

# Freiheit IN CHRISTUS

KURSBUCH FÜR KLEINGRUPPEN

KOSTENLOSE  
PROBE-  
LEKTION

Entdecke deine **Identität** in Christus.  
Erlebe die **Freiheit** deines neuen Lebens.  
Beginne deine **Berufung** zu leben.



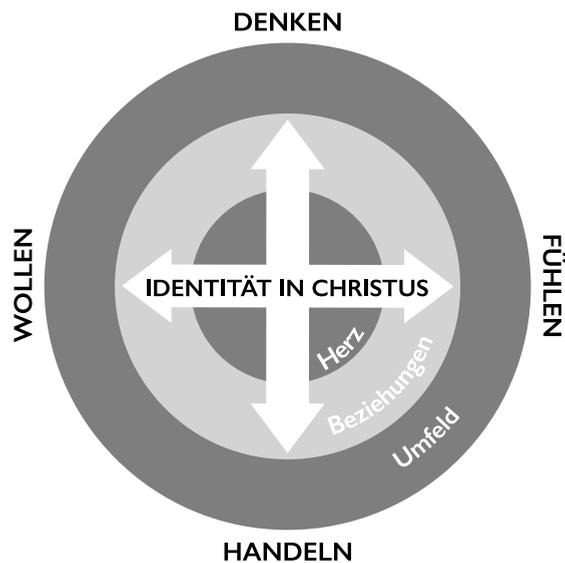
FREEDOM IN CHRIST

*Identität leben*



## *Unsere Vision*

**„Wir befähigen Gemeinden zu lebensverändernder Jüngerschaft, indem Christen ihre Identität in Christus erkennen und so aus ihr leben, dass ihr Herz, ihre Beziehungen und ihr Umfeld davon verändert werden.“**



[www.freedominchrist.de](http://www.freedominchrist.de)

[www.freedominchrist.ch](http://www.freedominchrist.ch)

## **Freiheit in Christus**

### **Kursbuch für Kleingruppen**

Das *Freiheit in Christus Kursbuch für Kleingruppen* basiert auf dem *Freiheit in Christus-Kurs* von Neil T. Anderson und Steve Goss. (2004, 2010, 2017). Die Inhalte wurde mit freundlicher Genehmigung von Freedom in Christ International angepasst und ergänzt.

#### **Für Bibelzitate wurden folgende Übersetzungen verwendet:**

Neue evangelistische Übersetzung (NEÜ), Revidierte Elberfelder Bibel (ELB)

#### **Zur 1. Auflage:**

Inhalt:	Anton Weidensdörfer
Lektorat:	Diana Berger, Tommy Rödl, Stephanie Weidensdörfer, Günther Schulz
Satz und Layout:	Anton Weidensdörfer
Bildrechte:	lightstock.com
Druck:	WIRmachenDRUCK GmbH

Printed in Germany

Probe-Auflage 2025 (100 Expl.)

I. Auflage 2025 (1000 Expl.)

© 2025 by FREEDOM IN CHRIST Deutschland e.V.

ISBN 978-3-9824558-5-3

Kontakt FREEDOM IN CHRIST Deutschland: [www.freedominchrist.de](http://www.freedominchrist.de) | [info@freedominchrist.de](mailto:info@freedominchrist.de)

Kontakt FREEDOM IN CHRIST Schweiz: [www.freedominchrist.ch](http://www.freedominchrist.ch) | [info@freedominchrist.ch](mailto:info@freedominchrist.ch)

Alle Rechte vorbehalten, auch für auszugsweise Wiedergabe und Fotokopie.

## Danksagung

Du hältst die erste offizielle Auflage des *Freiheit in Christus* Kursbuchs für Kleingruppen in der Hand. Bis zu diesem Buch war es ein langer Weg – länger als ich es zu Beginn des Projektes dachte. Und ohne die Unterstützung von vielen einzelnen Leuten wäre es nicht möglich gewesen. Darum zu Beginn ein Dank an...

**Steve Goss und das Team von FREEDOM IN CHRIST International**, die uns viel Vertrauen entgegengebracht haben und es uns ermöglicht haben, die Inhalte des bewährten Freiheit in Christus-Kurses in diesem neuen Format darzustellen. Danke für die Freiheit, die ihr uns in Anpassungen und Ergänzungen gegeben habt. Ihr seid wirklich befreite Leiter.

Danken möchte ich auch meinen **Kollegen von FREEDOM IN CHRIST Deutschland**. Ich selbst bin erst seit wenigen Jahren in der Arbeit und durfte viel Vertrauen und Unterstützung bei diesem Projekt erleben. Danke, dass ihr es möglich gemacht habt!

Ein besonderer Dank geht an die **Leitung der EFG Kirchberg und die ca. 80 Teilnehmer vom ersten Testlauf** Anfang 2025. Ihr habt euch darauf eingelassen dieses neue Format zu nutzen, über viele Kinderkrankheiten der Probeauflage hinweggeschaut und mit eurem Feedback zu diesem fertigen Buch beigetragen. Danke für eurer Vertrauen!

Dann möchte ich **Diana Berger, Ann-Kathrin Mohr, Oliva Schröder, Tommy Rödl, seiner Frau Rebekka, Klaudia Fitz und meiner Frau Stephanie** danken. Danke, dass ihr den Kurs inhaltlich, sprachlich, grammatikalisch und orthografisch korrigiert habt. Eure Langmut mit meinen Schwächen und eure guten Hinweise waren wunderbar.

Danken möchte ich noch **Christa Murschall** und ihre wertvollen Ergänzungen zu Woche 7 und den Umgang mit emotionalen Wunden. Außerdem noch ein großer Dank an **Marko Schubert** vom Christlichen Bildungszentrum Erzgebirge und **Günther Schulz** von FREEDOM IN CHRIST Deutschland – ihr habt viele gute Hinweise zu Inhalt und Verständlichkeit eingebracht. Eure Erfahrung in der Begleitung von Menschen und eure Liebe zum Evangelium waren ein echter Gewinn für diesen Kurs.

Zuletzt noch der größte Dank an den, der den Kurs überhaupt erst ermöglicht: **Jesus Christus** selbst. Hätte ich nicht selbst die befreiende Kraft seiner Gnade erfahren dürfen, wäre es nie zu diesem Kursbuch gekommen. Möge dieser Kurs ihn ehren und für viele Menschen ein Schritt werden, die Freiheit in Christus zu ergreifen.

Anton Weidensdörfer

Im September 2025

Vorwort

# DAS FREIHEIT IN CHRISTUS KURSBUCH FÜR KLEINGRUPPEN

Jesus hat seinen Nachfolgern befohlen: „Darum geht zu allen Völkern und macht die Menschen zu meinen Jüngern“ (Mt 28,19). Das Wort „Jünger“ kann man auch mit „Auszubildender“ übersetzen. Dieses Ziel ist noch nicht dadurch erreicht, dass ein Mensch zu Gott umkehrt. Viele Christen sind zwar wiedergeboren, aber nicht fest in Christus verwurzelt. Sie sind Gottes Kinder, doch im Glauben sind sie Kinder geblieben, anstatt immer weiter zu reifen. Deshalb haben viele Christen Schwierigkeiten mit ihrem christlichen Lebenswandel. Um reife Jünger zu werden, müssen wir in einen lebensverändernden Prozess von Wachstum und Reife eintreten. Das gelingt am besten, wenn wir gemeinsam mit anderen Christen Jesus nachfolgen – in Jüngerschaftsbeziehungen.

Jesus sagte: „Ihr werdet die Wahrheit erkennen, und die Wahrheit wird euch frei machen“ (Joh 8,32). Viele Christen kennen die Wahrheit ihrer neuen Identität und der Kraft des neuen Lebens in Christus jedoch nicht und gehen deshalb oft in ihren Herausforderungen unter (Hos 4,6). Ein Beispiel sind die Christen der Gemeinde in Korinth im Neuen Testament. Paulus stellte fest, dass sie immer noch geistliche Milch brauchten und im Glauben nicht reif wurden (1Kor 3,1-2). „Eifersucht und Streit“ (1Kor 3,3) hinderten sie daran, dass die Wahrheit des Evangeliums auch zu einem Leben in Freiheit und Reife führte. Denn Wahrheit ohne Umkehr führt zu Stagnation.

Es gibt viele hervorragende Programme und Hilfsmittel für die Jüngerschaft, doch zuerst musst du lernen, jeden Tag neu durch „Umkehr und Ruhe“ (Jes 30,15) zu leben und dich von biblischer Wahrheit bestimmen zu lassen. Genau dafür wurde der *Freiheit in Christus-Kurs* entwickelt. Du lernst die grundlegenden Wahrheiten des Lebens mit Jesus (tiefer) kennen und erfährst, wie du dein Leben darauf ausrichtest. Das Verständnis dieser Wahrheiten wird dir helfen, egal ob du noch jung im Glauben bist oder schon lange Jesus Christus nachfolgst. Du wirst es lernen, persönliche und geistliche Konflikte durch Umkehr und Vertrauen auf die Wahrheit zu lösen.

Mit dem *Freiheit in Christus Kursbuch für Kleingruppen* helfen wir dir, diese grundlegenden Wahrheiten selbst zu entdecken. Jede Woche besteht aus fünf persönlichen Andachten. Nach jeder Woche triffst du dich mit einer Austauschgruppe oder in einer Zweierschaft, um die Inhalte zu reflektieren. Das wird dich ermutigen und du darfst wieder andere ermutigen. Im Anhang findest du Hilfen für Gesprächsleiter mit Vorschlägen zur Gestaltung der Treffen.

Jetzt wünschen wir dir Gottes Segen auf deiner zwölfwöchigen Reise zur Freiheit in Christus.

Dein Team von FREEDOM IN CHRIST Deutschland

Deine

# REISEROUTE



## Fundament (Woche 1-3)

In den ersten drei Wochen lernst du die grundlegenden Wahrheiten des Evangeliums (tiefer) kennen. Du erfährst, was es heißt eine neue Schöpfung in Christus zu sein und was biblischer Glaube ist.



## Feinde (Woche 4-6)

Weiter geht es mit den Feinden unseres geistlichen Lebens. Du lernst, wie die Welt, das Fleisch und der Teufel wirken – und wie du in diesem Kampf um deine Gedanken siegreich bist, indem du dein Leben fest auf die Wahrheit des Wortes Gottes stellst.



## Freiheit (Woche 7-9)

Gott ändert unsere Vergangenheit nicht, aber durch Seine Gnade ermöglicht er es uns, frei zu werden von den Fesseln, die uns an sie ketten. Du lernst, wie du gut mit deinen Gefühlen umgehst, frei von Bitterkeit wirst und dein Denken erneuert wird. Dieser Teil beinhaltet auch den **Gebetstag** „Die Schritte zur Freiheit in Christus“.



## Frucht (Woche 10-12)

Im letzten Teil lernst du das Ziel deines Lebens als Christ kennen: Jesus Christus immer ähnlicher zu werden und im Glauben zu reifen. Du lernst, wie du auf eine gesunde Weise Beziehungen zu anderen Menschen zu baust und wie du dein Leben an Gottes Zielen ausrichtest. Dieser Abschnitt beinhaltet auch einen **praktischen Einsatz**, bei dem du anderen dienen darfst.

# ANHANG



## Wie geht es weiter?

Aufbau- und Vertiefungsangebote



## Gebetsliste

Sammele Dank, Bitten, Lob und Fürbitten.



## Hilfen für Gesprächsleiter

Wir erklären dir, was deine Rolle als Kleingruppenleiter ist, geben dir wichtige Tipps für die Gesprächsführung und Vorschläge für die Gestaltung des Austauschtreffens.

# Die Wochen im **ÜBERBLICK**

*Woche 1*

**Woher komme ich?** – Die gute Nachricht .....9

*Woche 2*

**Wer bin ich?** – Meine Identität in Christus.....31

*Woche 3*

**Auf was vertraue ich?** – Leben aus Glauben.....53

*Woche 4*

**Was prägt mich?** – Mein Weltbild verändern lassen.....77

*Woche 5*

**Aus welcher Kraft lebe ich?** – Fleisch und Geist.....103

*Woche 6*

**In welchem Kampf stehe ich?** – Die Strategie des Feindes.....125

*Woche 7*

**Wie gehe ich gut mit Gefühlen um?** – Emotionale Freiheit.....147

*Woche 8*

**Wie kann ich von Herzen vergeben?** – Freiheit von den Ketten der Bitterkeit..169

*Gebetstag*

**Die Schritte zur Freiheit in Christus**.....192

*Woche 9*

**Wie erneuert sich mein Denken?** – Freiheit durch Wahrheit.....195

*Woche 10*

**Wie wachse ich im Glauben?** – Geistlich reif werden.....221

*Woche 11*

**Wie lebe ich gesunde Beziehungen?** – Gottes Liebe sichtbar machen.....243

*Praxisinheit*

**Dienen** – Der Not anderer begegnen.....264

*Woche 12*

**Was ist meine Berufung?** – Gottes Ziele für mein Leben.....291

*Wie wird diese Reise*

# **FÜR MICH ZUM GEWINN?**

- **Plane die Andachten täglich ein**

Die Andachten lassen sich gut mit einem Zeiteinsatz von ca. 30min pro Tag durcharbeiten. Nimm dir diese Zeit und überlege, was du dafür bewusst weglassen kannst. Die Themen bauen aufeinander auf, sodass die Wahrheiten Stück für Stück in dein Herz sinken können. Tipp: konzentriere dich beim Lesen des Bibeltextes auf die Frage, die in der Einleitung zum Text steht.

- **Verpasse kein Austauschtreffen**

Dieser Kurs ist auf Jüngerschaft ausgerichtet und funktioniert nur mit anderen. Du brauchst Gefährten, die dich während dieser Zeit ermutigen, dir helfen und für dich beten. Am besten geht das in einer Kleingruppe oder Zweierschaft. Wenn du beides nicht hast, sprich einen anderen Christen an und frage ihn, ob er mit dir diese Reise geht.

- **Die Schritte zur Freiheit in Christus**

Erkenntnis fühlt sich an wie Veränderung – ist es aber noch nicht. Damit die Inhalte wirklich Kraft in deinem Leben entwickeln, musst du bereit sein, Gott tief an dein Herz zu lassen. Dazu dient der Gebetstag, an dem du durch „Die Schritte zur Freiheit in Christus“ gehen wirst. Plane diesen Tag fest ein. Mehr Infos findest du auf Seite 192.

- **Lass es praktisch werden**

Du wirst viele praktische Hilfen und Aufgaben bekommen. Nutze sie, damit die Inhalte nicht einfach Theorie bleiben.

- **Lass dich nicht entmutigen**

Es gibt einen Feind, Satan, der keinerlei Interesse daran hat, dass du deine Freiheit in Christus erfährst. Er wird versuchen, sein Spiel von Entmutigung, Anklage, Verunsicherung und Anfechtung mit dir zu spielen. Lass dich davon nicht verwirren. Du lernst während dieser Reise, wie du diesen Angriffen widerstehen kannst.

Sprich nun dieses Gebet:

*„Herr, mein Gott, ich danke dir, dass ich mich nun auf eine Reise begeben darf, auf der ich dich, dein Wort, die Welt in der ich lebe und auch mich selbst so viel tiefer verstehen werde. Ich wünsche mir, dass ich das Leben und die Freiheit, die du für mich bereit hältst, ergreifen kann. Bitte hilf mir, dran zu bleiben und mich nicht ablenken oder entmutigen zu lassen. Ich bete auch für die, mit denen ich diese Reise gemeinsam gehe. Segne sie und setze uns zum gegenseitigen Segen. In Jesu Namen, Amen.“*

*Teil 1*

# FUNDAMENT



*Woche 1*

**Woher komme ich?**

Die gute Nachricht

*Woche 2*

**Wer bin ich?**

Meine Identität in Christus

*Woche 3*

**Auf was vertraue ich?**

Leben aus Glauben

*Woche 1*

# Woher komme ich?

## Die Gute Nachricht

---

*Wer also mit dem Sohn Gottes verbunden ist, hat das Leben; wer nicht, hat es nicht.*

I Johannes 5,12

*Was erwartet mich?*

Woher komme ich? Warum gibt es mich? Was macht mich wertvoll und liebenswert? In der ersten Woche erfährst du, was diese tiefen Lebensfragen mit dem Beginn der Menschheit zu tun haben und was die Antwort darauf ist. Du lernst, wofür Gott uns geschaffen hat und woher das Loch in unserem Herzen kommt, das wir selbst nicht füllen können. Dann erfährst du, warum Jesus Christus in diese Welt kam und wie er uns das Leben zurückgeben will, das wir verloren haben. Du wirst entdecken, wie nur in Jesus deine Bedürfnisse nach Identität, Annahme, Sicherheit und Bedeutung erfüllt werden können.

*Lektionen*

**Tag 1** – Wer bin ich wirklich?

**Tag 2** – Woher wir kommen

**Tag 3** – Wie wir alles verloren haben

**Tag 4** – Wie wir versuchen uns selbst zu erlösen

**Tag 5** – Warum Jesus die Antwort ist

# Wer bin ich wirklich?

## Beten

Beginne diese Zeit mit einem Gebet. Wenn du noch nie oder nicht sehr oft gebetet hast, hab keine Angst. Gott ist dein Schöpfer, der dich für das Gespräch mit ihm gemacht hat. Du darfst mit ganz normalen Worten mit ihm sprechen. Bitte ihn, dass er in den nächsten Minuten zu dir redet. Du kannst ein Gebet wie das folgende sprechen:

*„Gott, mein Schöpfer. Ich komme jetzt zu dir und möchte dir begegnen. Bitte rede zu mir durch dein Wort und deinen Geist. In mir ist Unruhe und Ablenkung. Jesus Christus, in deinem Namen gebiete ich allem, was mich von der Zeit mit dir abhalten will, zu gehen. Ich unterstelle mich nun dir und bitte dich, dass das, was du willst heute in meinem Leben passiert. Bitte gib mir deinen Frieden. Im Namen Jesu, Amen.“*

## Hören

Lies den folgenden Bibeltext. Es ist ein Psalm, ein Lied das König David geschrieben hat. Es wird dir helfen, wenn du laut und langsam liest. Nimm dir einen Stift und markiere, was dir wichtig wird.

*<sup>1</sup>... Herr, du hast mich erforscht und erkannt. <sup>2</sup> Ob ich sitze oder stehe, du weißt es, du kennst meine Gedanken von fern. <sup>3</sup> Ob ich ruhe oder gehe, du prüfst es, mit all meinen Wegen bist du vertraut. <sup>4</sup> Noch eh das Wort auf meine Zunge kommt, hast du es schon gehört, Herr. <sup>5</sup> Von allen Seiten umschließt du mich, ich bin ganz in deiner Hand. <sup>6</sup> Das ist zu wunderbar für mich, es zu begreifen, zu hoch, dass ich es verstehe! <sup>7</sup> Wohin sollte ich gehen, um dir zu entkommen, wohin fliehen, dass du mich nicht siehst? <sup>8</sup> Stiege ich zum Himmel hinauf, so bist du da, legte ich mich zu den Toten, da wärest du auch. <sup>9</sup> Nähme ich die Flügel des Morgenrots und ließe mich nieder am Ende des Meeres, <sup>10</sup> auch dort würdest du mich führen, deine Hand hielte mich fest. <sup>11</sup> Sagte ich: „Die Finsternis umschließe mich, das Licht um mich werde Nacht!“ <sup>12</sup> Auch die Finsternis ist nicht finster vor dir, die Nacht leuchtet vor dir wie der Tag, die Finsternis wäre wie das Licht. <sup>13</sup> Denn du selbst hast mein Inneres gebildet, mich zusammengefügt im Leib meiner Mutter. <sup>14</sup> Ich preise dich, dass ich so wunderbar und staunenswert erschaffen bin. Ja, das habe ich erkannt: Deine Werke sind wunderbar! <sup>15</sup> Nie war ich unsichtbar für dich, als ich unbemerkt Gestalt annahm, in irdischer Tiefe kunstvoll zusammengefügt. <sup>16</sup> Du sahst mich schon, als ich ein einziger Knäuel in meiner winzig kleinen Zelle war. Und bevor mein erster Tag begann, stand mein Leben längst in deinem Buch. <sup>17</sup> Wie kostbar, Gott, sind mir deine Gedanken! Es sind so unfassbar viele! <sup>18</sup> Wollte ich sie zählen, so wären sie mehr als der Sand. Und wenn ich erwache, bin ich noch immer bei dir. [...] <sup>23</sup> Erforsche mich, Gott, und erkenne mein Herz! Prüfe mich und erkenne meine Gedanken! <sup>24</sup> Sieh, ob ein gottloser Weg mich verführt, und leite mich auf dem ewigen Weg!*

Psalm 139,1-18+23-24

*Verstehen*

Was antwortest du wenn jemand dich fragt: *Wer bist du?* Vielleicht würdest du deinen Namen, deinen Beruf, deinen Familienstand oder deine Herkunft nennen. Aber würde man dich dann wirklich kennen? Nein. Das alles beschreibt zwar dein Leben, aber es sagt nicht, wer du wirklich bist. Wer wärst du ohne Job, Familie, Gesundheit oder Freiheit?

Du merkst: Die Frage geht tiefer: **Es geht um deine Identität.**

Uns alle bewegt die Frage, wer wir eigentlich sind und warum uns jemand lieben sollte. Jeder Mensch sucht nach Antworten auf diese Fragen. Jeder von uns will etwas bedeuten und jemand sein, den man liebt und bewundert. Der Sänger Jon Bellion singt in seinem Lied „Stupid Deep“:

*„Was wäre, wenn der, der ich immer sein wollte, eigentlich einfach nur ich selbst war?  
Und die Liebe, um die ich gekämpft habe, eigentlich immer frei verfügbar war?  
Was, wenn all die Dinge, die ich getan habe, nur Versuche waren, Liebe zu verdienen?  
Denn das Loch in meinem Herzen ist so unfassbar groß.“*

Kennst du das? Dieses Loch im Herzen? Die Frage, wer du eigentlich bist, was du wert bist und wer dich so liebt, wie du bist? Aber wo findet man eine Antwort darauf? Gibt es eine Liebe, die nicht davon abhängt, was wir tun oder haben? Gibt es jemanden, der uns will, einfach nur weil es uns gibt?

Wenn du eine Frage zu einem Auto hast, gehst du zu einem Fachmann, oder? Aber wohin kannst du gehen, wenn du Fragen wie diese hast? Der Psalm sagt uns, wer der Fachmann für unser Leben ist. Es ist Gott. David staunt wie Gott ihn geschaffen hat und was er über uns Menschen sagt. Wir lernen aus diesem Text einige erstaunliche Dinge:

**1. Du bist gewollt und kein Zufall**

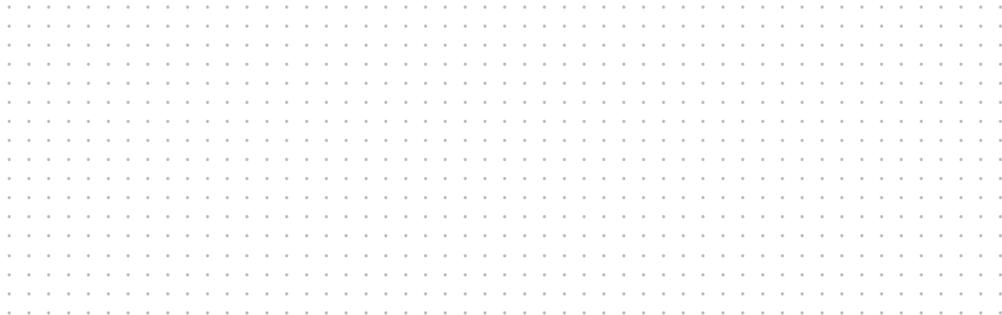
Hast du dich schon mal gefragt, warum es dich gibt? Abhängig von deinen Erfahrungen kann es sein, dass du nicht glauben kannst, dass dein Leben einen Sinn hat. Aber dieser Text sagt: Gott wollte dich. In der Bibel steht, dass du nicht durch Zufall oder die Weiterentwicklung von Tieren auf die Welt gekommen bist. Jeder Mensch ist ein von Gott geschaffenes Kunstwerk – auch du. Und Gott hat ein Interesse an deinem Leben.

**2. Gott hat dich nicht vergessen**

Aber wo ist dieser Schöpfer jetzt? Wo war er, als ich am meisten Hilfe gebraucht hätte? Wenn du solche Fragen hast, ist das völlig in Ordnung. Dafür gibt es keine pauschalen Antworten. Doch David schreibt: Gott kennt jeden einzelnen Tag, jede Sekunde deines Lebens. Ihm ist nichts aus dem Blick geraten. Er war da, selbst wenn du ihn nicht gespürt oder nicht einmal an ihn geglaubt hast. Jetzt ist ein Moment in deinem Leben gekommen, in dem er dir begegnen will. Jetzt hast du die Chance, ihn kennenzulernen – den Gott, der schon so lange nach dir sucht.



- Bist du bereit, Gott an dein Herz zu lassen? Was macht dir Mut und was hält dich zurück?



### Gebet

Im Anhang findest du Platz für eine Gebetsliste. Dort kannst du Dinge aufschreiben, für die du Gott bitten oder danken willst. Schreib das auf, was dich gerade hindert, Gott an dein Herz zu lassen. Bete dafür, dass Gott in diesem Thema zu dir spricht.

Schließe diese Zeit mit einem Gebet ab. Das folgende Gebet kann dir eine Hilfe sein. Du kannst es so beten oder mit deinen eigenen Worten:

*„Herr, mein Schöpfer, ich danke Dir, dass Du mich wundervoll geschaffen hast. Oft kann ich das nicht fassen oder fühlen, weil es so viel in meinem Leben gibt, was ich lieber nicht erlebt oder getan hätte. Du hast jeden Moment gesehen und ich danke Dir, dass Du mich trotzdem liebst. Danke, dass ich Dir nicht egal bin und dass Du Hoffnung in mein Leben bringen willst. Es gibt Dinge, die es mir schwer machen zu vertrauen. Trotzdem entschieße ich mich jetzt, Dir mein Herz zu öffnen. Ich bitte Dich, dass Du mir in den kommenden Wochen begegnest und ich erleben darf, wie Du mich frei machst. Amen.“*

# Woher wir kommen

## Beten

Beginne diese Zeit mit einem Gebet. Mach dir bewusst, dass du jetzt Gott begegnen willst und er durch sein Wort und seinen Geist zu dir reden will. Formuliere, was dir auf dem Herzen liegt. Wenn es dir hilft, kannst du auch noch einmal das Gebet von Tag 1 beten.

## Hören

Lies den folgenden Bibeltext. Er beschreibt, wie Gott uns Menschen geschaffen hat. Markiere im Text, was dir wichtig wird.

<sup>4</sup> Es folgt die Detailgeschichte der Erschaffung von Himmel und Erde: Als Gott Himmel und Erde machte, <sup>5</sup> gab es zunächst weder Sträucher noch Feldpflanzen auf dem Erdboden, denn Gott hatte es noch nicht regnen lassen. Es gab auch noch keinen Menschen, der das Land bearbeiten konnte. <sup>6</sup> Feuchtigkeit stieg aus der Erde auf und tränkte die ganze Oberfläche des Erdreichs. <sup>7</sup> Dann formte Gott den Menschen aus loser Erde vom Ackerboden und hauchte Lebensatem in sein Gesicht. So wurde der Mensch ein lebendes Wesen. <sup>8</sup> Nun hatte Gott im Osten, in Eden, einen Garten angelegt. Dorthin versetzte er den von ihm gebildeten Menschen. <sup>9</sup> Aus dem Erdboden hatte er verschiedenartige Bäume wachsen lassen. Sie sahen prachtvoll aus und trugen wohlschmeckende Früchte. Mitten im Garten stand der Baum des Lebens und der Baum, der Gut und Böse erkennen ließ. [...] <sup>15</sup> Gott brachte also den Menschen in den Garten Eden, damit er diesen bearbeite und beschütze, <sup>16</sup> und wies ihn an: „Von allen Bäumen im Garten darfst du nach Belieben essen, <sup>17</sup> nur nicht von dem Baum, der dich Gut und Böse erkennen lässt. Sobald du davon isst, wirst du sterben müssen.“ <sup>18</sup> Dann sagte Gott: „Es ist nicht gut, dass der Mensch so allein ist. Ich will ihm eine Hilfe machen, die ihm genau entspricht.“ <sup>19</sup> Gott hatte nämlich alle Landtiere und Vögel, die er aus dem Erdboden geformt hatte, zum Menschen gebracht, um zu sehen, wie er sie nennen würde. Genauso sollten all die Lebewesen dann heißen. <sup>20</sup> So hatte der Mensch dem Herdenvieh, den Vögeln und allen Landtieren Namen gegeben. Aber für sich selbst fand er nichts, was ihm als Hilfe entsprochen hätte. <sup>21</sup> Da ließ Gott einen Tiefschlaf über den Menschen kommen. Er nahm eine seiner Seiten heraus und verschloss die Stelle mit Fleisch. <sup>22</sup> Aus dem herausgenommenen Seitenstück baute Gott eine Frau und brachte sie zum Menschen. <sup>23</sup> Da rief der Mensch: „Diesmal ist sie es! Sie ist genau wie ich, und sie gehört zu mir, sie ist ein Stück von mir! Sie soll Isch-scha heißen, Frau, denn sie kam vom Isch, dem Mann.“ <sup>24</sup> Aus diesem Grund verlässt ein Mann seinen Vater und seine Mutter, verbindet sich mit seiner Frau und wird völlig eins mit ihr. <sup>25</sup> Der Mann und seine Frau waren nackt, aber sie schämten sich nicht voreinander.

1 Mose 2,4-9+15-25

## Verstehen

Wir Menschen nutzen verschiedene Strategien, um uns angenommen, sicher oder bedeutungsvoll zu fühlen. Aber das war nicht immer so. Du hast gerade einen Text aus dem ersten Buch Mose in der Bibel gelesen. Die Bibel ist kein gewöhnliches Buch, sie ist Gottes Wort an uns. Dabei sagt sie absolut zuverlässig, was wir über Gott, diese Welt und uns Menschen wissen müssen. Sie erzählt uns auch, wie Gott das Universum und alles Leben schuf. Als Höhepunkt seiner Schöpfung hat er die ersten beiden Menschen gemacht: Adam und Eva. Sie haben wirklich gelebt und wir alle stammen von ihnen ab.

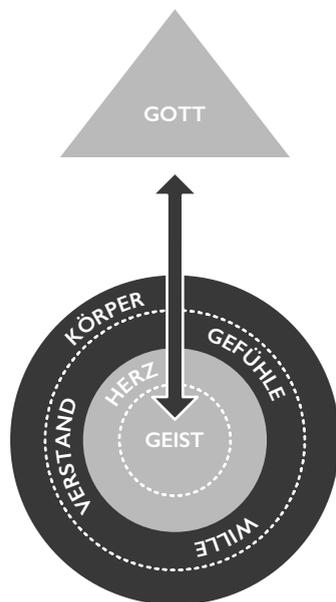
Du hast gelesen, dass Gott Adam und Eva als „lebendes Wesen“ (Vers 7) geschaffen hat. Die Grafik zeigt dir, wie Gott uns geschaffen hat. Wir bestehen aus einem äußeren Menschen, unserem Körper, zu dem auch unser Gehirn und Nervensystem gehört. Wir haben aber auch einen inneren Menschen, der unseren Körper steuert. Die Bibel spricht dabei von unserem „Herz“. Im biblischen Sprachgebrauch ist das Herz der Ort, der unser Denken und Entscheiden steuert (Spr 4,23). Es ist der Sitz unseres Geistes (oder unserer Seele). Ein lebendes Wesen zu sein hieß für Adam und Eva darum:

### 1. Körperlich lebendig zu sein.

Das bedeutet, dass ihr Geist, der Kern ihres inneren Menschen, mit ihrem Körper verbunden war. Auch wir sind heute noch körperlich lebendig. Wir haben einen Körper, mit dem wir riechen, schmecken, fühlen, hören und sehen können.

### 2. Geistlich lebendig zu sein.

Adam und Eva waren jedoch auch geistlich lebendig. Das bedeutet, dass ihr innerer Mensch – ihr Herz – durch den Geist Gottes mit Gott verbunden war. Diese Verbindung mit Gott gab Adam und Eva eine ganz andere Lebensqualität als nur körperliches Leben. Es gab Ziel und Sinn im Leben. Adam und Eva wussten, dass sie durch ihre Beziehung zu Gott:



- **...angenommen sind.**

Sie hatten eine innige Beziehung zu Gott, konnten jederzeit mit ihm sprechen und hatten seine volle Aufmerksamkeit. Die beiden wussten, dass sie von Gott und voneinander vorbehaltlos angenommen waren. Darum hatten sie eine innige Beziehung miteinander. Obwohl sie nackt waren, schämten sie sich nicht voneinander und hatten keine Angst. Sie hatten nichts zu verbergen. Selbst ihre Sexualität war in der Gegenwart Gottes rein, weil sie im Einklang mit Gottes Willen war:

- **...bedeutungsvoll sind.**

Adam und Eva mussten nicht nach der Bedeutung oder dem Sinn ihres Lebens suchen. Sie wussten bereits, warum sie geschaffen worden waren. Gott hatte sie als Herrscher

über die Welt eingesetzt. Dabei sollten sie Gottes gutes Wesen widerspiegeln. Sie waren seine Stellvertreter vor der Schöpfung. Adam hatte jedem Tier seinen Namen gegeben, was seine leitende Stellung über die Erde zeigte.

- **...sicher sind.**

Die beiden hatten alles, was sie zum Leben brauchten. In Gottes Gegenwart waren sie versorgt und absolut sicher. Sie kannten weder Mangel noch Sorge noch Angst.

Das hört sich unglaublich an, oder? Aber genau so hatte Gott unser Leben als Menschen geplant. Gottes Wunsch für uns war totale Sicherheit, keine Sorgen, eine bedeutungsvolle Aufgabe und vorbehaltlose Annahme durch Gott und andere Menschen. Morgen erfährst du, warum wir das heute nicht mehr erleben.

### Anwenden

Die folgenden Fragen helfen dir, das Gelesene auf dein Leben anzuwenden. Nimm dir Zeit und schreibe die Antworten auf. Das wird dir helfen, nicht schnell darüber hinwegzugehen:

- Was hat dich angesprochen? Über was willst du weiter nachdenken?

.....

- Denke über einen Tag im Leben von Adam und Evas nach. Was wird sie wohl bewegt haben? Wie haben sie sich gefühlt? Was bewirkt das in dir?

.....



# Wie wir alles verloren haben

## Beten

Beginne diese Zeit mit einem Gebet. Mach dir bewusst, dass du jetzt Gott begegnen willst und er durch sein Wort und seinen Geist zu dir reden will.

## Hören

Lies den folgenden Bibeltext. Er beschreibt die größte Tragödie der Menschheit. Achte auf alles, was dir auffällt und markiere es dir im Text.

<sup>1</sup> Die Schlange war listiger als all die Tiere, die Gott gemacht hatte. Sie fragte die Frau: „Hat Gott wirklich gesagt, dass ihr von keinem Baum im Garten essen dürft?“ <sup>2</sup> „Natürlich essen wir von den Früchten“, entgegnete die Frau, <sup>3</sup> „nur von den Früchten des Baumes in der Mitte des Gartens hat Gott gesagt: 'Davon dürft ihr nicht essen – sie nicht einmal berühren –, sonst müsst ihr sterben.'“ <sup>4</sup> „Sterben?“, widersprach die Schlange, „sterben werdet ihr nicht.“ <sup>5</sup> Aber Gott weiß genau, dass euch die Augen aufgehen, wenn ihr davon esst. Ihr werdet wissen, was Gut und Böse ist, und werdet sein wie Gott.“ <sup>6</sup> Als die Frau nun sah, wie gut von dem Baum zu essen wäre, was für eine Augenweide er war und wie viel Einsicht er versprach, da nahm sie eine Frucht und aß. Sie gab auch ihrem Mann davon, der neben ihr stand. Auch er aß. <sup>7</sup> Da gingen beiden die Augen auf. Sie merkten auf einmal, dass sie nackt waren. Deshalb machten sie sich Lendenschurze aus zusammengehefteten Feigenblättern. <sup>8</sup> Am Abend, als es kühler wurde, hörten sie Gott durch den Garten gehen. Da versteckten sich der Mann und seine Frau vor Gott zwischen den Bäumen. <sup>9</sup> Doch Gott rief den Menschen: „Wo bist du?“ <sup>10</sup> Der antwortete: „Ich hörte dich durch den Garten gehen und bekam Angst, weil ich nackt bin. Deshalb habe ich mich versteckt.“ <sup>11</sup> „Wer hat dir gesagt, dass du nackt bist?“, fragte Gott „Hast du etwa von dem verbotenen Baum gegessen?“ <sup>12</sup> Der Mensch erwiderte: „Die Frau, die du mir zur Seite gestellt hast, gab mir etwas davon; da habe ich gegessen.“ <sup>13</sup> „Was hast du da getan?“, fragte Gott die Frau. „Die Schlange hat mich verführt“, entgegnete sie. <sup>14</sup> Da sagte Gott zur Schlange: „Weil du das getan hast, sei mehr verflucht als alles Herdenvieh und mehr als alle wilden Tiere! Kriech auf dem Bauch und schlucke Staub dein Leben lang! <sup>15</sup> Ich stelle Feindschaft zwischen dich und die Frau, deinem Nachwuchs und ihrem. Er wird dir den Kopf zertreten, und du wirst ihm die Ferse zerbeißen.“ [...] <sup>23</sup> Deshalb schickte Gott ihn aus dem Garten Eden hinaus. Er sollte den Ackerboden bearbeiten, von dem er genommen war.

1 Mose 3,1-15+23

## Verstehen

Leider leben wir heute nicht mehr so wie Adam und Eva es am Anfang taten. Denn in die perfekte Harmonie hinein brach die größte Katastrophe der Menschheit: Die Sünde zerbrach die Beziehung von uns Menschen zu Gott. Gott hatte Adam und Eva nur ein einziges Verbot gegeben: Nicht vom „Baum, der dich Gut und Böse erkennen lässt“ zu essen (1Mo 2,17). Durch dieses Verbot gab er ihnen die Möglichkeit, ihm zu vertrauen oder sich gegen ihn zu entscheiden. Du hast gerade gelesen wie die Schlange Menschen verführte, Gottes Verbot zu übergangen. Die Schlange ist der Satan, ein wegen seiner Rebellion von Gott verworfener Engel. In Woche 6 wirst du mehr über ihn erfahren. Jetzt reicht es zu wissen, dass er Gottes Schöpfung verführen wollte, um gegen Gott zu rebellieren. Er verführte Adam und Eva mit seinen Lügen und sie gaben der Versuchung nach. Sie aßen vom verbotenen Baum und es geschah, was Gott angekündigt hatte: sie starben.

### Körperlicher Tod

Sie fielen nicht sofort tot um, sondern lebten noch 900 Jahre. Doch seit diesem Tag litt ihr Körper unter Krankheit und Verfall. Mit der Sünde kam der Tod erst in die Welt. Die Bibel sagt: „Durch einen einzigen Menschen ist die Sünde in die Welt gekommen und durch die Sünde der Tod. Auf diese Weise ist der Tod zu allen Menschen hingekommen, weil sie ja alle gesündigt haben.“ (Röm 5,12).

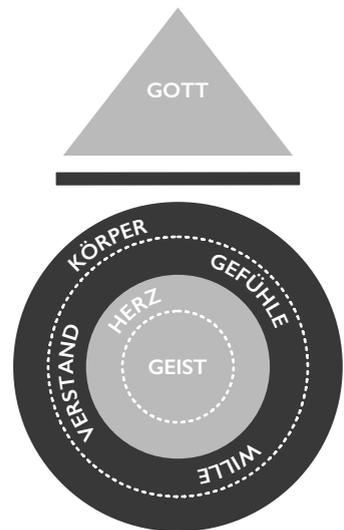
### Geistlicher Tod

Noch schlimmer war jedoch, dass sie sofort geistlich starben. Ihre Beziehung zu Gott zerbrach und ihr Geist war nicht mehr mit Gottes Geist verbunden. Diese eine falsche Entscheidung hatte zur Folge, dass alle Nachkommen Adams zwar körperlich lebendig, aber geistlich tot in diese Welt geboren werden. Die Auswirkungen für uns sind:

#### 1. Verlorene Gottesnähe

Die erste Folge war, dass Adam und Eva Gottes Nähe sofort verlassen mussten. Gott verbannte sie aus dem Paradies. Gott ist heilig – ohne Sünde. Er konnte die Gegenwart von Adam und Eva nicht mehr ertragen. Er hätte sie sofort vernichten können, aber stattdessen schickte er sie weg. In seiner Liebe versprach er ihnen, dass er einen Weg schaffen wird, über den sie wieder in seine Nähe kommen könnten (V. 15). Er würde einen Stellvertreter senden, der an ihrer Stelle die Strafe trägt.

Die Bibel sagt, dass Gott diese Welt eines Tages beenden und ein Gericht halten wird. Jeder Mensch wird sich dann vor Gott für sein Leben verantworten müssen (siehe Heb 9,27). Wer sein Leben getrennt von Gott gelebt hat und seinem Rettungsangebot nicht gefolgt ist, wird von Gott verurteilt werden. Das Gericht wird der ewige Tod – die vollkommene und ewige Trennung von Gott – sein. Eine Existenz, in der man für immer von Gott und allem Gutem getrennt ist. Ein Ort, wo nur noch das Böse ist – die Hölle.



## 2. Verfinsterter Verstand

Adam versuchte sich vor dem allgegenwärtigen Gott zu verstecken, was gar nicht geht (siehe Ps 139,2-12). An diesem Versuch zeigt sich, wie sein Verstand nun verfinstert war. Gottes Weisheit war nicht mehr in Adam und Eva und sie kämpften von nun an hoffnungslos darum, ihre Identität, ihre Bestimmung und den Sinn ihres Lebens ohne Gott zu finden. Wir alle werden als Nachkommen von Adam und Eva geistlich tot geboren. Wir haben keine Beziehung zu Gott. In unserem natürlichen Zustand können wir zwar von Gott wissen, aber wir können ihn nicht wirklich kennen. Für die wesentlichen Dinge ist unser Verstand blind.

## 3. Verwirrte Emotion

- **Furcht und Angst:** Das erste Gefühl, das Adam ausdrückte, war „*Ich hörte dich durch den Garten gehen und bekam Angst.*“ (V. 10) Es ist für uns schwer vorstellbar, aber Adam und Eva hatten bis zum Sündenfall keine irrationalen Ängste. Heute sind Angststörungen weit verbreitet. Denn wir merken, dass wir den Zustand von Sicherheit, den Adam und Eva verloren haben, nicht wiederherstellen können.
- **Schuld und Scham:** Ursprünglich wussten Adam und Eva um ihren Wert. Als ihre Beziehung mit Gott zerbrach, trat an diese Stelle das Gefühl von Schuld und Scham. Seitdem sehnen wir uns nach Bedeutung.
- **Wut und Niedergeschlagenheit:** Vor dem Sündenfall konnten Adam und Eva nur eine einzige schlechte Entscheidung treffen: vom verbotenen Baum zu essen. Nach dem Sündenfall wurden sie mit Entscheidungen bombardiert, sowohl mit guten als auch mit schlechten. Überfordert von den vielen Optionen und der Erfahrung des Scheiterns kamen Wut und Niedergeschlagenheit in ihr Leben. Heute sind Depressionen eine der häufigsten psychischen Erkrankungen und trotz medizinischer Fortschritte erlebt die ganze Welt weiterhin eine Epidemie an Depressionen.
- **Machtlosigkeit:** Nach der Trennung von Gott mussten sie sich auf ihre eigene Kraft und ihre eigenen Möglichkeiten verlassen. Sie versuchten ihr Leben selbst in die Hand zu nehmen. Aber die Kontrolle, die sie verzweifelt suchten, bekamen sie nicht. Wir alle werden mit dem Eindruck geboren, allein in einer Welt zu leben, die gefährlich für uns ist. Deshalb lernen wir schon früh, Stärke vorzutäuschen und versuchen unsere Lebensumstände und andere Menschen zu kontrollieren. Aber das klappt nicht. Ironischerweise sind Menschen, die alles kontrollieren wollen, oft die unsichersten Personen überhaupt.
- **Ablehnung:** Der Verlust ihrer Beziehung zu Gott hatte für Adam und Eva – und ihre Nachkommen – ein erdrückendes Gefühl der Ablehnung zur Folge. Wir versuchen, die Annahme anderer durch Aussehen, Leistung und sozialen Status zu erlangen – aber es funktioniert nicht. Wir können uns keine bedingungslose Liebe und Annahme erarbeiten. Die Suche nach Identität und ein negatives Selbstwertgefühl sind Probleme, welche die Menschheit seit dem Sündenfall begleiten. Unsere Bemühungen führen am Ende zu persönlicher Ablehnung, feindseliger Kritik und krankhafter Selbstbetrachtung.

## Anwenden

Die folgenden Fragen helfen dir, das Gelesene auf dein Leben anzuwenden. Nimm dir Zeit und schreibe die Antworten auf. Das wird dir helfen, nicht schnell darüber hinwegzugehen:

- Was ist die letztendliche Konsequenz unserer verlorenen Gottesnähe?

.....

- Warum betrifft die Rebellion von Adam und Eva jeden Menschen?

.....

- Welche der verwirrten Emotionen kennst du aus deinem Leben?

.....

### *Gebet*

Schreibe in deine Gebetsliste, worum du Gott bitten oder wofür du ihm danken möchtest. Bekenne vor Gott wie du selbst in deinem Leben immer wieder gegen ihn rebellierst. Bitte ihn, dass er dich frei macht. Das folgende Gebet kann dir eine Hilfe sein. Du kannst so oder auch mit eigenen Worten beten:

*„Lieber himmlischer Vater, ich sehe in meinem Leben die Auswirkungen meiner Rebellion gegen Dich und Dein Wort sehr deutlich. Und ich erkenne, dass Du gerecht und ich ungerecht bin. Ich leide unter \_\_\_\_\_ (setze hier die verwirrten Emotionen ein, die dich betreffen). Ich wünsche mir Freiheit. Ich danke Dir, dass Du von Anfang an einen Rettungsplan für mich erdacht hast. Ich will Dir und Deiner Rettung vertrauen. Bitte führe mich in die Freiheit. Amen.“*

# Wie wir versuchen, uns selbst zu erlösen

## Beten

Beginne diese Zeit mit einem Gebet. Mach dir bewusst, dass du jetzt Gott begegnen willst und er durch sein Wort und seinen Geist zu dir reden will.

## Hören

Lies den folgenden Bibeltext. Er ist von Salomo, dem reichsten und weisesten König Israels, geschrieben. Er sagt ehrlich, wie er mit seinen Versuchen gescheitert ist, das Loch in seinem Herzen selbst zu füllen. Achte auf alles, was dir auffällt, und markiere es dir im Text:

*1<sup>12</sup> Ich, der Prediger, war König über Israel und lebte in Jerusalem. <sup>13</sup> Ich nahm mir vor, mit Weisheit alles zu erforschen und zu erkunden, was unter dem Himmel geschieht. Das ist eine leidige Plage. Gott hat es den Menschen aufgegeben, sich damit abzumühen. <sup>14</sup> Ich habe alles beobachtet, was unter der Sonne getan wird, und fand: Es ist alles nichtig und ein Haschen nach Wind. <sup>15</sup> Krummes kann nicht gerade werden, und Fehlendes kann man nicht zählen. <sup>16</sup> Ich sagte mir: „Ich habe mein Wissen vergrößert und weiß mehr als jeder, der vor mir in Jerusalem war. Mein Geist hat eine Fülle von Weisheit und Erkenntnis erfasst.“ <sup>17</sup> So nahm ich mir vor, herauszubekommen, was Weisheit, was Verblendung und was Dummheit ist. Doch ich erkannte: Auch das ist nur ein Haschen nach Wind. <sup>18</sup> Mit viel Weisheit kommt auch viel Verdross. Wer seine Erkenntnis mehrt, mehrt auch den Schmerz. <sup>2</sup> <sup>1</sup> Ich sagte mir: „Versuch es doch mit der Freude und genieße das Gute!“ Doch ich sah: Auch das ist nichtig. <sup>2</sup> Zum Lachen sagte ich: „Irrsinn!“ und zur Freude: „Was bringt sie schon?“ <sup>3</sup> Ich beschloss, mich mit Wein zu verwöhnen, aber so, dass die Weisheit in mir die Führung behält. Ich probierte auch die Dummheit aus, um zu sehen, was die Menschen unter dem Himmel tun sollten. Ich wollte erkennen, was gut für sie ist, solange sie leben. <sup>4</sup> Ich vollbrachte große Dinge: Ich baute mir Häuser, ich pflanzte mir Weinberge, <sup>5</sup> ich legte mir Gärten und Parks an und pflanzte alle möglichen Obstbäume hinein. <sup>6</sup> Ich legte Teiche an, um den aufsprießenden Wald zu bewässern. <sup>7</sup> Ich kaufte Sklaven und Sklavinnen, obwohl ich schon hausgeborene Sklaven hatte. Außerdem besaß ich mehr Rinder, Schafe und Ziegen als alle, die vor mir in Jerusalem waren. <sup>8</sup> Darüber hinaus stapelte ich Silber und Gold, die Schätze vieler Könige und Länder. Ich hielt mir Sänger und Sängerinnen und die Lust der Männer: Frauen über Frauen! <sup>9</sup> Ich wurde mächtiger und reicher als alle, die vor mir in Jerusalem waren. Auch meine Weisheit blieb mir erhalten. <sup>10</sup> Ich gönnte mir alles, was meine Augen begehrt. Ich musste mir keine einzige Freude versagen. Und so war ich glücklich nach all meiner Mühe. Ja, so weit hatte ich es mit meinen Mühen gebracht. <sup>11</sup> Doch als ich alles bedachte, was ich getan und erreicht hatte, und die Mühe, die ich dafür aufwenden musste, da war es nichtig und ein Haschen nach Wind. Es gibt in dieser Welt keinen bleibenden Gewinn.*

Prediger 1,12-2,11

## Verstehen

Gestern hast du gesehen an welchen Problemen wir Menschen seit dem Sündenfall leiden. Wir sind wie Autos ohne Treibstoff, die versuchen die Straße zu befahren. Egal wie gut das Auto aussieht, mit leerem Tank kann es seinen Zweck nicht erfüllen. Salomo beschreibt, wie er versucht hat, beständigen Frieden für sein Herz zu finden. Er tat es durch Besitz, durch Macht, durch Wissen, durch Genuss und durch große Leistungen. Aber am Ende war alles nur wie der Versuch den Wind einzufangen – sinnlos.

Unsere Gesellschaft bietet uns die gleichen Lösungswege an. Kennst du eine dieser Gleichungen aus deinem Leben?

- tolle äußere Erscheinung + Bewunderung = **Annahme**
- hohe soziale Stellung und Geld + Anerkennung = **Sicherheit**
- starke Leistung + Erfolg = **Bedeutung**

Aber alle menschliche Anstrengung durch Aussehen, Leistung und sozialen Status können nicht zurückgewinnen, was Adam und Eva verloren hatten. Wenn du alterst oder jemand mehr bewundert wird, bricht deine Gleichung zusammen. Wenn du durch eine Krise deinen Besitz verlierst, auf was vertraust du dann? Wenn du durch eine Krankheit nicht mehr leistungsfähig bist oder schwere Fehler machst – wer bist du dann?

David Foster Wallace, ein amerikanischer Schriftsteller, sagte in einer Rede an Studenten:

*„Wir alle beten etwas an. Wir können nur das Objekt frei auswählen. ... so ziemlich alles, was man anbeten kann, [...] wird uns bei lebendigem Leibe auffressen... Wenn ihr Geld und materielle Güter anbetet, wenn ihr daraus euren Lebenssinn zieht, dann werdet ihr davon nie genug haben... Wenn ihr euren Körper, eure Schönheit und sexuelle Attraktivität anbetet, dann werdet ihr euch immer hässlich fühlen. Und wenn mit der Zeit das Alter seine Spuren hinterlässt, dann sterbt ihr tausend Tode, bis euch die Trauer darüber einholt... Wenn ihr Macht anbetet, dann werdet ihr euch schwach und ängstlich fühlen und noch mehr Macht über andere haben müssen, um eure eigene Angst zu betäuben. Wenn ihr Intellekt anbetet und als kluge Menschen gelten möchtet, dann werdet ihr euch als Idioten und Hochstapler fühlen, die jederzeit auffliegen können. Aber das [wirklich Schlimme] an diesen Formen von Anbetung ist, dass sie unbewusst ablaufen. Es sind die persönlichen „Standardeinstellungen“, die in jedem von vornherein eingestellt sind.“ (Quelle: Timothy Keller, Center Church, 2018)*

Salomo hatte das alles: Position, Macht, Reichtum, gottgegebene Weisheit und mehr. Trotz all dieser Vorzüge suchte er immer noch nach dem Sinn im Leben und konnte ihn durch seine Leistung, sein Ansehen und seinen Besitz nicht finden. Mit anderen Worten: **Ein Leben ohne Gott ist sinnlos.** Wir können diese gottgegebene Art des Lebens nicht zurückgewinnen, indem wir uns darum bemühen. Das Grundproblem liegt darin, dass wir von Gott getrennt geboren wurden.

Nicht einmal der Versuch, Gott durch religiöse Regeln zufrieden zu stellen, funktioniert. Die Bibel beschreibt uns, wie Gott uns Menschen seine Gebote gegeben hat. Doch wir

Menschen scheiterten daran, sie zu halten. Und eigentlich waren seine Gebote nie dafür gedacht, dass wir uns damit selbst besser vor Gott machen könnten. Sie sollten uns vielmehr zeigen, wie heilig Gott ist und dass wir als Sünder einen Retter brauchen. Darum schreibt Paulus einmal über die Gebote der Bibel:

*„Denn durch das Halten von Geboten wird kein Mensch vor Gott gerecht. Das Gesetz führt nur dazu, dass man seine Sünde erkennt.“ (Römer 3,20)*

Gott musste uns unsere Verdorbenheit und Hoffnungslosigkeit bewusst machen, damit wir erkennen, dass wir einen Retter brauchen. Wer das ist, erfährst du morgen.

### Anwenden

Die folgenden Fragen helfen dir, das Gelesene auf dein Leben anzuwenden. Nimm dir Zeit und schreibe die Antworten auf. Das wird dir helfen, nicht schnell darüber hinwegzugehen:

- In welcher der Gleichungen findest du dich wieder? Durch was versuchst du dir selbst Annahme, Bedeutung oder Sicherheit zu erarbeiten?

.....

- Eine Frage, die hilft solche falschen Gleichungen aufzudecken, ist: Was ist dein größter Albtraum? Was dürfte Gott dir nie nehmen?

.....



# Warum Jesus die Antwort ist

## Beten

Beginne diese Zeit mit einem Gebet. Mach dir bewusst, dass du jetzt Gott begegnen willst und er durch sein Wort und seinen Geist zu dir reden will.

## Hören

Lies den folgenden Bibeltext. Es ist ein Gespräch zwischen Jesus Christus, dem Sohn Gottes, und Nikodemus, einem Religionslehrer aus Israel. Es geht um die Frage, wie wir Menschen wieder das Leben bekommen können, das wir verloren haben. Achte auf alles, was dir dazu auffällt, und markiere es dir im Text.

<sup>1</sup> Einer der führenden Männer in Judäa war ein Pharisäer namens Nikodemus. <sup>2</sup> Der kam eines Nachts zu Jesus und sagte zu ihm: „Rabbi, wir wissen, dass du ein Lehrer bist, den Gott uns geschickt hat, denn deine Wunderzeichen beweisen, dass Gott mit dir ist.“ <sup>3</sup> „Ich versichere dir“, erwiderte Jesus, „wenn jemand nicht von neuem geboren wird, kann er das Reich Gottes nicht einmal sehen.“ <sup>4</sup> „Wie kann ein Mensch denn geboren werden, wenn er schon alt ist?“, wandte Nikodemus ein. „Er kann doch nicht in den Bauch seiner Mutter zurückkehren und ein zweites Mal geboren werden!“ <sup>5</sup> „Ich versichere dir“, erwiderte Jesus, „und sage dir eins: Wenn jemand nicht aus Wasser und Geist geboren wird, kann er nicht in das Reich Gottes kommen. <sup>6</sup> Menschliches Leben wird von Menschen geboren, doch geistliches Leben von Gottes Geist. <sup>7</sup> Wundere dich also nicht, dass ich dir sagte: Ihr müsst von neuem geboren werden. [...] <sup>14</sup> Und wie Mose damals in der Wüste die Schlange für alle sichtbar aufgerichtet hat, so muss auch der Menschensohn sichtbar aufgerichtet werden, <sup>15</sup> damit jeder, der ihm vertraut, ewiges Leben hat. <sup>16</sup> Denn so hat Gott der Welt seine Liebe gezeigt: Er gab seinen einen und einzigartigen Sohn, damit jeder, der an ihn glaubt, nicht ins Verderben geht, sondern ewiges Leben hat. <sup>17</sup> Gott hat seinen Sohn ja nicht in die Welt geschickt, um sie zu verurteilen, sondern um sie durch ihn zu retten. <sup>18</sup> Wer ihm vertraut, wird nicht verurteilt, wer aber nicht glaubt, ist schon verurteilt. Denn der, an dessen Namen er nicht geglaubt hat, ist der eine und einzigartige Sohn Gottes.“

Johannes 3,1-7+14-18

## Verstehen

Warum können wir Menschen uns nicht retten, indem wir uns einfach besser verhalten? Weil unser Problem tiefer liegt. Wir sind durch unsere Sünde von Gott getrennt und darum geistlich tot. Die einzig mögliche Antwort auf den geistlichen Tod ist ein neues geistliches Leben. Wir müssen, wie Jesus es sagt, „von neuem geboren“ werden. Dafür brauchen wir jemanden, der uns vergeben und uns wieder mit Gott in Verbindung bringen kann. Das können wir nicht selbst schaffen. Wir brauchen einen Retter;

Wie wir diese Woche schon gelesen haben, hatte Gott schon Adam und Eva versprochen, dass er einen solchen Retter schicken wird (1Mo 3,15). Und dieser Retter würde Gott selbst sein. Darum sandte er Jesus Christus, seinen Sohn, auf diese Welt. Er, der 100 % Gott und 100 % Mensch ist, hat den Preis für unsere Schuld bezahlt und will uns neues Leben geben.

Jesus war wie der erste Mensch – Adam – sowohl körperlich als auch geistlich lebendig. Im Gegensatz zu Adam hat Jesus nie gesündigt. Er hat uns das Leben vorgelebt, das wir hätten leben sollen. Jesus gab uns jedoch mehr als nur ein Beispiel: Er kam, um uns das Leben zurückzugeben, was Adam und Eva verloren haben. Aber wie?

Mit seinem Leben, seinem Sterben am Kreuz und seiner Auferstehung hat Jesus es möglich gemacht, dass die Folgen unserer Rebellion und Sünde überwunden werden. Wer an ihn glaubt, bekommt Vergebung und das ewige, geistliche Leben – und zwar sofort. Das ewige Leben beginnt in dem Moment, indem du wiedergeboren wirst und wieder mit Gott in eine Beziehung kommst. Jesus sagte:

*„Das ewige Leben besteht ja in der Gemeinschaft mit dir, dem einzig wahren Gott, und mit dem, den du gesandt hast, Jesus Christus.“ (Johannes 17,3)*

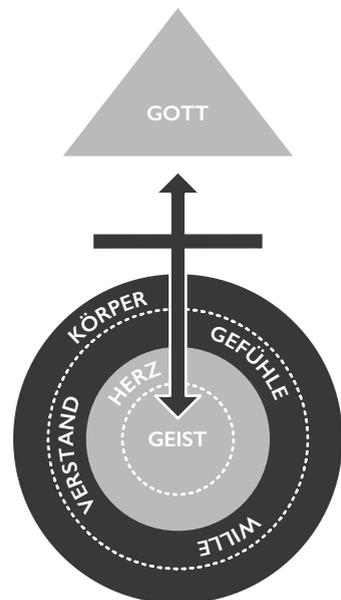
Du bekommst dieses neue Leben in Christus in dem Moment, in dem du dich im Vertrauen an ihn wendest und ihn bittest, deine Schuld zu vergeben und Herr deines Lebens zu werden.

Durch das neue geistliche Leben werden die Folgen des geistlichen Todes überwunden:

### 1. Wiederhergestellte Gottesnähe

Wer sein Vertrauen auf Jesus Christus setzt, der wird ein Kind Gottes. Wie Adam und Eva lebt er wieder in einer vertrauensvollen Beziehung zu Gott. Johannes schreibt:

*„Doch denen, die ihn aufnahmen, verlieh er das Recht, Kinder Gottes zu sein. – Das sind die, die an seinen Namen glauben.“ (Johannes 1,12)*



Und diese Beziehung geht bis in die Ewigkeit. Als Christ lebst du in der Hoffnung, die Ewigkeit in einer alles erfüllenden Beziehung zu Gott in seiner neuen Welt zu verbringen!

## 2. Erneuertes Denken

Mit dem neuen Leben in Christus beginnt ein Prozess, in dem dein Denken immer mehr von der Wahrheit geprägt wird. Jesus selbst sagt:

*„Wenn ihr bei dem bleibt, was ich euch gesagt habe, seid ihr wirklich meine Jünger. Dann werdet ihr die Wahrheit erkennen, und die Wahrheit wird euch frei machen.“ (Joh 8,31-32)*

Du wirst in den nächsten Wochen noch erfahren, wie genau dieser Prozess funktioniert und wie du frei werden darfst von den falschen Denkmustern und Lügen.

## 3. Emotionale Freiheit

Durch das neue Leben in Jesus werden auch unsere Emotionen erneuert. Jesus bringt uns die Annahme, Bedeutung und Sicherheit, die wir unser ganzes Leben gesucht haben! Er ist die Antwort auf unsere Sehnsucht. In den nächsten Wochen wirst du immer tiefer kennenlernen, wie diese Botschaft auch deine Gefühle erneuert. Jesus sagt:

*„Ich habe euch das gesagt, damit meine Freude euch erfüllt und eure Freude vollkommen wird.“ (Joh 15,11)*

### Meine neue Identität in Christus

In Christus bekommst du ein neues Leben und damit auch eine neue Identität – du bist nun Gottes Kind. Aber aus dieser neuen Identität zu leben, ist ein Prozess. Du wirst die wunderbaren Wahrheiten des Evangeliums nur dann erleben, wenn du sie im Glauben annimmst und dannach lebst. Die folgende Liste zeigt die Aussagen, die die Bibel über deine neue Identität in Christus macht. Lies sie dir nun durch:

### IN CHRISTUS BIN ICH ANGENOMMEN

- Ich bin ein Kind Gottes. (Joh 1,12)
- Ich bin ein Freund von Christus. (Joh 15,15)
- Ich bin für gerecht erklärt. (Röm 5,1)
- Ich bin mit dem Herrn vereint und ein Geist mit Ihm. (1Kor 6,17)
- Ich bin zu einem hohen Preis freigekauft worden und gehöre nun zu Gott. (1Kor 6,19-20)
- Ich bin ein Teil des Leibes von Jesus Christus. (1Kor 12,27)
- Ich bin ein Heiliger. (Eph 1,1)
- Ich bin aus Liebe im Voraus dazu bestimmt Gottes Kind zu sein. (Eph 1,5)
- Ich habe freien Zugang zum Vater durch den Heiligen Geist. (Eph 2,18)
- Ich bin erlöst und mir wurden alle meine Sünden vergeben. (Kol 1,14)
- Ich habe Teil an der Fülle von Christus. (Kol 2,10)

**IN CHRISTUS BIN ICH SICHER**

- Ich bin für immer frei von aller Verdammnis. (Röm 8,1-2)
- Ich bin mir sicher, dass alles zu meinem Besten mitwirken muss. (Röm 8,28)
- Ich werde von Gott nicht mehr verurteilt. (Röm 8,31-34)
- Ich kann nicht von Gottes Liebe getrennt werden. (Röm 8,35-39)
- Ich bin auf ein festes Fundament gestellt, gesalbt und in Christus versiegelt. (2Kor 1,21-22)
- Ich bin gewiss, dass Gott das in mir angefangene, gute Werk auch zu Ende führen wird. (Phil 1,6)
- Ich bin ein Bürger des Himmels. (Phil 3,20)
- Ich habe ein neues Leben mit Christus in der Gegenwart Gottes. (Kol 3,3)
- Ich habe nicht den Geist der Angst erhalten, sondern der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit. (2Tim 1,7)
- Ich kann Barmherzigkeit und Gnade finden, wenn ich Hilfe nötig habe. (Heb 4,16)
- Ich habe Gott zum Vater und der Böse kann mir nicht schaden. (1Joh 5,18)

**IN CHRISTUS BIN ICH BEDEUTUNGSVOLL**

- Ich bin das Salz der Erde und Licht der Welt. (Mt 5,13-14)
- Ich bin eine Rebe am wahren Weinstock Gottes, mit Christus verbunden und befähigt viel Frucht zu bringen. (Joh 15,1-5)
- Ich bin erwählt und bestimmt bleibende Frucht zu bringen. (Joh 15,16)
- Ich bin ein persönlicher Zeuge von Christus. (Apg 1,8)
- Ich bin Gottes Tempel, in dem der Heilige Geist wohnt. (1Kor 3,16)
- Ich bin ein Botschafter der Versöhnung Gottes. (2Kor 5,17-21)
- Ich bin Gottes Mitarbeiter. (2Kor 6,1)
- Ich sitze jetzt in Christus zur Rechten des Vaters. (Eph 2,6)
- Ich bin Gottes Werk, geschaffen um die Taten zu tun, die er vorbereitet hat. (Eph 2,10)
- Ich habe freien Zugang zu Gott und kann zuversichtlich und vertrauensvoll zu ihm kommen. (Eph 3,12)
- Ich bin allem gewachsen durch Christus, der mich stark macht. (Phil 4,13)

*Anwenden*

Die folgenden Fragen helfen dir, das Gelesene auf dein Leben anzuwenden. Nimm dir Zeit und schreibe die Antworten auf. Das wird dir helfen, nicht schnell darüber hinwegzugehen:

- Hast du eine bewusste persönliche Entscheidung getroffen, Jesus Christus zu glauben und ihn gebeten, dir zu vergeben und dich geistlich neu zu machen?

.....

- Markiere dir die Aussagen, die du am wenigsten glauben kannst. Warum fällt es dir so schwer, das für dich anzunehmen, wenn du an Jesus glaubst?

.....

- Lies die Bibelstellen zu den Aussagen, die du markiert hast, nach. Lerne sie auswendig, um die Wahrheit tief an dein Herz zu lassen und im Glauben anzunehmen.

## Gebet

Schreibe in deine Gebetsliste, worum du Gott bitten oder wofür du ihm danken möchtest. Wenn du noch keine Entscheidung für Jesus getroffen hast, dann bitte Gott, dass er dir begegnet und dir Glauben schenkt. Wenn du glaubst, dann danke Gott bewusst für die Wahrheiten über deine Identität in Christus, die dir so schwer fallen, anzunehmen. Du kannst so oder auch mit eigenen Worten beten:

*„Mein liebender Vater, ich danke Dir, dass Du mich in Christus zu einem neuen Menschen gemacht hast. Danke, dass Du mir wieder geistliches Leben geschenkt hast und nun in mir lebst. Wenn ich auf mein Leben, mein Verhalten, meine Gedanken und meine Gefühle schaue, dann fällt es mir schwer zu glauben, dass ich in Dir \_\_\_\_\_ (setze die Aussagen ein, die du markiert hast) bin. Ich entscheide mich nun es zu glauben, weil Du es sagst, und bitte Dich, dass aus dem Glauben ein neues Handeln, Denken und Fühlen wächst. Im Namen Jesu, Amen.“*

**KOSTENLOSE  
PROBE-  
LEKTION**

# FREIHEIT IN CHRISTUS

## KURSBUCH FÜR KLEINGRUPPEN

Mit diesem Kursbuch begibst du dich auf eine **12-wöchige Reise**, um deine **Identität** und dein neues Leben in Christus zu entdecken.

Jede Woche bearbeitest du **5 Andachten** und reflektierst mit persönlichen Fragen darüber. Einmal in der Woche trifft ihr euch als **Kleingruppe oder Zweierschaft**, um gemeinsam die Botschaft tiefer verstehen und euch gegenseitig zu ermutigen.

Während einem Gebetstag gehst du durch „**Die Schritte zur Freiheit in Christus**“ und erlebst, wie Umkehr und Vertrauen auf die Wahrheit der Bibel dich frei machen.

Der Kurs basiert auf dem bewährten „**Freiheit in Christus-Kurs**“ von Neil T. Anderson und Steve Goss.

Entdecke deine **Identität** in Christus.  
Erlebe die **Freiheit** deines neuen Lebens.  
Beginne deine **Berufung** zu leben.

[www.freedominchrist.de](http://www.freedominchrist.de)

[www.freedominchrist.ch](http://www.freedominchrist.ch)

