

Elizabeth Good

Sag das Unsägliche

Bringe ans Licht, was dich belastet,
und finde deine wahre Bestimmung

GloryWorld-Medien

1. Auflage 2024

© 2023 by Elizabeth Good. Originally published under the title „Speak the Unspeakable: Real Talk on Secrets, Sex, and Being Set Free“ by Whitaker House, New Kensington, PA, USA. All rights reserved.

© der deutschen Ausgabe 2024 GloryWorld-Medien, Xanten, Germany, www.gloryworld.de

Alle Rechte vorbehalten

Bibelzitate sind, falls nicht anders gekennzeichnet, der Elberfelder Bibel, Revidierte Fassung von 2006 entnommen. Weitere Bibelübersetzungen:

JdM: Jesus der Messias, GloryWorld-Medien 2024

LUT: Lutherbibel, Revidierte Fassung von 2017

NeÜ: Neue evangelistische Übersetzung © 2013 Karl-Heinz Vanheiden

SLT: Schlachter 2000

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

Sag das Unsägliche basiert auf den persönlichen Erfahrungen und Recherchen der Autorin. Es dient nur zu Informationszwecken und ersetzt nicht die Konsultation eines zugelassenen, praktizierenden Arztes oder Gesundheitsexperten. Der Verlag und die Autorin übernehmen keine Verantwortung für die Folgen, die sich aus der Anwendung der in diesem Buch vorgestellten Konzepte ergeben. Es wurden alle angemessenen Anstrengungen unternommen, um die Richtigkeit und den Wert der Informationen zu gewährleisten. Lassen Sie sich bei allen Fragen oder Bedenken, die Sie in Bezug auf Ihre spezielle Situation haben, immer von Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin beraten.

Übersetzung/Satz: Manfred Mayer

Umschlaggestaltung: Jens Neuhaus, www.7dinge.de

Umschlagmotiv: Whitaker House

Printed in the EU

ISBN: 978-3-95578-637-3

Bestellnummer: 356637

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

Stimmen zum Buch

Jeder hat Geheimnisse. Manche verbrennen deine Seele! In diesem Buch erfährst du, wie du das Feuer löschen kannst!

Lynne Jubilee Cumming, Vorsitzende, *The Foundation United*

In einer Welt, in der Geheimnisse, Masken und Glanzlichter allgegenwärtig sind, schenkt uns Elizabeth Good eine mutige und schöne Einladung, das Unsägliche zu sagen. Als ich erfuhr, dass sie Menschen, vor allem Pastoren, dabei hilft, ihre Pornosucht, ihren sexuellen Missbrauch und vieles mehr ans Licht zu bringen, wurde sie sofort zu einer Heldin für mich. Ich bete dafür, dass sich dieses wichtige Buch und diese Bewegung wie ein Lauffeuer verbreiten, damit unsere Gemeinden und unsere Gesellschaft wieder mit Wahrheit, Wiederherstellung und authentischer Gemeinschaft entflammt werden.

Rachel Thomas, Überlebende des Sexhandels,
Leiterin von *Ending the Game* und
Mitglied des Beirats des Weißen Hauses

Die Botschaft von Elizabeth Good in *Sag das Unsägliche* ist für die Welt von entscheidender Bedeutung. Verantwortliche dürfen nicht länger schweigen, wenn es um Geschlechterungleichheit, sexuelle Gewalt und Ausbeutung sowie Missbrauch zwischen den Generationen geht. Wir müssen mutig sein, unsere Stimme erheben und handeln, um diese Dinge ans Licht zu bringen. Dieses Buch und Elizabeths Arbeit auf der ganzen Welt geben uns die Hoffnung, dass Veränderungen in unserem persönlichen Leben, in unseren Glaubensgemeinschaften und in den Regierungen wichtig und möglich sind.

Rozalia Biro
Mitglied des rumänischen Parlaments und
Vorsitzende des Ausschusses für auswärtige Angelegenheiten

„Was wir in der Dunkelheit hören, verkünden wir von den Dächern.“ Geheimniskrämerei ist das beste Werkzeug Satans. *Sag das Unsägliche* holt die dunkle Realität von Missbrauch und Menschenhandel aus dem Dunkeln. Dieses Buch gibt dir den Mut und die Werkzeuge an die Hand, die zu Gerechtigkeit und Heilung führen.

Pater M. Jeffery Bayhi

In *Sag das Unsägliche* beginnt Elizabeth Good mit der Frage an die Leser, ob es mehr im Leben gibt als das, was sie gerade erleben. Mit dieser einfachen Frage geht sie ins Rennen und gibt Erkenntnisse und Werkzeuge weiter, die sie aus persönlicher Erfahrung und jahrzehntelanger Arbeit mit Menschen gewonnen hat, die sich danach sehnen, ihre von Gott gewollte Bestimmung auszuleben. Dieses Buch wird auch dir helfen, diese Bestimmung zu finden.

Debbie Kraulidis, Vizepräsidentin, *Moms For America*

Auf ergreifende und kraftvolle Weise lädt Elizabeth den Leser zu einer tiefen, sehr persönlichen Verletzlichkeit ein, indem sie einen klaren Weg zu lebensverändernder Freiheit aufzeigt. Sie liefert die Schlüssel, um frei zu werden und die Wurzeln der Gebrochenheit auszureißen. Sie entlarvt die Taktiken des Feindes und zeigt auf, dass die Kirche unwissentlich auf sie hereingefallen ist. Dies ist ein neuer, revolutionärer Ansatz, um Menschen zu befähigen, ihre Identität und ihren Wert zurückzugewinnen. Es ist eine Pflichtlektüre für alle Kirchen und Führungskräfte.

Mallory Bashom, Pastorin des Gateway-Netzwerks

Sag das Unsägliche ist ein Muss für alle, die einem Missbrauchtäter zum Opfer gefallen sind oder jemanden unterstützen wollen, dem das passiert ist. Elizabeth Good zeigt den Überlebenden Schritt für Schritt, wie sie Scham, Geheimniskrämerei und Schweigen durchbrechen können, um ihr wahres Selbst zurückzuerobern, und erinnert uns alle daran, wie wir das Leben führen können, zu dem wir geboren wurden.

Julie Cantrell, Bestsellerautorin von *The Feathered Bone*

Bravo! Elizabeth, du hast den Finger in die Wunde gelegt, in die Wunde der Kirche! Es ist schmerzhaft, aber jemand musste auf diese Wunde hinweisen, denn wir brauchen Hilfe. In diesem Buch wird nicht geurteilt, sondern du lädst die Menschen zu einem Leben ohne Geheimnisse ein. Du lädst die Menschen zu einem Leben in Freiheit und Shalom ein ... und alles beginnt damit, „das Unsägliche zu sagen“. Das Buch gibt nicht alle Antworten, lädt uns aber auf eine wunderschöne Reise ein. Du gibst Beispiele dafür, wie du dich verändert hast, und inspirierst andere dazu, das Gleiche zu tun. Es ist eine herausfordernde Lektüre, die uns auf neue Gedanken bringt, und das ist meiner Meinung nach das Beste. Es kommt zur rechten Zeit und wird dringend gebraucht.

Alex Berg, Pastor
Mosaik – Kirche wie eine Familie, Erfstadt, Deutschland

Sag das Unsägliche enthält eine wertvolle, einzigartige, gesalbte und dringende Botschaft der Hoffnung für unsere Kirchen, Familien und Kinder und auch für uns. Zunächst geht uns auf, dass wir unserer Berufung nicht nachkommen können, wenn wir in unserer Vergangenheit gefangen sind. Dann erkennen wir, wie Kirchen, Familien und Eltern sich verändern können, um zu Orten der Hoffnung zu werden. Anstatt mit unseren Geheimnissen allein zu sein, werden wir frei, über unsere Ängste, Traumata und Missbrauch zu sprechen und zu beten. Außerdem stellt uns Elizabeth Good eine neue Sprache zur Verfügung, damit wir mit unseren Kindern und Enkeln darüber sprechen können, wie sie Hilfe bekommen, wenn sie mit solchen Problemen konfrontiert sind. Wir werden gesegnet, wenn wir die „Schlüssel“ benutzen, die Elisabeth vorstellt und die uns an Gottes Wort erinnern: „*Fragt nach den Pfaden der Vorzeit, wo denn der Weg zum Guten sei, und geht ihn! So werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen*“ (Jeremia 6,16). Diese Schlüssel ermöglichen es uns, Heilung zu erfahren, sodass wir – gemeinsam, nicht allein – in voller Freiheit leben können, um unsere Berufung und Bestimmung in Jesus Christus, unserem Herrn, erfüllen zu können.

Dr. Susan Hillis,
Globale Strategie-Koordinatorin, *World Without Orphans*

In ihrem neuen Buch *Sag das Unsägliche* spricht Elizabeth Good offen über das, was die Erfahrung vieler ist. Sie hilft uns, uns selbst aus einer Perspektive zu sehen, die sowohl hoffnungsvoll als auch extrem ehrlich ist, wenn es darum geht, was bei uns nicht in Ordnung ist und wie wir mit etwas eigener und geistlicher Intelligenz danach streben können, es in Ordnung zu bringen. Es ist eine einzigartige Lektüre, die, egal wie geistlich reif wir sind, uns dabei helfen kann, eine neue Version von uns selbst zu entwickeln. Das Buch enthält genau die richtige Menge an Argumenten und Untersuchungen darüber, wie wir beschaffen sind, Dinge zu bekennen, uns zu öffnen und Dinge zu verarbeiten. Aber Elizabeth erzählt auch sehr berührende und reale Geschichten aus ihrem eigenen Leben und ihrem Umfeld. Das Buch erinnert mich an Matthäus 5,8 in der Message-Version der Bibel: „*Du bist gesegnet, wenn du deine innere Welt – dein Gedankenleben und dein Herz – in Ordnung bringst. Dann kannst du Gott in der äußeren Welt sehen.*“ Ich denke, dieses Buch hilft uns, genau das zu tun.

Shawn Bolz

TV-Moderator, Kommentator, Journalist, Podcaster, Autor, Pastor

Elizabeth Good ist eine außergewöhnliche, bezaubernde und talentierte Person, die es in der säkularen Welt von heute weit bringen könnte; aber sie hat sich entschieden, ihr Leben der Hilfe für Menschen zu widmen, die missbraucht worden sind und Liebe und Fürsorge brauchen. Ihr Buch *Sag das Unsägliche* ist eine vielfältige Kombination aus ihren eigenen Erfahrungen und ihrem Rat für diejenigen, die Hilfe suchen. Sie erörtert das Thema auf Basis ihrer eigenen Erfahrungen und ihrem Fachwissen aus der Arbeit mit anderen. Das Buch ist Pflichtlektüre sowohl für diejenigen, die sich nach einem Missbrauch innere Hilfe wünschen, als auch für diejenigen, die anderen helfen wollen.

Professor William Wagner

Emeritierter Präsident der *Olivet University*

Gründer des *Global Strategy Forum*

Berater des Weltverbandes der Evangelikalen

Inhalt

Einführung	13
Teil I: Empfangen	21
1 Wir müssen reden	23
2 Für mehr gemacht, aber wer hat schon die Zeit dafür?	37
3 Nichts ist in Ordnung	49
Teil II: Enthüllen	67
4 Jeder hat Geheimnisse	69
5 Die verlorene Kunst der Beichte	81
6 Das Unsägliche sagen	97
Teil III: Reflektieren	111
7 Zum Kämpfen geboren	113
8 Wenn wir uns ändern, verändert sich alles	125
Teil IV: Loslassen	137
9 Nimm deine ewige Bestimmung an	139
10 Kein Zurück	153
Teil V: Neu starten	163
11 Das gute Leben	165
12 Das ändert alles	181
Danksagungen	191
Über die Autorin	193

Widmung

Mama und Papa:

Dieses letzte Jahr war das größte Geschenk.

Danke für das Privileg, mit euch durch die vielen Türen zu gehen,
die vorher verschlossen waren.

Was für ein Geschenk, durch eure Geheimnisse zu beten
und eure Geschichten zu hören!

Sammi, Max und Leo:

Ich bin so dankbar, dass ihr euch alle liebt und auch Gott liebt –
mein innigstes Gebet, seit ihr alle geboren wurdet!

Jetzt seid ihr die Autoren der Geschichte;
die Geheimnisse der Generationen liegen auf dem Tisch.

Ich weiß, dass ihr in eurer Generation
in einer mächtigen Freiheit ein gutes Leben führen werdet!
Ich liebe euch alle so sehr!

Und Mr. Good, danke,
dass du dich auf diesen wilden Ritt eingelassen hast!
Ich liebe dich ungemein!

Einführung

Eine Reise zu einem beherzt authentischen, mutig transparenten und unverblümt freien Leben

Ohne Risiko kein Leben.¹

In dem Moment, als Gott an dich dachte, trafen Schöpfung und Bestimmung aufeinander. Und als du dann „zusammengefügt“ wurdest, wurdest du auch mit einer Bestimmung verknüpft. Es ist ein perfekter Plan. Aber in einer unvollkommenen Welt ist der Moment, in dem der Mensch auf seine Bestimmung trifft, auch der Moment, in dem der Kampf beginnt. Zum Glück wurdest du geboren, um zu kämpfen.

Der Feind will uns mit allen Mitteln von unserer Bestimmung trennen, und er versteht es, die Sprache deiner Schwächen zu sprechen – egal welche Ängste, Befürchtungen, Zurückweisungen oder Geschichten aus deiner Vergangenheit dich plagen und dich zurückhalten. Deine Bestimmung ist nicht abhängig von einem „Falls“. Es ist eine biblische Verheißung, dass es etwas Erstaunliches gibt, zu dem du berufen bist. Um diese göttliche, ewige Bestimmung zu ergreifen, muss man tiefstehende Dinge ausgraben, aber das ist das Risiko wert.

Der damit verbundene Prozess kann erfordern, dass du dich Dingen stellst, die du für unaussprechlich hältst, dass du über Dinge sprichst, die du bisher nicht ausgesprochen hast, oder dass du zum Katalysator für einen totalen Kulturwandel wirst – sei es in deinem eigenen Leben, deinem Zuhause und deiner Familie, oder dass du einen

¹ Lisz Hirn (*1984), österreichische Philosophin und Künstlerin;
<https://www.aphorismen.de/zitat/130182>

systemischen Wandel in deinem Wohnort, deiner Kirche/Gemeinde oder auf globaler Ebene herbeiführst.

Das mag ehrgeizig klingen, aber nichts ist unmöglich, wenn es darum geht, wie Gott ein einzelnes Leben gebrauchen kann, wenn du dich völlig hingibst, dich von den ungesunden Stimmen aus deiner Vergangenheit oder Gegenwart befreist und dich ganz auf das ausrichtest, wozu er dich beruft.

Diese Berufung ist der Grund, warum wir hier sind – auf den Seiten dieses Buches und in der Welt. Du existierst aus einem ewigen Grund, und wenn du diesen Grund nicht aktiv auslebst, kann das zu einem Gefühl der Unruhe, des Getrenntseins, der Frustration und Un-erfülltheit führen. Wahrscheinlich weißt du das; du spürst, dass du für mehr bestimmt bist, aber du weißt nicht, wie du dorthin kommst. Ich verstehe das nur zu gut. Das war auch bei mir so. Dort habe ich angefangen. Aber ich bin nicht dortgeblieben. Wenn du bereit bist, wirst auch du nicht dortbleiben.

Wir sind darauf trainiert, unsere Geheimnisse ... geheim zu halten. In manchen Fällen werden wir kulturell darauf getrimmt (wie in meinem Buch *Groomed* beschrieben)², die Preisgabe unserer Geheimnisse würde uns und alle um uns herum zerstören. In Wirklichkeit richtet es aber den größten Schaden an, wenn wir sie versteckt halten. Wir müssen alles, was uns zurückhält, vollständig ausgraben und richtig damit umgehen, damit es keine Macht über unser „Jetzt“ oder unsere Zukunft hat.

An diesem Punkt war ich: Ich lebte das „perfekte“ Leben auf dem Papier, konnte aber die Stimme in mir nicht zum Schweigen bringen, die mir sagte, dass ich für mehr geschaffen war und Gott nicht wollte, dass ich mich mit weniger zufrieden gebe. Aufgrund der biblischen Verheißungen glaube ich, dass diese Stimme in uns und die Bestimmungen Gottes, für die jeder Mensch ausdrücklich geschaffen wurde, Hand in Hand gehen.

² Elizabeth Melendez Fisher Good, *Groomed: Overcoming the Messages That Shaped Our Past and Limit Our Future* (Nashville: Thomas Nelson, 2020).

Nach allem, was ich erreicht, gelernt und geleitet hatte, wollte ich mich eigentlich gar nicht umorientieren und wusste nicht einmal, ob es möglich war oder ob ich nur verrückt und egoistisch war, weil ich mehr wollte. Dies anzustreben und Gott zu bitten, mir zu zeigen, wie es geht, hat mich zu einer größeren Berufung geführt, als ich mir je bewusst war. Ich bin davon überzeugt, dass dies eine biblische Verheißung ist, was bedeutet, dass die gleiche Chance für absolut jeden Menschen besteht. Auch für dich.

Drei Jahrzehnte lang habe ich durch die Beobachtung der Welt in Extremen Folgendes gelernt:

- **Runde eins:** Als ich in Chicago in der Marketing- und Medienbranche arbeitete, gab es nicht viele Geheimnisse. Wie du dir vorstellen kannst, lässt die säkulare urbane Kultur alles heraushängen; kaum etwas bleibt unausgesprochen oder versteckt. Im Gegenteil: Was normalerweise unter dem Tisch bleibt, wird zur Schau gestellt, gefeiert und bejubelt. Es gibt Offenheit, aber wenn wir uns nicht von Gott führen lassen, wie wir diese Transparenz zum Guten nutzen können, macht sie alles nur noch schlimmer.
- **Runde zwei:** Von einem Extrem zum anderen diente ich fast ein Jahrzehnt lang als Leiterin und Gebietspastorin in der *Willow Creek Community Church*. In einer Gemeinde dieser Größe und dieses weltweiten Rufs bist du mit biblischen Prinzipien vertraut; aber wie so oft in der kirchlichen Kultur (vor allem in großen Gemeinden, in denen man den Rädern der Maschinerie nicht zu nahekommen will) pickst du dir nur das Wenige heraus, das du bewältigen kannst; wenn es jedoch größere, tiefere, beunruhigendere Probleme gibt, gehst du diesen lieber aus dem Weg. Es ist zu riskant oder zu schwierig, es an die große Glocke zu hängen. Du sprichst es nicht an – bis alles in sich zusammenfällt und sich alle fragen: „Warum hat nicht schon früher jemand etwas gesagt?“
- **Runde drei:** Als ich in den gemeinnützigen Sektor wechselte, sah ich die ersten Hinweise auf die geheime „Soße“, welche das

Potenzial hat, in jedem Menschen eine gewaltige Offenheit hervorzubringen, die seine Bestimmung freisetzt. In unserer Arbeit mit Frauen, die vom Sexhandel betroffen waren, verteilten wir Karten, die auf der einen Seite Informationen enthielten, die ihnen helfen sollten zu erkennen, dass sie „für mehr geschaffen“ waren. Und auf der Rückseite dieser Karte stand einfach: „Hast du dich jemals gefragt, ob es noch mehr gibt? Bist du bereit?“ Als ich sah, wie die Frauen auf diese Einladung reagierten – von denen, die diese Hoffnung noch nie gehört hatten, bis hin zu denen, die sie seit Jahren in ihrem Herzen zu unterdrücken versuchten –, wurde mir klar, dass diese Botschaft nicht nur für Menschen gilt, die sich in einem Leben befinden, das von Tragödien und Traumata geprägt ist, sondern dass sie sich an jeden Einzelnen von uns richtet.

Und als ich diesen langfristigen Entwicklungspfad, auf dem ich mich befand, betrachtete und die gemeinsamen Erfahrungen dieser verschiedenen Umgebungen zusammenbrachte, *erkannte ich das Rezept für das, was der Welt in jeder Umgebung fehlt:*

- Die kühne und unverfrorene **säkulare Geschäftswelt** redet offen, leicht und verbirgt wenig, aber es fehlen die biblischen Werkzeuge und das Mitgefühl, um diese Transparenz zu nutzen.
- **Die kirchliche Arbeit** konzentriert sich direkt auf die biblischen Werkzeuge, wendet sie aber nur an der Oberfläche der „akzeptablen“ Themen an. Sie bleibt sicher an der Oberfläche und distanziert sich von sehr vielen tieferen Problemen – was allzu oft dazu führt, dass man sie leugnet und eine Vertuschungskultur praktiziert, die es leicht macht, in Täuschung und, Gott bewahre, in einen Skandal abzugleiten.
- Die harten, aber suchenden Herzen, die im **Sexhandel** gefangen sind, begraben sowohl die Bibel als auch den Mut, wörtlich oder im übertragenen Sinne „deinen Zuhälter zu nennen“ in Bezug auf die missbräuchlichen Stimmen, die sie dorthin geführt haben, wo sie waren, und eliminieren die Fähigkeit, sich gegen die Leute, die sie geprägt und beeinflusst haben und für die „Botschaften, die unsere Vergangenheit geformt haben und unsere Zukunft begrenzen“

verantwortlich sind, zu wehren.³ Dies ist der Inbegriff dafür, dass man keine Rüstung, keine Werkzeuge und keinen Einfluss für eine Veränderung hat.

Wenn es an diesen Orten nicht die richtige Formel gibt – Transparenz, Beichte, Heilung, Zuhören und Dienen –, wo gibt es sie dann? Die Antwort sollte die christliche Gemeinde sein, die ursprünglich auch dafür gedacht war. Die Wahrheit ist, dass es sie in unserer heutigen Gesellschaft nicht gibt – nirgendwo!

Was ist das Geheimnis, um einen Ort für Transformation und Heilung zu schaffen, der nirgendwo anders voll existiert? Der wichtigste Aspekt ist, dass du dich dem stellst, von dem du glaubst, dass du es nicht aussprechen, zugeben, konfrontieren oder bewältigen kannst, und dass du ihm genug Luft gibst, damit es verdorren und aussterben kann. Entwaffne das scheinbar undurchdringliche Netz aus Lügen, das Satan die ganze Zeit spinnt, indem du das Verborgene ans Licht bringst und erkennst, dass es dich nicht töten kann. Nenne deinen Zuhälter, die Stimmen, die dich zurückgehalten haben oder zurückhalten, und beobachte, wie sie ihre Macht verlieren.

Die tiefere Antwort darauf, *wie* du diese Schritte durchlaufen kannst, und zwar auf eine nachhaltige Art und Weise, die du in ein Leben neuer Gewohnheiten mitnehmen kannst, in welchem du Kreisläufe durchbrichst, die Richtung änderst und Generationen beeinflusst, ist ein Programm, das inzwischen überall umgesetzt wird, von lokalen Klassenzimmern bis zu internationalen Parlamenten:

REAL TALK:⁴

**ein Werkzeug, das dir hilft, dich zu öffnen,
die Dinge beim Namen zu nennen
und aufzustehen, um Gott und die Wahrheit
in den Mittelpunkt zu stellen.**

Tausende von Menschen, die entdecken, wie sie „die Dinge beim Namen nennen und frei leben“ können, sagen: „Dies ändert alles.“

³ Good, *Groomed*.

⁴ Etwa: wahrhaftiges, ehrliches Gespräch.

Was wir in diesem Buch vorhaben, enthüllt Seite für Seite das „Dies“, das „alles verändert“. Dazu kommt die Unterstützung durch das dahinter stehende Programm und das Team, das sich bereits für deinen Erfolg und deine geistliche Heilung verpflichtet hat. Wir kennen dich noch nicht. Aber wir wissen eine Menge darüber, was du durchgemacht hast, denn wir haben es selbst erlebt. Und jetzt arbeiten wir jeden Tag mit neuen Geschichten von Menschen, die es ebenfalls erlebt haben. Und wir lernen und entwickeln immer mehr Werkzeuge, um dir zu helfen, *das Unsägliche zu sagen* und unsäglich frei zu leben.

Es gibt aber noch mehr, und das ist vielleicht der wichtigste Teil:

Die Zeit ist von entscheidender Bedeutung.

Dies ist kein Andachtsbuch oder eine allgemeine Anleitung für dein geistliches Wachstum. Dies ist ein Alarm. Ein Megaphon. Ein dringender Aufschrei. Die Zeit ist so wichtig für jeden Einzelnen, der vor seiner Bestimmung steht, für jeden Menschen um dich herum und für jede sich entwickelnde Generation, die davon betroffen ist, wie du dich entscheidest – und was andere sehen, wie du dich entscheidest, genau jetzt.

Unsere Kinder und diejenigen, die wir beeinflussen, sind unser größtes Publikum. Sie sehen die Entscheidungen, die wir treffen, und die Gewohnheiten, die wir uns aneignen, aus nächster Nähe. Wenn wir unsere Unvollkommenheiten polieren, unsere Konflikte verbergen, unsere Dämonen verschleiern und meinen, wir müssten äußerlich perfekt aussehen, während wir innerlich kaum überleben, dann sterben wir am Weinstock und tragen zur Selbstzerstörung in anderen bei.

Mit „Täusche es vor, bis du es schaffst“, wirst du es nie schaffen. Wir bleiben im Vortäuschen stecken, bis unsere Geheimnisse mit uns sterben. Schlimmer noch, wir verdammen zahllose andere dazu, den Kreislauf zu wiederholen.

Die Alternative ist, dass du der große, böse Felsbrocken im Bach bist, der einen mächtigen Wasserstrom umleitet. Du kannst dich ganz

einfach dafür entscheiden, den Kreislauf zu durchbrechen und „echt“ zu werden.

Gott hat dir alle Schlüssel gegeben, die du brauchst, um jede Tür zu öffnen (oder zu schließen!), an die du kommst. Wir werden nun lernen, wie wir die Türen erkennen, uns ihnen stellen und den Schlüssel umdrehen. Je nachdem, um welche Tür es sich handelt, können diese Schlüssel dazu verwendet werden, eine Barriere zu durchbrechen, die deinen Fortschritt blockiert, oder auch einen scheinbar unausweichlichen Strom des Schmerzes und der Scham für immer zu verschließen, damit du „in deiner Heilung bleiben“ kannst – ein Thema, mit dem wir uns in Kapitel 10, „Kein Zurück“, beschäftigen werden.

Du solltest wissen, dass das nichts für schwache Nerven ist. Es stimmt zwar, dass jeder „zum Kämpfen geboren“ ist (vgl. Kapitel 7), aber nicht jeder fühlt sich bereit. Für diejenigen, die es sind: *Sag das Unsägliche* (und die fortlaufende Arbeit im Real-Talk-Programm) begleitet dich durch die „Botschaften und Denkweisen, die dich von deiner gottgegebenen Identität abhalten“, um „deine volle ewige Bestimmung und dein Vermächtnis freizusetzen“.⁵

Wenn du akzeptierst, dass du „für mehr gemacht“ bist (vgl. Kapitel 2) und deine „ewige Bestimmung ergreifst“ (vgl. Kapitel 9), wirst du glauben, dass du „das gute Leben“ verdienst (vgl. Kapitel 11) und erkennen, dass es nicht nur um dich geht – im Gegenteil: „Das ändert alles“ (vgl. Kapitel 12).

Die Menschen hungern nach der Wahrheit, aber das ist nirgendwo der Aufmacher. Das ist *meine* ewige Aufgabe – ich habe das Gefühl, dass ich ein Gegenmittel habe und kann dazu nicht schweigen. *Wir müssen reden*. Es ist an der Zeit. Für mich, meine Familie und die Menschen und Organisationen, die an der Real-Talk-Bewegung beteiligt sind, ist es an der Zeit, dass wir endlich unsere ewige Bestimmung ergreifen und das gute Leben führen, das Gott für uns vorgesehen hat, seit er unsere Bestimmung erdacht hat. Auf den Seiten dieses Buches lade ich dich ein, das Gleiche zu tun.

⁵ Free With E: Leitbild der Organisation.

TEIL I

Empfangen

Kapitel 1

Wir müssen reden

„Das habe ich noch niemand erzählt ...“

Ich habe das selbst gesagt. „Das habe ich noch niemand erzählt.“

Als ich endlich tatsächlich „alles erzählte“ – als ich mich öffnete und lernte, *das Unsägliche zu sagen* –, änderte sich alles, zum Guten.

Also sagte ich es mehr als einmal, und zwar in Bezug auf mehr als ein Geheimnis, das ich mein ganzes Leben lang mit mir herumgetragen hatte. Diese Geheimnisse waren nicht klein, wie z. B. bei einem Mathe-Test zu schummeln oder einen Lippenstift in meine Handtasche zu stecken, ohne ihn zu bezahlen. Sie betrafen meine Ehe, meine Familie, sexuellen Missbrauch in der Kindheit, Missbrauch durch Gleichaltrige und Vergewaltigung, das Mich-Betäuben und Wiederholen erlernter Verhaltensweisen, Pornografie, Abtreibung, offene Türen zum Okkultismus und Götzendienst in vielerlei Hinsicht – all das hatte zu einer lähmenden Scham geführt. Und das ist nur ein Teil der Liste.

Früher habe ich alles versteckt, nicht nur aus Scham, sondern auch, weil ich erfolgreich versucht habe, so zu tun, als wäre ich perfekt. Jetzt verstecke ich nichts mehr. Dieses Schiff ist schon lange abgefahren. Inzwischen habe ich der Welt alles erzählt – in TED-Vorträgen, auf Konferenzen und in meinem letzten Buch „Groomed“, in dem ich zum ersten Mal meine verletzendsten Erfahrungen bis ins kleinste Detail aufgeschrieben habe. Ich bedaure es nicht. Ich habe nicht aufgehört. Und so Gott will, werde ich das auch nie tun.

Ich erzähle diese Geschichten bei jeder mir angebotenen Gelegenheit, von international einflussreichen Plattformen bis hin zu ruhigen Räumen, in denen ein einzelnes Leben kurz davor steht, aufzuwachen und anders zu leben. Jedes Mal, wenn ich das tue, höre ich eine Person die Worte sagen, die mein Leben verändert haben und die jetzt auch ihres verändern werden: „Ich habe das noch nie jemandem gesagt ...“

Ich höre es von Führungskräften, Prominenten und Kindern. Ich höre es von den Opfern im Menschenhandel und von prominenten Familien. Ich höre es fast ausnahmslos aus allen Bereichen des Lebens. Wenn du also gerade denkst, dass es etwas gibt, das du noch nicht gesagt hast, mit dem du noch nicht konfrontiert warst oder das du aus deiner Vergangenheit noch nicht unschädlich gemacht hast, kannst du sofort wissen, dass du nicht allein bist.

Du solltest dich auch auf etwas gefasst machen, denn ich habe noch niemanden gesehen, der diese Schlüssel gefunden hat und unbeeindruckt, unangefochten oder unverändert weitermacht. Es verändert das Fundament, ob wir es wollen oder nicht, und der Prozess ist nicht immer einfach. Egal, wie leicht oder schwer es ist, ich habe auch noch niemanden erlebt, der diesen Prozess durchgemacht hat und dann nicht von seinem erhöhten Standpunkt aus geflüstert oder gerufen hat: „Es lohnt sich.“

Das Unsägliche sagen

Die Forschung zeigt, dass Gehörtwerden im Gehirn als Gefühl der Liebe registriert wird.¹ Ich erlebe das jeden Tag, wenn Menschen darauf reagieren, dass man ihnen zuhört, sie akzeptiert und ihnen die Mittel an die Hand gibt, um das bewerkstelligen zu können, was sie in ihrem Leben neu ausrichten müssen, um weiterzukommen.

Wie ich in *Groomed* gesagt habe, berichtet eine von drei Frauen, dass sie als Kind sexuell missbraucht wurde – 91 Prozent davon von Personen, die das Opfer kannte.² Sechzig Prozent der Erwachsenen berichten, dass sie in ihrer Kindheit missbraucht wurden oder andere

¹ Carl Nassar, *The Importance of Feeling Understood*.

² <http://victimsofcrime.org/media/reporting-on-child-sexual-abuse/child-sexual-abusestatistics>

schwierige Familienverhältnisse erlebt haben.³ Diese Narben bleiben bis ins Erwachsenenalter bestehen. Bei einer missbrauchten Person ist die Wahrscheinlichkeit größer, dass sie eine missbräuchliche Beziehung eingeht und es an ihre Kinder weitergibt, die den Kreislauf wahrscheinlich wiederholen, wenn nicht sogar eskalieren.

Wenn Trauer, Scham und Angst nicht vollständig aufgearbeitet werden, wiederholen sie sich und schreiben ein sich wiederholendes Drehbuch unerfüllter, destruktiver Botschaften, von dem unser Leben nie abweicht. Das Muster zeigt sich nicht nur in unserem Leben, denn wenn wir in unserer Gebrochenheit verharren, wirkt sich das negativ auf das Leben derer aus, die wir beeinflussen, auf unsere Lieben oder – Gott bewahre – auf neue Opfer, mit denen wir die Auswirkungen unserer persönlichen Traumata ausleben.

Wir leben nicht nur gebrochen, wir „brechen es vorwärts“.

Wenn es speziell um sexuellen Missbrauch geht (das auffälligste und schambesetzteste Geheimnis des Lebens), hast du vielleicht schon einmal die Statistik „eines von drei Mädchen und einer von fünf Jungen“⁴ gehört, und wenn ja, ist es manchmal leicht, darüber hinwegzusehen. Wir werden gefühllos gegenüber den Zahlen. Aber halte einen Moment inne und denke darüber nach, was das bedeutet: etwa ein Drittel unserer gesamten Bevölkerung. Im Durchschnitt trägt einer von fünf Menschen, **die du kennst**, dieses Geheimnis in sich.

Von dort aus kannst du es dann „vorwärts brechen“: Bedenke, dass missbrauchte Personen dieses Verhalten fast immer in irgendeiner Form gegenüber einem anderen Kind oder in einer Beziehung von Erwachsenen ausüben. Das bedeutet, dass ein neues Drittel der Bevölkerung von einem Missbrauchsoffer missbraucht wird. Diese Zahlen gelten nicht nur für ein Missionsfeld „aus den Augen, aus dem Sinn“, wie dem Sexhandel, in dem viele daran arbeiten, eine „offensichtlich“ verletzte Welt zu erreichen. Wir finden dieses Verhalten auch dort, wo man es am wenigsten vermutet: in unseren Wohnvierteln und

³ http://justice.aksummit.com/PDF/081712_childhood_trauma.pdf

⁴ Carol Shakeshaft, Kongressbericht; Hofstra University School of Education