²⁷Er starb im Alter von 969 Jahren. ²⁸Als Lamech 182 Jahre alt war, wurde ihm ein Sohn geboren. ²⁹Lamech nannte ihn Noah*, denn er sagte: »Er wird uns trösten in unserer schweren und mühseligen Arbeit auf dem Acker, den der HERR verflucht hat.« ³⁰Nach der Geburt von Noah lebte La-

SCHRITT 4

Aus der Deckung kommen

Bibellese: 1. Mose 3,6-13

Wir machten eine gründliche und furchtlose Inventur in unserem Inneren.

Viele von uns haben ihr Leben damit verbracht, sich zu verstecken und sich dafür zu schämen, wer wir im Inneren sind. Wir verstecken uns vielleicht, indem wir ein Doppelleben führen, indem wir Drogen nehmen oder uns anderen Süchten hingeben, um uns wie jemand anderes zu fühlen, oder indem wir uns selbstgerecht über andere stellen. Schritt 4 angehen bedeutet aufzudecken, was wir bis jetzt sogar vor uns selbst verborgen hielten.

Als Adam und Eva Gott ungehorsam waren, »wurden den beiden die Augen geöffnet und sie bemerkten auf einmal, dass sie nackt waren. Deshalb flochten sie Feigenblätter zusammen und machten sich Lendenschurze. ... Gott, der HERR, rief nach Adam: ›Wo bist du?‹ Dieser antwortete: ›Als ich deine Schritte im Garten hörte, habe ich mich versteckt. Ich hatte Angst, weil ich nackt bin.« (1. Mose 3,7-10). Seitdem halten sich die Menschen versteckt und bedeckt!

Jesus konfrontierte die religiösen Führer immer wieder mit ihrer Heuchelei. Heuchler sind Menschen, die vorgeben, bestimmte Tugenden oder Eigenschaften zu haben, die sie in Wirklichkeit nicht haben. Einmal sagte Jesus zu diesen Führern: »Ihr Heuchler! Sorgfältig achtet ihr darauf, dass eure Tassen und Teller nach außen sauber sind, doch innerlich seid ihr durch und durch verdorben – voller Missgunst und Maßlosigkeit! ... Wascht erst einmal die Tasse von innen aus; das Äußere wird dann von selbst sauber« (Matthäus 23,25-26).

Wenn der wahre Mensch in uns aus seinem Versteck kommt, müssen wir uns mit einigem Schmutz auseinandersetzen! Inventur zu machen ist eine gute Maßnahme, unser Inneres »auszuwaschen«. Manchmal bedeutet diese Art Waschen auch, unser Leben mit Tränen zu spülen. Nur das Aufdecken der verborgenen Teile unseres Selbst wird uns fähig machen, den äußeren Menschen zu verändern und unsere sucht- und zwanghaften Verhaltensweisen abzulegen.

Weiter auf Seite 703 mit Nehemia 8.

mech noch 595 Jahre und bekam weitere Söhne und Töchter. ³¹Er starb im Alter von 777 Jahren.

³²Als Noah 500 Jahre alt war, bekam er drei Söhne: Sem, Ham und Jafet.

Noah und die Flut

6 Die Menschen wurden immer zahlreicher auf der Erde und ihnen wurden auch viele Töchter geboren. ²Da sahen die Gottessöhne, wie schön die Frauen der Menschen waren, und sie nahmen sich diejenige zur Frau, die ihnen am besten gefiel. ³Da sprach der HERR: »Die Menschen sollen von nun an nicht mehr so lange leben, denn sie sind sündig. In Zukunft sollen sie nicht länger als 120 Jahre leben.«

⁴In jenen Tagen – und auch später noch – lebten Riesen auf der Erde. Denn aus der Verbindung der Gottessöhne mit den Menschtöchtern gingen die Riesen hervor. Diese waren die berühmten Helden der Urzeit. ⁵Doch der HERR sah, dass die Bosheit der Menschen groß war und dass alle ihre Gedanken durch und durch böse waren. ⁶Da bereute der HERR, dass er sie geschaffen hatte, ja es bekümmerte ihn sehr. ⁷Und der HERR sprach: »Ich werde diese Menschen, die ich geschaffen habe, von der Erde ausrotten; sowohl die Menschen als auch das Vieh, die Kriechtiere und die Vögel.

Ich bereue, dass ich sie überhaupt geschaffen habe.« ⁸Noah aber fand Gnade vor dem HERRN.

⁹Dies ist die Geschichte von Noah und seiner Familie. Noah war ein Gerechter, der einzige fehlerlose Mensch, der damals auf der Erde lebte. Er lebte in enger Gemeinschaft mit Gott.

¹⁰Noah hatte drei Söhne: Sem, Ham und Jafet.

¹¹Die Menschen waren böse und gewalttätig. ¹²Gott sah auf die Erde, und sie war voller Verbrechen, denn die Menschen handelten böse. ¹³Deshalb sprach Gott zu Noah: »Ich habe beschlossen, alle Lebewesen auszulöschen, denn die Erde ist ihretwegen voller Gewalt. Ich will sie zusammen mit der Erde vernichten!

¹⁴Bau ein Schiff* aus harzhaltigem Holz und dichte es innen und außen mit Teer ab. Bau anschließend Decks und Räume ein.

¹⁵Das Schiff soll 300 Ellen lang, 50 Ellen breit und 30 Ellen hoch* sein. ¹⁶Lass unter dem Dach eine Öffnung – eine Elle* breit – frei, die rund um das Schiff geht. Leg dann drei Decks im Schiff an – unten, in der Mitte und oben –, und setz an der Seite eine Tür ein.

¹⁷Sieh! Ich werde die Erde mit einer Flut überschwemmen, um alles Lebendige auf ihr zu vernichten. Alles, was auf der Erde lebt, soll sterben! ¹⁸Doch mit dir schließe ich einen Bund und du sollst, zusammen mit deiner Frau, deinen Söhnen und deren Frauen, in

6,14 Traditionell mit *Arche* übersetzt. | **6,15** Das entspricht ca. 150 m Länge, 25 m Breite und 15 m Höhe. | **6,16** Das entspricht ca. 50 cm.

6,1-12 Manche Menschen sind der festen Überzeugung, dass die Menschen sich weiterentwickeln und immer besser werden. In manchen Bereichen wie Hygiene, ärztliche Versorgung und Technologie mag das stimmen. Vergleichen wir aber den Zustand der Welt, wie er in diesen Versen beschrieben wird, mit dem Zustand im Garten Eden, wird deutlich, dass die innere Entwicklung in die entgegengesetzte Richtung ging. Ohne Gottes Hilfe verlieren wir uns immer wieder in denselben zerstörerischen Mustern. Dem natürlichen Gefälle hin zu Leid und Zerstörung können wir entkommen, wenn wir Gottes Weg folgen und seine Gnade annehmen.

6,8-10 In diesen Versen wird erneut Gottes Gnade deutlich. Gott schenkte Noah und seiner Familie Gnade. Noah, wie auch Henoch, hat sein Leben in beständiger Gemeinschaft mit Gott gelebt. Er entkam der Prägung durch seine Vorfahren und durch seine Nachbarn, indem er die Nähe Gottes suchte. Infolgedessen überlebte Noah die große Flut und wurde zum zweiten Stammvater der Menschheit.

6,22 Mancher fragt sich, ob Noah in den Anweisungen Gottes irgendeinen Sinn sah. Gott hat ihm befohlen, ein riesiges Boot zu bauen – fernab von jedem schiffbaren Wasser. Doch wir sehen hier, dass Noah gehorsam war, auch wenn Gottes Anweisungen schwer zu verstehen waren. Das ist eins der Geheimnisse des Erfolgs im Heilungsprozess. Wir verstehen vielleicht nicht, wie etwas funktioniert, aber für eine erfolgreiche Erneuerung ist es nötig, auf Gott zu hören und seinen Weisungen zu folgen. Wenn wir Glaubensschritte gehen, wie Noah es tat, wird uns Gott Erfolg schenken und unser Leben in gute Bahnen lenken.