

**MICHAEL OSWALD**

# **HERZ SCHLAG**

**DIE MACHT  
EINES HERZENS,  
DAS IM RHYTHMUS  
GOTTES LEBT**

**SCM**  

---

**Hänsler**

# INHALT

1	HERZSCHLAG .....	7
2	HERZFEHLER .....	27
3	VATERHERZ .....	50
4	BARMHERZIG .....	61
5	STEINHERZ .....	82
6	HERZSTILLSTAND .....	110
7	HERZSCHMERZ .....	134
8	SPENDERHERZ .....	152
9	HERZLICH WILLKOMMEN .....	172
10	HERZFRUCHT .....	192
11	HERZFUNKTION .....	211
12	HERZSTÜCK .....	230
	WIR BETEN FÜR DEIN HERZ .....	237
	DANKE .....	253
	ANMERKUNGEN .....	254

# 1 HERZSCHLAG

Ich sehe mich selbst den Herzschlag meines Papas auf dem Bildschirm beobachten. Ich stehe auf der Intensivstation neben seinem Bett. Betäubt. Das Gehirn ist möglicherweise schon tot.

Die Beatmungsmaschine hebt und senkt den Brustkorb. Verschiedene Schläuche. Maschinen, die Ernährung und Körpertemperatur regulieren. Das Herz schlägt noch. Der Herzschlag zeichnet eine gleichmäßige Gebirgslandschaft mit Höhen und Tiefen auf den Bildschirm. Sein Puls sinkt unter fünfzig. Das Alarmsignal sticht wiederhallend in meinem Kopf. Ich spüre, wie mein Herz schneller schlägt.

Das Herz. Zentrum des Lebens. Zentrum der menschlichen Existenz. In der hebräisch geprägten Kultur der Bibel ist das Herz der Ort, mit dem wir denken, fühlen und entscheiden. Der Ort, in dem unser Handeln entsteht.

Ich frage mich, was diese neue Situation mit meinem Herzen machen wird. Wird mein Herz daran zerbrechen? Wird mein Herzschlag eine neue Gebirgslandschaft mit Höhen und Tiefen zeichnen? Oder wird es zu einem Stein werden? Wird ab jetzt jeder weitere Schlag schmerzen?



Die kurze Besuchszeit auf der Intensivstation ist vorbei. Bedrückende Stille auf dem Rückweg zum Auto. Das regelmäßige Tonsignal des Herzschlags klingt allen noch im Ohr. Ich beobachte, wie die Situation Einfluss nimmt. Einfluss auf das Herz meiner Mama, mei-

ner Schwester, meiner Frau und meines kleinen Sohnes. Einfluss auf mein Herz. Ich kann mich dem nicht entziehen.

Jedes Ereignis deines Lebens arbeitet an deinem Herzen. Unabhängig davon, ob das Ereignis in deinen Augen eine Katastrophe oder das genaue Gegenteil davon, eine Anastrophe, ist – es beeinflusst dein Herz. Egal, ob dein Lebenslied gerade eine schöne Strophe oder eine schwere Strophe spielt. Egal, ob dir die Strophe gefällt oder nicht. Jede Strophe beeinflusst die Melodie deines Herzens.

Die Melodie unseres Herzens ist nicht einfach das Produkt von allen positiven und negativen Ereignissen unseres Lebens. Gott sei Dank! Gott hat uns mit der Fähigkeit ausgestattet, die Melodie unseres Herzens mitzugestalten. Der Tod meines Opas. Die Ehe mit meiner Frau. Die Geburt meiner Kinder. Die Krankheit meines Vaters. Aber auch die vielen kleinen Ereignisse des Lebens: der Kratzer im Auto, das freundliche Lächeln einer unbekanntenen Person, die Enttäuschung in einer Freundschaft, Streit mit der Familie, der Film im Hauptabendprogramm, der schöne Urlaub ... Das alles will Einfluss auf unser Herz nehmen.

Es hat Einfluss auf uns und irgendwie verändert es uns auch. Manchmal zum Guten, manchmal zum Schlechten. Wir können uns dem Einfluss nicht entziehen, den unsere Umstände auf unser Herz ausüben. Doch wir können darauf achten, in welche Richtung sie unser Herz formen.

## **Fühle deinen Puls**

Ich kann mich an einen Kindergottesdienst mit dem Thema »Herz« erinnern. Ich muss ungefähr sechs Jahre alt gewesen sein. Ein großes Herz war an die Wand geklebt. Es war in verschiedene Bereiche unterteilt. Ein Bereich mit Besitz. Ein Bereich mit Freunden. Ein

Bereich mit Hobbys. Und ein kleiner Bereich mit Gott. Ein zerteiltes Herz. »Gott möchte unser ganzes Herz, ein ungeteiltes Herz.« Diese Worte der Mitarbeiterin haben sich in mein Gedächtnis eingegraben. Vielleicht habe ich an diesem Tag das erste Mal versucht, mein eigenes Herz zu verstehen. Seit damals beobachte ich es jedenfalls voller Staunen und versuche, an der Hand Gottes das menschliche Herz zu verstehen.

Doch während es von Gott heißt, dass er uns allen das Herz gebildet hat<sup>1</sup> und er den königlichen Titel »Herzenskenner«<sup>2</sup> trägt, halte ich es eher mit Jeremia: »Schwierig ist das Herz, mehr als alles, und unheilbar ist es. Wer kennt sich mit ihm aus?« (Jeremia 17,9). Schlussendlich bleibt uns das eigene Herz geheimnisvoll und unergründlich – zumindest manche Bereiche und so mancher Zusammenhang. Aus eigener Anstrengung bleibt unser Herz unheilbar. Doch über Gottes Charakter lesen wir: »Er erkennt die Geheimnisse des Herzens« (Psalm 44,22).

Die Reise zu deinem eigenen Herzen kannst du nur gemeinsam mit Gott antreten, sonst verirrst du dich ganz sicher. Was wir auf dieser Reise über unser eigenes Herz lernen, wird uns nicht immer gefallen. Wir erahnen an der Hand eines heiligen Gottes schnell die Dimension unseres Herzversagens. Sein Fazit: Der menschliche Herzfehler ist so groß, dass ein Herzschrittmacher oder sogar eine Herzoperation nicht ausreichen würde. Es braucht eine Herztransplantation.

Ich würde dir liebend gerne versprechen, dass dieses Buch dein Herz verändern wird, dass es heilen wird, dass es nicht mehr wehtun wird und dass du lernst, auf dein Herz zu achten. Doch das Lesen von Büchern verändert keine Herzen. Du musst diese Veränderung wollen.

Gott sagt: »Siehe, ich mache alles neu« (Offenbarung 21,5). Natürlich schließt dieses »alles« dein Herz mit ein. Leider wollen

wir Veränderung meistens nur dann, wenn wir es selbst für nötig halten. Oft stimmt der Plan, den du für dein Herz hast, nicht mit dem Plan überein, den der Herzspezialist für dich zusammengestellt hat. Die meisten von uns setzen sich nicht an ihren Schreibtisch, nehmen ein Blatt Papier und versuchen einen Plan auszuarbeiten, was sich an ihrem Herzen verändern sollte. Doch viele von uns wünschen sich vermutlich, dass ihr Herz weniger schmerzt.

Vielleicht wünschst du dir, dass du bestimmte Gefühle dämpfen kannst, oder du möchtest verschiedene Erinnerungen löschen. Wahrscheinlich würdest du gerne Fehlfunktionen behandeln, die andere Menschen bemerken. Oder du würdest augenblicklich jede Angst in deinem Herzen mit Mut ersetzen. Gott könnte aber ganz andere Prioritäten haben.

Ein paar Ideen:

Du hast dein Herz über Jahre hinter so vielen harten Schalen versteckt, dass du selbst kaum einen Zugang zu deinen Gefühlen hast. Gott möchte, dass dein Herz gesund empfinden kann.

Dein Herz ist durch viele Verletzungen vernarbt und es gelingt dir nicht, diese Wunden zu vergeben. Gott will, dass dein Herz heilt.

Dein Herz ist voller falscher Denkmuster über dich selbst, über Gott und andere Menschen. Gott möchte, dass dein Herz seine Perspektive erkennt.

Dein Herz ist zerteilt von verschiedenen Prioritäten. Während die eine Hälfte deines Herzens in die eine Richtung galoppiert, ist die andere Hälfte in eine ganz andere Richtung unterwegs. Gott sehnt sich nach deinem ganzen Herzen.

Dein Herz ist gelähmt vor Angst. Du gehst mit Kaninchenpuls durchs Leben. Gott kämpft dafür, dass dein Herz ganz frei wird.

Ich kenne dein Herz nicht. Ich weiß nicht, was in dir vorgeht. Ganz oft verstehe und weiß ich das nicht einmal bei meinem eigenen Herzen, habe mehr Fragen als Antworten. Was ich aber mit

Sicherheit weiß: Gott kennt dein Herz. Ich weiß, dass es kein Herzversagen gibt, dass zu groß für ihn ist. Ich bin fest davon überzeugt, dass es keinen Herzfehler gibt, den Gott nicht behandeln kann und will.

Von Anfang an lesen wir in Gottes Wort vom Herzversagen des Menschen und von Gottes Wunsch, Menschen ein neues Herz zu schenken.<sup>3</sup> Niemand kann dich zu einer Herztransplantation zwingen. Kein Buch wird dein Herz verändern. So wie eine Anleitung zu einer Herzoperation niemals den Chirurgen ersetzen kann. Die Frage ist, ob du bereit bist, dein Herz den Händen Gottes anzuvertrauen, oder ob du lieber weiter selbst daran herumdokterst.

Das Aufregende bei der Operation am offenen Herzen, die Gott für uns geplant hat, ist, dass sie ohne Vollnarkose geschieht. Du bleibst in dem Prozess bei vollem Bewusstsein. Gottes Geist kommt nicht plötzlich über dich und du wachst nach einer Zeit mit einem völlig neuen Herzen auf. Warum eigentlich nicht? Wäre doch praktisch! Ich denke, die Antwort liegt in Gottes Charakter. Gott ist nicht zuerst ergebnisorientiert, sondern beziehungsorientiert. Meistens sind wir ungeduldig und wollen schnelle Ergebnisse und Lösungen. Gott ist zwar die Lösung (#Erlöser) und er hat auch ein Ziel mit unserem Herz vor Augen. Doch zuerst geht es ihm immer um die Beziehung.

Er möchte, dass in dem Prozess, in dem dein Herz seinem Herzen ähnlicher wird, deine Beziehung zu ihm immer tiefere Wurzeln schlägt. Gott sagt: »Dieses Volk ehrt mich mit den Lippen, aber mit dem Herzen ist es weit von mir entfernt« (Jesaja 29,13).<sup>4</sup> Das richtige Ergebnis, doch ohne Herzensbeziehung, ist nicht das, was Gott sucht. Was er sucht, ist dein Herz – genau so, wie es heute aussieht.

Veränderung ist nicht die Voraussetzung für eine Beziehung mit ihm. Veränderung passiert in der Beziehung mit ihm.



Wunden zu  
Wundern – O'Bros

---

Viele Jahre habe ich verzweifelt mit dem Versuch verbracht, mein Herz aus eigener Kraft zu heilen. Ich habe mit aller Kraft versucht, mit meinem Verhalten Gottes Anerkennung zu verdienen, bis Gott mir die Augen geöffnet hat und ich sehen konnte: Gott ist nicht zuerst an meinem Verhalten interessiert, sondern in erster Linie geht es ihm um mein Herz.

Gott schaut nicht auf deine Kleidung. Ob du Tattoos hast oder nicht. Er achtet nicht auf deinen Lobpreisstyle, ob du die Hände hebst oder nicht. Gott achtet nicht darauf, wie viele Bibelverse du kannst oder wie oft du gleiche Fehler wieder machst. Welche oder wie viele Dienste du hast. Welche finanziellen Mittel du ihm zur Verfügung stellst. Welche Gemeinde du besuchst. Wie oft du betest. Er schaut mehr als auf alles andere auf dein Herz. »Der Mensch sieht auf das, was vor Augen ist, aber der Herr sieht auf das Herz« (1. Samuel 6,7). Darum müssen auch wir mehr als auf alles andere auf unser Herz achten.

Es tobt eine Schlacht um dein Herz und niemand wird diese Schlacht für dich schlagen. Und: Du kannst dich dieser Schlacht nicht entziehen. Du kannst nicht sagen: »Ich kämpfe nicht mit.« Warum? Weil dein Herz angegriffen werden wird. Der Feind hat von Beginn an daran gearbeitet, das Herz des Menschen zu korrumpieren, zu zerstören, zu verhärten und widerspenstig zu machen. Und er tut das nach wie vor.

Gottes Ziel ist es von Anfang an gewesen, unser Herz zu erobern, zu erneuern und nachhaltig zu verändern. Das Überraschende daran: Er möchte es nicht einfach an dir tun, sondern er möchte es mit dir gemeinsam tun.



## Mehr als ein Organ

Dein Herz spielt die zentrale Rolle in deinem Leben. Es ist das Organ, das Schlag für Schlag deinen Körper mit Blut versorgt. Das Leben beginnt mit dem ersten Herzschlag und endet mit dem letzten. Die hebräisch geprägte Kultur der Bibel meint mit dem Begriff »Herz« in erster Linie nicht das Körperorgan. Natürlich wussten die Schreiber der Bibel, dass das Herz ein wichtiges Organ in unserer Brust ist. Doch das Herz ist viel mehr.

Das hebräische Wort für Herz ist *leb*. Die hebräische Kultur kennt das Konzept »Gehirn« nicht. Alle intellektuelle Aktivität findet in ihrem Verständnis im Herzen statt. Das entsprechende griechische Wort ist *kardia*. Das griechische Wort ist im biblischen Gebrauch stark vom hebräischen Begriffsverständnis geprägt. Es gibt über 1000 Verse im Alten und im Neuen Testament, in denen das Wort »Herz« vorkommt.

Schauen wir uns an, was das Herz in der Bibel so alles tut.

Das Herz plant, jubelt, denkt, wünscht, erkennt, begreift, verzagt, bebt, pocht, erstarrt, bangt, urteilt, vergisst, lobt, schlägt, stöhnt und zerschmilzt.

Das Herz treibt an. Es entschließt sich. Man nimmt sich etwas zu Herzen.

Das Herz ist fröhlich, krank, verwundet, gebeugt, wütend, bewegt, traurig, gebrochen. Man schüttet sein Herz aus. Das Herz kann sich umdrehen, sich erheben, sich abwenden, aber auch umkehren.

Das Herz kann irren, fragen und überlegen. Man kann das Herz rauben, verhärten, weit machen und auf etwas richten.

Es gibt ein gelassenes Herz, ein hartes Herz, ein reines Herz und ein neues Herz.

Das Herz ist der Dreh- und Angelpunkt unseres Daseins. Knotenpunkt unseres Denkens. Ausgangspunkt unseres Handelns. Mittelpunkt unseres Fühlens.

## Nach Gottes Herz

Wir leben in einer Welt, in der so vieles nach unserer Aufmerksamkeit schreit. Wir achten darauf, was andere Menschen über uns sagen und denken. Wir wollen beachtet werden. Wir achten auf aktuelle Trends, das Weltgeschehen, die Mode. Wir achten auf unser Äußeres. Wie viel Lebenszeit wir doch damit verbringen, uns um unseren äußeren Menschen zu kümmern! Körperpflege, Haar-entfernung, Kosmetikprodukte, Sport und vieles mehr. Wir achten auf unser Bankkonto, auf die Ausgaben und Einnahmen. Wir achten auf unsere Wohnung, pflegen unseren Garten oder unser Auto. Wir widmen unsere Zeit Urlauben und Hobbys. Wir verbringen Stunden vor Bildschirmen, um uns zu informieren oder uns unterhalten zu lassen. Wir stehen rätselnd vor dem Kleiderschrank und können uns nicht entscheiden, was wir anziehen sollen. Wir achten auf unser Erscheinungsbild.

Ich möchte nicht urteilen, ob und in welchem Ausmaß das alles gut ist, doch mehr als auf alles andere sollen wir auf unser Herz achten.

Der Zustand deines Herzens entscheidet über deine Lebensqualität.

Gott ist dein Herz wichtig. Aus deinem Herzen soll Leben in alle Bereiche deines Daseins fließen. Darum darfst du deinem Herzen mehr Zeit widmen. Darum musst du lernen, wie du dein Herz bewahren kannst und wie du auf dein Herz achten kannst. Und dafür musst du es verstehen. Um dein Herz zu verstehen, musst du den

kennen, der dein Herz gemacht hat. Die Antworten, die du für dein Herz suchst, sind bei Gott zu finden, denn bei ihm »ist die Quelle des Lebens« (Psalm 36,10). Ohne Quelle wird dein Leben zur Wüste. Vertrockneter Boden. Hart. Rissig. Unfruchtbar. Doch ein beachtetes, gesundes Herz wird dein Leben zu einem Garten machen.

Von David heißt es in Gottes Wort, dass er ein Mann nach Gottes Herzen war.<sup>5</sup> Als Jugendlicher hatte ich den Wunsch und die Sehnsucht, auch so ein Mann nach Gottes Herzen zu sein. Ich wusste nicht genau, wie das Realität werden könnte. Also habe ich angefangen, dafür zu beten. Wie meistens, wenn ich planlos bin: »Gott, mach mich zu einem Mann nach deinem Herzen!« Mehrmals ist das in den Büchern zu lesen, in denen ich meine Gespräche mit Gott aufgeschrieben habe.

Ich habe darauf gewartet, dass ich eines Tages mit einem neuen Herzen aufwache und ein Mann nach Gottes Herz geworden bin. Stattdessen sind Dinge passiert, die mich enttäuscht oder verletzt haben, und plötzlich sind Bitterkeit und Hass aus meinem Herzen herausgekommen. Schmerzliches Realwerden von meinen Herzfehlern. Doch gerade da, wo sie offensichtlich geworden sind, da konnte ich Gott um Heilung bitten und dankbar annehmen, dass ich Veränderung brauche.

Der Weg, ein Mann oder auch Frau nach dem Herzen Gottes zu werden, ist ein Weg der Demut, es ist ein Weg des Vertrauens und ein Weg der ständigen Veränderung.

Nicht nur einmal bin ich mit meinem zerbrochenen Herzen in den Händen weinend am Boden gelegen und habe gesagt: »Gott, ich kann nicht mehr. Ich will, dass du mein Herz formst. Ich will ein Mann nach deinem Herzen werden. Aber nicht so. Es zerreißt mir das Herz. Jeder Herzschlag schmerzt!« Doch dann hat mich das sanfte Flüstern Gottes erreicht: »Michael, vertraust du mir noch immer? Vertraust du mir, dass ich es gut meine mit deinem Herzen?

Gib mir die Bruchstücke! Du wirst sehen, ich werde dein Herz zu einem starken und gesunden Herzen machen, das für mich und deine Nächsten schlägt.«

In solchen Momenten wird mein Herzschlag ruhig und der Schmerz lässt nach. Ich fühle mich geborgen und getragen, weil ich weiß, dass Gott bei mir ist. Als würden seine liebevollen Hände die Scherben meines Herzens sanft umschließen und mit seiner grenzenlosen Liebe zu einem neuen Herzen zusammenschweißen. Tiefer Friede fällt dann in meine Angst und mein Chaos, so kann ich mich im Vertrauen in Gottes Arme fallen lassen. Mein Herz ist noch lange nicht fertig, aber ich habe es wieder in Gottes Hände gelegt, und er hat es weitergeformt.

Manchmal denken wir, gesunde, starke, hingeebene Herzen fallen vom Himmel. Ja, ich denke schon, dass eine plötzliche radikale Veränderung deines Herzens möglich ist. Ein Tag deines Lebensweges, an dem Gott dein Herz massiv verändert. Doch insgesamt bleibt es immer ein lebenslanger Weg der Entwicklung an der Hand Gottes. Wir werden zu diesem Menschen nach dem Herz Gottes. Es ist ein Prozess.

Gott findet in David einen Mann, der ein Herz hat, das ganz nach seinem Herz kommt. Gott entdeckt in Davids Herz sichtlich etwas, das ihn wie eine offene Tür einlädt, mit David in Beziehung zu treten. Sein Leben in besonderer Form zu prägen. Dazu braucht es absolute Nähe. David hatte diese Nähe mit Gott. Nur dort, wo wir den Herzschlag des Vaters hören, kann unser eigenes Herz ihm ähnlich werden.

Wie sieht Gottes Herz aus? Wofür schlägt es? Was bewegt das Herz Gottes?

Gottes Nähe verändert. Wenn sich uns das Herz Gottes offenbart, dann werden wir Veränderung in unserem Herzen erleben. Die tiefe Beziehung zu Gott wird dein Herz nachhaltig prägen, und

dich so mehr und mehr zu einer Frau oder einem Mann nach seinem Herzen machen.

## Pädagogik voller Gnade

Das Herz ist ein Muskel. Muskeln kann man trainieren. Intensives körperliches Training führt zu einem Wachstum der Herzmuskulatur. Auch bekannt als Sportlerherz. Hast du ein trainiertes Herz? In Gottes Wort lesen wir: »Sie haben ein Herz, das trainiert ist in Habgier« (2. Petrus 2,14).<sup>6</sup> Ups, das wollten wir eigentlich nicht trainieren!

Du hast die Möglichkeit, mit deinem Herzen Gutes oder Schlechtes zu trainieren. Worin hast du es trainiert? Leidest du in manchen Bereichen vielleicht an Herzschwäche? Ohne Training kein Wachstum. Bist du bereit für das Training? Zu schwitzen und über deine Grenzen zu gehen?

Gott ist der beste Trainer und der genialste Pädagoge, den es gibt. Er kennt dich durch und durch. Er will dich nicht überfordern. Er will dich mit seiner Liebe erziehen. Er kennt jeden Schwachpunkt, der Training braucht. Aber auch jede Stärke, die er zur vollen Entfaltung bringen will. Die Weisheit lädt dich ein: »Bring dein Herz her zur Erziehung!« (Sprüche 23,12).

Erziehung ist nicht angenehm. Erziehung ist für alle Beteiligten harte Arbeit. Doch Erziehung ist unbedingt notwendig. »Alle Erziehung aber scheint uns für den Augenblick nicht zur Freude, sondern zur Traurigkeit zu dienen; danach aber gibt sie eine friedsame Frucht der Gerechtigkeit denen, die durch sie trainiert sind« (Hebräer 12,11). Du musst keine Angst vor Gottes Pädagogik haben. Er liebt dich und er meint es gut mit dir. Gottes pädagogisches Mittel ist Gnade. Er erzieht uns in Gnade.<sup>7</sup> Er erzieht uns, indem er sich

verschwenderisch und unverdient an uns verschenkt. Diese Art von Erziehung wird guttun und fruchten.

Nicht wenige sind von der Erziehung ihrer Eltern traumatisiert. Zu harte Strafen, Ungerechtigkeit, fehlende Feinfühligkeit und Zorn von Erziehenden beschädigen unsere Vorstellung davon, was Erziehung bedeutet. Doch Jesus hat die Strafe schon für uns getragen. Und wir sind keine Kinder des Zorns mehr.<sup>8</sup> Gott ist als Erzieher gnädig und gerecht, objektiv, zielführend und verhältnismäßig. Er ist sanftmütig und mitfühlend. Er straft nicht aus Zorn, sondern erzieht aus Liebe. Die Pädagogik Gottes ist unvergleichbar. Sie formt unser Herz, bis es sich völlig in Freiheit entfaltet.

Diese Art von Training bringt dich weiter. Es macht dich lebendig. Es bringt dich zum Blühen. Es macht dich stark. Gott wünscht sich, dass wir immer wieder im Vertrauen in seine Erziehung einwilligen: »Ja, ich will!«

Einzelne Lektionen können sich allerdings so unangenehm anfühlen, dass wir sie lieber ausfallen lassen. Doch in Gottes individuellem Trainingsplan für dich kannst du keine Lektionen überspringen. Sein Plan ist aufbauend und er wählt einen guten Zeitpunkt der Einheiten für dich.

Manchmal ist das Training auch so intensiv, dass wir von unserem Trainer weglaufen. Doch Gott ist ein guter Hirte, der verlorene Schafe suchen geht. Und er ist ein liebevoller Papa, der uns entgegenläuft, uns herzlich umarmt und uns mit Küssen überhäuft, wenn wir zu ihm zurückkommen.<sup>9</sup> Er ist sanftmütig und langmütig in seinen Trainingseinheiten. Er ist bewegt von seiner Liebe zu dir. Er ist unvorstellbar geduldig. Am wichtigsten ist ihm, dass deine Beziehung zu ihm wächst und du ihn immer besser kennlernst.

Ein Herz braucht Erziehung. Wenn du dein Herz nicht von Gott erziehen lässt, dann wird es von den Umständen deines Lebens

verzogen. Dein Herz ist das Epizentrum der Veränderung, die Gott für dein Leben geplant hat.

Ohne Herz wird alles wertlos, leblos und sinnlos.

Herzloser Glaube. Herzlose Liebe. Herzlose Hoffnung. Herzlose Beziehung. Wir können und dürfen unser Herz Jesus nicht vorenthalten, der gekommen ist, um darin zu wohnen.

Halbherziger Glaube. Halbherzige Liebe. Halbherzige Hoffnung. Halbherzige Beziehung. Auch nicht besser. Gott macht keine halben Sachen und will keine halben Sachen. Wir sollen mit ganzem Herzen lieben. Wir sollen mit ganzem Herzen umkehren. Mit ganzem Herzen loben. Mit ganzem Herzen dienen. Mit ganzem Herzen vertrauen.<sup>10</sup>

## **DU SOLLST DEN HERRN, DEINEN GOTT, LIEBEN MIT DEINEM GANZEN HERZEN.**

### **| MT 22,37**

Die Beziehung zu Gott ist eine Herzensangelegenheit. Wenn wir ihm unser ganzes Herz in die Hände legen, dann wird die Beziehung zu ihm unser Herz für immer verändern. Erst dort, wo wir unser ganzes Herz in die Hände von Jesus legen, stirbt die Religiosität und die lebensverändernde Kraft des Evangeliums kann sich entfalten.

Ein ganzes Herz – ganz schön schwierig. Es erleichtert mich sehr, dass Gott als Geschenk mein zerbrochenes Herz will.<sup>11</sup> Er will kein ganzes Herz im Sinne von fertig, intakt oder vollkommen. Er will mein ganzes Herz, also uneingeschränkt und gesamt. Er will jede einzelne Scherbe, jede Unreife. Ich darf aufhören, aus eigener Kraft mein Herz gut genug zu machen, um es dann Gott schenken zu können. Das endet doch nur in einer herzlosen Maskerade.

Wenn wir alle Einzelteile unseres Herzens in die Hand Gottes legen, dann macht er unser Herz ganz. Es geht ihm um dein ganzes Herz.

Das Endziel  
der Weisung  
ist Liebe aus  
reinem HERZEN  
& gutem GEWISSEN.

1. TIMOTHEUS 1,5



## Stolpersteine

Es gibt viele Hindernisse in dem Prozess, in dem Gott dein Herz verändern will. Ich möchte vier nennen, die oft dazu führen, dass unser Herz irgendwo auf der Strecke bleibt.

### Stolperstein 1 | Hochmut

Hochmut ist die falsche Einschätzung über den tatsächlichen Zustand deines Herzens und der Irrglaube, es selbst heilen zu können oder zu müssen. Hochmut verhindert, dass wir unser eigenes Herz so wahrnehmen können, wie es wirklich ist. Demut dagegen ist die gesunde Herzenshaltung eines Dieners. Der Diener lebt in enger Gemeinschaft mit seinem Herrn. Diese hohe Stellung gibt ihm Wert und hilft ihm dabei, Gott und Menschen gegenüber den richtigen Platz einzunehmen.

Demut hilft dir, nicht zu hoch und nicht zu niedrig von dir selbst zu denken, sondern eben genau richtig. Als Diener lernen wir, so zu denken, wie unser Herr denkt. Demut befähigt uns also, uns selbst treffend wahrzunehmen. »Alle aber umkleidet euch mit Demut im Umgang miteinander! Denn Gott widersteht den Hochmütigen, den Demütigen aber gibt er Gnade« (1. Petrus 5,5). Demut im Umgang miteinander ermöglicht tiefe Beziehungen, die so wichtig sind, weil sie dir helfen, dein Herz zu reflektieren. So erhältst du ein ausgewogeneres Bild von dir. Vertrauenswürdigen Menschen das Recht zu geben, in dein Leben zu sprechen und dein Herz zu prägen, ist ein Zeichen von Demut und Lernbereitschaft.

Vielleicht hast du hauptsächlich andere Leute vor Augen, die dringend an ihrem Herzen arbeiten sollten. Mein Gebet ist, dass du entdeckst, wie wichtig es ist, in erster Linie auf dein eigenes Herz zu achten, und nicht auf das von anderen.

*Dein Herz braucht Veränderung.*

## Stolperstein 2 | Gemütlichkeit

Die Bibel spricht von gelassenen Herzen, aber nicht von gemütlichen Herzen. Gemütlichkeit ist das Ergebnis von falschen Annahmen. Zum Beispiel: »Ich warte, dass Gott mein Herz verändert, ohne selbst etwas beitragen zu wollen.« Oder: »Ich will zwar ein neues Herz, aber keine Arbeit.« Oder: »Jemand anderes ist für mein Herz verantwortlich.« Oder auch: »Es wird ein einmaliges magisches Ereignis geben, und plötzlich habe ich ein neues Herz.«

Die Wahrheit ist: *Du* bist für dein Herz verantwortlich. Nicht deine Mama. Nicht dein Pastor. Nicht dein Ehemann oder deine Ehefrau. Übernimm Verantwortung für die Entwicklung deines Herzens.

In unserem Kellerabteil haben sich eine Menge Sachen angesammelt: Boote, Bücher, Kletterausrüstung, Fahrräder, Deko, Ski, Rucksäcke, Wanderschuhe, Kleidung. Mit fünf Personen ist ein Keller eigentlich immer zu klein. Oft, wenn ich von einem Abenteuer zurückkomme, dann stelle ich meinen Rucksack in den Keller, ohne ihn auszuräumen. Der Bequemlichkeit wegen. Das nächste Mal, wenn ich dann etwas in den Keller bringe, stelle ich das einfach zu den unaufgeräumten Sachen vom letzten Mal. Ich will es gemütlich haben und nicht gleich zwei Sachen wegräumen. Am Ende des Monats kann man das Kellerabteil nicht mehr betreten, weil alles unsortiert aufeinandersteht. Dann den Keller aufzuräumen, braucht viel Zeit und noch mehr Überwindung.

Mit meinem Herzen geht es mir oft ähnlich. Es ist gemütlicher, mit ein bisschen Unordnung zu leben, aber langfristig versinkt das Herz im Chaos, und das tut überhaupt nicht gut. Trau dich, auf deinen Herzschlag zu hören!

»Das Herz des Volkes ist fett<sup>12</sup> geworden« (Matthäus 13,15) – Zu viel Gemütlichkeit führt zu verfetteten Herzen. Wenn du dich zu sehr gehen lässt, wird dein Herz dick und unempfindlich. Herz-

verfettung ist medizinisch nichts Schönes, geistlich gesehen aber katastrophal. Räum auf mit den Ausreden!

*Dein Herz braucht Training.*

### **Stolperstein 3 | Angst**

Angst – ganz egal, woher sie kommt und was sie auslöst – lähmt dein Herz. Angst blockiert den Prozess, zu heilen und gesund zu werden. Sie hat viele Gesichter. Angst vor Verletzung. Angst vor Veränderung. Angst vor Versagen. Angst vor Verlust. Angst, die Kontrolle abzugeben. Aus Angst kann sich Panik entwickeln. Und Panik schränkt uns stark in unserer Wahrnehmungs- und Beziehungsfähigkeit ein. Doch Beziehung ist das Mittel, mit dem Gott unser Herz heilt. Das heißt, es ist wichtig, dass wir wachsam und aufnahmefähig sind, dass wir Gottes Zuwendung wahrnehmen können.

Das Herz zu bewahren bedeutet nicht, ihm eine Ritterrüstung anzulegen, Emotionen zu betäuben oder auf eine einsame Insel umzuziehen. Dich selbst zu isolieren oder dich dauerhaft vor anderen zu beschützen, die dich verletzen könnten, ist nicht der Weg in die Freiheit. Das wäre ein Weg der Angst – der Angst vor Schmerz.

Wie bewahren wir unser Herz dann? Indem wir es vertrauensvoll in Gottes liebevollem Wesen verankern. »Diese Hoffnung ist unsere Zuflucht; sie ist für unser Leben ein sicherer und fester Anker, der uns mit dem Innersten des himmlischen Heiligtums verbindet, dem Raum hinter dem Vorhang« (Hebräer 6,19; NGÜ). Wir behüten unser Herz, indem wir alle Emotionen Gott anvertrauen. Ihm Glauben schenken, dass er hält, was er sagt, und uns schützen und heilen wird. Heilung entsteht dort, wo wir unsere Angst davor, dass wir verletzt werden – was auch ziemlich sicher passieren wird –, verlieren. Denn erst dann wird unser Herz frei zu lieben.

Unser Herz wird frei von Angst, wenn es sich mit Gottes Liebe füllt, und so beginnt bereits die Veränderung. »Denn Gott hat uns nicht einen Geist der Ängstlichkeit gegeben, sondern den Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit« (2. Timotheus 1,7; NGÜ). Lass dich von Gottes Liebe beschenken, damit du, frei von Angst, dein Herz von ihm heilen lassen kannst.

*Dein Herz braucht Heilung.*

### **Stolperstein 4 | Bitterkeit**

Nichts verkrampft unser Herz mehr als Bitterkeit. Bitterkeit entsteht, wo Verletzungen nicht vergeben wurden. Unkrautjäten ist notwendig. Niemand macht es gerne. Es ist anstrengend. »Achtet darauf, dass nicht irgendeine Wurzel der Bitterkeit aufsprösst und euch zur Last wird und durch sie viele verunreinigt werden« (Hebräer 12,15). Bitterkeit ist eine schlimme Herzkrankheit, die sich ausbreitet und sogar ansteckend ist. Sie überwuchert wie Unkraut andere Pflanzen, die gute Früchte bringen, und erstickt sie nach und nach. Ein bitteres Herz verliert seine Formbarkeit, es wird veränderungsresistent.

Andere Menschen haben dich verletzt, das hat wehgetan, dein Herz verwundet oder sogar gebrochen? Das tut mir aufrichtig leid. Dein Schmerz ist real und es ist unrecht, dass dich jemand verletzt hat.

Vergebung ist eine bewusste Entscheidung. Es ist die Entscheidung, Unrecht und Schmerz mit der Hilfe von Jesus loszulassen. Wenn wir das nicht tun, dann entsteht Bitterkeit. Bei Vergebung geht es nicht um die andere Person, sondern es geht um dich, um dein Herz. Mehr als auf alles andere darfst du auf dein Herz achten.

*Dein Herz braucht Vergebung.*

Ich kenne diese Stolperfallen alle persönlich, weil ich über jede gefallen bin und noch immer regelmäßig auf der Nase liege. Das Wissen darüber wird dich nicht davor bewahren zu stolpern. Aber es wird dir helfen zu verstehen, warum du gestolpert bist. Dein eigenes Herz zu verstehen, wird dir den Weg bahnen weiterzukommen. Es wird deine Sinne schärfen, dich trainieren wahrzunehmen, in welchem Rhythmus dein Herz schlägt. Ob es stolpert oder rast. Ob es Aussetzer hat oder gar kein Signal mehr von sich gibt.



Ich schaffe  
Raum – Urban Life  
Worship

Nimm dir einen Augenblick Zeit, um auf dein Herz zu achten. Höre mal ganz genau hin. Gottes Herz ist auf dein Herz gerichtet, um es zu formen, zu heilen, zu erneuern und in die Freiheit zu führen.

**ERFORSCH MICH, GOTT, UND ERKENNE  
MEIN HERZ. PRÜFE MICH UND ERKENNE  
MEINE GEDANKEN! UND SIEH, OB EIN WEG  
DER MÜHSAL BEI MIR IST, UND LEITE MICH  
AUF DEM EWIGEN WEG! | PS 139,23-24**

Lass das  
Sinnen  
meines Herzens  
wohlgefällig  
sein-  
mein Herr,  
mein Fels  
und mein  
Erlöser.

PSALM 19,15