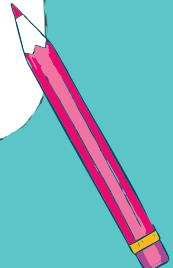


Lügen, die Mädchen glauben

und die Wahrheit, die sie frei macht

von Dannah Gresh und

(Schreib Deinen Namen hier rein!)



Dannah Gresh
Lügen, die Mädchen glauben

Falls nicht anders vermerkt, sind die Bibelzitate der Elberfelder Übersetzung 2003, Edition CSV Hückeswagen, entnommen.

1. Auflage 2023

This book was first published in the United States by Moody Publishers, 820 N. LaSalle Blvd., Chicago, IL 60610 with the title *Lies Girls Believe*, copyright © 2019 by Hannah Gresh. Translated by permission. All rights reserved.

© der deutschen Ausgabe 2023 by CLV
Christliche Literatur-Verbreitung e.V.
Ravensberger Bleiche 6 · 33649 Bielefeld
Internet: www.clv.de

Übersetzung: Simon Klein, Siegen
Satz: Ertelier (Luba Ertel, Bulgarien)
Umschlag: Lucian Binder, Marienheide
Druck und Bindung: FINIDR, s.r.o., Český Těšín, Tschechien

Artikel-Nr. 256744
ISBN 978-3-86699-744-8



Ein Hinweis für Mamas

Ich freue mich riesig über Dein Vertrauen, dieses Buch Deiner Tochter zu geben. Es wird am effektivsten sein, wenn Du das Buch *Lügen, die Mädchen glauben – Begleitbuch für Mütter* dazu liest.

Einige der Lügen, denen sich junge Mädchen heutzutage stellen müssen, behandeln Themen, von denen Du und ich nicht einmal wussten, dass es sie gibt, bis wir selbst Teenager oder Erwachsene waren. Dieses Buch berührt deshalb auch einige herausfordernde Themen wie das Zur-Frau-Werden, die Nutzung sozialer Netzwerke und das Annehmen von Gottes Plänen für Ehe, Muttersein und die beiden Geschlechter männlich und weiblich.

Ein Team von ungefähr zehn Mamas, Omas und „geistlichen Müttern“ hat mir dabei geholfen, diese Inhalte sorgfältig und unter Gebet zu schreiben und zu überarbeiten. Darüber hinaus haben wir auch viele andere Mütter gebeten, das Buch kritisch zu überprüfen. Wir stimmen alle darin überein, dass die meisten Mädchen im Alter von neun bis zwölf Jahren bereit für diese Inhalte sind und sie auch brauchen. Aber letztendlich hat Gott Dir die Verantwortung übergeben zu entscheiden, wann Deine Tochter bereit für diese Art von Gespräch ist.

Bitte nimm Dir die Zeit, das Inhaltsverzeichnis zu lesen und die Kapitel zu überfliegen, bei denen Du eventuell Fragen hast, bevor Du das Buch Deiner Tochter oder eventuell anderen jungen Mädchen in Deinem Umfeld gibst. Obwohl wir uns Mühe gegeben haben, jedes Wort unter Gebet und in einer einfühlsamen, biblischen Weise zu schreiben, kann es Gespräche geben, die Du selbst mit Deiner Tochter führen möchtest, bevor sie das Buch für sich allein liest. Ich bete für Dich und Deine Tochter bei Eurer Reise durch *Lügen, die Mädchen glauben!*

Dannah

Inhaltsverzeichnis

Einleitung: Haben Dich Deine Gefühle schon mal verwirrt? 8



wahrheit... oder Probleme!

Kapitel 1: Eine Schlange erzählte die erste Lüge 17

(Woher kommen Lügen?)

Kapitel 2: Eine Frau wollte eine Frucht haben..... 25

(Woher bekommen Lügen ihre Macht?)

Kapitel 3: Jesus ist die Wahrheit 35

(Wer kann Dich frei machen?)



*Lügen, die Mädchen glauben und die Wahrheit,
die sie frei macht (Dein Wahrheits-Labor)*

Kapitel 4: Wahrheiten und Lügen über Gott 45

Wahrheit 1: Egal was passiert: Gott liebt Dich immer. 45

Lüge: „Gott liebt mich nur, wenn ich brav bin“..... 46

Wahrheit 2: Gott ist alles, was Du brauchst! 48

Lüge: „Gott allein reicht nicht aus“..... 48

Wahrheit 3: Du bist ein Christ, wenn Du an Jesus als Deinen Retter
glaubst 50

Lüge: „Ich bin Christ, weil _____“ 50

Kapitel 5: Lügen über mich selbst	57
Wahrheit 4: Gott hat Dich auserwählt!	57
Lüge: „Ich bin nicht gut genug“	58
Wahrheit 5: Die Schönheit, die vor Gott am meisten zählt, ist in Deinem Innern.	60
Lüge: „Hübsche Mädchen sind mehr wert“.....	61
Wahrheit 6: Du bist bereit für mehr Verantwortung	62
Lüge: „Ich brauche mehr Freiheit“.....	64
Kapitel 6: Lügen über die Familie	69
Wahrheit 7: Deine Familie ist anders, und das ist gut so.....	69
Lüge: „Meine Familie ist sooooo komisch“.....	70
Wahrheit 8: Du kannst auch in einer kaputten Familie glücklich sein.	73
Lüge: „Meine Familie ist dermaßen kaputt, dass ich dort niemals glücklich werden kann“	74
Wahrheit 9: Gott schenkt Dir Frieden, wenn Du Deine Eltern ehrst	76
Lüge: „Meine Eltern verstehen mich einfach nicht“	77
Kapitel 7: Lügen über Sünde	83
Wahrheit 10: Sünde trennt Dich von Gott	84
Lüge: „Meine Sünde ist nicht so schlimm.“	
Wahrheit 11: Sünde zu verstecken, ist zum Scheitern verurteilt ..	86
Lüge: „Ich muss niemandem von meinen Sünden erzählen“.....	87
Wahrheit 12: Alles, was wir sehen oder hören sollte wahr, ehrbar, gerecht, rein, liebenswert, wohltuend, tugendhaft und lobenswert sein.	90
Lüge: „Es ist egal, was ich mir anschau oder anhöre“.....	93

Kapitel 8: Lügen über das Mädchen-sein	97
Wahrheit 13: Gott hat zwei verschiedene Geschlechter geschaffen: männlich und weiblich.....	99
Lüge: „Jungen und Mädchen sind gar nicht so verschieden“.....	100
Wahrheit 14: Deine Fähigkeit, Leben in Dir zu tragen, ist ein Grund zu feiern	102
Lüge: „Meine Periode zu kriegen wird furchtbar sein“.....	104
Kapitel 9: Lügen über Jungs	109
Wahrheit 15: Zum Verrücktsein nach Jungs kannst Du Nein sagen.....	110
Lüge: „Es ist okay, hinter Jungs her zu sein“.....	111
Wahrheit 16: Du wirst niemals zu alt für weisen Rat	112
Lüge: „Ich muss mit meiner Mama nicht über Jungs reden“	113
Kapitel 10: Lügen über Freundschaft	119
Wahrheit 17: Wir alle brauchen treue Freundinnen. Der beste Weg, eine zu finden, ist, eine zu werden.....	120
Lüge: „Ich habe keine Freundinnen“	120
Wahrheit 18: Jedes Wort, das Du sprichst, und jeder Gedanke, den Du denkst, sollten Gott gefallen.	123
Lüge: „Es ist okay, gemein zu sein“.....	124

Kapitel 11: Lügen über die Zukunft	131
Wahrheit 19: Eine Ehefrau und Mutter zu sein ist eine gute und wichtige Aufgabe.....	131
Lüge: „Nur Ehefrau und Mutter sein ist uncool“.....	133
Wahrheit 20: Du wirst werden, was Du bist	136
Lüge: „Ich bin zu jung, um _____“	138



Die Wahrheit, die Dich frei macht

Kapitel 12: Deine Gedanken sind der Chef Deiner Gefühle	147
(Wie man Lügen erkennt)	
Kapitel 13: Jesus will der Chef Deiner Gedanken sein	159
(Wie man Lügen mit der Wahrheit ersetzt)	
Kapitel 14: Trage den Gürtel der Wahrheit	167
(Die Wahrheit benutzen, um frei zu werden)	
20 Schlüsselwahrheiten	170
Endnoten	175

Einleitung:

Haben Dich Deine Gefühle schon mal verwirrt?



Hi, ich bin Hannah,

vor ein paar Jahren bin ich fast **durchgedreht**, wenn ich an die Probleme dachte, mit denen sich junge Mädchen herumschlagen müssen.

Zickenkriege. Freundfeindinnen. Soziale Netzwerke.

VERKNALLT-SEIN. Klamotten. SCHÖN SEIN.

Schulzeugnisse. Es schien so, als würden viele Mädchen Hilfe brauchen, deshalb schreibe ich seitdem Bücher darüber.

Ich würde Dir gerne eine Freundin von mir vorstellen: *Nancy*

Sie hat ein Buch geschrieben mit dem Titel *Lügen, die wir Frauen glauben – und die Wahrheit, die uns frei macht*. Das war eine echt gute Idee und ein wichtiges Buch, das vielen Mamas und Omas geholfen hat, die Probleme in ihrem Leben zu lösen. Deshalb wollte ich *dieses* Buch extra für euch junge Mädchen schreiben. **ABER** es gibt noch eine andere wichtige Person, die dieses Buch schreiben wird. Das bist **DU**.

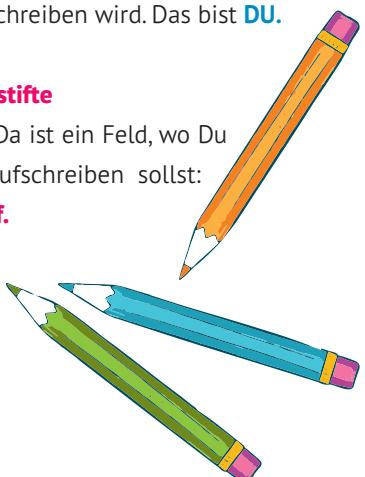
Schnapp dir ein paar coole Buntstifte oder Filzstifte

Du wirst sie brauchen. Schlag die Seite 1 auf. Da ist ein Feld, wo Du den Namen der Co-Autorin dieses Buches aufschreiben sollst:

Dich. **Schreib Deinen Namen jetzt dort auf.**

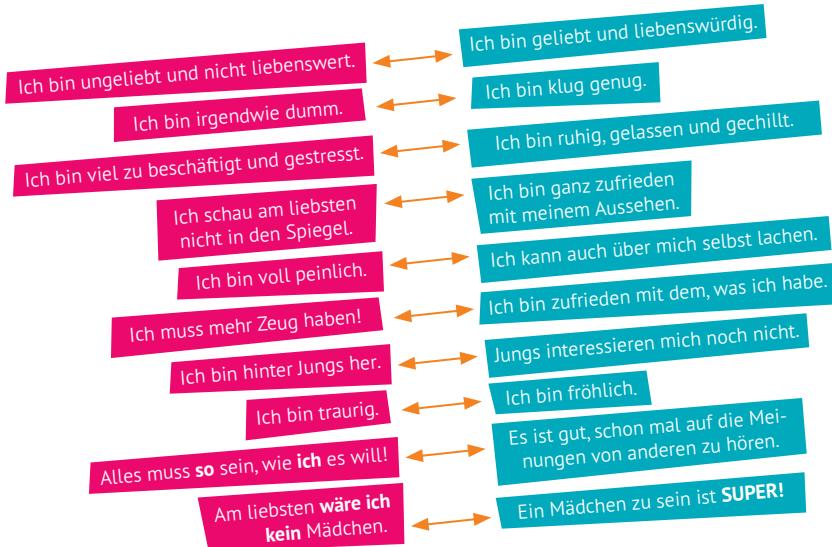
Willkommen im Team!

Lass uns zusammen ein paar Probleme lösen.



Mädchen-Drama-Quiz

Viele Mädchen schreiben mir von ihren Problemen. Um zu beschreiben, wie sie sich **fühlen**, benutzen sie ein paar der Wörter, die Du unten findest. **Kreise in jeder Zeile das Kästchen ein, das beschreibt, wie Du Dich MEISTENS fühlst!**



Wenn Du irgendwelche von diesen fiesen Gefühlen auf der linken Seite eingekreist hast, bist Du nicht allein! In der Woche, in der ich anfing, dieses Buch zu schreiben, kam ein wunderschönes 12-jähriges Mädchen namens Sadie* zu mir. Sie hatte strahlende Augen, glatte braune Haut und schwarzes, lockiges Haar. Aber eine Träne rollte ihre Wange herunter als sie sagte:



„Kannst Du mir helfen? Mir ist mein Aussehen so peinlich. Meine Arme sind so haarig im Vergleich zu denen der anderen Mädchen und in der Schule sagen sie mir manchmal, ich sollte mir die Arme rasieren!“

*Meine Freundin heißt nicht wirklich Sadie, aber sie ist wirklich eine Freundin von mir. Ich werde in diesem Buch immer wieder echte Geschichten über echte Mädchen erzählen – **NICHTS AUSGEDACHTES** – aber meistens werde ich nicht ihren richtigen Namen benutzen.

Diese Mädchen waren gemein zu ihr! Ihr Arme sahen überhaupt nicht haarig aus, aber sie musste **die ganze Zeit** darüber nachdenken, **JEDEN TAG**. Sie dachte, sie wäre hässlich, dabei war sie das gar nicht! Sie hatte angefangen, eine Lüge zu glauben. Wenn Du oben etwas auf der linken Seite eingekreist hast, hast **Du** vielleicht das gleiche Problem wie Sadie:

DU BIST ANGELOGEN WORDEN.

Es fühlt sich schlimm an, wenn wir angelogen werden. Aber wusstest Du, dass wir uns schlimm fühlen, **auch wenn wir gar nicht wissen, dass wir belogen wurden?** Meine Freundin **FÜHLTE** sich hässlich, wusste aber nicht, dass es eine Lüge war. Sie dachte, es wäre die Wahrheit! Es ist normal, dass man sich manchmal traurig, hässlich, allein, doof, komisch oder sonst irgendwie schlecht fühlt. Aber wenn diese Gefühle **die ganze Zeit** an uns kleben, **JEDEN TAG**, ist das nicht gut. Ich nenne diese Gefühle, die nie weggehen, „klebrige“ Gefühle.

Der Teufel will, dass Du Dich schlecht fühlst. Wenn Du oben etwas auf der linken Seite im Quiz eingekreist hast, dann erlebst Du etwas, was der Teufel geplant hat. Er möchte Dir Freude, Frieden und andere gute Dinge rauben. Aber Jesus will etwas ganz anderes für Dich. Sieh Dir mal diesen Bibelvers an. Er sagt uns etwas, was Jesus seinen Nachfolgern gesagt hat. Er will, dass wir das auch wissen und verstehen.

„Der [Teufel] kommt nur, um zu stehlen, zu töten und zu verderben; ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es im Überfluss haben.“
(Johannes 10,10 – Schlachter 2000)

Wahrheitsperle

„Klebrige“ Gefühle verstehen

Wenn Du aus Versehen einen heißen Topf berührst und Dir eine Verbrennung holst, sagt Dir Deine Haut: „Mach das nicht!“ Und wenn Du eine weiche, kuschelige Decke berührst, sagt Dir Deine Haut: „Ja, mach das!“ Sie hilft Dir zu verstehen, was für Deinen Körper sicher ist und was nicht. Deine Gefühle oder Emotionen sind so etwas wie die Haut deines Herzens (der Teil in Deinem Inneren, in dem Deine Gefühle leben, nicht das Organ, das Blut durch Deinen Körper pumpt).

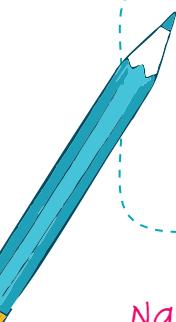
Auf eine ganz ähnliche Weise können Deine Gefühle Dein Herz beschützen. Wenn es unter Gottes Kontrolle ist und Du Gottes Wahrheit benutzt, um Deine Gefühle zu steuern und auf sie zu reagieren, sind sie gute Werkzeuge von Gott.

Wenn Du zum Beispiel viel Zeit mit einer Freundin verbringst, die viel lügt, sagen Dir Deine Gefühle: „Das fühlt sich nicht gut an! Zieh Dich von dieser Person zurück.“ Wenn Du eine Freundin findest, die treu ist, sagen Dir Deine Gefühle: „Ja, das fühlt sich gut an! Verbring noch mehr Zeit mit ihr!“ Deine Gefühle helfen Dir zu wissen, was für Dein Herz sicher und was unsicher ist.

Ein wichtiges Zeichen dafür, dass Deine Gefühle richtig funktionieren, ist, dass sie kommen und gehen. Sie machen ihren Job und warten dann so lange, bis Du sie wieder brauchst. Sie „kleben“ nicht. Du fühlst sie nicht **die ganze Zeit, JEDEN TAG**. Gott hat die guten **und** die schlechten Gefühle gemacht, und sie können beide nützlich sein, wenn Du Gottes Wahrheit benutzt, um auf sie zu reagieren. Hast Du aber ein schlechtes Gefühl und Du weißt nicht warum, oder es geht einfach nie weg und Du fühlst es **die ganze Zeit, JEDEN TAG**, dann ist das ein „klebrig“ Gefühl. Es könnte der Beweis dafür sein, dass Du eine Lüge glaubst!

Wenn Du in meinem Quiz die meisten Begriffe auf der rechten Seite eingekreist hast, erlebst Du, was Jesus für Dich geplant hat: Leben im **Überfluss!**
Welche Seite der Liste beschreibt, wie Du Dich **MEISTENS** fühlst?
(Das kannst Du herausfinden, indem Du vergleichst, auf welcher Seite Du mehr eingekreist hast.)

Schreib hier Deine Antwort hin:



Nancys Notizen werden ab und zu im Buch auftauchen. Das sind Dinge, mit denen Nancy mich beim Schreiben dieses Buches ermutigt hat, oder Dinge, die sie in *Lügen, die wir Frauen glauben* geschrieben hat.

Die „Jakobus 5“-Challenge

Vor einer langen Zeit las ich meine Bibel, als mir zwei Verse* besonders ins Auge sprangen. Sie sagen mir (und Dir), dass wir aufpassen sollen, wenn jemand „von der Wahrheit abirrt“, und dass wir uns gegenseitig helfen sollen, nicht auf Lügen hereinzufallen. * Jakobus 5,19-20

Diese Verse waren für mich Gottes Herausforderung, *Lügen, die wir Frauen glauben* für eure Mamas und Omas zu schreiben. Ich hoffe, dass sie Dich auch herausfordern! Wir müssen einander helfen, den Unterschied zwischen der Wahrheit und einer Lüge herauszufinden, weil uns unsere Gefühle verwirren können.

Wie dem auch sei, dieses Buch ist für Dich!

Die ganze Mädchenwelt verheddert sich immer wieder mal in ihren Gefühlen und glaubt **manchmal** Lügen. Wenn Du eine Menge schlechter Gefühle hast, wird Dir dieses Buch dabei helfen, die Wahrheit zu finden, die Dich zufrieden macht. Wenn Du Dich meistens gut fühlst, wird Dir das Buch helfen, dass das so bleibt.

Bist Du bereit?
Lass uns loslegen!



Darf ich vorstellen? Das ist Zoey! Ihr Name bedeutet „Leben“! Sie wird uns begleiten, wenn wir diese „klebrigen“ Gefühle, die Lügen, die dadurch aufgedeckt werden und Gottes Wahrheit erforschen. Und wir werden mit der allerersten Frau anfangen, die die allererste Lüge geglaubt hat.

Also, worauf wartest Du noch?
Los geht's!

Teil
I

Wahrheit ...
oder Probleme!





Eine Schlange erzählte die erste Lüge

(Woher kommen Lügen?)

Also ... ein paar von meinen Freundinnen haben die neusten Apps auf ihrem Handy, aber meine Eltern sagen, dass ich die nicht brauche. Aber ... ich hab ein eigenes Tablet. Ich könnte mir die Apps einfach runterladen, aber ich weiß nicht ... Soll ich? Ich meine, ich hab eine Freundin, die es gemacht hat, ohne es ihren Eltern zu erzählen ... und die wissen es immer noch nicht! Wäre es eine Lüge, wenn ich es mache aber ihnen einfach nichts davon sage?



Zoey hat ein Problem! Wenn sie eine App runterlädt, die ihre Eltern ihr klar verboten haben, würde sie nur noch mehr Probleme schaffen. Sie würde eine **Lüge LEBEN**, auch wenn sie keine **Lüge ERZÄHLT**. Immer, wenn wir jemanden betrügen wollen, lügen wir. Heute untersuchen wir, wie viele Probleme unsere „klebrigen“ Gefühle uns bescheren können, wenn wir wegen ihnen eine Lüge glauben! Nimm Deine Farbstifte zur Hand. Es ist Zeit, dass wir unsere Untersuchung anfangen und Adam und Eva kennen lernen – und eine Schlange.

Lüge

„eine falsche Aussage mit der Absicht, zu täuschen; eine inakkurate Aussage“



Eine Schlange erzählte die erste Lüge

Lies jetzt diese Bibelverse, und dann helfe ich Dir, sie zur genauen Betrachtung zu markieren.

Und die Schlange war listiger als alle Tiere des Feldes,

die Gott der HERR gemacht hatte;

und sie sprach zu der Frau: Hat Gott wirklich gesagt:

Ihr sollt nicht essen von jedem Baum des Gartens?

Und die Frau sprach zu der Schlange:

Von der Frucht der Bäume des Gartens essen wir;

aber von der Frucht des Baumes,

der in der Mitte des Gartens ist, hat Gott gesagt:

Davon sollt ihr nicht essen und sie nicht anrühren,

damit ihr nicht sterbt.

Und die Schlange sprach zu der Frau:

Ihr werdet durchaus nicht sterben,

sondern Gott weiß, dass an dem Tag,

da ihr davon esst, eure Augen aufgetan werden

und ihr sein werdet wie Gott, erkennend Gutes und Böses.

Und die Frau sah, dass der Baum gut zur Speise

und dass er eine Lust für die Augen

und dass der Baum begehrenswert wäre,

um Einsicht zu geben;

und sie nahm von seiner Frucht und aß,

und sie gab auch ihrem Mann bei ihr, und er aß.

Da wurden ihnen beiden die Augen aufgetan,

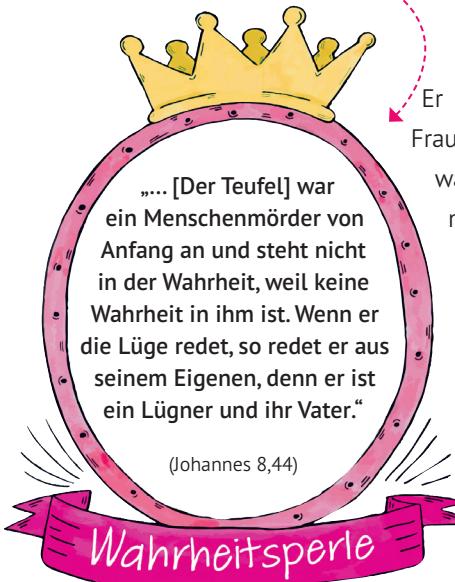
und sie erkannten, dass sie nackt waren;

und sie hefteten Feigenblätter zusammen

und machten sich Schurze. (1. Mose 3,1-7)

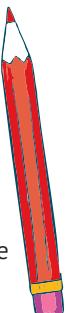
Die Frau glaubt die Lüge

Die erste Lüge wurde nicht einfach von irgendeiner Schlange erzählt. Diese Schlange war Satan, der Teufel, als Schlange verkleidet. Die Bibel sagt uns, dass er der „Vater der Lügen“ ist.



Er erzählte diese erste Lüge der ersten Frau, die jemals gelebt hat: Eva. Aber Satan war nicht der Einzige, der bei der Lüge mitmachte. **Eva hörte der Lüge zu.**

Nimm einen **ROten Stift** und **unterstreiche oben den ERSTEN Satz doppelt, in dem die Schlange die ERSTE Lüge erzählte.** Wir haben ihn schon einmal für Dich unterstrichen – zeichne einfach noch die zweite Linie dazu.



Die erste Lüge war eine Halbwahrheit. Gott hatte Adam gesagt, dass es **nur einen einzigen Baum** im Garten gab, von dem sie nicht essen durften, aber **aaaaaaalle anderen** waren für sie ein Festessen. Der Teufel versuchte jedoch, Eva **das Gefühl zu geben**, als ob Gott gesagt hätte, dass sie **keine** der Früchte essen dürften! Eva hätte sofort aufhören sollen, mit dieser Schlange zu reden! Aber das tat sie nicht!





Stattdessen **ging Eva an, gedanklich bei der Lüge zu verweilen.** Verweilen ist in etwa so, wie wenn wir „klebrige“ Gefühle haben und über etwas **die ganze Zeit, JEDEN TAG** nachdenken.

Nimm einen **ORANGEN Stift** und unterstreiche die ersten Worte, die Eva zur Schlange sagt, doppelt. Das fängt an mit: „Von der Frucht der Bäume des Gartens essen wir ...“

Evas Grübeln wurde zu einer Ausrede. Sie wusste, dass das, was die Schlange gesagt hatte, nicht ganz richtig war. Aber sie versuchte, die Sache zu erklären und hat sich in große Schwierigkeiten gebracht! Dann packte die Schlange die große Lüge aus: „**Ihr werdet durchaus nicht sterben ...**“



Unterstreiche diesen Satz auf Seite 19 doppelt mit ROT, um die Worte der Schlange hervorzuheben. Das war das zweite Mal, dass die Schlange Eva angelogen hatte. Das war auch der Moment, in dem Evas Gefühle die Kontrolle übernahmen.

Vielleicht **fühlte** sie sich verwirrt.

„**Moment mal ... hat Adam falsch verstanden, was Gott ihm gesagt hat?!**“

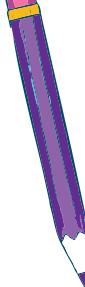
Oder vielleicht **fühlte** sie sich rebellisch.

„**Wenn Gott so ist, dann will ich seinen Regeln nicht folgen!**“

Oder vielleicht **fühlte** sie sich verängstigt.

„**O nein! Was ist, wenn Gott gar nicht so gut ist, wie wir denken?**“

Wir wissen nicht, was Eva dachte oder fühlte, aber wir können sehen, dass sie zuließ, dass ihre Gefühle sie kontrollierten. Dann passierte etwas wirklich Schlimmes: **Eva ging an, die Lüge zu glauben.** Sie stellte Gottes Wahrheit in Frage!



Blättere noch mal zurück auf die Seite 19. Nimm Deinen LILA Stift und unterstreiche die Worte doppelt, die uns zeigen, dass Eva anfing, die Lüge zu glauben:

„Und die Frau sah,
dass der Baum gut zur Speise und
dass er eine Lust für
die Augen und dass der Baum
begehrenswert wäre,
um Einsicht zu geben ...“



Gott wusste, dass Adam und Eva sterben würden, wenn sie von der Frucht essen würden, und wollte sie schützen. Darum wollte er nicht, dass sie davon essen.

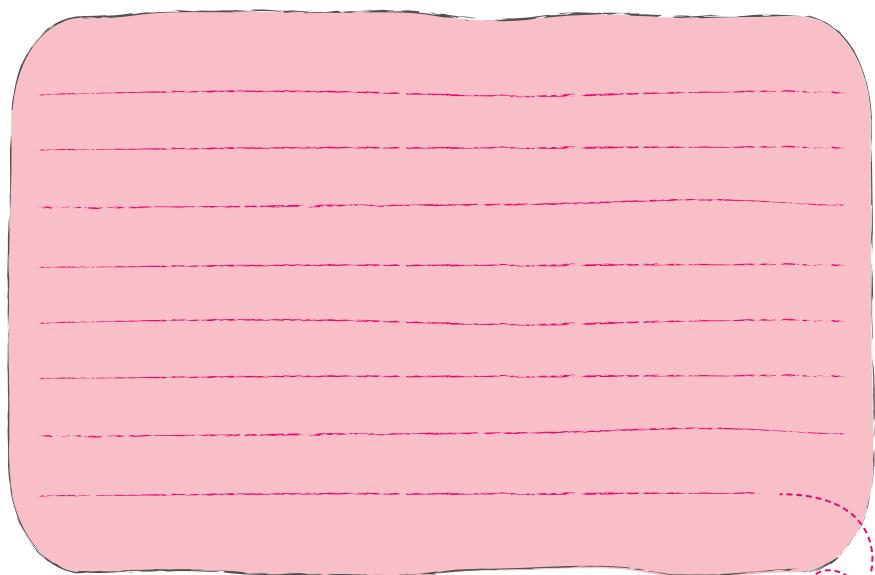
Wusstest Du, dass uns der Teufel heute immer noch anlügen? Er verkleidet sich nicht mehr als Schlange, aber er zieht sich immer noch so an, dass wir ihn nicht mehr erkennen können. Das hier sind einige der Kostüme, in denen er heute auftritt:

- **Werbungen und Anzeigen**, die uns sagen, dass wir hübscher sind, wenn wir diese Jeans oder den Lipgloss dieser Marke kaufen.
- **Freunde**, die uns zu Dingen überreden wollen, von denen unsere Eltern nicht wollen, dass wir sie tun; zum Beispiel einen Film zu schauen, den wir nicht sehen sollen.
- **Lehrer oder Trainer**, die scheinbar viel wissen, aber etwas anderes sagen als das, was die Bibel lehrt.
- **Unsere Wünsche**, die uns sagen, dass wir eine bestimmte Beziehung brauchen, um glücklich zu sein; zum Beispiel eine beliebte Freundin oder einen festen Freund.
- **Unsere Kultur**, die uns verrückte Sachen sagt. Zum Beispiel, dass wir bestimmte Apps haben MÜSSEN, um Freunde zu haben.

Oh, das erinnert mich an Zoey! Ich frage mich, ob sie die App auf ihr Tablet laden wird oder nicht. Genauso wie Gott Regeln für die Bäumen im Garten hatte, haben Zoey's Eltern Regeln für soziale Netzwerke. Willst Du wissen, was ich denke? Ich glaube, Zoey's Eltern sind ziemlich schlau!

Die meisten Apps für soziale Netzwerke schlagen ein Mindestalter vor - meistens 13 Jahre, aber manchmal auch 17 Jahre oder mehr. Warum? Weil diese Apps ganz schön verrückte Sachen mit unseren Gefühlen anstellen können! Sie können eine Menge „klebriger“ Gefühle verursachen, durch die Mädchen sich traurig, hässlich oder gestresst fühlen und Angst bekommen, etwas zu verpassen.

Glaubst Du, Zoey sollte sich die App runterladen? Was würdest Du sagen, wenn Du ihre Freundin wärst? **Schreib Deine Gedanken unten auf.**



Lass uns im nächsten Kapitel herausfinden, wie Zoey sich entscheidet!





Eine Frau wollte eine Frucht haben

(Woher bekommen Lügen ihre Macht?)

Ich hab's gemacht. Ich kann es selbst nicht glauben, aber ich hab's gemacht. Ich habe die App heruntergeladen und meine Eltern haben keinen blassen Schimmer! Jetzt kann ich immer mit meinen Freundinnen schreiben. Letzte Nacht bin ich deswegen superlange wach gewesen. Endlich hab ich ein Leben!



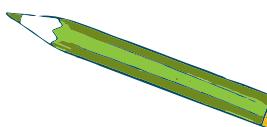
O Zoey! Ich hatte gehofft, Du würdest Dich dagegen entscheiden. Du warst gerade Deinen Eltern **volle Kanne** ungehorsam! Und selbst die Macher der App würden Dir sagen, dass Du zu jung dafür bist! Natürlich fühlt es sich gut an, mit Deinen Freundinnen in Kontakt zu kommen, aber Du wirst deswegen sehr bald in Schwierigkeiten stecken. Du hast Dich ziemlich genauso verhalten wie Eva, als die Schlange sie angelogen hat. Lass uns zu 1. Mose zurückgehen und uns eine wichtige Frage stellen!



Was wollte der Teufel von Eva?

Als Satan die erste Lüge erzählte, wollte er, dass Eva dement sprechend **handelte**.

Nimm Dir einen **GRÜNEN** Stift. Schau Dir noch mal 1. Mose 3,1-7 auf den Seiten 18-19 an. Unterstreiche diese Worte doppelt:



„Sie nahm von seiner Frucht und aß,
und sie gab auch ihrem Mann bei ihr,
und er aß.“

Kreise jedes Mal das Wort „aß“ ein.

Okay, füll diese Lücken aus:

Satan wollte Eva dazu bringen, ein Stück Frucht zu

_____ ,
von dem Gott gesagt hatte, dass sie nicht davon

_____ sollte.*

Leider hat Eva von der Frucht gegessen (und Adam auch!). **Eva handelte aufgrund der Lüge!** Sie sündigte, indem sie etwas tat, was gegen Gottes Gebot war.

Bis heute lügt uns der Teufel immer noch an. Er hat nur ein Ziel: Er will, dass wir handeln. Er will, dass wir sündigen.

Sünde

„Tun, was nach Gottes Regeln falsch ist und nicht tun, was richtig ist. (vgl. 1.Johannes 3,4)“



*Die Lösung für diese beiden Lücken ist „essen“!

Damit kommen wir zu einem wichtigen Punkt: Lügen haben ohne unsere Hilfe keine Kraft. Eva entschied sich dafür, auf vier verschiedene Weisen mit dem Satan zusammenzuarbeiten.



Wie Eva mit dem Satan zusammenarbeitete:

- 1 Sie hörte sich Satans Lügen an.
- 2 Sie verweilte gedanklich bei Satans Lügen.
- 3 Sie glaubte Satans Lügen.
- 4 Sie handelte aufgrund von Satans Lügen.

Wir wollen diese vier Punkte genauer untersuchen. Wir werden uns Evas Situation noch mal anschauen und überlegen, wo wir das Gleiche machen wie sie, um bei Lügen mitzuarbeiten.

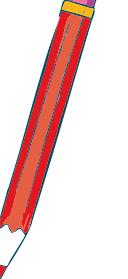


Evas erster Fehler war es, der Schlange so nahe zu kommen, dass sie auf die Lüge hören konnte. Sie hätte sich nie so nah bei diesem Baum aufhalten sollen!

Nimm Deinen **ROten** Stift und schlag die Seite 18 auf. Zeichne einen Kasten um die Worte: „und sie sprach zu der Frau ...“ Zeichne eine Linie von dieser Box zum Rand und schreib daneben: „Eva hörte auf die Lüge.“ So wie hier:

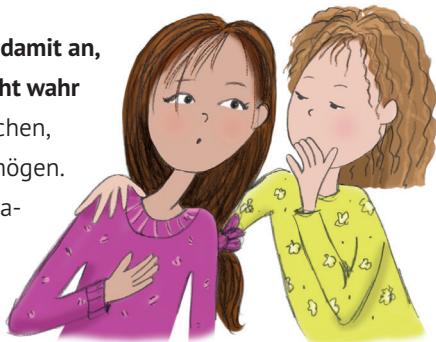
Eva hörte auf
die Lüge

und sie sprach zu der Frau ...



Natürlich werden wir nie eine Schlange sprechen hören! Aber das heißt nicht, dass wir nicht auf Lügen hören. Satan benutzt andere Dinge, um uns anzulügen – Freunde, berühmte Leute, Musik, das Fernsehen oder soziale Netzwerke. Nimm Zoey als Beispiel. Sie verbrachte Zeit mit einer Freundin, die ihr sagte: „Du **brauchst** diese App!“ Und Zoey hat auf sie gehört.

**Eine Lüge zu glauben, fängt immer damit an,
einfach auf etwas zu hören, was nicht wahr
ist.** Du musst es nicht anfassen, machen,
dem zustimmen oder es auch nur mögen.
Du musst nur nah genug sein, um da-
rauf zu **hören. (Mach das nicht!)**



2

Wir arbeiten mit,
indem wir gedanklich bei
Lügen verweilen.

Nachdem Eva die Lüge gehört
hatte, fing sie an, in Gedanken dabei
zu verweilen.



Nimm Deinen **ORANGEN** Stift und zeichne einen Kasten um die Worte: „Davon sollt ihr nicht essen und sie nicht anrühren, damit ihr nicht sterbt.“ Zeichne als Nächstes eine Linie von der Box zum Rand und schreib: „Eva verweilte bei der Lüge.“

Denk dran: Gedanklich bei etwas zu verweilen bedeutet, über etwas **die ganze Zeit, JEDEN TAG** nachzudenken. Das ist es, was Eva tat. Und deshalb veränderte sie das, was Gott gesagt hatte. **Er hatte nicht gesagt, dass sie die Frucht nicht berühren dürften.** Eva hat das hinzugefügt. Wenn wir anfangen, auf Lügen zu hören, dann machen wir Gottes Gebote manchmal härter als sie sind, oder wir verändern sie ein bisschen. **Und** – und das ist am allerwichtigsten – wir vergessen, dass sie uns schützen. Zoey fing an, bei den Regeln zu verweilen, die ihre Eltern zu ihrem Schutz aufgestellt hatten. Sie dachte nur noch über den **einen** Weg nach, auf dem sie **nicht** mit ihren Freundinnen Kontakt haben konnte, anstatt an die ganzen Möglichkeiten zu denken, die sie **hatte**.

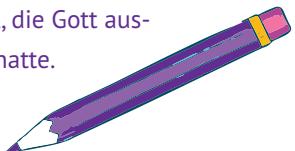


Sie fühlte sich allein und von ihren Freundinnen getrennt. Wenn wir zu viel über die Dinge nachdenken, die wir haben wollen, aber nicht haben können, hängen unsere Gefühle manchmal an uns wie festgeklebt, anstatt zu kommen und zu gehen, wie sie es normalerweise tun. Vielleicht denken wir an einen Film, den wir besser nicht schauen sollten, oder an eine teure Jeans. Vielleicht ist es auch

etwas Gutes, wie eine Eins in der Schule zubekommen, aber wir denken zu viel darüber nach. Es passiert schnell, dass wir an all die Sachen denken, die wir nicht haben, aber es ist nicht okay, wenn wir das **die ganze Zeit, JEDEN TAG** tun.



Indem sie auf Satans Lügen hörte und bei ihnen verweilte, fing Eva an, die Lügen zu glauben, anstelle der Wahrheit, die Gott ausgesprochen hatte.



Nimm Deinen **LILA** Stift und zeichne einen Kasten um die Worte, die lila unterstrichen sind. Zeichne als nächstes eine Linie von der Box zum Rand und schreib: „Eva glaubte die Lüge.“



Eine Lüge, die Eva geglaubt hat:

„Mein Leben wird mit dieser Frucht besser sein!“

Das stimmte überhaupt nicht. Ihr Leben war nicht besser! Stattdessen nahm ihr die Frucht das Leben weg. Eva ist nicht direkt **körperlich** gestorben, als sie zum ersten Mal sündigte, aber sie starb **geistlich**. Und ihr Körper fing sofort an, langsam zu altern und würde auch irgendwann sterben. Noch dazu schämten sie und Adam sich sofort. Sie versuchten, sich vor Gott zu verstecken, indem sie große Feigenblätter aneinandernähten, um ihre nackten Körper zu bedecken.



Genau wie Eva müssen wir alle uns zwischen Gottes Wahrheit und Satans Lügen entscheiden. Es gibt nichts dazwischen. Und in fast jeder Situation glauben wir diese Lüge:

„Mein Leben wird mit _____ besser sein!“

Trag in die Lücke etwas ein, was Dich manchmal in Versuchung führt.

Wir wissen alle, was Zoey hinschreiben würde: **die App!** Zoey glaubte die Lüge, dass ihr Leben damit besser sein würde. Aber das stimmt nicht, wie Du bald sehen wirst.



Nimm Deinen **GRÜNEN** Stift und schau Dir 1. Mose 3,1-7 auf den Seiten 18-19 noch ein letztes Mal an. Zeichne einen Kasten um die grün unterstrichenen Wörter. Zieh eine Linie zum Rand und schreib: „Eva handelte aufgrund der Lüge.“

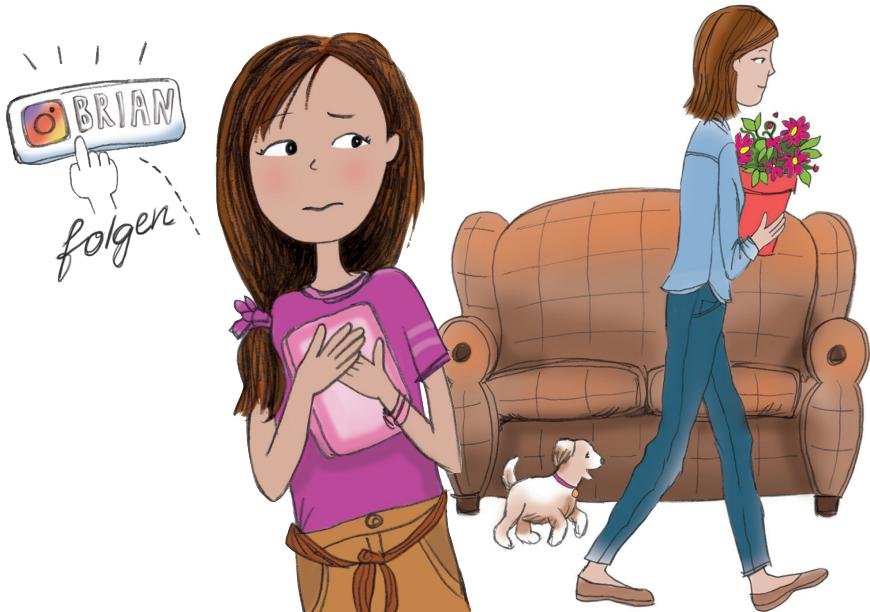


Jede Sünde beginnt damit, eine Lüge zu glauben.

Das ist genau das, was Zoey passiert ist. Sie wurde zu einem Mädchen, das unbedingt im sozialen Netzwerk dabei sein wollte. Und dann sündigte sie. Sie war ihrer Mama und ihrem Papa ungehorsam, als sie die App runtergeladen hat. Lass uns nachsehen, wie es ihr geht.



Zoey genießt das Leben nicht so sehr, wie sie es sich vorgestellt hatte. Sie fühlt sich schuldig. Und sie muss sich immer vor ihrer Mama verstecken! Sie hat **die ganze Zeit, JEDEN TAG** Angst, dass sie erwischt wird.



In dem Moment, in dem wir eine Lüge glauben und daraufhin handeln, erleben wir die schlechten Konsequenzen unserer Taten. Wir haben mehr schlechte Gedanken und Gefühle. Satans größtes Ziel ist unsere Zerstörung und unser Tod. Aber bis dahin gefällt es ihm einfach, wenn wir uns **mies** fühlen. Wenn Du nicht aufpasst, kann es Dir gehen wie Zoey. Obwohl sie nur unsere erfundene Freundin ist, ist ihre **Geschichte nicht ausgedacht**. Es ist eine echte Geschichte, die ein 10-jähriges Mädchen und ihre Mama mir erzählt haben. Die Geschichte hat in ihrer Beziehung für eine Menge Tränen und Schwierigkeiten gesorgt.

Es kann sein, dass Apps für Dich gar keine Schwierigkeiten darstellen! Aber vielleicht gibt es etwas, was Du so sehr haben möchtest, dass Du Gefahr läufst, auf eine Lüge hin zu handeln.

Konsequenz
„die Folge einer bestimmten Handlung oder Situation“

Vielleicht wirst Du irgendwann ...

etwas stehlen, was Du Dir nicht leisten kannst.

Vielleicht wirst Du irgendwann ...

in einer Klassenarbeit schummeln, um eine Eins zu bekommen.

Vielleicht wirst Du irgendwann ...

eine Freundin anlügen, wegen einer Sache, die Du getan hast.

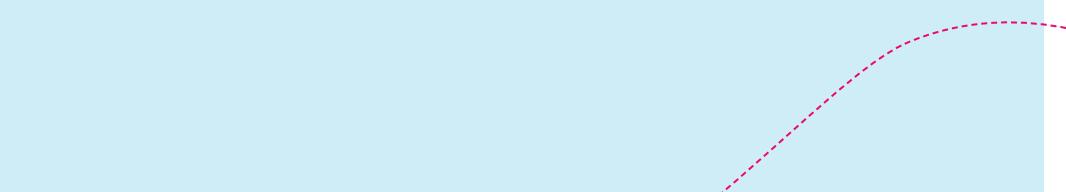
Vielleicht wirst Du irgendwann ...

gemeine Dinge zu Deinen Geschwistern sagen.



Sündiges Verhalten kann in unserem Leben zu einem Muster werden. Dann sind wir in **Gefangenschaft** – wir fühlen uns kontrolliert von Sachen, von denen wir dachten, dass sie uns glücklich und frei machen. So fühlte sich Zoey auch: gefangen!







Jesus ist die Wahrheit

(Wer kann Dich frei machen?)

Kapitel
3

Ich bin der schlimmste Mensch auf dem Planeten und ich fühl mich soooooo allein. Meine Eltern haben mir mein Tablet weggenommen. Wahrscheinlich darf ich in keine sozialen Netzwerke mehr rein, bis ich **20** bin oder so! Ich flipp aus! Sicher vertrauen mir meine Eltern nie wieder. Von meiner Mama fühl ich mich total weit weg. Und mir ist das *so* peinlich, dass ich morgen gar nicht zur Schule gehen will. Meine Freundinnen werden mich bestimmt fragen: „**Warum bist du nicht online?**“ Das wird einfach der schlimmste Tag aller Zeiten.



Hast Du Dich wegen Deiner Sünde schon mal gefühlt, als wärst Du schlechter als andere Leute, so wie Zoey? Vielleicht bist Du wegen Deiner Sünde zwar nicht traurig, aber die Strafe dafür ist Dir peinlich. Da bist Du nicht allein. Mir ging das früher auch so.

Ich habe schon viele Sachen ausprobiert, um mich besser zu fühlen, wenn ich sündige oder erwischt werde. Zum Beispiel verstecke ich mich zu Hause oder gehe Leuten aus dem Weg. Aber das bringt das Gefühl in meinem Inneren

nicht wieder in Ordnung. Das Einzige, was mir jemals wirklich geholfen hat, ist Gottes Wahrheit. Also lass uns ernsthaft daran arbeiten, die Wahrheit zu verstehen.

Die Definition von Wahrheit

Hier ist eine wichtige Definition von Wahrheit:

Vielleicht fragst Du jetzt: „Okay, ähm ... was ist denn ein ‚Standard oder Original‘?“ Für manche Dinge ist das ganz einfach. Wenn Du und Deine Freundinnen beispielsweise eine Wiese anschauen, wird keiner von euch sagen, dass das Gras lila ist. Denn wir alle kennen den Standard oder das Original, um Farben zu erkennen: den Farbkreis. Und wir wissen auch, dass gesundes, bewässertes Gras meistens grün ist. Alle sind sich einig, dass das stimmt, weil wir einen Standard haben, um Farben zu erkennen. *Kinderleicht!*

Aber was ist der Standard oder das Original, das uns hilft, die Wahrheit über uns oder unser Verhalten herauszufinden? Deine Gefühle könnten Dich dazu führen, solche Fragen zu stellen:

Wahrheit:
„das Übereinstimmen mit einem Standard oder Original“

Die Angst könnte Dich zum Nachdenken bringen:

„Stimmt es, dass es furchtbar wird, wenn ich meine Periode kriege?“

Nach einem Streit mit Deinen Eltern könntest Du Dich fragen:

„Stimmt es, dass meine Eltern mich nicht verstehen und es auch nie tun werden?“

Vielleicht fühlst Du Dich unwohl bei der Frage:

„Stimmt es, dass es komisch ist, mit meiner Mama über Jungs zu reden?“

Du brauchst einen Standard oder ein Original, das Dir bei der Entscheidung hilft, was bei diesen und anderen schwierigen Fragen richtig ist. Lass mich Dir den Weg zeigen!

Jesus Christus ist die Wahrheit



Jesus ist der Standard und das Original. Er ist die Quelle der Wahrheit über uns und darüber, wie wir handeln sollen. Er hat gesagt:

Er ist die Definition von Wahrheit. Wenn Du ihn fragst, wird er Dir die Wahrheit enthüllen. Das macht er meistens durch das geschriebene Wort Gottes – die Bibel! Einer von Jesus' Namen ist sogar „das Wort“ (*Johannes 1,14*). In der Bibel finden wir Verse, die beschreiben, **wer Du bist** und **wie Du Dich verhalten solltest!**

Wir können das an unserer Freundin Zoey ausprobieren. Sie fühlt sich gefangen von einer Menge „klebriger“ Gefühle. Nachdem sie ihren Eltern ungehorsam war, hat sie angefangen, mehr Lügen über sich selbst zu glauben. Lass uns ihr helfen. Sie wird uns sagen, was sie wegen ihrer „klebrigen“ Gefühle glaubt. Dann werde ich ihr mit einigen Bibelversen einen Rat geben, denn sie enthalten die Wahrheit. Und dann werde ich Dich bitten, aufzuschreiben, was Du zu ihr sagen könntest.



Hey, Zoey! Alles wird gut,
wir sind für Dich da!

Wirklich?

Zoey: Ich bin der schlimmste Mensch auf dem Planeten und ich fühl mich so allein.

Dannah: In *Römer 3,23* steht, dass wir alle sündigen, Zoey.

Da bist Du **NICHT** allein und es stimmt nicht, dass Du der schlimmste Mensch auf dem Planeten bist. Du bist genau wie alle anderen. Ich wünschte, Du hättest Dir diese App nicht heruntergeladen, aber Du wirst Dich nicht besser fühlen, wenn Du noch eine Lüge glaubst.



Was würdest Du Zoey sagen?



Zoey: Mir ist das so peinlich. Morgen wird der schlimmste Tag aller Zeiten.

Dannah: *Matthäus 6,34* sagt uns, dass sich Gott um morgen kümmert. Warum nimmst Du Dir nicht die Zeit, zu beten und Gott zu bitten, sich um den Tag zu kümmern? Es stimmt, dass Du Deinen Freunden begegnen wirst und ihnen sagen musst, dass Du Dein Tablet abgegeben hast. Aber es ist das Beste, wenn Du mit dem, was passiert, Gott vertraust.

Was würdest Du Zoey sagen?

Jetzt hast Du die Wahrheit gehört,
Zoey – wie fühlst Du Dich?



Ich fühl mich echt besser. Ich denke, es stimmt, dass alle sündigen. Und es fühlt sich richtig gut an, die Sache abzugeben und Gott sich darum kümmern zu lassen, wie der Tag morgen wird!

Zoey hat zwei von den Lügen, die sie geglaubt hat, erkannt und sie durch Wahrheit ersetzt. Anstatt sich gefangen zu fühlen, fängt sie an, sich frei zu fühlen.

Die Wahrheit macht Dich frei

Genau wie es schlechte Folgen hat, Lügen zu glauben, hat es gute Folgen, wenn wir der Wahrheit glauben.

Als Zoey die Wahrheit hört, fühlt sie sich besser. Es wird ein bisschen dauern, ihr Tablet und das Vertrauen ihrer Eltern wieder-zubekommen, aber sie fühlt sich schon nicht mehr so gefangen. So funktioniert das mit der Wahrheit.

Natürlich wäre es besser gewesen, wenn Zoey die Lügen nie glaubt und nicht daraufhin gehandelt hätte. Ich möchte, dass Du in Freiheit lebst und Dich nicht von Deinen Gefühlen, Lügen und der Sünde gefangen fühlst. Deshalb habe ich ein Wahrheits-Labor für Dich erstellt. Darin wirst Du üben, Lügen zu erkennen und sie mit Wahrheit zu ersetzen. Ich kann es kaum erwarten, Dir zu zeigen, wie das geht. **Lass uns loslegen!**



„... die Wahrheit wird euch freien.“
(Johannes 8,32)

Wahrheitsperle



Teil
2

Lügen,
die Mädchen glauben
und die Wahrheit,
die sie frei macht

(Dein Wahrheits-Labor)



Auf gaaaaaaaaar
keinen Fall will ich so was
noch mal durchmachen. Diese Lü-
gen zu glauben hat zum miesesten,
schlimmsten Tag meines ganzen Lebens
geführt. Ich will nie wieder im Leben
eine Lüge glauben. Ich mag es
nicht, wie ich mich dann fühle.



Ich mag es auch nicht, wie es mir
durch die Lügen geht, Zoey. Denk

dran: Sogar die sogenannten **SCHLECHTEN** Gefühle
können etwas Gutes sein. Sie sind Signale deines Her-
zens, die Dich warnen, dass etwas nicht stimmt. Gott
benutzt diese Gefühle, um uns etwas mitzuteilen. Wenn
wir nicht wissen, was wir mit ihnen anfangen sollen
oder wenn die Gefühle an uns kleben und nie weggehen,
dann stimmt vielleicht etwas nicht. Aber manchmal kann es schwierig sein,
herauszufinden, **WAS** nicht stimmt. Immerhin ist das Ding mit den Lügen
ja, dass sie schwierig und verwirrend sein können. Deswegen habe ich ein
WAHRHEITS-LABOR für Dich und andere Mädchen wie Dich erstellt!

Manchmal, wenn ein Problem gelöst werden muss, beschäftigen sich schlaue
Leute damit, in einem Labor Informationen zu erforschen. Sie versuchen
dann, über etwas die Wahrheit herauszufinden: Wie unsere Körper heilen,
zum Beispiel. Das Rätsel, wie man in einem Raumschiff zum Mond fliegen
kann. Oder wie Tiere auf Training reagieren. Diese Leute entdecken Wahr-
heiten und bewahren sie für uns und für die Menschen in der Zukunft auf.

Wir müssen Wahrheiten entdecken und bewahren, die uns mit unseren Problemen helfen! Und es gibt so viele Lügen, die uns verwirren, dass wir einen Ort brauchen, um die Wahrheit zu ordnen und festzuhalten. Sonst könnte sie für immer verloren gehen. Deshalb: Willkommen im Wahrheits-Labor!

Hier haben mein Team und ich wichtige Wahrheiten für Dich zusammengestellt. Wir haben auch die **20 häufigsten Lügen** entdeckt, die Mädchen wie Du glauben, und haben sie deutlich **als Lügen markiert**.

Wie wir unser Wahrheits-Labor gebaut haben

Es war gar nicht so leicht, aus den wichtigsten Wahrheiten die 20 auszusuchen, die Mädchen in Deinem Alter brauchen. Und es war auch nicht leicht, die Lügen herauszufinden, die Mädchen am häufigsten glauben. Wir haben es folgendermaßen gemacht:

Als Erstes bin ich in elf Städte gereist, um Mamas von Mädchen in Deinem Alter zu treffen. Sie haben mir geholfen, die wichtigsten Wahrheiten zu finden, die Du brauchst und auch zu erkennen, wo sich die Lügen **vielleicht** verstecken. Aber wir mussten auf Nummer sicher gehen!

Also haben wir **als Nächstes** Mädchen wie Dich gebeten, einige wichtige Fragen zu beantworten. Ich war sehr glücklich, dass 1531 Mädchen geantwortet haben.

👉 **DAS ERGEBNIS:** Wir haben **20** Lügen aufgedeckt, die Mädchen am häufigsten glauben. Und wir haben die Wahrheit gefunden, die sie brauchen, um diese Lügen zu besiegen. Lass uns ins Wahrheits-Labor gehen und die Wahrheit entdecken, die Mädchen wie Dich frei machen kann.





Kapitel 4

Wahrheiten und Lügen über Gott

Ich bin froh, dass der ganze Kram mit der App vorbei ist. Seitdem ihr mir geholfen habt, über die Wahrheit nachzudenken, fühle ich mich auch besser. Aber ich habe eine Frage: Ist Gott wütend auf mich? Ich weiß, dass er mich liebt ... aber es fühlt sich so an als wäre er weit weg, wegen dem, was ich gemacht habe. Hat er mich auch lieb, wenn ich etwas Böses tue?



An dieser Stelle können wir weiter in der Bibel nach der Wahrheit graben, die uns Mädchen frei macht. Zoey fragt sich, ob Gott sie liebt, selbst nachdem sie sündigt. Hast Du Dich das auch schon mal gefragt? Diese erste Wahrheit ist für uns alle eine gute Nachricht.

Wahrheit Nr. 1



Egal was passiert:
Gott liebt Dich
immer.

92% aller Mädchen sind sich sicher, dass Gott sie liebt. ↗

Es ist toll, dass so viele Mädchen glauben, dass Gott sie liebt. Aber die Wahrheit ist noch besser. Ganz egal, was geschieht: Gott liebt 100% der Menschen *immer, zu jeder Zeit*. Das schließt Dich mit ein! Gott liebt Dich! Sogar sehr! Die Bibel sagt uns diese Wahrheit immer und immer wieder. Einer meiner Lieblingsverse ist *Jesaja 43,4*, in dem auch die einfachen Worte „Ich hab dich lieb“ stehen. Trotzdem ist mir aufgefallen, dass viele Mädchen diese Wahrheit nur schwer glauben können, wenn sie etwas Böses getan haben und zum Beispiel ihren Eltern ungehorsam sind oder in einer Klassenarbeit schummeln.

Manchmal erzählen ihre Gefühle ihnen eine Lüge über Gottes Liebe.



Hast Du diese Lüge schon einmal geglaubt? Ich glaube, das haben die meisten von uns irgendwann im Leben schon mal. Sünde macht es uns schwer, Gottes Liebe zu **fühlen**, obwohl sie immer noch da ist. Sich Gott nah zu fühlen, nachdem man gesündigt hat, ist wie wenn man versucht, bei schlechtem WLAN eine Folge 5 *Geschwister*

übers Internet zu hören. Die Verbindung ist da, aber irgendetwas stört sie. Die Sünde macht es uns schwer, eine klare Verbindung zu Gott zu haben. (Das erkläre ich in einem anderen Kapitel noch genauer.)

Aber Gott ist immer noch da. Und er liebt Dich immer noch! Ja, er ist traurig, wenn Du sündigst, und Sünde hat immer Konsequenzen. Das bedeutet aber nicht, dass Gott Dich nicht liebt. Lass uns mal schauen, was unser Wahrheits-Labor aus Gottes Wort parat hält.



Gott ist von Deiner Sünde nicht überrascht. Er weiß **ALLES**. Ganz egal, was Du getan hast oder wie sehr Du etwas vermasselt hast, Gott liebt Dich immer noch und wird Dir vergeben.

Ich habe das besser verstehen können, als ich Mutter geworden bin. Einmal, als mein Sohn noch klein war, hat er mich um ein Glas Wasser gebeten. Dann hat er mir versichert, **nicht** mit der Kerze im Nebenraum gespielt zu haben. **Das hörte sich irgendwie komisch an!** (Und dann konnte ich auch schon Rauch riechen.)

Zum Glück hatte nur der Rand einer Decke Feuer gefangen und ich konnte es schnell löschen. Weißt Du was? Selbst als ich ihn von seinem eigenen Fehler rettete, liebte ich ihn genauso wie vorher und nicht weniger. Ich habe das Feuer sogar ausgemacht, **weil ich ihn liebe**. Ich wollte ihn beschützen. Wie viel mehr liebt Gott Dich, in all seiner Perfektion? Er liebt Dich, wenn Du Dich gut benimmst **und** wenn Du Dich schlecht benimmst.

**„Wir können nichts tun, damit Gott uns mehr liebt ...
wir können nichts tun, damit Gott uns weniger liebt.“**

Philip Yancey

Wahrheit Nr. 2



Gott ist alles,
was Du
brauchst!

Gott ist alles, was Du brauchst, weil er Dich liebt und Dich mit allem anderen versorgt, was Du wirklich brauchst. Eva hat dieser wunderbaren Wahrheit nicht geglaubt. Stattdessen glaubte sie:

„Mein Leben wäre besser, wenn ich nur einen Bissen von dieser Frucht hätte!“

Damals begegnete sie einer Lüge,
die heute immer noch einige
Mädchen glauben.



„Gott allein
reicht nicht aus.“

Heute sagen Mädchen Dinge wie:

- „Mein Leben wäre besser, wenn ich **NUR EINSEN** in der Schule hätte!“
- „Mein Leben wäre besser, wenn ich ein **HAUSTIER** hätte!“
- „Mein Leben wäre besser, wenn ich eine **FREUNDIN** hätte!“

Fast jedes Mädchen hat die letzte Lüge schon mal geglaubt.

Mädchen, mit denen ich gesprochen habe, sagten mir

Dinge wie: „**Das Wichtigste an einer Gemeinde sind**

gute Freundinnen.“ Oder: „**Wir haben uns diese Ge-**

meinde ausgesucht, weil ich da Freunde habe.“ Was

sie eigentlich damit sagen, ist: „**Gott allein reicht**

nicht aus. Ich brauche auch eine Freundin.“

Meine Freundinnen helfen mir, näher zu Gott

hinzuwachsen und gute Entscheidungen zu

treffen. Ich hoffe, Deine tun das auch. Aber

unsere Freundinnen sollten nicht wichtiger

sein als Gott. Sieh Dir diesen Bibelvers aus

unserem Wahrheits-Labor an:

„Mein Gott aber
wird euch alles
Nötige geben nach
seinem Reichtum in
Herrlichkeit ...“
(Philipper 4,19)

Wahrheitsperle

Es ist nicht falsch, Freundinnen zu haben, oder einen schönen Urlaub mit der Familie, oder eine schicke Hose. Manchmal **sind** das tolle Ergänzungen in unserem Leben. Aber keins von diesen Dingen ist so gut oder nützlich wie Gott. Er ist derjenige, der uns alles gibt – unsere Freundschaften, unsere Intelligenz, die Haustiere, die wir so gernhaben, das Geld für Klamotten, und noch mehr.

Meine Freundin Jenna Jones ist 10 Jahre alt. Sie kommt aus Amerika, ist aber in Berlin aufgewachsen, wo ihre Eltern Missionare sind. Sie hat diese wichtige Wahrheit so erfahren:



Jenna Jones, Berlin, Deutschland

„Zum allerersten Mal kam ich nach Amerika, um für ein Jahr dort zu leben. Ich hatte richtig Angst. Ich dachte mir: „Ich will gar nicht gehen. Ich werde gar keine Freunde haben.““

Ihre Familie kam in den Sommerferien nach Amerika und Jenna **entschied** sich, zu versuchen, auch ohne Freundinnen glücklich zu sein. Als die Wochen vergingen, erlebte sie eine bessere Freundschaft mit Jesus. Sie wusste gar nicht, was für ein guter Freund er sein konnte. Sie fing an zu glauben, dass sie alles schaffen könnte, wenn Gott nur an ihrer Seite wäre. Und dazu zählte auch, ohne Freunde auf eine neue Schule zu gehen.

Der erste Schultag kam. Der Vormittag war schwer. Freunde begrüßten sich und erzählten sich Geschichten aus den Ferien. Den ganzen Morgen über versuchte Jenna, sich auf die Schularbeit zu konzentrieren und bat Gott immer wieder still um Hilfe. Sie konnte es gar nicht glauben, aber sie fühlte sich okay. Was sie da noch nicht wusste, war, dass Gott ein Geschenk für sie bereithielt. „*In der Mittagspause habe ich mich mit vielen angefreundet und Fußball gespielt.*“

Sie glaubt, dass Gott ihr diese Freunde gegeben hat. Er kann manchmal auf Arten und Weisen Freundschaften möglich machen, die wir uns nie erträumt hätten. Gott will die wichtigste Person in Deinem Leben sein. Und – pass jetzt gut auf – er will auch, dass Du weißt, dass Du zufrieden und sogar glücklich

sein kannst, wenn er Dir etwas nicht gibt, was Du gerne hättest. Jenna war den ganzen Sommer über und sogar am ersten Schultag zufrieden, obwohl sie noch keine Freunde hatte. Gott möchte, dass Du die Wahrheit kennst, dass er allein **genug** ist.

Gott + Du
= genug!

Wahrheit Nr. 3



Du bist ein Christ, wenn Du an Jesus glaubst und ihn als Deinen Retter angenommen hast.

Mir ist etwas Trauriges aufgefallen, als ich die 1531 Antworten auf meine Fragen über Wahrheiten und Lügen durchgesehen habe. 22% der Mädchen, die sagen, dass sie Christen sind, verstehen nicht, wie man einer wird.

Diese Mädchen sagen Dinge wie:

- Ich bin ein Christ, weil ich in eine Gemeinde gehe.
- Ich bin ein Christ, weil Mama und Papa Christen sind.
- Ich bin ein Christ, weil ich schon immer einer war.

Oh, oh! Wir haben ein großes Problem. Hier lauert eine Lüge, und sie versteckt sich hinter vielen verschiedenen Dingen.



In die Gemeinde zu gehen kann toll sein, aber es macht Dich nicht zu einem Christen. Gläubige Eltern zu haben ist großartig, aber das macht Dich auch nicht zu einem Christen. Und nein, niemand „war schon immer einer“.

Wie wird man denn ein Christ?

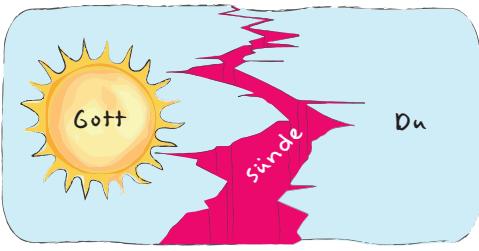
Ich bin froh, dass Du fragst. Gott liebt uns so sehr, dass er seinen Sohn Jesus geschickt hat, damit er am Kreuz für uns stirbt. So drückt die Bibel es aus:



Warum starb Jesus für uns?
Er starb wegen unserer Sünden.

Wir haben schon über Sünde gesprochen, aber lass es uns kurz wiederholen. Wenn wir Gott ungehorsam sind oder uns entscheiden, das Falsche zu tun, sündigen wir. Wenn wir gemein sind, lügen oder schummeln, sind das alles Beispiele von Sünde. Die Bibel sagt, dass jeder Mensch, der je auf der Erde gelebt hat, ein Sünder ist. Das schließt auch Dich und mich mit ein.

Sünde trennt uns von Gott. Und die Bibel sagt, dass die Strafe für Sünde der Tod ist. **ABER GOTT LIEBT UNS**, deswegen sandte er seinen Sohn Jesus, um am Kreuz zu sterben. Die frohe Botschaft ist, dass Jesus nicht tot geblieben ist. Er ist wiederauferstanden, mit der Macht, unsere Sünden zu vergeben. Und er bietet uns dieses Geschenk seiner Errettung an. Sünde trennt Dich von Gott.



Ich weiß nicht, ob es Dir anders geht, aber ich habe noch nie ein Geschenk bekommen, für das ich nicht die Hand ausstrecken musste, um es anzunehmen. Man nimmt Gottes Geschenk der Errettung an, indem man an Jesus **glaubt** und ihn als seinen Retter **annimmt**.

An Jesus glauben bedeutet:

- ♥ Jesus zu vertrauen,
- ♥ zu wissen, dass Jesus Gottes Sohn ist,
- ♥ zu wissen, dass Jesus Dich von Deinen Sünden rettet,
- ♥ Jesus die Kontrolle über Dein Leben geben zu wollen.

Glaubst Du an Jesus?

Wenn ja, bist Du bereit, Jesus als Deinen Retter anzunehmen. Das bedeutet, dass Du Jesus *bittest*, in Dir zu leben und die Kontrolle über Dein Leben zu haben. In Römer 10,9 steht, „dass, wenn du mit deinem Mund Jesus als Herrn bekennst und in deinem Herzen glaubst, dass Gott ihn aus den Toten auferweckt hat, du errettet werden wirst.“ Hast Du Jesus schon angenommen, indem Du ihn gebeten hast, Deine Sünden zu vergeben? Wenn nicht, würdest Du jetzt dieses Gebet sprechen?



Lieber Herr, ich bekenne dir, dass ich ein Sünder bin. Ich danke dir, dass du Jesus geschickt hast, damit er am Kreuz für meine Sünden stirbt. Ich bitte dich, dass du mir meine Sünden vergibst. Ich lade dich ein, in mein Leben zu kommen und mein Herr zu sein. Danke, dass du mich errettet hast.
In Jesu Namen, Amen.



Hast Du so ein Gebet gerade zum ersten Mal gebetet?

Wenn ja, schreib unten das Datum auf.

Der Tag, an dem ich Christ wurde:

Herzlichen Glückwunsch! Erzähl es am besten Deiner Mama oder Deinem Gemeindeleiter. Sie werden sich sehr freuen!

Ich hoffe, die Person, der Du es erzählst, ist auch ein Christ und kann Dir helfen, im Glauben zu wachsen. Denk dran: Du hast gerade Jesus die Kontrolle für Dein Leben übergeben. Das heißt, dass man ihm gehorcht und tut, worum er bittet. Das Gebet zu beten ist nur der erste Schritt, ein Christ zu sein. Jetzt soll Dein Leben so gelebt werden, dass andere sehen, dass Du Dich verändert hast. Bitte diese Person um Hilfe, damit Du weißt, wie man im Glauben wächst.

Am Ende von jedem Kapitel werde ich Dich an die Themen erinnern, die wir uns im Wahrheitslabor angeschaut haben. Dann bekommst Du die Gelegenheit, Zoey zu helfen, indem Du ihr einen Rat gibst. Zum Schluss kannst Du ein paar Fragen beantworten, die Dir helfen, die Wahrheit zu **Dir** selbst zu sagen.



Zieh Deinen Laborkittel an

Nimm Deine Stifte zur Hand.

Nun bist Du an der Reihe, in unserem Wahrheits-Labor zu arbeiten.

Die Lüge

Gott liebt mich nur, wenn ich brav bin.

Gott allein reicht nicht aus.

Ich bin ein Christ, weil

Die Wahrheit

- Gott liebt Dich die ganze Zeit, jeden Tag.
(Jesaja 43,4)
- Gott liebt Dich, obwohl Du sündigst.
(Römer 5,8)

- Gott ist alles, was Du brauchst.
(Psalm 23,1)

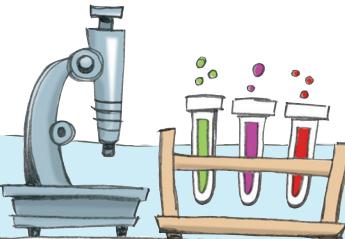
- Gott versorgt Dich mit allem, was Du brauchst.
(Philipper 4,19)

- Jesus will Dein bester Freund sein.
(Johannes 15,15)

- Du wirst ein Christ, wenn Du glaubst, dass Jesus Gottes Sohn ist, der für Deine Sünden gestorben ist ...
(Johannes 3,16)

- ... und ihn bittest, in Dir zu leben und die Kontrolle über Dein Leben zu haben.
(Römer 10,9)

Wahrheits-Labor
rückblick





Mir selbst die Wahrheit sagen

Du bist an der Reihe, die Autorin zu sein!

- Hast Du irgendeine dieser Lügen über Gott geglaubt? Setz ein X über jede der **LÜGEN** in diesem Kapitel, die Du geglaubt hast.
- Über welche Wahrheit solltest Du dann **die ganze Zeit, JEDEN TAG** nachdenken? Schau Dir **DIE WAHRHEIT** an, die wir zusammen entdeckt haben. Kreise ein, was Dir persönlich wichtig erscheint und wobei Du verweilen willst.
- Fang an, **die ganze Zeit, JEDEN TAG** über die Wahrheit nachzudenken. Du kannst anfangen, indem Du unten ein Gebet an Gott aufschreibst, oder einen hilfreichen Vers aus der Bibel oder Ideen, die Du nicht vergessen willst.

Zoey helfen, die Wahrheit zu glauben

Es ist Zeit, Zoey einen Rat zu geben!

Zoey fühlt sich ganz weit weg von Gott, weil sie ihre Eltern ? ? ? angelogen hat. Nach dem, was Du in diesem Kapitel gelernt hast – ist Gott wirklich so weit weg, wie Zoey denkt? Was kann sie tun, um sich ihren Eltern näher zu fühlen?

