

DER MÄDCHENKURS

Stark für den Alltag

Elizabeth George

Elizabeth George

Der Mädchenkurs

Stark für den Alltag

Bibelkurs mit 12 Lektionen für Einzelne und Gruppen

DER MÄDCHENKURS

Stark für den Alltag

Elizabeth George

Impressum

Falls nicht anders angegeben, sind die Bibelstellen zitiert nach der Revidierten Elberfelder Bibel 2006. Copyright © SCM R.Brockhaus im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten.

NGÜ: Neue Genfer Übersetzung, Copyright © 2011 Genfer Bibelgesellschaft.

George, Elizabeth

Der Mädchenkurs

Stark für den Alltag

Titel des amerikanischen Originals: *A Young Woman's Guide to Making Right Choices*. Copyright © 2011 by Elizabeth George. Published by Harvest House Publishers, Eugene, Oregon 97402. www.harvesthousepublishers.com.

6. Auflage 2025

ISBN 978-3-95790-017-3

© 2015 der deutschen Ausgabe
rigatio Stiftung gGmbH

Satz und Gestaltung: rigatio

Übersetzung: Katrin Schneeberger, Rubigen

Bildernachweis: Titel: AdobeStock_302760803; S. 6/7: zabalotta / photocase.de; S. 17, 28, 38, 48: iStock; S. 50: suschaa / photocase.de; S. 62: iStock; S. 72: suze / photocase.de; S. 82, 92, 94: iStock; S.106: M. Müller / churchphoto.de; S. 118: heytommy / photocase.de; S. 130, 143, 154/155: iStock

Druck: FINIDR, Tschechische Republik

Inhalt

Die richtige Entscheidung treffen!	6
Entscheidung Nr. 1	
Zeit zum Aufstehen!	16
Entscheidung Nr. 2	
In Gottes Wort eintauchen	28
Entscheidung Nr. 3	
Alles mit Gott besprechen	38
Entscheidung Nr. 4	
Die goldene Regel beginnt zu Hause	50
Entscheidung Nr. 5	
„Hilfe, ich habe nichts zum Anziehen!“	62
Entscheidung Nr. 6	
Was isst du?	72
Entscheidung Nr. 7	
Was redest du?	82
Entscheidung Nr. 8	
Wähle den Weg zum Erfolg	94
Entscheidung Nr. 9	
Freundschaften schließen und pflegen	106
Entscheidung Nr. 10	
Date ohne Reue.	118
Entscheidung Nr. 11	
Warum macht ein nettes Mädchen so etwas?	130
Entscheidung Nr. 12	
Krempel dein Leben um!	142
Ein Neubeginn	154
Anmerkungen.	160

Die richtige Entscheidung treffen!

*„Erwählt euch heute, wem ihr dienen
wollt.“*

(Josua 24,15)

Hannah wird plötzlich aus dem Tiefschlaf gerissen, als die Mülltonnen mit lautem Getöse zur Straße geschoben werden. Sie will gerade wütend werden, weil jemand es wagt, soviel Lärm zu machen, wo sie doch noch ein wenig Schlaf braucht ... Einen kurzen Augenblick später realisiert sie schließlich, dass ihr Vater gerade dabei ist, ihre Hausarbeit zu erledigen.

Wie spät ist es überhaupt?, murmelt Hannah. Sie schaut auf den Wecker: *Oh, nein, ich bin spät dran - viel zu spät!*

Vielleicht hat sie die Schlummertaste ein paar Mal gedrückt. Eigentlich hatte Hannah sich vorgenommen, früh aufzustehen und die Englischaufgaben fertigzumachen, die sie heute abgeben muss! Und da sind noch eine Menge anderer Aufgaben, die sie sich eigentlich für gestern Abend vorgenommen hatte: die Kleider für die Schule heraussuchen, an dem Referat für Geschichte arbeiten, beim Bibelleseplan für die Jugendgruppe aufholen, ihrer Oma eine Dankeskarte für das Geburtstagsgeld schreiben, das sie ihr geschickt hatte. Hannahs To-do-Liste ist ellenlang.

Ja, Hannah war gestern Abend ein wenig abgelenkt worden. Warum auch nicht? Ihre beste Freundin hatte angerufen. Sie hatte tolle Neuigkeiten über die Familie, die gerade erst nebenan eingezogen war.

„Und stell dir vor! Zur Familie gehört ein süßer Junge, der in unserem Alter ist“, hatte Marie ihr mitgeteilt.

Hannah wusste genau, dass sie Marie heute in der Schule treffen würde. Es war ja nicht so, als ob sie sich nie mehr sehen würden. Hatten sie nicht sogar vier Stunden gemeinsam? Doch sie waren vom Hölzchen aufs Stöckchen gekommen; und schließlich hatte Hannah so lange mit ihr gesprochen (eigentlich eine ganze Stunde über die von ihren Eltern festgelegte „Bettgezeit“ hinaus), dass ihre Mutter sie unsanft unterbrechen und auffordern musste, den Anruf zu beenden und ins Bett zu gehen.



Das Leben fordert viele Entscheidungen

Hannah war gestern voll guter Absichten, wie sie den Abend verbringen wollte. Sie wollte die richtigen Entscheidungen treffen. Doch jemand oder etwas hielt sie von ihren guten Vorsätzen ab. Und am Ende – d.h. am nächsten Morgen – muss sie die Konsequenzen ihrer schlechten Entscheidungen tragen. Das Leben ist voller Entscheidungen. Und das Lustige an diesen Entscheidungen ist, dass manchmal die exakt gleiche Entscheidung für das eine Mädchen negativ sein kann, für ein anderes aber okay. Nehmen wir z.B. die einfache Wahl des Frühstücks. Hannahs Freundin Marie (sie trägt Kleidergröße XS) kann jede Art Cornflakes essen mit so viel Milch und Zucker, wie sie will. Doch Hannah, die dazu neigt pummelig zu werden und verzweifelt versucht, in eine ein bis zwei Nummern kleinere Jeans zu passen, muss sich beim Frühstück anders entscheiden, wenn sie ihr Ziel erreichen möchte.

Entscheidungen im Rückspiegel betrachten

Du warst sicher schon einmal auf einer Freizeit, einem Wochenende oder einem Jugendtreffen, an dem es so etwas wie eine „Zeit für persönliche Erlebnisse“ gab. Eine Zeit, bei der Mädchen, die mutig oder traurig genug waren, berichteten, welche nicht so tollen Entscheidungen sie in der Vergangenheit getroffen haben. Das ist so, als ob sie ihre Vergangenheit im Rückspiegel sehen würden. (Wenn du schon motorisiert bist, weißt du, wie wichtig der Blick in den Rückspiegel ist, damit du siehst, was hinter dir los ist. Wenn du jetzt noch kein Fahrzeug fährst, wirst du es eines Tages erfahren!) Gott sei Dank treffen die Mädchen, die bei solchen Gelegenheiten Zeugnis gegeben haben, nun bessere – richtige – Entscheidungen. Doch sie konnten immer noch die Konsequenzen ihrer Taten sehen, spüren und sich daran erinnern. Ihr Bericht enthielt vielleicht Sätze wie ...

- Ich bin vom Weg abgekommen ...
- Ich fühlte mich wie eine verlorene Tochter ...
- Ich habe mich vom Herrn abgewendet ...
- Ich habe mich in Sünde verstrickt ...
- Ich habe die erste Liebe verlassen ...
- Ich bin von der Wahrheit abgewichen ...
- Ich habe einige falsche Entscheidungen getroffen ...
- Ich bin auf die schiefe Bahn geraten ...
- Ich habe mich mit den falschen Leuten eingelassen ...

Ich habe selbst einige solcher Erlebnisberichte gehört und mich gefragt: *Wie konnte das passieren? Wie kommt jemand vom Weg ab, verliert seine erste Liebe für Jesus, weicht von der Wahrheit ab, gerät auf die schiefe Bahn und gibt sich mit den falschen Leuten ab? Welche Entscheidungen haben sie genau getroffen?*

Doch wir wissen beide, wie das passieren kann, stimmt's? Irgendwie, zu irgendeinem Zeitpunkt, aus irgendeinem Grund wurde eine falsche Entscheidung getroffen.

Vielleicht hat sich nur eine kleine Lüge eingeschlichen. Nur eine kleine Abweichung von dem, was richtig ist. Nur eine Regel nicht so ganz genau genommen. Wenn das wieder und wieder passiert, kommt schließlich der Tag, an dem man falsche Entscheidungen allzu leicht trifft. Und oft stellt man als junges Mädchen erst dann fest, dass das Leben schon verkorkt ist.

Aus Gottes Wort in dein Herz



Es ist *eine* Sache, ein Buch von irgendeinem Autor über ein beliebiges Thema zu lesen. Etwas ganz anderes ist es, das Buch zu lesen – die Bibel –, das von dem Schöpfer aller Dinge, Gott selbst, geschrieben wurde. Aus diesem Buch möchte ich dir einige Gedanken und Tipps mitgeben. Die meisten dieser Dinge habe ich selbst im Laufe der Jahre gelernt und sie auch an meine beiden Töchter weitergegeben, als sie größer wurden. Doch am allermeisten solltest du dir die Dinge zu Herzen nehmen und ihnen Aufmerksamkeit schenken, die Gott dir selbst in seinem Wort, der Bibel, sagt.

Wenn du in einem Kapitel zu dem Abschnitt mit dem Titel *Aus Gottes Wort direkt in dein Herz* kommst, findest du mehrere Bibelverse angegeben und Fragen dazu. Schlag die Bibelstellen nach und beantworte die Fragen. Alles, was dir hilft, die Bibelverse besser zu verstehen und zu verinnerlichen, ist erlaubt.

Die Israeliten treffen eine Entscheidung.

Lies Josua 24,14-15.

Vor langer Zeit, zur Zeit der Bibel, bat Josua, der Führer des Volkes Gottes, die Israeliten, genau das zu tun, worüber wir gerade gesprochen haben: eine Entscheidung zu treffen. Hör einmal hin, was Josua zu dem Volk sagt.

Vor welche Entscheidung stellt er sie?

Wie können dir diese Verse heute bei deinen Entscheidungen helfen?

Lot traf eine Entscheidung.

Lies 1. Mose 13,10-11.

Lot war der Neffe Abrahams, und weil beide Männer eine große Herde Tiere besaßen, bat Abraham Lot, sich für eine Seite des Landes zu entscheiden. Ein Teil war grün und hatte sehr viel Wasser – perfekt für eine grasende Herde. Der andere Teil war trockenes, hügeliges Land und alles andere als perfekt.

Wofür hat Lot sich entschieden?

Leider traf Lot keine weise Entscheidung! Er entschied sich für die grasgrünen Weiden, die zufällig neben den beiden verruchtesten Städten der damaligen Zeit lagen: Sodom und Gomorra. Seine Entscheidung basierte auf dem, was gut aussah. Doch die Konsequenzen seiner Wahl waren für seine Familie und ihn verheerend.

Wie können diese Verse dir heute bei deinen Entscheidungen helfen?

Josef traf eine Entscheidung.

Lies 1 Mose 39,8-9.

Josef wurde von seinen eifersüchtigen Brüdern nach Ägypten in die Sklaverei verkauft. Dort in dem fremden Land war er als Teenager ganz allein auf sich gestellt, ohne seine Familie. Zu der Zeit flirtete die Frau seines Chefs mit ihm und wollte, dass er mit ihr schlief. *Schließlich sind wir ja ganz allein*, dachte sie vermutlich. Wer würde schon davon erfahren?

Was sollte Josef tun? Was tat Josef?

Er entschied sich, dem Willen Gottes zu folgen! Joseph ehrte Gott und floh vor dieser unmoralischen Frau. Gott wiederum belohnte seine Entscheidung und machte ihn zu einem führenden Mann im Land Ägypten und zum Retter seiner Familie.

Wie können diese Verse dir heute bei deinen Entscheidungen helfen?

Daniel traf eine Entscheidung.

Lies Daniel 1,8.

Stell dir einmal vor, du wirst als Teenager gefangen genommen und in ein fremdes Land geführt. Dort wird dir befohlen, nach den Werten und der Religion dieses Landes zu leben. Genau das hat Daniel erlebt! An dem Ort, an den er gebracht worden war, wurde ihm befohlen, Speisen zu essen, die für Juden verboten waren. Was für ein Druck!

Was tat Daniel?

Daniel entschied sich, sein Leben nach Gottes Willen zu leben; nicht nur in dieser Situation, sondern viele Male während seines langen Lebens. Und bei jedem Schritt, den er tat, und an jedem einzelnen Tag wurde Daniel von Gott gesegnet. Ihm wurden hohe Führungspositionen anvertraut.

Wie kannst du diesen Vers auf dein Leben anwenden?

Woran man bei Entscheidungen denken sollte:

Attraktive Angebote können manchmal zur Sünde führen.

Gute Entscheidungen führen längerfristig zu positiven Konsequenzen.

Gute Entscheidungen sind nicht immer leicht zu treffen.'

Die Antwort deines Herzens



Ich bin sicher, dir ist bereits klar, dass das, was du tust, von deinen Entscheidungen abhängt. Natürlich kannst du nicht alles entscheiden. Manche Entscheidungen liegen außerhalb deiner Kontrolle und werden von denen getroffen, die für dich verantwortlich sind, wie z. B. deine Eltern, Lehrer, Trainer und Jugendleiter. Doch

viele Entscheidungen triffst du jeden Tag selbst – ja, beinahe jede Minute des Tages. Diese Entscheidungen sind eine Sache deines Willens. Du entscheidest dich, was du tun oder wie du handeln willst. Du triffst die Wahl, d.h., dass du auch keinem anderen die Schuld geben kannst für das, was dann passiert.

Kürzlich las ich das Tagebuch einer Teenagerin, das als Buch veröffentlicht wurde. Dort öffnet sie ihr Herz und zeigt uns, wie sie zu dem Punkt kam, an dem sie erkannte, dass sie bessere Entscheidungen treffen muss:

29. Juli: Es ist höchste Zeit, innezuhalten und nachzudenken. Es ist, als ob ich ein Rennen laufe und nur anhalte, um Luft zu holen. Ich mag es nicht, wie die Dinge in letzter Zeit gelaufen sind. Ich fühle mich gehetzt und krank.²

Was fühlst du heute in deinem Herzen? Was passiert in deinem Leben Tag für Tag? Bist du verwirrt, traurig, frustriert oder „ruhelos und krank“, wie diese junge Frau? Sind diese Gefühle eine Folge deiner Entscheidungen? Bitte tue das, was dieses Mädchen tat ... Halte inne. Zieh Bilanz. Verändere etwas. Und fang an, die richtigen Entscheidungen zu treffen.

Dinge, die du heute tun musst, um richtige Entscheidungen zu treffen

Lies den Abschnitt *Entscheidungen im Rückspiegel betrachten* (S. 8) noch einmal durch. Trifft eine der Aussagen dort auch auf dein Leben zu? Wenn ja, dann sprich mit Gott darüber. Gib zu, wenn du falsche Entscheidungen getroffen hast, und bitte ihn um Weisheit, von nun ab die richtigen Entscheidungen zu treffen.

Lies noch einmal Josua 24,14-15. Wenn du über dein Leben heute nachdenkst, hast du dich wie Josua und das Volk Gottes entschieden, Gott, und nur Gott, zu dienen? Warum oder warum nicht? Welche erste richtige Entscheidung musst du treffen, um damit anzufangen, Gott zu dienen und nach seinem Willen zu leben?

Entscheidungen sind eine Sache deines Willens. Du entscheidest, was du tun willst oder nicht, wie du dich verhalten willst oder nicht. Womit hast du zu kämpfen oder welche Dinge fordern bessere Entscheidungen von dir?



Mädchen helfen Mädchen

Notiere drei Dinge, die Hannah nicht getan hat und die dazu führten, dass ihr Tag schlecht begann.

Was würdest du Hannah raten, morgen anders zu machen?

Welcher Vers hat dich in diesem Kapitel am meisten angesprochen? Was könntest du Hannah weitergeben?

Welche Gemeinsamkeiten siehst du zwischen dir und Hannah? Gibt es Entscheidungen, die du neu treffen musst? Welche? Was wirst du als Erstes tun?

Möchtest du mehr wissen?



Lies Sprüche 1,10-19. Wovor wird der junge Mann in Vers 10 gewarnt?

Welchen Ratschlag erhält der Teenager in Vers 15?

Was ist die Konsequenz, wenn man sich entscheidet, bei bösen Taten mitzumachen? (Vers 19)

Sieh dir Lots Entscheidung noch einmal näher an und lies 1. Mose 13,5-11! Wie wird hier die Situation beschrieben, die eine Entscheidung notwendig machte? (Verse 5-7)

Was schlug Abraham als Lösung vor? (Verse 8-9)

Wofür entschied sich Lot und warum? (Verse 10-11)

**Jetzt überflieg kurz den Text in 1. Mose 19,12-29.
Welche Folgen hatte Lots Entscheidung?**

Welche Entscheidung trafen die zwei Brüder in Matthäus 4,18-20?

Wozu entschied sich der Zolleinnehmer in Matthäus 9,9?

Hast du diese Entscheidung schon selbst getroffen? Denk einmal darüber nach!



**Gottes Ratschläge für dich,
um richtige Entscheidungen zu treffen**

Nimm jeden Tag wichtig!

„So lehre uns denn zählen unsere Tage, damit wir ein weises Herz erlangen“ (Psalm 90,12).

Gib zu, dass du Weisheit brauchst ... und bitte darum!

„Wenn aber jemand von euch Weisheit mangelt, so bitte er Gott, der allen willig gibt und keine Vorwürfe macht, und sie wird ihm gegeben werden“ (Jakobus 1,5).

Habe Ehrfurcht vor Gott!

*„Die Furcht des HERRN ist der Weisheit Anfang;
und Erkenntnis des allein Heiligen ist Einsicht“ (Sprüche 9,10).*

Halte deine Beziehung zu Jesus lebendig!

„... dass der Gott unseres Herrn Jesus Christus, der Vater der Herrlichkeit, euch gebe den Geist der Weisheit und Offenbarung in der Erkenntnis seiner selbst“ (Epheser 1,17).

Suche die Wahrheit um jeden Preis!

„Kaufe Wahrheit und verkaufe sie nicht, dazu Weisheit und Zucht und Verstand“ (Sprüche 23,23).