



# Wie kann ich Gottes Liebe und Vergebung erfahren?

Wie erhalte ich Vergebung? Wie wird mein Schuldproblem gelöst?

## Unsere Fragen für heute:

- Wodurch entsteht Schuld?
- Wieso gibt es Schuldgefühle ohne wirkliche Schuld?
- Warum ist Befreiung von Schuld notwendig für unser Lebensglück?
- Welcher Weg ist der beste, um mit Schuld fertig zu werden?

## Lieber Andreas!\*

**Was bewirkt Vergebung?** Dr. Jack Winslow, Leiter einer Nervenheilanstalt in England, sagt: „Ich könnte die Hälfte meiner Patienten morgen entlassen, wenn Vergebung für sie zu einer Gewissheit werden könnte.“<sup>1</sup> In Sprechstunden wird immer wieder deutlich: Schuld ist ein krankmachender Faktor. Die Fachleute gehen davon aus, dass bis zu 80 Prozent aller

Erkrankungen seelische Ursachen haben. Es ist eine Tatsache: psychische Erkrankungen nehmen stark zu.

## Ich? – Schuld?

„Habe ich überhaupt Schuld? Bei mir ist doch alles in Ordnung.“ Die Bibel sagt: *„Der Mensch hält alles, was er tut, für einwandfrei; Gott aber prüft die Beweggründe.“* (Sprüche 21,1 GN)

**Durch das Prüfen unserer Situation können wir nur gewinnen.**

Mit welchen Gefühlen und Empfindungen denken wir an Schuld? Schuld kann uns sehr belasten. Wir können Angst haben, dass Dinge ans Tageslicht kommen, die uns unangenehm sind. Ja, Schuld kann uns wirklich Angst machen, sie kann unsere Gesundheit, unser Lebensglück, ja, unser Leben zerstören. Aber wir dürfen Mut fassen. **Jede Schuld kann von uns genommen werden.** Gott sagt: *„Wenn eure Sünde auch blutrot ist, soll sie doch schneeweiß werden.“* (Jesaja 1,18 LU)

<sup>1</sup> J.E. Adams, Grundlagen biblischer Lebensberatung (Brunnen-Verlag) S. 191

Jeder darf wissen: Ich kann durch Gottes Gnade frei werden, weil Jesus versprochen hat: „Wenn der Sohn Gottes euch frei macht, dann seid ihr wirklich frei.“ (Johannes 8,36 GN) Das kann heute, jetzt, geschehen in einem Gebet. Einige Gebetsvorschläge sind eingefügt. Über allem wollen wir daran denken: Jesus ist Sieger. Er will auch Dir den Sieg schenken.

### Gottes Wunsch für unser Leben

Viele Menschen tragen Lasten mit sich z. B.: Schuld, Verletzungen, Suchtbindungen, okkulte Belastungen. Das schadet der Gesundheit, dem Wohlbefinden und oft auch den zwischenmenschlichen Beziehungen. Das ist nicht der Wille Gottes für uns. Jesus sagt: „Ich bin gekommen, damit sie Leben haben und es in Fülle haben.“ (Johannes 10,10b KÜ) Dazu gehört:

1. Dass ich keine Last aus der Vergangenheit trage. Jesus sagt: „Kommt doch zu mir; ich will euch die Last abnehmen.“ (Matthäus 11, 28b GNÜ) Gott will uns in seiner Liebe die Lasten abnehmen. Wir dürfen ohne Altlasten leben.
2. Dass ich mir keine Sorgen um die Zukunft mache. „Ladet alle eure Sorgen auf ihn [Gott] ab, denn er sorgt für euch.“ (1. Petrus 5,7 GN) Gott ist bereit, für uns zu sorgen.

3. Dass ich in der Gegenwart, heute, in Freundschaft mit ihm lebe, ausgerüstet mit seiner Kraft. „Quält euch nicht mit Gedanken an morgen; der morgige Tag wird für sich selber sorgen. Ihr habt genug zu tragen an der Last von heute.“ (Matthäus 6,34 GN); „Ich bitte ihn [Gott], dass er euch aus dem Reichtum seiner Herrlichkeit beschenkt und euch durch seinen Geist innerlich stark macht.“ (Epheser 3,16 GN)

Wir betrachten später ein Beispiel von schwerer Schuld. Der Betreffende hat sehr unter seiner Schuld gelitten. Er wurde dann auf einen Schlag davon frei und war gewiss, dass ihm vergeben worden war.

Schuld ist dem Krebs ähnlich. Der Krebs – Schuld – kann sich unmerklich entwickeln oder auch heftige Schmerzen verursachen. Er bildet auch Tochtergeschwülste, Metastasen. Aber es gibt einen wunderbaren Arzt. Jesus ist der große Arzt, der auch mit dem Krebs – Schuld – fertig wird. Er sagt uns: „Wenn der Sohn Gottes euch frei macht, dann seid ihr wirklich frei.“ (Johannes 8,36 GNÜ) Jesus ist Sieger über jede Not!

#### Verwendete Bibelübersetzungen:

- GNÜ** Die Gute Nachricht und GNB Gute Nachricht Bibel, Deutsche Bibelgesellschaft und Kath. Bibelwerk e.V., Stuttgart  
**LU** Luther Übersetzung 1972, Österreichische Bibelgesellschaft  
**Hfa** Hoffnung für alle, Fontis-Brunnen-Basel  
**PAT** Pattloch-Verlag, Aschaffenburg

## Was ist Sünde? Wodurch entsteht Schuld?

Die Bibel sagt: „*Sünde ist Übertretung des Gesetzes*“ (1. Johannes 3,4 LU) d. h. Ungehorsam. Das Gesetz Gottes, die Zehn Gebote, steht auch hinter vielen menschlichen Anordnungen (Staat, Eltern, u. a.). Bei Übertretung entsteht Schuld. Dabei spielt es keine Rolle, ob jemand Gott und die Bibel anerkennt oder nicht. Denn modern gesprochen: Wir sind entsprechend programmiert. Die Bibel spricht von Sünde auch als „Rebellion“, „Auflehnung“ oder „Zielverfehlung“. Weitere biblische Begriffe für Sünde sind „Unglaube“, „Misstrauen“ oder auch „vom rechten Weg abkommen“. Schuld ist die *Folge* von Sünde.

Ein Problem ist, dass man sich an Sünde gewöhnen kann wie an schlechte Luft. Man merkt sie nicht mehr. Daher denken viele: Ich bin kein Sünder, ich bin ein ordentlicher Mensch! Die Bibel sagt jedoch: „*Wenn wir sagen, dass wir keine Sünde haben, so betrügen wir uns selbst, und die Wahrheit ist nicht in uns.*“ (1. Johannes 1,8 PAT) Ja, wir sind alle ohne Ausnahme Sünder.<sup>2</sup>

## Was unterscheidet Sünde und Schuld?

„Sünde liegt in der Vergangenheit. Irgendwann haben wir uns verkehrt verhalten, ein Unrecht begangen ... und uns damit einer Sünde schuldig gemacht. **Wie lange dauert eine Sünde?** Wie lange dauert ein Diebstahl, ein Ehebruch oder das Kartenlegen? Das dauert wenige Minuten, evtl. eine Stunde; auf jeden Fall ist die Zeitspanne einer sündigen Handlung verhältnismäßig kurz.

**Wie lange dauert die Schuld?** Schuld ist gegenwärtig – wir leiden unter den Folgen und Auswirkungen unserer Sünde – oft ein ganzes Leben lang. Was uns erdrückt, ist nicht so sehr die Sünde, die verkehrte Handlung, die innerhalb kürzester Zeit geschehen ist – wir leiden intensiv an den Folgen unserer Sünde, wir leiden an der Schuld, an der Belastung. Die gute Nachricht lautet: Jesus Christus vergibt nicht nur die Sünde – ihn hat meine Sünde „erdrückt“, es hat ihn das Leben gekostet. Jesus allein ist in der Lage, auch die Schuld in meinem Leben aufzuheben.“<sup>3</sup>

## Wodurch kann Schuld entstehen?

› Jesus zeigt uns, dass der Kern der Sünde darin besteht, „*dass sie mir nicht vertrauen*“ (Johannes 16,9 GN) d. h. die Kernsünde ist es, unabhängig von Gott zu leben. Gott will uns vor der Sünde bewahren. (1. Johannes 5, 18) Aus dem Leben ohne Gott – also ohne volle Hingabe an ihn und Ausrüstung mit seiner Kraft – folgen die sündigen Gedanken, Haltungen und Taten. Viele vertrauen Jesus Christus aus Unkenntnis nicht oder weil sie falsche Vorstellungen von ihm haben. Ich hatte bezüglich der Hingabe an Gott auch ein Problem, bis mir aufging, dass Gott Liebe ist. Dann habe ich ihm sofort mein ganzes Leben voll anvertraut. Heute danke ich für Jahrzehnte seiner wunderbaren Führung.

<sup>3</sup> Kurt Hasel, *Zauber des Aberglaubens*, 17. deutsche erweiterte Auflage 2007, (NewStartCenter, Raich) S. 74

<sup>2</sup> Nach Kurt Hasel „Mit Gott fernsehen“, Drei Schritte zum Himmel, (Ravensburg 1965)

- › Weiter entsteht Schuld durch Unrecht tun – also aktiv unrechtes Tun.
- › Schuld entsteht durch Unterlassung des Richtigen – also passiv durch Unterlassung.
- › Schuld entsteht durch falsche Reaktion. Das heißt: Ich antworte auf Unrecht, das ich erlebe oder von dem ich meine, dass es Unrecht ist, durch Unrecht, das ich jetzt dem anderen tue nach dem Motto: Wie Du mir, so ich dir.
- › Schuld entsteht auch durch Nichtvergeben von erlittenem Unrecht. Jesus sagte im „Vater-unser“: *„Vergib uns unsere Schuld, wie wir auch jedem verzeihen, der uns Unrecht getan hat.“* (Matthäus 6,12 GN) *„Aber wenn ihr betet, dann sollt ihr euren Mitmenschen verzeihen, falls ihr etwas gegen sie habt, damit euer Vater im Himmel euch eure Verfehlungen auch vergibt.“* (Markus 11,25 GN) Darüber will ich Dir das nächste Mal schreiben.<sup>4</sup> Vielleicht wartet jemand auf Deine Vergebung. Möglicherweise sogar nahe Angehörige.

### Was sind Schuldgefühle?

Ein Schuldgefühl ist ein Warnsignal. Das Signal macht mich aufmerksam: Prüfe die Lage!

Es gibt echte und falsche Schuldgefühle. Die echten sind eine Folge der Übertretung der

Gebote Gottes: Hier gehen Schuld und Schuldgefühl Hand in Hand. Es gibt auch Schuldgefühle ohne echte Schuld. Es gab z. B. ein Kirchengebot, dass man am Freitag kein Fleisch essen darf. Viele, die es dennoch taten, hatten Schuldgefühle. Aber echte Schuld lag dabei gar nicht vor, da kein Gebot Gottes übertreten wurde.

Befreiung von Schuld und Schuldgefühlen ist notwendig für unsere Gesundheit, unser Lebensglück und unsere Beziehungen.

### Welche Wege gehen wir, um mit Schuld und Schuldgefühlen fertig zu werden?

#### **Ansicht ändern:**

Mancher versucht sich von Schuld und Schuldgefühlen zu befreien, indem er seine Ansicht über das, was richtig und falsch ist, ändert. Wir sind sicher alle aufgewachsen mit der Überzeugung, dass es unrecht ist zu lügen. Nun kann man sich einreden, dass lügen unter gewissen Umständen vielleicht notwendig sei. Es kann sein, dass die Schuldgefühle dadurch verschwinden. Wohin verschwinden sie? In unser Unterbewusstsein. Dort wirken sie dann zerstörend fort. Wenn wir das öfter machen, werden wir einen hohen Preis bezahlen, weil wir die Orientierung in unserem Leben verlieren. Dieser Weg bringt keine echte Befreiung.

Eine Ausnahme wäre es, wenn meinem Verhalten wirklich eine falsche Ansicht zugrunde läge. Im religiösen Bereich gibt es viele Schuldgefühle ohne echte Schuld aufgrund von Menschengeboten. Beispiel: In einer Religion ist geboten, fünfmal am Tag zu bestimmten

<sup>4</sup> Andreasbrief 17: Hast Du etwas gegen jemanden? Vergebung gewähren – Verzeihen befreit beide

Zeiten zu beten. Nur wenige schaffen das. Wer es nicht schafft, fühlt sich schuldig, obwohl keine wirkliche Schuld vorliegt, denn es gibt kein entsprechendes Gottesgebot.

Wir können Schuldgefühle haben aufgrund unserer Erziehung, weil unsere Eltern vielleicht den Unterschied zwischen Gottesgeboten und Menschengeboten nicht beachtetten. Das zeigt uns einmal von einer ganz anderen Seite, wie wichtig es ist, dass wir uns nur an Gottes Wort orientieren. Menschengebote belasten unser Leben. Jesus sagt: *„Ihr ganzer Gottesdienst ist sinnlos, denn sie lehren nur Gebote, die sich Menschen ausgedacht haben.“* (Markus 7,7 GN)

Gott hat niemandem erlaubt, seinen Geboten etwas hinzuzufügen oder etwas davon wegzutun. *„Ich bezeuge jedem, der die prophetischen Worte dieses Buches hört: Wenn einer ihnen etwas hinzufügt, über den wird Gott all die Plagen bringen, von denen geschrieben ist in diesem Buche. Und wenn einer etwas wegnimmt von den Worten dieses prophetischen Buches, dem wird Gott seinen Anteil wegnehmen am Baum des Lebens und an der Heiligen Stadt, wovon geschrieben ist in diesem Buche.“* (Offenbarung 22,18.19 PAT) Gottes Gebote sind vernünftig und Ausdruck seiner Liebe. In ihnen haben wir einen guten, den echten und den richtigen Maßstab für unser Leben.

### **Verdrängen:**

Ein anderer Weg, den viele beschreiten, um mit Schuld fertig zu werden, ist, sie zu verdrängen. Das bedeutet, dass wir unser Gewissen abstumpfen oder ignorieren. Es kann sein, dass auf diese Weise das Schuldgefühl verschwindet. Aber die Schuld bleibt und wirkt im Unterbewusstsein. Sie kann zum Vorschein kommen

als Angst, als Magengeschwür, als hoher Blutdruck, als Ess- und Trinksucht. Dabei erkennt man die wirkliche Ursache dieser Probleme in der Regel nicht mehr, denn man hat sie mit scheinbarem Erfolg verdrängt, und so ist vorerst Heilung, das heißt die Beseitigung der emotionalen und körperlichen Störungen, nicht möglich.

Was noch geschieht: Die Warnanlage, mein Gewissen, das mir meldet, wo ich schuldig werde, erleidet Schaden. Das bedeutet, das Kontrollsystem für Wahrheit und Irrtum in meinem Leben wird gestört oder zerstört. Damit ist meine Entwicklung zu einem reifen verantwortlichen Menschen unterbrochen oder gestört.

Man kann das Warnsignal ausschalten durch Nichtbeachten, Übertönen, Betäuben; man kann es auch ausschalten durch Flucht in Vergnügen oder Arbeit oder auch selbstlosen Dienst.

### **Abbüßen:**

Ein anderer Lösungsweg für Schuld, den mancher versucht, ist es, die Schuld durch Abbüßen zu beseitigen. Mancher hofft von Schuld frei zu werden, indem er sich einer Strafe unterzieht oder büßende Leistungen vollbringt. Auch auf diesem Weg bleibt die Schuld. Angenommen, jemand hat Dir € 100,- gestohlen. Nun drückt ihn das Gewissen. Daher gibt er eine Spende an das Rote Kreuz. Ist damit die Sache erledigt? Wärest Du als der Bestohlene mit dieser Lösung zufrieden? Ist damit die Schuld weg? Nein! Es ist notwendig, dem Bestohlenen die

€ 100,- zurückzugeben. Das ist ein Teil der Befreiung von dieser Schuld. Meine Schuld ist erst dann ganz beseitigt, wenn das gestörte Vertrauensverhältnis zu dem Bestohlenen durch ein offenes Gespräch und den Beweis meiner Vertrauenswürdigkeit wiederhergestellt wird. Schuld hat mit der Zerstörung von Vertrauen zu tun. Schuld ist äußerlich die Übertretung eines Gesetzes, aber in Wirklichkeit ist es ein Schuldigwerden an Personen. Es ist ein Schuldigwerden an der Liebe zu Gott und zum Nächsten.

Das Bekennen und die Vergebung haben mit der Wiederherstellung des Vertrauens zu tun. Wir kommen auf diesen Punkt noch zurück.

### **Abschieben:**

Ein weiterer Weg ist das Abschieben. Ich war einige Zeit nebenher in der Gefangenenseelsorge tätig. Ich betreute einzelne Häftlinge in einem Hochsicherheitsgefängnis. In einer solchen Einrichtung sind nur „schwere Jungs“. Was mich erstaunte: Fast alle hielten sich für unschuldig. Sie schoben die Schuld auf Vater, Mutter, Firma oder den Staat. Das Problem ist: Wenn wir nicht die Verantwortung für unser Tun übernehmen, werden wir nicht frei von Schuld.

Viele versuchen ihre Schuld und Schuldgefühle los zu werden, indem sie anderen die Schuld geben. Das ist ein alter Weg. Schon Adam und Eva haben ihn beschritten. Das Abschieben auf andere scheint ein leichter Weg zu sein,

sich der eigenen Verantwortung zu entziehen. Vielleicht sind unsere Schuldgefühle weg. Aber die Schuld bleibt, und sie vergrößert sich sogar durch das zusätzliche Unrecht, jemand anderen zu beschuldigen. Die Folgen stellen sich ein im Charakter, in der Gesundheit, in den zwischenmenschlichen Beziehungen.

**Wir fassen zusammen:** Diese Wege führen nur zu Scheinlösungen. Denn die Schuld bleibt und wirkt sich im Charakter und in unserem Leben aus wie Krebs. Viele Menschen sind halb krank und halb gesund. Nicht beseitigte Schuld kann daran einen Anteil haben. Ich bin sehr dankbar, dass ein Arzt, Dr. Winfried Müller, uns – eine Gruppe von Seelsorgern – auf diese wichtigen Zusammenhänge aufmerksam gemacht hat. Die Psychologen haben das Problem Schuld und seine Folgen deutlich erkannt. Die Wissenschaft hat aber keine echte Lösung dafür.

### **Wie sieht der echte Weg zur Befreiung von Schuld aus?**

König David hatte Ehebruch mit Bathseba begangen. Sie wurde schwanger. Um die Folgen zu verbergen, fädelte er raffiniert einen Mord an Uria, ihrem Ehemann, ein. Der Plan gelang.

David drückte sich um das Bekennen seiner Schuld. Er schildert, wie es ihm in dieser Zeit ging:

*„Freuen dürfen sich alle, denen Gott ihr Unrecht vergeben und ihre Verfehlungen zugedeckt hat! Freuen darf sich jeder, dem die Schuld vom Herrn nicht angerechnet wird und dessen Leben frei von Falschheit ist!“*

*Herr, erst wollte ich meine Schuld verschweigen; doch davon wurde ich so krank, dass ich von früh bis spät nur stöhnen konnte. Ich spürte deine Hand bei Tag und Nacht; sie drückte mich zu Boden, ließ meine Lebenskraft entschwinden wie in der schlimmsten Sommerdürre. Darum entschloss ich mich, dir meine Verfehlungen zu bekennen. Was ich getan hatte, gestand ich dir; ich verschwieg dir meine Schuld nicht länger. Und du – du hast mir alles vergeben!“*  
(Psalm 32,1-5, GN)

In diesen Versen ist der echte Weg der Befreiung beschrieben. David bekannte seine Schuld. Zentnerlasten fielen von ihm ab. Wer Schuld trägt, darf wissen, dass Gottes liebevolle Vergebung auch für ihn bereit steht ohne Wartezeit. Denn Gottes Wort sagt uns: *„Ich habe eure ganze Schuld vergeben; sie ist verschwunden wie der Nebel vor der Sonne. Wendet euch zu mir, denn ich werde euch befreien.“* (Jesaja 44,22 GN)

David konnte erst von seiner Last befreit werden, als er die Verantwortung für seine Sünde übernahm. Das sollten wir auf jeden Fall auch tun. Wir sollten keine Zeit verlieren, sie mit Gottes Hilfe in Ordnung zu bringen und frei zu werden. Sollten wir da Schwierigkeiten haben, dann dürfen wir im Gebet um Hilfe bitten. Beachte: *„Wenn wir behaupten, nie schuldig geworden zu sein, machen wir Gott zum Lügner, und sein Wort lebt nicht in uns.“* (1. Johannes 1,10 GN) Wir können beten:

## Gebet für das Übernehmen der Verantwortung

Bitte bete die folgenden Gebete laut. Wir können uns dadurch viel besser konzentrieren. Die Textangaben in Klammern brauchen wir nicht in unser Gebet mit hineinzunehmen. Darf ich dies für alle Gebete vorschlagen?

Großer Gott, ich stelle fest, dass ich nur zögernd meine Schuld eingestehe. Ich erkenne, dass mein Zögern ein Fehlverhalten ist, und ich bekenne es Dir als Sünde. Es tut mir leid. Ich glaube, dass Du mir dies vergeben kannst und willst. Ich bitte Dich daher aufgrund Deiner Verheißung „Wenn der Sohn Gottes euch frei macht, dann seid ihr wirklich frei“ (Johannes 8,36 GN), dass Du mir jetzt das Zögern vergibst und wegnimmst. Ich glaube, dass Du es tun kannst und willst. Habe Lob und Dank, dass Du es getan hast. Ich bitte Dich: hilf mir jetzt, ein ehrliches Bekenntnis ohne Einschränkung abzulegen. Dein Wort sagt, „ihr könnt es, denn Gott gibt euch nicht nur den guten Willen, sondern er selbst arbeitet an euch, damit seine Gnade bei euch ihr Ziel erreicht.“ (Philipper 2,13 GN). So danke ich Dir, dass Du mir jetzt die Willigkeit gegeben hast. Habe Lob und Dank, Vater im Himmel. Amen.

## Der Weg der Vergebung

Wir wollen uns den echten Weg der Vergebung genauer ansehen:

*„Freuen dürfen sich alle, denen Gott ihr Unrecht vergeben und ihre Verfehlungen zugedeckt hat.“ (Psalm 32,1 GN)* Unser Lebensglück, unsere Gesundheit und unsere zwischenmenschlichen Beziehungen haben unter anderem damit zu tun, dass wir Vergebung unserer Schuld erlangen. Aufgrund der Liebe Gottes dürfen wir ein freudiges, kraftvolles Leben führen ohne Schuld. Ich wünsche jedem, dass er sich dieses Standes erfreuen darf.

*„Freuen darf sich jeder, dem die Schuld vom Herrn nicht angerechnet wird und dessen Leben frei von Falschheit ist!“ (Psalm 32,2 GN)* Gott sagt nicht: „Schwamm drüber!“ oder „Halb so schlimm!“ oder „Einmal ist keinmal!“ Nein: Schuld ist da. Aber sie wird mir nicht mehr angerechnet.

## Keine Anrechnung von Schuld – Wodurch?

Als Jesus zu ihm kam, um sich durch Untertauchen im Jordan taufen zu lassen, sagte Johannes der Täufer:

*„Dieser ist das Opferlamm Gottes, das die Schuld der ganzen Welt wegnimmt.“ (Johannes 1,29 GN)*

Jesus hat sein Leben am Kreuz als Opfer gegeben, um unser aller Schuld auf sich zu nehmen. Dieses Angebot gilt allen Menschen, die Jesus vertrauen: *„Gott liebte die Menschen*

*so sehr, dass er seinen einzigen Sohn bergab. Nun wird jeder, der sein Vertrauen auf den Sohn Gottes setzt, nicht zugrunde gehen, sondern ewig leben.“ (Johannes 3,16 GN)*

Jesus zu vertrauen bedeutet, eine enge Vertrauensbeziehung mit ihm einzugehen, ihm nachzufolgen. „Eine persönliche Beziehung zu Jesus Christus ist das größte Vorrecht und die größte Erfüllung, die der Mensch je erleben kann.“<sup>5</sup>

Gott ist Liebe. Er wirbt darum, dass wir Jesus Christus glauben, ihm vertrauen.<sup>6</sup> Allen, die das Angebot seiner Liebe annehmen, nimmt Jesus die Schuld ab. Das heißt, unsere Schuld wird Jesus angerechnet, nicht mehr uns.

Wenn ein Junge einen Ball in ein Fenster schießt und die Scheibe geht kaputt, dann wird man ihm sicher vergeben, und der Vater wird die Scheibe bezahlen. Hier ist eine wichtige Lehre. Der die Schuld übernimmt – der Vater – muss bezahlen, d.h. er leidet. Wer Schuld übernimmt, der leidet für den Schuldigen. Jesus kann und will uns vergeben. Er hat am Kreuz für Deine und meine Schuld gelitten und bezahlt. Jede Schuld muss nur einmal bezahlt werden. Danach gibt es keine mehr.

<sup>5</sup> Dr. W. Bright, Gottes Liebe und Vergebung – Wie erfährt man das? (Neuhausen, 1971) S. 9. Vergriffen. Es kann online gelesen werden in Deutsch, Englisch und Russisch unter [www.missionsbrief.de](http://www.missionsbrief.de) – Nachfolge – Jüngerschaft – Mitteilbare Konzepte

<sup>6</sup> Im Andreasbrief Nr. 3 „Was ist das Hauptanliegen der Bibel?“ wird auf S. 6 die Bedeutung von ‚glauben‘ im Sinne der Bibel eingehend mit Beispielen erklärt.



## Was sollen wir tun?

„Alle Menschen in Israel sollen daran erkennen, dass Gott diesen Jesus, den ihr gekreuzigt habt, zum Herrn und Retter der Welt gemacht hat. Dieses Wort traf die Zuhörer mitten ins Herz, und sie fragten Petrus und die anderen Apostel: ‚Brüder, was sollen wir tun?‘ Petrus antwortete: **„Kehrt jetzt um und macht einen neuen Anfang! Lasst euch alle auf den Namen Jesu Christi taufen! Dann wird Gott euch eure Schuld vergeben und euch seinen Heiligen Geist schenken.“**“ (Apostelgeschichte 2,36-38 GN)

Wie geht meine gesamte Schuld auf Jesus Christus über? Durch Umkehr und Taufe. Die Bibel versteht unter „Umkehr“ (früher „Buße“) ‚seine Gesinnung ändern‘. Ich ändere also meine Haltung und mein Tun. Die Umkehr zeigt sich darin, dass wir uns entscheiden, einen neuen Anfang zu machen. Wir beginnen mehr und mehr, Jesus und dem Wort Gottes zu vertrauen. Wir bringen diese Entscheidung in einem Gebet zum Ausdruck.

## Gebet wegen Umkehr

Bitte bete laut!

„Vater im Himmel, mir ist klar geworden, dass ich mein Leben selbst bestimmt habe und von Dir getrennt bin. Bitte vergib mir das. Herr Jesus, bitte über-nimm die Herrschaft in meinem Leben und verändere mich so, wie Du mich haben willst.“

Gebet

Diese Entscheidung kann man mit einer Verlobung vergleichen. Die Verlobungszeit ist eine sehr schöne Zeit. Man lernt sich besser kennen, das Vertrauen und die Liebe nehmen zu. Man lernt die Familie kennen. So ist es auch mit Jesus. Wir lernen ihn besser kennen, indem wir in seinem Wort lesen, wir sprechen mit ihm (Gebet), wir verbringen Zeit mit ihm (Andacht, Bibelkreis, Gottesdienst), wir hören über ihn aus den Erfahrungen anderer. Eine gute Hilfe sind kostenlose Bibelfernkurse<sup>7</sup> oder Bibelstudium im Hauskreis. So lernen wir ihn und sein Wort besser kennen. Wenn unsere Überzeugung gereift ist und wir die Beziehung zu Jesus endgültig machen wollen, d.h. dass wir ihm für immer angehören wollen, dann erfolgt als äußeres Zeichen und Bekenntnis die biblische Taufe. Wir können sie mit der Hochzeit vergleichen. Möchtest Du Dich auch der Liebe Jesu, seiner Weisheit und Macht anvertrauen?<sup>8</sup>

Wir alle können Vergebung erlangen durch Jesus, unseren Herrn und Erlöser. Die Schuld verschwindet nicht irgendwohin. Jesus ist der Einzige, der unsere Sündenschuld übernehmen kann.

<sup>7</sup> Es gibt verschiedene Bibelkurse. Sie sind kostenlos. Man kann online oder per Post teilnehmen. Die Kurse und die Adressen der Bibelstudien-Institute finden sich unter ‚Empfehlungen‘.

<sup>8</sup> Wie Jesus mein Erlöser und Herr werden kann, wird ausführlich von verschiedenen Gesichtspunkten dargelegt in den Andreasbriefen 3 „Was ist das Hauptanliegen der Bibel?“ und 13 „Ergreife das Leben – durch eine persönliche Beziehung zu Gott“.

## Was ist Reue?

Wir dürfen unseren Gott um Reue – göttliche Traurigkeit – über unsere Sünde bitten. *„Denn die von Gott gewirkte Traurigkeit [Reue] führt zur Umkehr und bringt Rettung. Und wer sollte das jemals bereuen. Nur die Traurigkeit, die nicht zur Umkehr führt, bewirkt den Tod.“* (2. Korinther 7,10 Hfa)

Gott schenkt uns Sünden-Selbsterkenntnis. Wir stellen uns dieser schmerzhaften Erkenntnis und lassen uns von Gott zu einer echten Umkehr führen. Reue ist ein Schmerz, ein Bedauern über das eigene fehlerhafte Tun und Lassen. Es tut uns leid, dass wir dadurch unseren Herrn verletzt haben. Sie ist verbunden mit dem Vorsatz der eventuell notwendigen Wiedergutmachung und der festen Absicht, dasselbe mit Gottes Hilfe nicht mehr zu tun.

## Der beste Tausch

Wenn wir Jesus als Herrn und Erlöser annehmen, bringen wir unser Vertrauen zu ihm zum Ausdruck. Dadurch erfolgt der beste Tausch. Er übernimmt die Schuld unseres ganzen Lebens und schenkt uns seine Gerechtigkeit (sein gerechtes, gehorsames, sündloses Leben). Das ist ein Geschenk, für das niemand bezahlen muss und bezahlen kann. Es ist der höchste Ausdruck von Liebe, dass Jesus als Unschuldiger für uns Schuldige gestorben ist. Wer in enger persönlicher Beziehung zu Jesus lebt, dem wurde seine Schuld abgenommen. So wertvoll das ist, es ist nur ein Teil dessen,

was Jesus für uns bedeutet. Er sagte: *„Ich bin gekommen, dass sie das Leben haben und es in Fülle haben.“* (Johannes 10,10b PAT) Im Leben mit ihm habe ich hier ein wertvolles Leben und das ewige Leben dazu.

## Bekennen und die Bitte um Vergebung

Weil es noch weitere Fragen gibt, gehen wir noch mal zurück zu David; er betete: *„Herr, erst wollte ich meine Schuld verschweigen; doch davon wurde ich so krank, dass ich von früh bis spät nur stöhnen konnte. Ich spürte deine Hand bei Tag und Nacht; sie drückte mich zu Boden, ließ meine Lebenskraft entschwinden wie in der schlimmsten Sommerdürre.“* (Psalm 32,3.4 GN)

Schuld belastet und kann uns krank machen. Wenn Dich etwas drückt, dann warte nicht länger. Warum solltest Du weiterhin eine unnötige Last tragen? Jesus liebt Dich und wartet darauf, Dir zu helfen. Gott sagt:

*„Wenn eure Sünde auch blutrot ist, soll sie doch schneeweiß werden, und wenn sie rot ist wie Scharlach, soll sie doch wie Wolle werden.“* (Jesaja 1,18 LU)

David traf die einzig richtige Entscheidung. *„Darum entschloss ich mich, dir meine Verfehlungen zu bekennen. Was ich getan hatte, gestand ich dir; ich verschwieg dir meine Schuld nicht länger. Und du – du hast mir alles vergeben!“* (Psalm 32,5 GN)

David hatte das Bekennen verdrängt. Wie kam es bei ihm schließlich zur Anerkennung seiner Sünde? Der Prophet Nathan besuchte ihn und zeigte ihm seine Schuld durch ein

Gleichnis (2. Samuel 12). Dies führte David dazu, die Verantwortung für sein Handeln zu übernehmen. Absolute Ehrlichkeit uns selbst gegenüber führt zum ehrlichen Bekennen. Wir nennen jetzt unsere Sünde ungeschminkt beim Namen. Je umfassender ich meine Fehler erkenne und anerkenne, desto größer wird auch das Erlebnis der Befreiung von der Last der Schuld.

Mit dem Bekennen ist ja unsere Bitte um Vergebung und Befreiung von unserer Schuld verbunden. Die Vergebung von Gott oder von einem Mitmenschen wird in der Regel nur gewährt auf die Bitte um Vergebung. Oft genügen schon die einfachen Worte: „Es tut mir leid“, um den unterbrochenen Kontakt wieder herzustellen.

Mein Um-Vergebung-Bitten ist allerdings nur dann echt, wenn ich keine Bedingungen stelle und auch bereit bin, die vollen Konsequenzen meines Tuns auf mich zu nehmen. Wir enthalten uns auch jeder Schuldzuweisung, selbst wenn der Andere eine Mitschuld hat. Unser Bekenntnis ohne Schuldzuweisung löst bei ihm oft ein eigenes Bekenntnis aus.

Als David endlich bereit war, Gott seine Sünde zu bekennen, erlangte er sofortige und völlige Vergebung seiner Schuld. Das ist unglaublich. Wir haben einen wunderbaren Gott. Gott ist Liebe. Er will uns ein wertvolles Leben schenken in Gesundheit und Lebensglück. Er will uns als Freund begleiten. Er führt mich Schritt für Schritt den für mich besten Lebensweg und rüstet mich dazu mit Kraft aus.

David erlangte durch sein Bekenntnis Vergebung. Damit wurde die Gemeinschaft mit Gott – die er vorher gehabt hatte –, das Vertrauensverhältnis, wieder hergestellt. Jesus Christus hat die Schuld Davids übernommen. David hatte vor diesem Ereignis ein wunderbares Glaubensleben geführt und großartige Erfahrungen mit Gott gemacht. Aber als es ihm lange Zeit sehr gut ging, wurde er lau, und da geschah diese unfassbare Sünde. Aber Gott hat David festgehalten, und auch David hat an Gott festgehalten. Daher hatte er einen Gott, der ihm seine Schuld abnahm, als er bekannte. Vergebung erlangt zu haben, macht uns wieder froh und stark.

### Jede Sünde ist eine Sünde gegen Gott

David hatte Ehebruch und Mord begangen. Als er seine Sünde bekannte, betete er: „*Gegen dich selbst [gegen Gott] habe ich mich vergangen.*“ (Psalm 51,6 GN)

Wie ist das zu verstehen, da er ja mit Bathseba und an Uria sündigte? Jede Sünde an Menschen ist auch eine Sünde gegen Gott, denn wir haben ja sein Gebot übertreten. Warum ist dieser Gedanke wichtig? David konnte Uria nicht mehr um Vergebung bitten. Dieser war tot. Aber er konnte Gott um Vergebung bitten und sie empfangen. Dieser Gedanke ist deswegen so wichtig, weil ich Vergebung erhalten kann, auch wenn der betroffene Mensch, an dem ich schuldig geworden bin, nicht mehr lebt oder nicht auffindbar ist oder auch wenn er nicht vergeben will. Weil unsere Sünden sich grundlegend gegen Gott richten, können wir durch seine Gnade auf jeden Fall Vergebung empfangen.

## Wem sollen wir Sünden bekennen?

Jede Sünde ist Gott zu bekennen, da in jedem Fall von Sünde ein Gottesgebot übertreten wurde. Sünden, die sich gegen Gott allein gerichtet haben (auch Gedankensünden an Menschen), sind nur Gott allein zu bekennen. Wenn einer oder mehrere Menschen betroffen sind, ist auch ein Bekenntnis ihnen gegenüber notwendig. Sünde soll immer im Kreis der Betroffenen bereinigt werden, nicht über diesen Kreis hinaus.

## Wiedergutmachung

Wenn eine Wiedergutmachung materieller Art notwendig ist, sollen wir großzügig sein, weil der Andere ja eine Zeitlang nicht über sein Eigentum verfügen konnte.

*„Und wenn ich zu einem Menschen sage: Du musst sterben!, und er wendet sich vom Unrecht ab, gibt dem Armen Schuldner sein Pfand zurück, erstattet, was er widerrechtlich an sich gebracht hat, und hält sich an die Weisungen, die zum Leben führen, dann muss er nicht sterben. Alles Unrecht, das er früher getan hat, zählt dann nicht mehr. Weil er jetzt das Rechte tut, soll er am Leben bleiben.“ (Hesekiel 33,14-16 GN)*

## Neuordnung und Folgen

Jesus hilft uns bei der Neuordnung unseres Lebens. Ich habe immer zuerst Gott meine Sünden bekannt. Wenn ich danach noch

einem Menschen etwas zu bekennen hatte, habe ich Gott gebeten, dessen Haltung zu beeinflussen. Er hat es in jedem Fall getan. Niemand hat mich jemals fertig gemacht. Das Vertrauen in mich wurde dadurch nicht nur wiederhergestellt, sondern fast in jedem Fall erheblich verstärkt. Der schmerzhafteste Vorgang des Bekennens ist auch eine große Hilfe, dasselbe nicht wieder zu tun.

Wir dürfen Gott um Hilfe bei der Neuordnung unseres Lebens anrufen. Es gibt große Erfahrungen. Er hilft sehr oft, aber nicht immer. Wenn es in seinen Augen für den Schuldigen besser ist, dann lässt er ihm die Folgen. Jim Vaus hatte einen Meineid geleistet. Dadurch war ein Polizist ins Gefängnis gekommen. Als Jim Vaus sich bekehrte, bekannte er rückhaltlos alle seine Sünden, unter anderem auch diesen Meineid. Er teilte dies dem Gericht schriftlich mit und gab eine Kopie an die Zeitung, damit der Polizist vor der Öffentlichkeit rehabilitiert wird. Bei der Gerichtsverhandlung – auf Meineid steht fast in allen Ländern Hochsicherheitsgefängnis – wurde er trotz Schuld freigesprochen. Die Richter sagten: Dieser Mann hat eine große Wende erlebt. Wenn wir ihn ins Gefängnis stecken, wird er vermutlich wieder ein Verbrecher. Wir sprechen ihn trotz seiner Schuld frei. Solche Wunder kann Gott bewirken. Aber er muss es nicht. Es ist notwendig, bereit zu sein, alle möglichen Folgen auf uns zu nehmen. Die Erfahrungen dieses Mannes haben mein Leben stark beeinflusst.<sup>9</sup> Wir dürfen auch für die Folgen beten mit der

<sup>9</sup> Jim Vaus, Ich war ein Gangster, Brockhaus-Taschenbuch. (Brockhaus-Taschenbuch Nr. 59)

Verheißung: *„Des Königs Herz ist in der Hand des Herrn wie Wasserbäche; er lenkt es, wohin er will.“ (Sprüche 21,1 LU).* Wir dürfen auch hier beten:

### Gebet bezüglich möglicher Folgen

Bitte bete laut!

Vater im Himmel, Du kennst meine Situation und was möglicherweise vor mir liegt. Ich bitte Dich, Sorge Du für eine Lösung, die dich ehrt und durch die mir geholfen ist, denn Du kannst alle Herzen lenken wie Wasserbäche (Sprüche 21,1). Habe herzlichen Dank dafür. Amen.

Gebet

Gotteskinder – Menschen, die Jesus Christus als Erlöser und Herrn haben und alle, die ihn noch annehmen werden – finden eine wichtige Verheißung in 1. Johannes 1,9 GN:

*„Wenn wir aber unsere Schuld eingestehen, dürfen wir uns darauf verlassen, dass Gott Wort hält: Er wird uns dann unsere Verfehlungen vergeben und alle Schuld von uns nehmen, die wir auf uns geladen haben.“*

Was hat uns der Herr hier verheißen? Vergabung der Sünden, die wir bekennen, und *„alle Schuld von uns [zu] nehmen“*. Wenn ich die Sünden bekenne, die ich erkannt habe oder die Gott mir gezeigt hat, dann reinigt mich Gott von aller Schuld. Der Herr zeigt uns nach

meiner Erkenntnis nie alle unsere Schuld. Wir würden vergehen. Er zeigt uns nur die, die für uns wichtig ist; im Ausnahmefall auch, wenn es für jemand anderen wichtig ist. Als ich dies erkannte, hat es mich sehr entlastet. Dabei umfasst Reinigung mehr als unser Bekenntnis. Ein Beispiel: Wenn ein Kind ungehorsam ist und sich an einer Pfütze schmutzig macht, dann braucht es die Vergebung der Eltern und die Reinigung seiner Kleidung. Das bedeutet: Uns wird die Sünde vergeben und wir werden von der Beschmutzung gereinigt. Wir dürfen außer der Vergebung also auch Reinigung und Befreiung erbiten.

Die Vergebung der Sünden und unsere geistliche Reinigung ist eine unerlässliche Bedingung für das überfließende und fruchttragende Leben, zu dem Christus uns berufen hat. Glück, Gesundheit und das ewige Leben hängen mit davon ab, Vergebung und Reinigung empfangen zu haben. David sagte nach seinem Bekennen: *„Du hast mir alles vergeben.“ (Psalm 32,5 GN)* Daraus ersehen wir, dass er von der Vergebung Gottes überzeugt war und sie angenommen hat. Das ist wichtig, damit wir nach unserem Bekennen nicht in Zweifel geraten und ohne diese Last weitergehen können. Wie oft sollen wir ein und dieselbe Sünde bekennen? Nur einmal. Es sei denn, wir entdecken nachträglich, dass unser Bekenntnis nicht vollständig war. Wenn wir bekannt haben, dann ist die Schuld weg. Gott hat sie auf Jesus, unseren Erlöser, gelegt. Danke ihm dafür. Was ist, wenn noch ein Schuldgefühl vorhanden ist? Dann sollten wir so lange für die Vergebung danken, bis es verschwunden ist.

## Warum erfahren viele Christen nichts von Freude, Fruchtbarkeit und Sieg?

Der erste Grund kann sein, dass sie ihr Leben Jesus nicht völlig anvertraut haben.<sup>10</sup> Somit haben sie niemanden, der ihre Sünde übernehmen kann. Der zweite Grund kann ein nicht behobener Kurzschluss sein. Was ist damit gemeint? Wenn auf der Schiene einer Spielzeugeisenbahn ein kleines Metallstück liegt, dann kann sie nicht fahren, obwohl das Kraftwerk eine riesige Kapazität hat. Das ist die Auswirkung, wenn wir irgendeine Sünde, die uns bewusst ist, nicht bekannt oder mit einem Betroffenen nicht in Ordnung gebracht haben. Wir haben dann weder Vergebung noch können wir in der Kraft Gottes leben.

Ich kann mich heute noch sehr gut erinnern, wie die Sache lief, als ich als junger Disponent in einer neugegründeten Speditionsfiliale in Frankfurt am Main einen Kunden belogen habe. Es war einer unserer ersten großen Kunden. Es war eine Panne eingetreten, die wir jedoch nachträglich beheben konnten. Für den Kunden hatten sich daraus keine Probleme ergeben. Am nächsten Tag besuchte ich abends privat den Speditionschef dieses Kunden und bat ihn um Verzeihung, weil ich ihn belogen hatte. Er sagte: „Was Sie gesagt haben, hat alles sehr logisch geklungen. Ich

hatte aber das Gefühl, dass es nicht stimmt. Jetzt ist alles wieder in Ordnung.“ Ab diesem Tag hatte dieser Speditionschef grenzenloses Vertrauen zu mir. Keine Konkurrenz konnte dort gegen uns aufkommen. Das war für mich ein prägendes Erlebnis.

Gehe mutig und am besten sofort voran, sollte Schuld in Deinem Leben vorliegen. Die Lösung, die ja nur kurze Zeit benötigt, kann schmerzhaft sein. Aber danach hast Du große und dauerhafte Freude und Gewinn. Ich wünsche Dir ein frohes und siegreiches Leben mit Jesus Christus.

Wenn Du mit Gottes Hilfe eine Schuld bereinigen willst, dann könntest Du das etwa wie folgt zum Ausdruck bringen.

## Gebet

Der erste Teil ist für Beter gedacht, die noch nicht im Glauben stehen. Bitte bete laut.

### Gebet

„Großer Gott, ich weiß nicht, ob es Dich gibt. Aber, wenn es Dich gibt, dann erhöhe mein Gebet, damit auch ich weiß, dass Du da bist und dass Du Dich um mich kümmerst. Ich danke Dir herzlich dafür. Amen.“

Es geht nicht so sehr um die Wortwahl, sondern darum, dass wir das, was wir beten, auch bejahen und wollen.

<sup>10</sup> Siehe Andreasbrief Nr. 14 *Leben in der Kraft Gottes – Wie?* Und dort die Ausführungen über den „fleischlichen Menschen“.

Vater im Himmel, ich danke Dir, dass ich mich mit meinem Problem an Dich wenden darf. Meine Verfehlung und meine Schuld belasten mich. Ich bitte Dich herzlich um Vergebung für mein Versagen, (Sünde) und damit gleichzeitig um Befreiung von meiner Schuld. Bitte gib mir den Mut und die Kraft, ein ehrliches Bekenntnis abzulegen. Dein Wort sagt: *„Allem bin ich gewachsen, weil Christus mich stark macht.“* (Philipper 4,13 GN) So bekenne ich nun mit Deiner Hilfe, dass ich ..... habe. (Bitte die Sünde beim Namen nennen.) Es tut mir leid, dass ich dadurch an Dir (und ggf. an ..... ) schuldig geworden bin. Ich freue mich, dass Du mir diese Sünde vergibst, weil ich sie Dir jetzt bekannt habe. Denn Dein Wort verspricht: *„Wenn wir aber unsere Schuld eingestehen, dürfen wir uns darauf verlassen, dass Gott Wort hält: Er wird uns dann unsere Verfehlungen vergeben und alle Schuld von uns nehmen, die wir auf uns geladen haben.“* (1. Johannes 1,9 GN) Dein Wort sagt außerdem: *„Und dies ist die Zuversicht, die wir zu ihm haben, dass er uns erhört, wenn wir seinem Willen gemäß um etwas bitten. Und wissen wir, dass er uns erhört, wenn wir ihn um etwas bitten [nach seinem Willen] dann wissen wir auch, dass wir schon im Besitz des Erbete-  
nen sind, um das wir ihn gebeten haben.“* (1. Johannes 5,14.15 PAT). So danke ich Dir jetzt, dass Du mir schon vergeben hast. Danke, Herr Jesus, dass Du aufgrund dieser Verheißung und meiner Bitte nun meine Schuld übernommen hast. Habe auch Dank, dass ich aufgrund Deines Wortes weiß, dass ich Vergebung und Reinigung empfangen habe. Bitte nimm mir die Neigung zu künftigen Fehlverhalten. Ich berufe mich auf deine Verheißung *„Wenn der Sohn Gottes euch frei macht, dann seid ihr wirklich frei.“* (Johannes 8,36 GN) Danke, dass Du auch der Sieger über meine schwachen Seiten bist und mir göttliche Siegeskraft gegeben hast. Habe Lob und Dank für Deine gnädige Hilfe. Amen.

Gebet

Sollte eine Wiedergutmachung in Betracht kommen, dann können wir zusätzlich beten:

Ich bitte Dich, hilf mir, den angerichteten Schaden großzügig wieder gut zu machen. Bitte berühre das Herz von ..... (Namen der betreffenden Person), damit meine Bemühungen auch akzeptiert werden. Habe Dank auch für diese Deine Hilfe. Amen.

Gebet

Wir haben uns in unseren Gebeten auf biblische Verheißungen berufen. Die Verheißungen Gottes gelten für Menschen, die mit Jesus Christus als Erlöser und Herrn leben. Ich habe jedoch die Erfahrung gemacht, dass unser großer Gott, auch Gebete von Menschen erhört, die diese Beziehung noch nicht haben. Sicher möchte er sie dadurch zur Erkenntnis seiner Liebe führen.

Ich wünsche Dir, dass Du Gottes Liebe und Vergebung erfahren hast oder schon bald erfahren wirst.

Mit herzlichen Grüßen

*Helmut*

Wir haben einen wunderbaren Gott. Wir können ihm herzlich danken für alle seine Hilfe und seiner Führung vertrauen.

# ERFÜLLTES LEBEN IN EINER PERSÖNLICHEN BEZIEHUNG ZU GOTT



#### BEZIEHUNG ZU GOTT

Wie kann ich sie finden und erhalten? Ein erfülltes Leben mit Gott.



#### WEGE ZUM ZIEL

Bewährte Vorträge. Die Botschaft der Bibel für das 21. Jahrhundert.



#### MEDIEN

Hier stehen für dich Video- und Audioaufnahmen bereit.



#### ZWEIFEL ODER GLAUBE

Wie lösen sich meine Zweifel? Zuversicht im Glauben finden.



#### GOTT VERÄNDERT LEBEN

Gottes Anwesenheit im Leben hat positive Auswirkungen.



#### ANGEBOTE

Kostenlose Angebote zu verschiedenen Themen.

Dieser Andreasbrief wurde überreicht von

#### Herausgeber

Helmut Haubeil

E-Mail: [helmut@haubeil.net](mailto:helmut@haubeil.net)



**Wertvoll leben**  
Medien, die Dein Leben bereichern

Der Medien-Onlineshop



für eine  
ganzheitliche  
Gesundheit!

#### Bestelladresse und Informationen

##### Wertvoll leben

Ziegeleistr. 23, D-73635 Rudersberg

Telefon: 0049 (0)7183 3071332

Telefax: 0049 (0)7183 3071329

[info@wertvollleben.com](mailto:info@wertvollleben.com)

[www.wertvollleben.com](http://www.wertvollleben.com)

[www.perspektive-leben.info](http://www.perspektive-leben.info)