

Eine Prinzessin nimmt ihr Leben in die Hand...

30. August 1997... Die schöne junge Prinzessin von Wales fand bei einem schweren Autounfall einen verfrühten Tod. Tiefer Kummer erschütterte die ganze Welt und den Royal Palace. Ein Meer von Blumen und ein allgemeiner Tränenstrom schockierte das stoische britische Königshaus. Warum diese Flut von Emotionen, wo doch die meisten Trauernden Diana gar nicht persönlich kannten? Warum legte die ganze Welt angesichts des Todes von Diana einen solch überwältigenden Kummer an den Tag? Diana war eindeutig mehr als nur der Gegenstand von Popularität und Klatsch. Sie vermittelte eine Tiefe, Verwundbarkeit und Traurigkeit, die eine Folge des Umstandes war, dass sie die Kontrolle über ihr eigenes Leben verloren hatte. Wer hat nicht schon einmal das Gefühl gehabt, die Kontrolle verloren zu haben? Statt sich mit sich selber zu beschäftigen, konzentrierte sich Diana jedoch auf andere. Trotz ihrer eigenen persönlichen Kämpfe diente sie den Gebrechlichen, Leprakranken und Sterbenden... Sie hatte ein fürsorgliches Herz.

RÖMER 12,21

Lass dich nicht vom Bösen überwinden, sondern überwinde das Böse mit dem Guten!

Körperliche Anzeichen

- Blutzellanomalien
- Knochenprobleme
- Störungen im Darmbereich
- Zahnprobleme
- Verdauungsprobleme
- Drüsenprobleme
- Haarverlust
- Herzprobleme
- Unterzuckerung
- Nierenversagen
- Störungen im weiblichen Zyklus
- Geistige Schwierigkeiten
- Probleme im Bewegungsapparat
- Augenprobleme

- Gewichtsschwankungen oder –verlust

PSALM 31,11

Denn in Kummer schwindet mein Leben dahin und meine Jahre in Seufzen; meine Kraft wankt durch meine Schuld, und es verfallen meine Gebeine.

Der Hunger nach Liebe

Essensstörungen sind nur Symptome. Das eigentliche Problem liegt tiefer.¹

Die Opfer einer Essstörung...

- erleben eine Umkehrung ihres Wertsystems. Was ist am wichtigsten?
- betrügen sich selbst und andere:
- erleben Depressionen, weil sie glauben, „fett“ zu sein, obwohl sie ihr Idealgewicht haben oder nur mehr „Haut und Knochen“ sind;
- haben ein zwanghaftes Verlangen, in irgendeinem Bereich in Kontrolle zu sein.
- sind einsam, weil sie nicht wollen, dass ihr Problem entdeckt wird.
- haben Minderwertigkeitsgefühle, weil ihr persönlicher Wert auf ihrem Aussehen beruht.²
- wollen den Menschen gefallen und haben einen übermäßigen Wunsch nach Anerkennung.
- sind Perfektionisten und glauben, dass alles perfekt sein muss, ansonsten ist es schrecklich.

GALATER 1,10

¹ Quellenangaben für diesen Abschnitt: Claude-Pierre, *The Secret Language of Eating Disorders: The Revolutionary New Approach to Understanding and Curing Anorexia and Bulimia*; Pam W. Vredevelt et al., *The Thin Disguise: Understanding and Overcoming Anorexia and Bulimia* (Nashville: Thomas Nelson, 1992); Pam W. Vredevelt and Joyce Whitman, *Walking a Thin Line: Anorexia and Bulimia, the Battle Can Be Won* (Portland, Ore.: Multnomah, 1985).

² Claude-Pierre, *The Secret Language of Eating Disorders: The Revolutionary New Approach to Understanding and Curing Anorexia and Bulimia*, 23.

Denn rede ich jetzt Menschen zuliebe oder Gott? Oder suche ich Menschen zu gefallen? Wenn ich noch Menschen gefiele, so wäre ich Christi Knecht nicht.

Schlüsselvers zum Auswendiglernen

RÖMER 12,12

In Hoffnung freut euch; in Bedrängnis harret aus; im Gebet haltet an.

Schlüsselstelle für das wiederholte Lesen

PSALM 139,1-18.23-24

Deine wahre Identität kennen³

- Wenn du eine persönliche Beziehung zu dem Herrn Jesus hast, dann ist deine wahre Identität „in Christus“ (2. Korinther 5,17).
- Der alte Mensch ist gestorben (Galater 2,19-20).
- Auch inmitten deiner Versuchungen wirst du vom Vater total akzeptiert (Jesaja 43,1-2).
- Der Geist Christi wird Selbstbeherrschung in dir produzieren (Galater 5,22-23).
- Deine Freiheit kommt durch Jesus Christus (Römer 8,2).

PSALM 27,10

Sogar mein Vater und meine Mutter haben mich verlassen, aber der HERR nimmt mich auf.

Deine Bedürfnisse erkennen

- Unterziehe dich einer gründlichen medizinischen Untersuchung. Essstörungen können lebensgefährlich sein (Sprüche 27,12).
- Besuche wöchentliche (oder regelmäßige) Treffen mit einem erfahrenen, qualifizierten Lebensberater (Sprüche 23,12).
- Beschaffe dir so viel Information über Essstörungen wie möglich – sowohl für dich als auch für deine Angehörigen (Sprüche 24,14).
- Gib zu, dass du nicht fähig bist, aus eigener Kraft Herr über deine Essstörung zu werden (Jakobus 5,16).

³ Siehe Vredevelt and Whitman, *Walking a Thin Line: Anorexia and Bulimia, the Battle Can Be Won*, 69-72.

- Gib die Vorstellung auf, dass du einfach nur mehr Willenskraft brauchst. Essstörungen sind kein Diätproblem (2. Korinther 10,4-5).
- Vergib denen, die dich verletzt haben – einschließlich dir selbst (Kolosser 3,13).
- Handle in dem vollkommenen Glauben an die befreiende Macht Gottes. (Psalm 71,1-3).

„Woran erkenne ich, ob ich eine zwanghafte Essstörung habe?“

Stelle dir die folgende Frage: Empfinde ich einen Zwang, die Nahrungsaufnahme einzuschränken oder einzustellen, und übt dieser Zwang eine Macht über mich aus? Wer mit Anorexie (Magersucht) und Bulimie kämpft, fühlt sich wie ein Sklave – er weiß, dass er nicht frei ist.

2. PETRUS 1,19

Und so besitzen wir das prophetische Wort «um so» fester, und ihr tut gut, darauf zu achten als auf eine Lampe, die an einem dunklen Ort leuchtet, bis der Tag anbricht und der Morgenstern in euren Herzen aufgeht,

„Was ist der Unterschied zwischen zu viel essen und Bulimie?“

Wer zu viel isst, hat selten Bedenken wegen seines Übergewichts, während der Bulimiekranke mit seinem Aussehen und dem Abscheu vor sich selbst beschäftigt ist.

RÖMER 7,24

Ich elender Mensch! Wer wird mich retten von diesem Leibe des Todes?

„Welche Rolle spielen das Ego und die Eitelkeit bei der Anorexie?“

Keine. Es geht nicht um das Ego der Person. Magersüchtige essen immer weniger, weil sie versuchen, immer kleiner zu werden und schließlich verschwinden. Ihre tief verwurzelte Unsicherheit ist letztlich die Ursache für ihre Magersucht.

PSALM 55,7

Und ich sprach: Hätte ich doch Flügel wie die Taube, ich wollte hinfliegen und ruhen.

Weitere Themen

- Depressionen - Die Finsternis der Verzweiflung überwinden
- Schuldgefühle – Mit reinem Gewissen leben
- Esssucht – Freiheit vom Futterzwang
- Perfektionismus - Der Druck des Leistungszwanges
- Ablehnung – Heilung für ein verwundetes Herz
- Gesundes Selbstwertgefühl - Entdecke deinen Gottgegebenen Wert

Kontaktadresse

Precept Ministries International e. V.
 Am Neuen Weg 3
 D – 82041 Oberhaching
 Deutschland
 Telefon: +49 (0) 89 63 89 92 27
 E-Mail: info@precept-ministries.de
 Internet: www.hopefortheheart.de
www.precept-ministries.de

Österreich
 Telefon: +43 (0) / 555 14 33

Die Bibelstellen sind der Bibel nach der Revidierten Elberfelder Übersetzung, Copyright © 1985 R. BROCKHAUS VERLAG, Wuppertal und Zürich entnommen (Abdruckgenehmigung Nr. 10.117).

Copyright © 2008 HOPE FOR THE HEART

SCHLÜSSEL ZUR BIBLISCHEN SEELSORGE

„Das Gesetz des HERRN ist vollkommen und erquickt die Seele.“ (Psalm 19,8)



*Biblische Antworten zu fundamentalen Problemen
 unseres Lebens*

*Anorexie und Bulimie
 Kontrolliert von etwas, über das man
 keine Kontrolle hat*

(Quick Reference Guide - das Wichtigste in Kürze)



HOPE
for the Heart

www.hopefortheheart.de