

Michael Stahl | Rainer Zilly

MÄNNER MUT MÄCHER

Hoffnungsvolle, emotionale Erlebnisse
von Männern mit Ecken und Kanten

GloryWorld-Medien

1. Auflage 2021

© 2021 Michael Stahl | Rainer Zilly

© 2021 GloryWorld-Medien, Xanten, Germany

Alle Rechte vorbehalten

Bibelzitate sind, falls nicht anders gekennzeichnet, der Rev. Lutherbibel von 1984 entnommen.

Das Buch folgt den Regeln der Deutschen Rechtschreibreform.
Die Bibelzitate wurden diesen Rechtschreibregeln angepasst.

Lektorat: Klaudia Wagner

Satz und Cover: Rainer Zilly, www.kreativ-agentur-zilly.de

Fotos: privat

ISBN: 978-3-95578-388-4

Bestellnummer: 356388

Erhältlich beim Verlag:

GloryWorld-Medien
Beit-Sahour-Str. 4
D-46509 Xanten
Tel.: 02801-9854003
Fax: 02801-9854004
info@gloryworld.de
www.gloryworld.de

oder in jeder Buchhandlung

Inhalt

Vorwort Michael Stahl	7
Vorwort Rainer Zilly	9
Ein Christen-Abenteuer bei BILD Daniel Böcking	10
Das Lebensretter-Schild Johannes Berthold	13
MMMM – MännerMutMacherMaik Maik Löwen	16
Das Leben ist nicht immer fair, aber ... Gerd Gugel	19
Wie ich vom Karriere-Tiger zum ErmuTIGER wurde David Kadel	23
„Niemals werde ich dich heiraten!“ Jabin Jäckle	28
Kann man davon leben? Emmerich Adam	32
Millionäre guter Früchte Werner May	33
Wenn Gott wirklich antwortet Holger Zielonka	39
Im Trauma verloren – im Leben gefunden Holger Harsch	42
Der Autor unserer Lebensgeschichte Emmanuel Kyeremeh	45
Freiheit für andere Frank Heinrich	48
Vom „Irgendwie-Überleben“ zum Vertrauen Frederick Kammies	52
Leben, was Gott ins Herz gelegt hat Dr. Tobias Mock	57
Autokauf!?! Karsten Sewing	60
Der väterliche Segen Stefan Ackermann	63
Einer für alle, alle für einen Harry Voß	66
Power-Connection Thomas Fremdt	71
Neuer Job gefällt? Björn Kapfer	75
Liebe – vom Entscheiden zum Fühlen Robert Messer	79
Meine erträumte Freiheit – eine neue Männlichkeit Lutz Langhoff	81
Der Barmherzige Samariter Markus Sauermann	86
Der lange Weg aus der Finsternis Armin Gritzan	88
Dieter – hinschauen oder wegschauen? Wolfgang Gröber	91
Geschieden – will Gott mich noch gebrauchen? Andreas Lange	93
Hart am Limit Uwe Beck	95
Bart mit Herz – Herz mit Bart? Christian Berger	99
„Aus dem wird nichts mehr!“ – außer mit Gottes Hilfe Uwe Schall	104
Je und je geliebt Tommy Bright alias Michael Albrecht	106

Laudatio für meine persönlichen „Abflussreiniger“ Bernie Schlott	109
Mit kleinen Gesten dranbleiben Jochen Stähle	111
Planetshaker Albert Brückmann	115
Rambo & Co. – Der Traum vom Elitesoldat Holger Reinhardt	119
Beten mal anders Thomas Meier	123
Echte Männer Michael Stahl	126
Wenn Gott wirkt und ich es verschlafe Simon Trzeciak	128
Sich dem eigenen Schatten stellen Jakobus Richter	131
Es ist nie zu spät für eine Kehrtwende! Walter Stuber	134
Zurechtgerückt Marco Derrer	136
Vom Rotlichtmilieu ins geregelte Leben Sebastian Sander	140
Lebensmut durch Jesus und meine Freunde Wolfram Holzner	143
Totale Kontrolle? Nikolas Fischer	145
Sei mutig und stark Martin Freitag	150
Von „Aus dir wird nichts“ zum Segensträger Martin Heubach	152
Gnade im Zerbruch Andreas Blum	156
Zurück ins Leben! Manuel Lachmann	158
Gott wird dich nie aufgeben Thiago Nikolas Da Silva Jardim	161
Ein Tag wie jeder andere ... Oliver Bodrogi	164
Die Bergstory Niklas Finn Balli	168
Habe ich alles im Griff? Jörg Wunsch	170
Prophetischer Paukenschlag Dieter Göring	172
Zeit für Veränderung!?! Jürgen Frowein	176
Der Blaue Rudi und die Vergebung Rudi Toppel	178
Hör auf zu denken, sonst bringst dich das um! Daniel Knapp	181
Ich war selbst schuld Daniel Gröber	185
Mein Absturz Jens Wätjen	188
Berufung – von Level zu Level Wilhelm Risto	190
Horchen und gehorchen Rainer Zilly	194
Junge, pass auf dein Herz auf! Simeon Spahr	196
Bergnotrettung Eberhard von Holst	199
Erst wenn du schwach sein kannst, bist du stark Nick Bolanz	201
Nachwort Rainer Zilly	206

Liebe Männer,

und natürlich auch alle Frauen, die „heimlich“ mitlesen. Es ist mir eine Ehre, in diesen stürmischen Zeiten mit Rainer und vielen anderen Männern den zu bezeugen, der uns Ruhe, Trost und Halt mitten im Orkan schenken will und kann.

In all den Jahren meines Dienstes mit Männern, egal ob in Firmen, Suchthilfeeinrichtungen oder gar Gefängnissen, erlebte ich unzählige Male, wie schwer wir Männer uns tun, über Gefühle zu sprechen. Umso schöner, wenn Männer ihre kleinen und großen Erlebnisse mit anderen teilen, ja, einen Teil ihres Herzens offenbaren, damit andere Männerherzen berührt werden.

Mitten in der Bearbeitung dieses Buches verunglückte mein Freund Achim schwer und kämpfte wochenlang um sein Leben. Der Unfall hat auch mein tägliches Leben verändert. Nicht mehr die aktuellen Inzidenzwerte unseres Kreises beschäftigten mich jeden Morgen, sondern ob Achim die Nacht überlebt hatte. Das war wieder einer dieser Stürme, die uns urplötzlich erwischen.

In dem alten Häuschen, in dem ich aufwuchs, gab es keine Türklingel. Wenn Besuch kam, klopfte er an die Tür und sagte: „**Ich bin es!**“ Dieser kleine Satz war Erkennungs- und Vertrauenszeichen.

Sterbende, die ich besuchte, begrüßte ich oft mit „**Ich bin es!**“, und wenn ich meine 88-jährige demenzkranke Tante besuche, flüstere ich nicht selten in ihr Ohr: „**Ich bin es!**“

Dieser Satz war es auch, mit dem Jesus seinen Freunden auf stürmischer See begegnete. Und „**Ich bin es!**“, lautete seine Antwort, als man ihn fragte, ob er der Sohn Gottes sei. Dasselbe sagte er schließlich im Garten Gethsemane zu denen, die ihn suchten, um ihn zu verhaften.

Ich wünsche euch allen so sehr, dass ihr dem **ICH BIN ES** in diesem Buch begegnet, ihn besser kennen und lieben lernt und in ihm den Frieden findet, den diese Welt nicht geben kann.

Als Rainer mir das Cover zu unserem Buch präsentierte, kämpfte ich mit den Tränen und war mehr als nur erstaunt und berührt: Ein Mann auf einer Leiter. – Mein Freund Achim war von einer Leiter mehrere Meter in die Tiefe in einen Treppenschacht gestürzt.

So wie ich Achim kenne, wird er eines Tages wieder eine Leiter hochsteigen, im Bewusstsein, auch wieder abstürzen zu können. Doch was

ist wahres Leben? Kein Risiko einzugehen und in Angst zu erstarren? Das Leben ist dazu da, um es zu leben – mit allem was dazugehört – in liebevoller Beziehung mit Gott, seinem Nächsten und sich selbst.

C.S. Lewis schrieb zum Thema „Angst vor der Atombombe“ (ihr könnt anstelle der Atombombe gerne auch etwas anderes einsetzen):

Wenn diese Atombombe uns zerstört, dann soll sie uns dabei erwischen, wie wir sinnvolle und gütig Dinge tun – beten, arbeiten, unterrichten, lesen, Musik hören, die Kinder baden, Sport treiben oder mit unseren Freunden bei einem Schoppen plaudern.

Wir sollen nicht zusammengekauert wie verängstigte Schafe über die Atombombe nachdenken. Die Bombe mag unseren Körper zerstören, unseren Geist darfsie nicht beherrschen.

So soll auch uns nicht die Furcht beherrschen, sondern das personifizierte Leben.

Gott segne euch und eure Lieben, und seid gewiss, **ICH BIN ES** ist immer da.

Herzlichst,
Euer Michael Stahl



Hallo du!

Klasse, dass genau du dieses WUNDERbare Buch in Händen hältst.

Es war mir eine große Ehre, diese Mut machenden Geschichten zu sammeln und sie als Erster zu lesen – Geschichten, die mein Herz ansprechen, mich weinen lassen und zugleich ermutigen, die mir zeigen, wie Gott durch ganz verschiedene Männer Geschichte schreibt.

Wie oft lese ich von Siegertypen und Helden; von Männern, denen alles gelingt, die scheinbar nie versagen, bei denen es richtig glatt läuft. Doch ich feiere es, wenn gerade Männer Gefühle zeigen; wenn sie sich öffnen und über ihre Schwächen und Fehler, ihr Versagen, ihre Verluste, Nöte, Krankheiten und noch vieles mehr authentisch berichten.

Vielen, vielen Dank euch Autoren dafür! Das ist mutig und ermutigend! Denn ich selbst bin so ein Mann, der Ecken und Kanten hat, der Freude und Trauer erlebt, bei dem einiges richtig gut läuft und anderes total schief geht. Ich brauche und liebe immer wieder solche ehrlichen MännerMutMacher!

Danke Jesus, du bist der Sieger und Held in diesem Buch – alle Ehre gehört dir!

Und nun: Lass dich inspirieren, ermutigen, erfreuen, begeistern, herausfordern ...

Dein Rainer Zilly

P.S.: Egal, wie die Umstände in deinem Leben aussehen, setze dein Vertrauen auf den lebendigen Gott!



Ein Christen-Abenteuer bei BILD

Zwei Jahre lang hatte ich mein Christ-Sein mehr oder weniger geheim gehalten. Nach meinem Bekenntnis zu Jesus und zum Glauben im Jahr 2013 hatte sich für mich innerlich alles neu sortiert – aber kaum einer hatte es mitbekommen.

Ich war offensichtlich auch nicht besonders scharf darauf gewesen, allen in meinem Freundes- und Kollegenkreis zu erzählen, dass mir nun Jesus Christus wichtiger geworden war als alles andere auf der Welt. Das hätte wohl zu Diskussionen geführt, zu Konflikten. Stellvertretender Chefredakteur von BILD und neuerdings auch Jesus-Nachfolger – das klang erklärungsbedürftig. Vielleicht spielte auch die Angst vor Spott eine Rolle.

An einem Abend im April 2015 kam dann der Impuls: *Steh auf! Sprich deine Gottesliebe offen aus! Schreib sie auf!*

Auslöser dafür war das Morden der ISIS-Terroristen, das damals seinen Höhepunkt hatte. Es zehrte an mir, dass da Menschen im Namen ihres angeblichen Glaubens unfassbares Grauen anrichteten. Und ich haderte, weil mein Glaube eine so andere, so liebevolle Rettungsbotschaft beinhaltete – aber sie kaum noch Gehör fand im Schatten dieser verirrt, vermeintlichen Gotteskrieger.

Es war schon spät an diesem Abend. Nach 23 Uhr. Ich saß auf dem Sofa und meinte, Gottes Forderung innerlich zu hören, zu spüren: *Tu etwas zu meiner Ehre!*

Ich wollte nicht.

Der gesellschaftspolitische Kommentar war nicht meine Stamm-Disziplin bei BILD. Mit einem Rums meinen privaten Glauben bei BILD öffentlich zu machen – davor hatte ich Bammel. Was würden Kollegen sagen? War das nicht völlig unangemessen für einen Vize-Chefredakteur?

Doch egal, wieviel ich betete und es hinauszögerte – das Drängen blieb. Die vielen Bibelterse kamen mir in den Sinn, in denen es heißt, dass wir uns nicht fürchten sollen, und in denen wir dazu aufgefordert werden, mutig zum Glauben zu stehen. Paulus schreibt zum Beispiel: *„Zu dieser Botschaft bekenne ich mich offen und ohne mich zu schämen, denn das Evangelium ist die Kraft Gottes, die jedem, der glaubt, Rettung bringt“* (Römer 1,16 NGÜ).

Ich war damals noch sehr grünschnabelig im Glauben. Längst hatte ich nicht alles kapiert, was in der Bibel steht (und habe es bis heute

nicht). Aber ich hatte mir vorgenommen, das, was ich verstanden hatte, auch umzusetzen. Ich wollte mein Gottvertrauen trainieren, indem ich nicht nur auf meinen eigenen Kopf und meine eigenen Gefühle hörte, sondern anfang, mich im Gebet zu überprüfen: Gab es da einen Impuls? Oder gab es einen Satz in der Bibel, der mich in die eine oder andere Richtung schickte?

In diesem konkreten Fall war es (damals nicht zu meinem Vergnügen) ziemlich eindeutig: Bibel und Gebet stimmten überein, dass es richtig und wichtig ist, für die Botschaft von Jesus einzustehen und sie nicht unter den Teppich zu kehren. Sicher, ich hätte mich freuen können über diese Klarheit. Über die Behaglichkeit, von Gott auf einen Weg gestupst zu werden. Habe ich aber damals nicht. Zu groß war die Unsicherheit vor den Folgen. Dennoch begann ich, meinen Text zu schreiben: „*Warum ich mich heute als Christ outen will.*“ (Er lässt sich auch heute noch leicht via Google finden).

Lang und breit formulierte ich mein kleines Glaubensbekenntnis. Machte mein Ziel, ein Nachfolger von Jesus zu sein, öffentlich. Versuchte, aus den biblischen Aufträgen Aufforderungen abzuleiten in einer Zeit, in denen Terror und Morden, Flucht und Vertreibung so allgegenwärtig waren. Mein Fazit war: „*Der Glaube an Gottes Liebe, Gnade und Vergeltung ist kein Problem, sondern unsere Chance.*“

Tief in der Nacht schickte ich diesen Text an meinen Chefredakteur – und hatte keine Ahnung, was passieren würde. Doch noch ehe ich eingeschlafen war, kam die Antwort: „*Super. Machen wir so!*“ Und am nächsten Tag ging der Text bei BILD.de online.

Was danach passierte, hat mein Leben verändert.

Ich trug den innerlichen Kloß aus Ungewissheit und Zweifel noch mit mir herum, als mir die ersten Reaktionen aus dem Internet entgegen trudelten. Ob ich Drogen genommen hätte, wurde ich gefragt. „*Typische BILD-Hetze*“, kommentierte jemand. „*Na, das wird ja heiter*“, dachte ich.

Doch im Laufe des Tages drehte es sich. Der Text war auf der BILD-Homepage bereits weiter nach unten gerutscht, doch die Kommentare wurden immer mehr. Ein Bistum schrieb auf Twitter von einem „erstaunlichen Bekenntnis“ und bedankte sich. Immer häufiger kamen Sätze wie „Danke für den Mut!“ Mutig? Ich? Fühlte sich nicht so an.

Und plötzlich war von „Ermutigung“ die Sprache. Damit hatte ich nicht gerechnet. Mir war ja gar nicht klar gewesen, was genau Sinn und



Zweck meines Artikels sein sollte. Ich wollte von der Gottes- und Nächstenliebe in dieser zerrütteten Zeit erzählen. Das Wort „Ermutigung“ hatte keine Rolle in meinen Überlegungen gespielt.

Inzwischen kamen die Kommentare im Sekundentakt. Ich bekam Mails von Kolleginnen und Kollegen, die sich ebenfalls bedankten. Auch Menschen, die mit dem Glauben nichts am Hut hatten, nickten mir zu und sagten Sätze wie: *„Ist zwar nicht mein Ding. Aber Respekt, dass du dazu stehst.“*

Die Stunden nach diesem Artikel haben mich überwältigt. Es war kein Rausch. Es fühlte sich noch immer etwas unangenehm an, plötzlich mit so etwas „Privatem“ dermaßen im Fokus zu stehen. Es folgten Interview-Anfragen; es gab Berichte auf christlichen Portalen; insgesamt sammelte der Artikel über 19.000 Reaktionen im Netz.

Kurz darauf meldete sich ein Verlag und fragte an, ob ich nicht ein Buch schreiben wolle über meinen Weg zum Glauben. Ich, der unsichere Glaubens-Anfänger, sollte plötzlich ein Buch schreiben, Vorträge vor Gemeinden halten, in Talk-Shows auftreten. Nichts hätte mir noch kurz davor ferner liegen können. Nichts hätte ich mir weniger zutrauen können. Doch ich hatte meine Lektion gelernt. Ich sagte alles zu. Wieder nahm ich die Bibel als meinen Ratgeber. Wieder überprüfte ich die Antworten auf meine inneren Fragen im Gebet.

Ich hatte lernen dürfen, dass es keinen Grund gibt, sich für den Glauben an Jesus zu schämen. Dass es natürlich auch Gegenwind gibt, aber dass Gott und die Christen mich nicht allein lassen. Und (das ist es, was für mich den Weg im Glauben so abenteuerlich macht): Gottvertrauen bedeutet nicht, dass mir plötzlich alles gelingt oder so kommt, wie ich mir das wünsche. Aber ich darf darauf vertrauen, dass Gott es zu seiner Ehre nutzen wird. Und das wiederum schenkt mir inneren Frieden, Kraft und Zuversicht. Und es macht mir Mut, es wieder und wieder zu wagen.

Daniel Böcking | Jg. 1977 | verheiratet | 4 Kinder | Berlin | 20 Jahre lang BILD, zuletzt stellvertretender Chefredakteur, seit Januar 2021 Chefredakteur Agentur StoryMachine | www.storymachine.de

Das Lebensretter-Schild

Es war im Frühjahr 2013. Eigentlich war es eher noch Winter, denn die an mir vorbeiziehende Landschaft auf der Autobahn war grau in grau. Schneeregen, eingeschränkte Sicht, das monotone Kratzen der Wischblätter auf der Frontscheibe meines Wagens.

Außenstehende hätten mich damals als „**Erfolgstypen**“ beschrieben: Verheiratet, einen wundervollen Sohn, das Hobby zum Beruf gemacht (ich war international erfolgreich mit meiner Band, hatte einige hunderttausend CDs verkauft und ein volles Auftragsbuch in meinem eigenen Tonstudio), war keine drei Jahre zuvor deutscher Vizemeister im Säbelfechten geworden und auf sämtlichen Partys und Veranstaltungen ein gern gesehener und unterhaltsamer Gast.

In Wahrheit aber lag damals meine Ehe bereits in Trümmern, und ich befand mich aufgrund von Depressionen und Panikattacken seit geraumer Zeit in psychotherapeutischer Behandlung. Der Untergang der Schallplatten- und CD-Industrie klopfte schon bedrohlich an die Tür, und die Digitalisierung der Tontechnik (für jedermann im kleinen Home-Studio realisierbar) würde meine Tätigkeit als Produzent zukünftig auch nicht gerade erleichtern. Sportlich hatte ich meinen Zenit längst überschritten, und meine Hoffnung ruhte nun darauf, mich zum Fachsportlehrer mit Schwerpunkt Sportfechten ausbilden zu lassen.

So fuhr ich, wie schon so oft in den letzten zwei Jahren, die rund vierhundert Kilometer nach Bad Karlshafen, wo die Ausbildung in regelmäßigen Abständen in Wochenend-Blöcken stattfand.

Obwohl ich damals schon längst Christ war und viele positive Erfahrungen und Erlebnisse mit meinem Gott gemacht hatte, war ich an einem Punkt angelangt, an welchem ich einfach nicht mehr weiterwusste. Wer sich unter dem Begriff „Schwermut“ etwas vorzustellen vermag, kann vielleicht ein wenig nachvollziehen, wie es in meinem Herzen aussah.

Einige Tage zuvor hatte ich nachts eine Panikattacke gehabt, die ich rückwirkend nur so beschreiben kann:

Ich lag wach im Bett und fühlte aus der Ferne eine schwarze Riesenwelle auf mich zurollen. Ich wusste, dass sie mich kurz darauf erreichen und erfassen würde. Sie würde mich überrollen und in tiefste Tiefen ziehen, um mich dort zu ersticken.

Mein Herz hämmerte bis unter meine Schädeldecke und ich lag schweißgebadet in den zerwühlten Decken. Meine damalige Frau und unser Sohn waren übers Wochenende in Dresden bei den Schwiegereltern, und ich hatte Besuch vom Keyboarder meiner Band, welcher im Stockwerk unter mir auf der Gästecouch schlief. Er war der Engel, der mich in dieser Nacht gerettet hat, als ich ihn panisch mitten in der Nacht aufweckte, um mit mir auf den Morgen zu warten, bis sich die Panikattacke verzogen haben würde. Ich weiß im Nachhinein nicht, was passiert wäre, wenn ich in dieser Nacht alleine gewesen wäre. Vielleicht haben mich nur das Gespräch und das Zusammensitzen mit meinem Freund damals vor Schlimmerem bewahrt ...

Doch nun zurück zu meiner Fahrt nach Bad Karlshafen zur Fachsportlehrer-Ausbildung:

Die dunkle Landschaft zieht an mir vorbei. Der Schneeregen hat noch zugenommen und fordert meine volle Konzentration beim Autofahren. Das Radio habe ich längst ausgeschaltet; die nichtigen Diskussionen und die seichte Musikberieselung rauben einem ja noch das letzte bisschen Nerv ...

Was mache ich hier eigentlich? Was wartet auf mich, und wohin möchte ich eigentlich? Warum ist plötzlich alles so dunkel für mich? Und warum kann nicht alles wieder hell, freundlich und positiv sein, wie es früher doch mal war?

Warum lässt Gott mich durch diese schwere Zeit gehen? Früher konnte ich doch auch mit ihm sprechen und mit ihm zusammen immer eine gemeinsame Lösung finden. Warum muss ich diese Prüfung erdulden? Weiß Gott denn nicht, dass ich kein Hiob bin? Wenn er mich wirklich kennen würde, müsste er doch wissen, dass ich niemals so stark sein werde, um das alles weiter zu ertragen.

Schlafen, schlafen ... Ruhe und Frieden ... das wäre jetzt so wunderbar!

In diesem Moment weiß ich keinen Ausweg mehr. Ich stelle mir vor, wie einfach es wäre, den Gurt zu lösen, auf 200 km/h zu beschleunigen und gegen den nächsten Brückenpfeiler zu fahren ... Wie schmerzlos es wohl wäre, frontal mit einem entgegenkommenden LKW zu kollidieren ... Oder eine Flasche Schnaps zu trinken und im Vollrausch von einem hohen Gebäude zu springen ...

Halt!

Herr Jesus – du siehst meine Gedanken und weißt um meine Nöte. Du warst schon in manch dunkler Stunde an meiner Seite, hast mir Engel geschickt, die mich aufgefangen und getragen haben. Du siehst auch jetzt meine Gedanken und weißt, welche destruktiven Ideen mir durch den Kopfschwirren. Schicke mir ein Zeichen – irgend etwas, das mich davon abhält, meine Fantasien hier und jetzt in die Tat umzusetzen!

Sei DU jetzt bei mir!!!

Ich habe bei vielen Anlässen berichtet, was in diesem Augenblick passierte. Manch einer hat gelächelt; viele haben gelacht. Wieder andere haben den Vorfall analysiert und gemeint, dass es halt einfach verrückte Zufälle gibt. Mancher war berührt; einige haben geweint.

Im Moment der tiefsten Dunkelheit in meinem Leben – dort auf der Autobahn, im Schneeregen – tut sich links plötzlich eine Lichtung auf. Darauf eine riesengroße Werbetafel. Unzählige Scheinwerfer erhellen die Worte:

ICH HALTE DICH!

– Dein Gott

Ich weiß nicht, wer diese Tafel mit der Anzeige hat bestücken lassen, aber eines weiß ich: Gott selbst hat mir diese Nachricht an diesem schicksalsschweren Abend auf die Lichtung gesetzt. Genau in dem Augenblick, als ich nicht mehr weiterwusste. In dem Moment, als ich nicht mehr alleine weiterlaufen konnte, hat er mir zu verstehen gegeben, dass er mich halten und tragen wird. Dass er das schon immer getan hat und es immer weiter tun wird!



Johannes Berthold | Jg. 1974 | verheiratet | 3 Kinder | Pfinztal |
Produkt- & Artist-Relations-Manager | www.illuminate.de

MMMM – MännerMutMacherMaik

Gott sagt: *Ich schenke euch ein neues Herz und lege einen neuen Geist in euch* (Hesekiel 36,26) – Das war 2017 mein Taufspruch, und ich durfte es auch so erleben: Jesus gab mir ein neues Herz und einen neuen Geist, der mein Wesen und mein komplettes Leben veränderte.

Schon früh ging ich zur Förderschule für Lernbehinderte, wo ich auch viel gemobbt wurde und oft als Hippie-Schüler, Baumschüler oder als Taugenichts bezeichnet wurde. So wurde mir schnell alles egal. Scheiß-egal. Ich hatte kein Lieblingssach – außer Sport.

Mit dreizehn Jahren zog ich mir die ersten Flaschen Bier rein, als gäbe es kein Morgen mehr, und mit vierzehn rauchte ich das erste Mal Cannabis. Bob Marley war mein täglicher Musikrhythmus; ich hörte Reggae und hing ab wie ein Faultier. Der Gruppenzwang, aber auch die Neugier brachten mich dahin, mit fünfzehn dem Teufel komplett die Hand zu reichen, und so zog ich weiße Kristalle durch die Nase. Ich schoss mich auf andere Planeten, um von der Realität nichts mehr mitzubekommen.

Mit den Drogen und allem, was damit einhergeht, versklavte ich mich einer Macht, die man nicht mehr so einfach loswird. Die Drogen waren eine Ersatzbefriedigung für das, was mir kein Mensch geben konnte: Liebe. Nicht nur meine Seele, sondern auch mein Körper fing an, sich durch die Drogen zu zersetzen. Mit vierzehn erlitt ich das erste Mal Krampfanfälle. **Mein „Ausbrechen“ war am Ende meine Gefangenschaft.**

Im Drogensumpf begann meine kriminelle Karriere: Aggressionen, geringe Hemmschwelle, Diebstahl, Sachbeschädigungen ... Durch die ganze Beschaffungskriminalität bekam ich mit 22 Jahren meine erste Haftstrafe und musste nun für ein Jahr und sieben Monate hinter Gitter.

Dort, im Jugendstrafvollzug Regis-Breitungen, lernte ich 2011 das Blaue Kreuz kennen – und damit auch eine neue Hoffnung für mein Leben. Nicht nur die Seelsorge fand mein Interesse, sondern auch eine Mitarbeiterin des Blauen Kreuzes. Von meiner Seite war es Liebe auf den ersten Blick. Aber Irene sagte mir schnell, dass es nichts mit uns wird. Trotzdem spürte ich nun eine Wärme hinter den kalten Mauern und Stahlgittern.

Das Blaue Kreuz führte mit uns Gruppen- und Einzelgespräche und auch Besinnungsfahrten durch. Bei einer Besinnungszeit entschied ich mich für den Herrn Jesus Christus, und **dazu kann ich nur jedem Mut**

machen: es war die beste Entscheidung in meinem Leben! Du kannst mit ihm nur dazugewinnen. Er wurde zum Zentrum meines Lebens.

An dem Tag, als ich aus meiner Haft entlassen wurde, fuhren mich Irene, Dieter und mein Vater nach Elbingerode – zu meiner ersten Drogenlangzeittherapie. Durch den frühen Beginn meiner Drogengeschichte und den jahrelangen Konsum waren mein Denken, Fühlen und Handeln so verstört, dass ich psychisch am Boden war. Insgesamt machte ich elf Entgiftungen, drei Langzeittherapien und wohnte in drei verschiedenen Einrichtungen (betreutes Wohnen für psychisch kranke und suchtkranke Menschen). Zwischendurch habe ich echt nicht mehr an das lebenswerte Leben geglaubt. Ich musste täglich zehn verschiedene Medikamente nehmen, angefangen von den Depot-Spritzen gegen die Psychosen, bis hin zu Antidepressiva, Pillen gegen Manie und Epilepsie. Ich fühlte mich wie eine Laborratte, war aufgeschwemmt durch die ganzen Medikamente und wog mit 24 Jahren 122 Kilo ...

Ich zog nach Berlin, fand jedoch auch dort nicht das große Glück. Die nächsten Jahre waren geprägt von Rückfällen, Obdachlosigkeit und Hoffnungslosigkeit. In Berlin machte ich meine dritte und letzte Langzeittherapie. Es war gut, denn ich setzte mich mit mir und meinem Leben noch einmal komplett auseinander.

Am Ende der letzten Therapie nahm ich wieder Kontakt mit Irene auf, wir verliebten uns, und so verschlug mich die Liebe 2017 nach Leipzig. In der ersten Zeit in Leipzig war ich arbeitsuchend, was durch meine Diagnosen nicht so einfach zu ändern war. Als Epileptiker mit einer fünfzigprozentigen Schwerbehinderung, einer Lese-Rechtschreibschwäche, dazu noch vorbestraft ... was will man da noch groß dranhängen?

Aber einer liebte mich immer so sehr, und das durfte ich dann erfahren. Jesus zeigte mir, dass er alle meine Fehler, all das Miese zu etwas Gutem drehen konnte: Er machte aus meinem Mist Dünger.

Eine Ausbildungsstätte nahm mich trotz meiner ganzen Vorgeschichte an, sodass ich eine Ausbildung zum Krankenpflegehelfer plus Realschulabschluss machen konnte. Und nun bin ich seit dem letzten Jahr im Blauen Kreuz Leipzig e.V. fest angestellt, gehe regelmäßig in den Knast, wo ich selber gegessen habe, **mache den Jungs Mut**. Ich mache Suchtberatung, Seelsorge, Hausbesuche sowie Sucht- und Gewaltprävention an Schulen. Die ganzen negativen Erfahrungen sind nun eine Hilfe für meinen Dienst und der Zugang zu den Menschen, die ebenfalls im

Leben gescheitert sind. Das Blaue-Kreuz-Team wurde zur Familie für mich. Und ich erlebe hier so viele Wunder.

Ich durfte die Frau, in die ich mich 2011 verliebt hatte (und die damals nein sagte), nach sieben Jahren heiraten. Es ist für mich so eine Gnade, zu erleben, dass Gott es gut mit mir meint. Allein, dass ich gesunde Kinder habe, selbst noch am Leben bin und ein lebenswertes Leben führen darf. Dass ich meine Berufung leben kann, beim Blauen Kreuz zu dienen und Menschen in schwierigen Lebenssituationen zu begleiten. Ich bin so dankbar!

Ich möchte dir Mut machen, dich heute auf Jesus einzulassen; es ist nie zu spät, neu anzufangen und dich für das Leben zu entscheiden. Das Leben wird nicht leichter, doch du kannst stärker werden. Hoffnung und Kraft sind sehr wichtig: Hoffnung zu haben, dass es besser wird, und die Kraft durchzuhalten, bis es da ist.

Jesus sagt: *Wer mich liebt, richtet sich nach dem, was ich gesagt habe. Auch mein Vater wird ihn lieben, und wir beide werden zu ihm kommen und für immer bei ihm bleiben* (Johannes 14,23, HFA)



Maik Löwen | Jg. 1990 | verheiratet | 3 Kinder | Leipzig | Mitarbeiter des Blauen Kreuzes Leipzig e.V. (Suchtarbeit, Seelsorge, Gefangenenarbeit, Sucht und Gewaltprävention an Schulen ...)