

Selwyn Hughes
Dein persönlicher Ermutiger
Zuspruch aus der Bibel in schwierigen Zeiten

Selwyn Hughes

Dein persönlicher Ermutiger

**Zuspruch aus der Bibel
in schwierigen Zeiten**



Alle Bibelstellen wurden, soweit nicht anders vermerkt, nach der BIBEL IN HEUTIGEM DEUTSCH – DIE GUTE NACHRICHT DES ALTEN UND NEUEN TESTAMENTS © 1982 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart, zitiert, wobei die Namen in die allgemein üblichere Art verändert wurden (Hiob statt Ijob, Prediger statt Kohelet etc.). Eventuelle Auslassungen werden durch drei Punkte im Text deutlich gemacht, Hervorhebungen durch Kursivstellung sind vom Autor.

Titel der englischen Originalausgabe: Your Personal Encourager
© CWR, Farnham, England

Die deutsche Ausgabe entstand aufgrund einer besonderen Vereinbarung mit CWR.

Aus dem Englischen übersetzt von Heinz-Martin Adler

© der deutschen Ausgabe 1995, 2008 by ASAPH GmbH

4. Auflage 2014

Umschlaggestaltung: joussekarliczek, D-Schorndorf

Satz: Jens Wirth

Druck: cpi books

ISBN: 978-3-940188-89-2

Best.-Nr. 147489

Printed in the EC

Für kostenlose Informationen über unser umfangreiches Lieferprogramm an Büchern, Musik und vielem mehr wenden Sie sich bitte an:

ASAPH, D-58478 Lüdenscheid

eMail: asaph@asaph.net – Internet: www.asaph.net

Gott, unser Vater,
hat euch seine Liebe erwiesen
und euch in seiner Güte eine begründete Hoffnung
und damit Mut für alle Zukunft geschenkt.
Wir bitten ihn und unseren Herrn Jesus Christus,
euch mutig zu machen und euch Kraft zu geben
zu allem Guten, in Wort und Tat.

2. Thessalonicher 2,16-17

Inhalt

Einführung	9
1. Wenn du von einem Freund verraten wurdest	17
2. Wenn Gott weit weg zu sein scheint	21
3. Wenn böse Gedanken dich bedrängen	25
4. Wenn Krankheit dich niederdrückt	29
5. Wenn Angst um sich greift	33
6. Wenn Einsamkeit nicht weichen will	37
7. Wenn Vergeben schwerfällt	41
8. Wenn du in Selbstmitleid fällst	45
9. Wenn eifersüchtige Gedanken dich überfallen	49
10. Wenn Gebet dir nichts mehr bringt	53
11. Wenn Zweifel angreifen	57
12. Wenn du Versagen erlebst	61
13. Wenn Hoffnungen zunichtegemacht werden	65
14. Wenn eins zum anderen kommt	69
15. Wenn Minderwertigkeitsgefühle dich lähmen	73
16. Wenn du dich fragst, ob Gott Veränderungen bewirken kann... 77	
17. Wenn du in schwere Sünde fällst	81
18. Wenn Scham dich überwältigt	85
19. Wenn du arbeitslos wirst oder bist	89
20. Wenn es schwerfällt, großzügig zu sein	93
21. Wenn die Schrift dir nichts mehr sagt	97

22. Wenn jemand stirbt, der dir nahesteht.....	101
23. Wenn du mit Zorn zu kämpfen hast.....	105
24. Wenn dir das Wohlergehen der Gottlosen Mühe macht	109
25. Wenn Stress dich niederdrückt.....	113
26. Wenn Selbstsucht vorherrscht.....	117
27. Wenn du niedergeschlagen und deprimiert bist.....	121
28. Wenn du an der Güte Gottes zweifelst.....	125
29. Wenn du eine bittere Enttäuschung erlebst.....	129
30. Wenn dir geistliche Gewissheit fehlt.....	133
31. Wenn du den Tod fürchtest.....	137
32. Wenn du göttliche Führung brauchst	141
33. Wenn schmerzhaftes Erinnerungen nicht weichen	145
34. Wenn eine Ehe zerbricht.....	149
35. Wenn du dir von Gott vergessen vorkommst.....	153
36. Wenn es zu Hause Schwierigkeiten gibt.....	157
37. Wenn du mit sexueller Frustration kämpfst.....	161
38. Wenn du von schweren Anfechtungen gebeutelt wirst.....	165
39. Wenn Gottes Verheißungen sich verzögern	169
40. Wenn deine Liebe zum Herrn abnimmt.....	173

Einführung

Ab und zu braucht jeder einmal eine Ermutigung. In den über vierzig Jahren meiner Tätigkeit als Lebensberater bin ich nur wenigen Menschen begegnet, die nicht positiv auf ein paar sorgfältig gewählte, biblisch fundierte Worte der Ermutigung reagiert haben. In meinem eigenen Leben erinnere ich mich am meisten an die Augenblicke, in denen ich mit einem übermächtigen Problem zu tun hatte und völlig entmutigt war. Welch eine Erleichterung bedeutete es, wenn dann jemand an meiner Seite war, der meinen Glauben mit einem von Gott gegebenen und vergewissernden Wort stimulierte.

Das Wort „entmutigen“ bedeutet „jemandem den Mut nehmen, jemandem das Herz schwer machen, jemanden abschrecken“. Beinahe täglich haben wir es mit entmutigenden Umständen oder Situationen zu tun: Herabsetzung, Kritik, das Scheitern gut gemeinter Pläne, Einsamkeit, Kummer, Versagen, Zweifel usw.

Das Wort „ermutigen“ bedeutet dagegen, „jemanden mit neuem Vertrauen und Mut inspirieren, den Geist der Hoffnung vermitteln, herzlichen Zuspruch geben, anfeuern, helfen.“ Ein Christ sagte mir einmal: „Von einem einzigen Wort der Ermutigung kann ich einen ganzen Monat leben.“

Es ist erfreulich, im Durcheinander der Entmutigung einen Freund zu haben, der uns zu Hilfe eilt und etwas Ermutigendes sagt oder tut. Doch was tun wir, wenn ein solcher Freund nicht verfügbar ist?

Der berühmte David, den wir aus dem Alten Testament kennen, war einmal in dieser Lage. Die Situation wird im 1. Buch Samuel in den Kapiteln 27, 29 und 30 geschildert. Um sein Leben zu retten, floh David vor König Saul und bot seine Dienste und die der sechshundert Männer, die ihn begleiteten, dem Philister-König Achisch an. Der König nahm dieses Angebot an und wies David und seinen Männern zunächst Gath und später die Stadt Ziklag als Wohnort zu. David, seine Männer und ihre Familien ließen sich dort nieder.

Eines Tages zog König Achisch seine Truppen zusammen, um gemeinsam mit den anderen Philistern Israel anzugreifen. Erstaunlicherweise zogen David und seine Soldaten mit in den Kampf gegen ihre eigenen Landsleute. Doch die Verbündeten von König Achisch trauten David und seinen Männern keinen ernsthaften Kampf gegen ihr eigenes Volk zu. Sie beschlossen, sie nach Ziklag zurückzusenden.

Dort angekommen, mussten Davids Leute feststellen, dass eine Gruppe von Wüstenräubern, nämlich Amalekiter, die Stadt niedergebrannt und jeden gefangen genommen hatten, dessen sie habhaft werden konnten. „Als David und seine Männer das sahen, schrien sie entsetzt auf und weinten so lange, bis sie völlig erschöpft waren“ (1. Samuel 30,4).

Alles wurde dadurch noch schlimmer, dass sich Davids Männer gegen ihn wandten und ihm die Schuld für ihr Dilemma gaben. Sie diskutierten untereinander sogar, ob sie ihn steinigen sollten: „Seine Männer drohten offen damit,

ihn zu steinigen, so erbittert waren sie über den Verlust ihrer Söhne und Töchter“ (1. Samuel 30,6). David hatte nicht nur Probleme mit seinen Truppen, er musste außerdem noch den Schmerz über den Verlust seiner eigenen Familie verkraften. Seine Verzweiflung war so tief, dass sie leicht das Ende seiner Karriere hätte bedeuten können. An dieser Stelle begegnen wir einem der großen „Aber“ der Bibel: „*Aber* das Vertrauen auf den Herrn, seinen Gott, gab ihm Mut“ (1. Samuel 30,6).

Was hieß das praktisch? Er wird selbstverständlich gebetet haben; das ist immer wichtig, wenn wir es mit Entmutigung zu tun haben. Aber ich meine, er tat noch etwas – er rief sich ins Gedächtnis, was er von Gott wusste. Er dachte an das, was er über den Allmächtigen gelernt hatte, als er noch ein Hirtenjunge gewesen war und in den Bergen Judas über ihn meditiert hatte.

„Das Geheimnis, geistlich wieder Tritt zu fassen“, sagt der bekannte Theologe Jim Packer, „liegt in dem kleinen Wort *bedenken*.“ Das war ohne Zweifel auch Davids erster Schritt. Er erinnerte sich an alles, was er über Gott wusste, und wandte es auf seine augenblickliche Situation an. Die Puritaner nannten so etwas immer: „Für das eigene Ich predigen!“ Jedes Mal, wenn wir entmutigt sind, jedes Mal, wenn wir unter der Wucht einer traumatischen Erfahrung wanken, jedes Mal, wenn unsere Gefühle vor Schmerz aufschreien, *müssen wir die Tatsachen unseres Glaubens als Vergewisserung über die Gefühle stellen*. Wir können nicht

darauf warten, dass unerfreuliche und unbequeme Gefühle von selbst verschwinden; wir müssen die durchgehenden Gefühle mithilfe dessen, was wir über Gott wissen, unter Kontrolle bekommen.

Ich stelle mir vor, dass sich David an Tatsachen wie diese erinnert hat: Gott ist souverän, Gott ist Liebe, Gott vergibt, Gott ist treu, Gott ist beständig, Gott ist barmherzig usw. Solche Überlegungen werden das Herz Davids ermutigt haben. Die Wirkung war, dass er die Leitung erfuhr, die nötig war, um die Situation wieder in den Griff zu bekommen. Lies selbst den Rest des Berichtes in 1. Samuel 30.

Jeder Christ sollte das können, was David tat. Dieses Handbuch ist der Versuch, dir hierzu eine Hilfestellung anzubieten. Es ist gut, Freunde zu haben (danke Gott für sie), aber wir müssen es ganz persönlich lernen, die Probleme des Lebens aus einer biblischen Sicht zu durchdenken, mit uns selbst über die Tatsachen unseres Glaubens zu sprechen und dann die geeigneten Schriftstellen zu finden, die sich auf unser Problem beziehen.

Es ist wichtig zu wissen, welche Teile der Bibel wir in Zeiten der Versuchung aufschlagen müssen; wir müssen wissen, wie wir in einer neuen Stimmung von Optimismus und Glaube mit uns selber reden können. Was wir uns selbst sagen, beeinflusst erheblich, wie wir uns fühlen. Darum müssen wir lernen, unseren Verstand mit den Wahrheiten des ewigen und unwandelbaren Wortes Gottes zu füllen.

Ich kann es nur immer wieder betonen, dass unsere negative Selbstansprache oft direkt für unsere Gefühle verantwortlich ist. Wir reden uns selbst in eine negative Stimmung, wenn wir Aussagen wiederholen, die die Tatsachen entweder kleiner oder größer machen, als sie wirklich sind. So wie wir uns in eine Stimmungstief hineinreden können, können wir uns auch wieder herausreden. In den vielen Jahren, in denen ich in der christlichen Lebensberatung tätig bin, habe ich oft die Frage gestellt: „Was entmutigt dich?“ Von den vielen hundert Antworten habe ich die vierzig Themen ausgewählt, die am häufigsten genannt wurden. Wenn dein spezielles Problem nicht unmittelbar in die hier genannten fällt, lies über eines, das dem deinen ziemlich nahekommt. Ich denke, du wirst etwas finden, was deinen Geist belebt, erfrischt und aufrichtet.

Dein persönlicher Ermutiger kann auf zwei Arten benutzt werden; einmal, um dir zu helfen, die Schriftstellen und Gedanken zu finden, die du bedenken musst, wenn du von irgendeiner Art Entmutigung betroffen bist. Zweitens bietet er dir eine Grundlage, von der aus du anderen helfen kannst, wenn sie Ermutigung brauchen.

Es muss nicht besonders betont werden, dass die Kraft dieser Veröffentlichung in den Schriftworten liegt, die herausgehoben und zitiert werden. Ihnen habe ich lediglich ein paar Erklärungen und Aussagen mit einem Gebet am Ende hinzugefügt. Wenn du das Gebet als nicht hilfreich empfindest, formuliere dein eigenes. Selbstverständlich

zählen die Schriftworte mehr als meine eigenen kommentierenden Bemerkungen. Aber diese basieren auf den Worten der Schrift und gruppieren sich um solche Themen wie Gottes Souveränität, Kraft, Mitleid, Vergebung – dieselben Wahrheiten, die sich David wohl in jenen entmutigenden Augenblicken in Ziklag ins Gedächtnis gerufen hat. Die hier formulierten Gedanken und Ideen sind in den vergangenen Jahren in unzähligen Beratungssituationen immer wieder eingesetzt worden. Viele Menschen haben mir gesagt, dass sie sie als hilfreich empfunden haben. Ich hoffe, dir wird es ähnlich gehen.

Noch eins zum Schluss: „Ermutigung“ findet nicht allein auf der Gefühlsebene statt. Die Schrift ist auch ermutigend, wenn sie uns konfrontiert und herausfordert, nicht nur, wenn sie uns tröstet und aufrichtet. In einer schmerzhaften Situation mit einer Herausforderung konfrontiert zu werden, mag nicht das sein, was wir uns wünschen – sehr wohl aber das, was wir am meisten brauchen. Ein afrikanischer Stamm sagt von einer Medizin, die nicht besonders gut schmeckt, aber heilsam ist: „Es schmerzt besser.“ Vergiss nie, wenn uns Gott herausfordert, hat dies immer nur einen Sinn: uns zu einer völligen Abhängigkeit von ihm zu bringen. *Gott legt das Maß nicht nur sehr hoch, er gibt uns auch die Kraft, diese Höhe zu erreichen.*

Persönlich finde ich es sehr ermutigend, dass Gott so viel von mir hält, dass er mich nicht davonkommen lässt mit Dingen, die mein Potenzial in ihm mindern und meine

Wirksamkeit für ihn hindern. Er liebt mich so, wie ich bin, aber er liebt mich zu sehr, um mich so zu lassen, wie ich bin. Darum denke daran, dass es immer eine Ermutigung darstellt, wenn die Schrift uns herausfordernd und konfrontierend anspricht. Betrachte dies als „liebevolle Mahnungen“ Gottes, denn das sind sie.

Mögest du, wie David in Ziklag, die Kunst lernen, dich selbst in dem Herrn deinem Gott zu ermutigen.

Selwyn Hughes

Waverley Abbey House, Farnham, Surrey, England

1. Wenn du von einem Freund verraten wurdest

Schriftstellen zum Nachdenken

1 Je enger die Freundschaft, desto tiefer der Schmerz

Psalm 55: Wäre er immer mein Feind gewesen, er, der mich jetzt beschimpft – ich könnte es ertragen! Hätte er mich immer schon gehasst, er, der sich über mich erhebt – ich wäre ihm aus dem Weg gegangen. Doch nein, *du* bist es, ein Mann von gleichem Rang, mein engster und vertrauter Freund! Wie haben wir unsere Gespräche genossen; einmütig gingen wir in Gottes Haus! (V. 13-15)

2 Auch unser Herr kannte Verrat

Lukas 22: Noch während Jesus das sagte, kam ... Judas, einer der zwölf Jünger. Er ging auf Jesus zu und wollte ihm den Begrüßungskuss geben. Aber Jesus sprach ihn an: „Judas, mit einem Kuss willst du den Menschensohn verraten?“ (V. 47.48)

3 Verrat ist ein universales und uraltes Problem

Micha 7: Es ist so weit gekommen, dass der Sohn verächtlich auf den Vater herabsieht, die Tochter sich der Mutter widersetzt und die Schwiegertochter der Schwiegermutter. Ein Mann hat seine Feinde jetzt im eigenen Haus. (V. 6)

4 Gib jeden Gedanken der Rache an Gott ab!

Römer 12: Verschafft euch nicht selbst euer Recht, liebe Freunde, sondern überlasst das dem Strafgericht Gottes. Denn es heißt: „Ich, der Herr, habe mir die Vergeltung vorbehalten, ich selbst werde sie bestrafen.“ (V. 19)

5 Lass Gott deine Seele neu stärken

Psalm 23: Du bringst mich auf saftige Weiden, lässt mich ruhen am frischen Wasser und gibst mir neue Kraft. (V. 2.3)

6 Schlage nicht zurück!

1. Petrus 3: Vergeltet Böses nicht mit Bösem, und gebt Beleidigungen nicht wieder zurück. Im Gegenteil, segnet eure Beleidiger, so gewiss Gott euch dazu berufen hat, in der kommenden Welt die Fülle seines Segens zu empfangen. (V. 9)

7 Mache dir klar, wie viel dir vergeben wurde

Kolosser 3: Kommt miteinander aus! Tragt es keinem nach, wenn er euch Unrecht getan hat; sondern vergebt einander, wie der Herr euch vergeben hat. (V. 13)

8 Jesus vergab. Er kann dir helfen, ebenfalls zu vergeben

Lukas 23: Jesus sagte: „Vater, vergib ihnen! Sie wissen nicht, was sie tun.“ (V. 34)

Das Wort „verraten“ klingt furchtbar. Jemanden zu verraten heißt, ihn durch Heimtücke zu gefährden. Verrat ist das Gegenteil von Treue; je mehr wir die Treue lieben, desto mehr werden wir Verrat verabscheuen. Unsere Welt ist hart und grausam, darum erstaunt es uns nicht, wenn wir von unseren Feinden verletzt werden; die Verletzung durch einen Freund erwarten wir normalerweise aber nicht. Vermutlich gab es nur wenige Dinge, die unseren Herrn so verletzt haben wie die Erfahrung, durch einen seiner eigenen Jünger verraten zu werden. Wie können wir die Erfahrung des Verrats bewältigen? Wie gestalten wir unser Leben, wenn wir das Opfer des Verrats durch einen Freund geworden sind?

Als Erstes müssen wir unseren Schmerz vor Gott bringen und ihn einladen, unser Herz mit seinem sanften Trost zu durchströmen. Wer könnte mehr Verständnis für ein solches Problem haben als Jesus? In einer solchen Stunde stehen wir schnell in Gefahr, uns anderswo nach Trost umzusehen – beim Alkohol, in Zerstreuung, in der Literatur usw. Manche versuchen sogar, diese Erfahrung aus ihrem Bewusstsein zu verdrängen. Aber allen schmerzlichen Situationen muss man direkt ins Gesicht sehen, wenn man auch nicht dauernd bei ihnen hängen bleiben soll. Wir müssen es zulassen, dass uns Gott in unserem Schmerz wohl tut. Er ist der Einzige, der unserer Seele neuen Lebensmut geben kann. Weil Verletzungen schnell zu Groll eskalieren können, müssen wir mit Hilfe des Herrn unser Herz von aller Bit-

terkeit leeren und – vergeben. Vergebung, auch das muss klar sein, mag nicht immer einen Wandel in der anderen Person bewirken (oder garantieren, dass sie wiederhergestellt wird). Eins aber bewirkt Vergebung: Sie befreit unsere eigene Seele wie nichts anders.

Das Kreuz unseres Herrn Jesus Christus steht noch immer; seine weit geöffneten Arme laden all die ein, die verraten worden sind. Das Kreuz spricht: „So hat Jesus seine Feinde behandelt ... *und* den Freund, der in verriet.“ Im Licht dieser großartigen Tatsache, was können wir da anders tun als vergeben?

Vater, gib mir die Gnade, mitten im Schmerz des Verratenseins deinem Beispiel zu folgen. Zeige mir, dass nichts, auch nicht der Verrat durch einen Freund, meiner Seele die Sicherheit in dir rauben kann. Darüber will ich mich freuen und in der Kraft deiner großen Liebe ruhen. Amen.

2. Wenn Gott weit weg zu sein scheint

Schriftstellen zum Nachdenken

1 Wir können Gott einfach nicht loswerden

Psalm 139: Wohin kann ich gehen, um dir zu entrinnen, wohin fliehen, damit du mich nicht siehst? Steige ich hinauf in den Himmel – du bist da. Verstecke ich mich in der Totenwelt – dort bist du auch. Fliege ich dorthin, wo die Sonne aufgeht, oder zum Ende des Meeres, wo sie versinkt: auch dort wird deine Hand nach mir greifen, auch dort lässt du mich nicht los. (V. 7-10)

2 Gott scheint vielleicht weit weg zu sein, aber das ist er nicht

Apostelgeschichte 17: „Gott wollte, dass die Menschen ihn suchen und sich bemühen, ihn zu finden. Er ist jedem von uns nahe; denn durch ihn leben, handeln und sind wir. Oder wie es eure Dichter ausgedrückt haben: „Auch wir sind göttlicher Abkunft.““ (V. 27.28)

3 Er kann nicht hinter sein Wort zurückgehen

2. Timotheus 2: Und doch bleibt er treu, auch wenn wir ihm untreu sind; denn er kann sich selbst nicht untreu werden. (V. 13)

4 Nie heißt nie

Hebräer 13: Gott hat gesagt: „Niemals werde ich dir meine Hilfe entziehen, nie werde ich dich im Stich lassen.“ (V. 5b)

5 Er erhält uns, auch wenn wir es nicht merken

Psalm 73: Auch wenn ich Leib und Leben verliere, du, Gott, hältst mich; du bleibst mir für immer. (V. 26)

6 Wenn du ihn wirklich finden willst – er kann gefunden werden

Jeremia 29: „Ihr müsst mich mit ganzem Herzen suchen, dann lasse ich mich von euch finden. ... Ich, der Herr, sage es.“ (V. 13.14)

7 Es gibt keinen Augenblick, in dem Gott nicht bei uns wäre

Psalm 46: Gott ist unsere sichere Zuflucht, ein bewährter Helfer in aller Not. (V. 1)

8 Er verfolgt seine Ziele unter allen Umständen

Kolosser 1: Das gilt auch für euch. Einst wart ihr Gott fern, ihr wart ihm feind und habt das durch eure bösen Taten gezeigt. Aber weil Christus in einem menschlichen Leib den Tod auf sich nahm, hat Gott mit euch Frieden gemacht. Als sein Volk steht ihr jetzt rein und fehlerlos vor ihm da. (V. 21.22)

Manchmal erleben selbst reife Christen, die dem Herrn viele Jahre treu gefolgt sind, Zeiten, in denen Gott sehr weit weg zu sein scheint. Im Wesentlichen gibt es hierfür drei Gründe.

Erstens kann das Problem eine rein körperliche Ursache haben. Körperliche Ursachen wirken sich manchmal sehr auf den geistlichen Zustand des Menschen aus. Krankheiten, Virusinfektionen, Stress, Überarbeitung oder andere körperliche Gegebenheiten können unsere Stimmung so stark beeinflussen, dass wir meinen geistlich darniederzuliegen, während das eigentliche Problem das schlechte körperliche Befinden ist. Darum schenkte Gott Elia auch eine Zeit der Ruhe und Erholung, bevor er auf seinen bedrückten Geist einzuwirken begann (siehe 1. Könige 19).

Zweitens kann Gott weit weg scheinen, wenn jemand eine Sünde begangen hat, für die er noch nicht Buße getan hat. Gott hat unser geistliches System so geschaffen, dass uns nach einer Sünde Schuldgefühle überkommen. Dieses Bewusstsein der Schuld (im Gegensatz zu falschen Schuldgefühlen, die sich manchmal aus unserer Persönlichkeit ergeben) ist Gottes Art, unsere Aufmerksamkeit zu gewinnen. In dieser Situation ist Buße der einzige Weg der Umkehr. Buße heißt aber in jedem Fall mehr, als dass es einem leid tut; sie schließt den festen Willen ein, diese Sache ein für allemal hinter sich zu lassen. Wenn Buße wirksam geworden ist, können wir sicher sein, dass unsere Beziehung zu Gott wiederhergestellt ist.

Der dritte Grund, warum wir manchmal meinen, Gott sei weit weg, ist der bei Weitem häufigste. Wir pflegen die Beziehung zu Gott zu wenig. Wenn wir uns nicht die Zeit nehmen, regelmäßig im Gebet mit ihm zu reden und auf ihn zu hören, indem wir sein Wort lesen, dann brauchen wir uns nicht zu wundern, wenn die Beziehung zwischen Gott und uns zu bröckeln beginnt. Jemand hat es einmal so formuliert: „Wenn Gott weit weg zu sein scheint – wer hat sich dann wohl entfernt?“ Gott bewegt sich *nie* von uns weg – wir sind es, die sich von ihm entfernen.

Mein Vater und mein Gott, danke, dass du mich daran erinnerst, dass meine Beziehung zu dir keine Selbstverständlichkeit ist. Sie muss beständig gepflegt werden. Wenn Buße der nächste erforderliche Schritt ist, hilf mir, diesen Schritt zu gehen – ohne weiteres Zögern. In Jesu Namen. Amen.