

Džana Maria Priewasser

# **Heilung in der Stille**

30 Tage der Begegnung  
mit Gottes heilender Liebe

GloryWorld-Medien

1. Auflage 2025

© 2025 Džana Maria Priedwasser

© 2025 GloryWorld-Medien, Xanten, Germany, [www.gloryworld.de](http://www.gloryworld.de)

Alle Rechte vorbehalten

Bibelzitate sind, falls nicht anders gekennzeichnet, der Lutherbibel, Revidierte Fassung von 2017 entnommen. Weitere Bibelübersetzungen:

ELB: Elberfelder Bibel, Revidierte Fassung von 2006

HFA: Hoffnung für alle, Copyright © 1983, 1996, 2002, 2015 by Biblica, Inc.

NGÜ: Neue Genfer Übersetzung

Lektorat: Klaudia Wagner

Satz: Manfred Mayer

Umschlaggestaltung: Kerstin & Karl Gerd Striepecke, [www.vision-c.de](http://www.vision-c.de)

Umschlagmotiv: freepik

Druck: arkadruk.pl

Printed in the EU

ISBN: 978-3-95578-660-1

Bestellnummer: 356660

Erhältlich beim Verlag:

GloryWorld-Medien

Beit-Sahour-Str. 4

46509 Xanten

Tel.: 02801-9854003

Fax: 02801-9854004

[info@gloryworld.de](mailto:info@gloryworld.de)

**[www.gloryworld.de](http://www.gloryworld.de)**

oder in jeder Buchhandlung

# Inhalt

|                                                                                             |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Einleitung: Heilung geschieht in den tiefsten Wunden .....                                  | 7  |
| 1 Die Wunde, die nur Er berühren darf .....                                                 | 9  |
| 2 Wenn der Schmerz die Dunkelheit bringt – Gott ist da .....                                | 11 |
| 3 Wenn der Schmerz zur Nähe führt – Im Leid entdecken wir<br>Gottes Herz .....              | 13 |
| 4 Heilung im Loslassen – Vergebung als Schlüssel der Freiheit .....                         | 17 |
| 5 Der Friede, der in der Hingabe liegt .....                                                | 21 |
| 6 Heilung beginnt, wenn du deinen Wert in Christus erkennst .....                           | 25 |
| 7 Heilung beginnt, wenn du Gottes Vergebung empfängst .....                                 | 29 |
| 8 Heilung durch Annahme – Du bist ein geliebtes Kind Gottes .....                           | 33 |
| 9 Gefühle akzeptieren, aber nicht beherrschen lassen .....                                  | 37 |
| 10 Heilung der tiefsten Wunden – Gott sieht dein verborgenes Leid .....                     | 41 |
| 11 Heilung geschieht, wenn du beginnst, dich selbst durch Gottes<br>Augen zu sehen .....    | 45 |
| 12 Heilung beginnt, wenn du deinen Körper so annimmst,<br>wie Gott ihn geschaffen hat ..... | 49 |
| 13 Heilung durch den Kampf – Wenn du jeden Tag mit deinem<br>Körper ringst .....            | 53 |
| 14 Heilung durch Gottes Annahme – Du bist nicht das,<br>was dir passiert ist .....          | 55 |
| 15 Heilung geschieht, wenn du aufhörst, dich selbst zu verurteilen .....                    | 59 |
| 16 Heilung nach dem Verlust eines geliebten Menschen –<br>Wenn das Herz zerbricht .....     | 63 |
| 17 Heilung geschieht, wenn du die Angst vor dem Alleinsein loslässt ..                      | 67 |
| 18 Heilung geschieht, wenn du lernst, wieder Hoffnung zu haben .....                        | 71 |
| 19 Heilung geschieht, wenn du lernst, Gott wieder zu vertrauen .....                        | 77 |

|    |                                                                                             |     |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 20 | Heilung geschieht im Gebet – Wenn Worte die Wunden berühren ...                             | 83  |
| 21 | Heilung geschieht, wenn du lernst, dir selbst zu vergeben .....                             | 89  |
| 22 | Heilung braucht Zeit – Geduld im Prozess der Wiederherstellung ....                         | 93  |
| 23 | Heilung geschieht, wenn du lernst, Gottes Liebe wirklich<br>anzunehmen .....                | 97  |
| 24 | Heilung geschieht, wenn du lernst, in der Gegenwart Gottes<br>zu bleiben .....              | 101 |
| 25 | Heilung geschieht, wenn du lernst, aus deiner Wunde<br>ein Zeugnis zu machen .....          | 105 |
| 26 | Heilung geschieht, wenn du lernst, deine tiefsten Ängste<br>loszulassen .....               | 109 |
| 27 | Heilung geschieht, wenn du erkennst, dass du erwählt bist .....                             | 115 |
| 28 | Heilung nach Missbrauch oder tiefer seelischer Verwundung –<br>Wenn die Seele schreit ..... | 119 |
| 29 | Heilung ist eine Reise – Ich selbst muss mich immer wieder<br>erinnern .....                | 125 |
| 30 | Heilung ist erst der Anfang – Der Ruf, weiterzugehen .....                                  | 129 |
|    | Epilog .....                                                                                | 133 |
|    | Heilung ist nicht das Ende, sondern der Anfang .....                                        | 133 |
|    | Inhaltszusammenfassung .....                                                                | 137 |
|    | Über die Autorin .....                                                                      | 141 |

## Einleitung

# Heilung geschieht in den tiefsten Wunden

Ich weiß, wie sich Schmerz anfühlt. Nicht nur körperlich, sondern dieser tiefe, unsichtbare Schmerz – der, den niemand wirklich sieht. Ich kenne die Nächte, in denen man sich fragt, ob es jemals leichter wird. Die Momente, in denen man betet, aber keine Antwort zu hören scheint. Ich weiß, wie es ist, wenn die Wunde tiefer zu sein scheint als jede Hoffnung auf Heilung.

Aber ich habe auch etwas anderes erlebt. Genau in diesen dunkelsten Momenten hat mich Gottes Gnade am stärksten berührt. Nicht, weil der Schmerz sofort verschwand. Nicht, weil ich alle Antworten bekam. Sondern weil Er da war – mitten im Chaos, mitten in den Tränen, mitten im Zerbruch. Seine Gegenwart wurde mein Heilungsort.

Vielleicht hältst du dieses Buch in einer Zeit des Schmerzes in den Händen. Vielleicht sehnst du dich nach Heilung – an deinem Körper, in deinem Herzen, in deiner Seele. Ich verspreche dir keine einfachen Lösungen, aber ich verspreche dir dies: Gott sieht dich. Er kennt deinen Schmerz. Und Er lädt dich ein, Ihm näher zu kommen als je zuvor.

Dieses Buch ist nicht nur eine Sammlung von Andachten. Es ist eine Reise – eine, die ich selbst gegangen bin. Jeder Tag bringt dich ein Stück weiter in Sein Licht, ein Stück tiefer in Seine heilende Liebe. Nicht irgendwann, sondern genau jetzt – in Seiner Gegenwart.

Bist du bereit? Dann lass uns gemeinsam aufbrechen.



## Tag 1

# Die Wunde, die nur Er berühren darf

---

*Er heilt, die zerbrochenen Herzens sind,  
und verbindet ihre Wunden.  
(Psalm 147,3)*

---

### *Wo die tiefste Wunde ist, wartet die größte Heilung*

Ich erinnere mich an einen Moment in meinem Leben, in dem ich dachte, dass mein Herz nie wieder ganz werden würde. Der Schmerz war zu tief, die Enttäuschung zu groß. Ich fragte Gott: „Warum?“ Ich wartete auf Heilung – doch nichts geschah.

Aber dann tat Gott etwas Unerwartetes: Er setzte sich einfach zu mir in meinen Schmerz. Keine schnellen Antworten, keine plötzlichen Wunder. Nur Seine Gegenwart, die sanft und doch kraftvoll meine Seele umhüllte. Und genau dort begann die Heilung.

Gott heilt nicht immer so, wie wir es erwarten. Manchmal lässt Er zu, dass wir durch das Tal gehen, weil es genau dort ist, wo wir Ihn am tiefsten kennenlernen. Nicht an der Oberfläche, sondern in den Wunden, die nur Er berühren darf.

Jesus kennt diesen Schmerz. Er trägt nicht nur Narben – Er ließ sich **für dich** durchbohren. Und durch Seine Wunden schenkt Er Heilung, die tiefer geht als alles, was die Welt geben kann. Vielleicht bist du heute genau da, wo Heilung beginnt: An dem Punkt, an dem du nichts mehr in der Hand hast – außer Ihm.





## Tag 2

# Wenn der Schmerz die Dunkelheit bringt – Gott ist da

---

*Auch wenn ich wandere im Tal des Todesschattens,  
fürchte ich kein Unheil, denn du bist bei mir.  
(Psalm 23,4a ELB)*

---

### *Wenn der Schmerz zu Dunkelheit wird*

Es gibt Momente im Leben, in denen der Schmerz uns völlig umhüllt. Er wird zur Dunkelheit, die alles überdeckt. In solchen Zeiten fühlst du dich vielleicht so, als würdest du in einem endlosen Tal des Schmerzes wandern. Du siehst keine Auswege, keine Hoffnung, nur Dunkelheit. Die Fragen überfluten dich: „Warum passiert das?“ „Warum fühle ich mich so verloren?“

Ich kenne diesen Schmerz. Ich habe ihn am eigenen Leib erfahren, als die Welt um mich herum zusammenzubrechen schien. Der Verlust eines geliebten Menschen, das Gefühl, von allen verlassen zu sein, oder die Enttäuschung, dass Gott nicht auf meine Gebete reagierte. Der Schmerz war so erdrückend, dass ich keine klare Sicht mehr hatte. Es war, als ob die Dunkelheit mich einhüllte.

Doch genau dort, in diesem tiefsten Tal, begann Gott zu wirken. Er kam nicht mit einem Blitz, nicht mit einer plötzlichen Erleuchtung, sondern mit einem leisen, aber klaren Versprechen: „Ich bin bei dir.“

Gott ist bei dir – nicht nur in den hellen Momenten deines Lebens, sondern besonders in den dunklen. Der Psalmist spricht von einem „Tal des Todes“, aber er fürchtet sich nicht, weil er weiß, dass der Herr bei ihm ist. Es geht nicht darum,

den Schmerz zu vermeiden, sondern zu wissen, dass wir inmitten des Schmerzes nicht alleine sind.

Die Dunkelheit ist real, aber Gott ist immer größer als die Dunkelheit. Und auch wenn du in der Dunkelheit keine Antwort hörst, sei sicher: Er geht mit dir. Der Weg ist nicht immer schnell oder einfach, aber Er begleitet dich. Seine Nähe ist der Trost, den du brauchst.

### *Gebet*

*Herr, der Schmerz fühlt sich oft überwältigend an, und die Dunkelheit scheint mich zu ersticken. Aber ich danke dir, dass du mir versprochen hast, bei mir zu sein. Ich lege meine Angst und meinen Schmerz vor dich und vertraue darauf, dass du mich in dieser Dunkelheit nicht verlässt. Amen.*

### *Reflexionsfragen*

Wie kannst du in deinem jetzigen Schmerz erfahren, dass Gott wirklich bei dir ist? Was bedeutet es für dich, dass Er dir verspricht, in der Dunkelheit an deiner Seite zu bleiben?

---

---

---

---

---

---

---

---

## Tag 3

# Wenn der Schmerz zur Nähe führt – Im Leid entdecken wir Gottes Herz

---

*Und er hat zu mir gesagt: Meine Gnade genügt dir,  
denn meine Kraft kommt in Schwachheit zur Vollendung.  
(2. Korinther 12,9 ELB)*

---

### *Der Schmerz als vertrauter Begleiter*

Es gibt Momente im Leben, da fühlt sich der Schmerz wie ein unerbittlicher Begleiter an. Er dringt tief in unser Innerstes, und wir fragen uns: Warum muss es so schmerzhaft sein? Warum muss ich diese Dunkelheit ertragen? Die Antwort auf diese Frage scheint oft verborgen, und manchmal ist es einfacher, sich zu fragen, ob der Schmerz überhaupt einen Sinn hat.

Ich selbst habe den Schmerz oft als einen der größten Feinde meines Lebens gesehen. Es fühlte sich an, als ob er mich festhielt, mich fest umschloss und keine Möglichkeit zur Flucht ließ. Ich habe geschrien, geweint, gekämpft, aber er war immer da – der Schmerz. Doch in den dunkelsten Momenten begann ich zu verstehen, dass der Schmerz mich nicht nur gequält hat, sondern er hat mich auch näher zu Gott geführt.

In der Tiefe des Schmerzes öffnet sich oft die tiefste Tür zu Gottes Herz. Wenn wir uns schwach fühlen, wenn wir uns von allem und allen verlassen fühlen, kommen wir zu einem Punkt, an dem wir nur noch eines tun können: uns Ihm hingeben. Denn wenn alles zerbricht, bleibt nur noch Er, auf den wir uns verlassen können. In diesem Moment der Schwäche, wenn wir nichts anderes haben, entdecken wir die Gnade Gottes, die stärker ist als jeder Schmerz.

Durch den Schmerz habe ich Gottes Nähe auf eine Weise erfahren, die ich in Zeiten des Wohlstands niemals erleben konnte. Der Schmerz zwingt uns, an dem festzuhalten, was wir oft übersehen, wenn wir in Selbstgenügsamkeit leben – die unerschütterliche Liebe und Gnade Gottes. In der Schwäche sind wir am meisten auf Ihn angewiesen, und in dieser Abhängigkeit entdecken wir die wahre Kraft, die nicht aus uns selbst kommt, sondern aus Ihm.

Es ist der Schmerz, der uns im tiefsten Moment der Dunkelheit lehrt, dass wir Ihn am meisten brauchen. Und genau hier, in unserer Schwäche, begegnet uns Gottes Gnade am stärksten. Wir erfahren eine Liebe, die uns heilt, eine Nähe, die uns stärkt, und eine Kraft, die uns aus der Dunkelheit herauszieht.

### *Gebet*

*Herr, ich fühle mich schwach, verloren und inmitten des Schmerzes. Doch ich danke dir, dass deine Gnade in meiner Schwäche zur Vollendung kommt. Hilf mir, in meinem Schmerz deine Nähe zu finden, in meiner Schwäche deine Kraft zu erfahren und in meiner Dunkelheit dein Licht zu sehen. Amen.*

### *Reflexionsfragen*

Wann hast du in deinem Leben erfahren, dass der Schmerz dich näher zu Gott gebracht hat? Wie kannst du in deinem aktuellen Schmerz erkennen, dass Gott gerade jetzt besonders nah ist?

---

---

---

---