



# Gesehen & geliebt

*Gott spricht  
deine Liebesprache*

GARY   
CHAPMAN  
MIT R. YORK MOORE

  
Francke

Gary Chapman mit R. York Moore

**Gesehen & geliebt**

**Gott spricht deine  
Liebessprache**

  
Francke

### **Über das Buch:**

Basierend auf dem Konzept der 5 Sprachen der Liebe entfaltet Chapman, wie Gott uns mit unendlicher Liebe begegnen will. Dabei gibt der Autor auch Einblicke in sein eigenes Glaubensleben und lädt dazu ein, Gott persönlich zu begegnen.

Bestens geeignet für die offene Gemeindearbeit.

### **Über die Autoren:**

**Dr. Gary Chapmans** hat Anthropologie studiert und war viele Jahre in der Paarberatung tätig. Er ist der Autor zahlreicher Bücher und als Experte für Beziehungsfragen international bekannt. Mit seinem New York Times-Bestseller »Die 5 Sprachen der Liebe«, der in über 30 Sprachen übersetzt wurde, hat er einen neuen Schlüssel zur Kommunikation gefunden und ein Millionenpublikum erreicht. Zusammen mit seiner Frau Karolyn lebt er in North Carolina.

**R. York Moore** ist ein künstlerisch begabter Autor, Redner und Evangelist, der sich landesweit in den USA auch gegen Sklaverei und Menschenhandel engagiert. Er war Atheist und wurde Christ, während er an der University of Michigan Philosophie studierte. Mit seiner Frau und seinen drei Kindern lebt er im US-Bundesstaat Michigan. Weitere Informationen unter [tellthestory.net](http://tellthestory.net) oder in den sozialen Medien unter [@yorkmoore](https://www.instagram.com/yorkmoore).

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im  
Internet über <https://dnb.dnb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-96362-857-3

This book was first published in the United States  
by Northfield Publishing  
with the title *Seen. Known. Loved.*,  
copyright © 2020 by Gary Chapman & R. York Moore.  
Translated by permission. All rights reserved.  
The 5 Love Languages is a registered trademark  
of The Moody Bible Institute of Chicago in the United States  
and other jurisdictions.

© der deutschsprachigen Ausgabe  
2022 by Francke-Buch GmbH  
35037 Marburg an der Lahn  
Deutsch von Anja Findeisen-MacKenzie  
Umschlagbild: © iStockphoto.com / molchanovdmity  
Umschlaggestaltung: Francke-Buch GmbH  
Satz und Datenkonvertierung E-Book:  
Verlag der Francke-Buchhandlung GmbH

[www.francke-buch.de](http://www.francke-buch.de)

# Einführung

Wonach suchen Sie? Viele Menschen, die wir kennenlernen, wünschen sich mehr vom Leben. Sie suchen nach einem Sinn - dem Grund ihrer Existenz. Sie wollen spüren, dass ihr Leben einen Wert hat, möchten mit anderen verbunden sein und mit ihnen gemeinsam diese Welt zu einem besseren Ort machen.

Kurz: Sie wollen *lieben und geliebt werden*. Wir beide, die Autoren dieses Buches, sind Hunderten von Menschen begegnet, die uns die Probleme ihres Lebens anvertraut haben. Die meisten von ihnen haben das Zerbrechen von Beziehungen erlebt. Hinter ihren Problemen ist der Schrei nach Liebe verborgen. Alle Fachleute, die sich mit der menschlichen Psyche beschäftigen, sind sich einig, dass der Wunsch, geliebt zu werden, eines unserer tiefsten Bedürfnisse ist. Wir wünschen uns, dass andere uns als Mensch wertschätzen, selbst wenn wir nicht alle ihre Erwartungen erfüllen können.

Diese Erkenntnis hat mich (Gary) dazu bewegt, das Buch *Die 5 Sprachen der Liebe - wie Kommunikation in der Ehe gelingt* zu schreiben. Es wurde millionenfach verkauft und in über fünfzig Sprachen auf der ganzen Welt übersetzt. Als Anthropologe staune ich darüber, dass die *5 Sprachen der Liebe* offenbar universelle Bedeutung haben.

Bei den *5 Sprachen der Liebe* handelt es sich um Lob und Anerkennung, Hilfsbereitschaft, Geschenke, Zweisamkeit und Zärtlichkeit. Eine dieser Sprachen spricht uns tiefer an als die anderen vier. Sie ist sozusagen unsere Muttersprache der Liebe. Der Schlüssel besteht darin, die bevorzugte Liebessprache des anderen zu entdecken und sie im Umgang mit ihm zu sprechen. Wenn wir einander auf

diese Weise begegnen, blühen wir auf und ebenso unsere Beziehungen. Tausende von verheirateten Paaren haben berichtet, dass dieses einfache Konzept ihre Ehe buchstäblich gerettet hat. Alleinstehende konnten auf diese Weise die Beziehung zu ihren Eltern verbessern und zugleich ihre Partnersuche auf eine ganz neue Basis stellen. Falls Sie nicht wissen, welches Ihre bevorzugte Sprache der Liebe ist, empfehlen wir Ihnen den Liebessprachen-Test im Anhang dieses Buches.

Wir werden uns mit diesen Gedanken auf den folgenden Seiten weiter beschäftigen. Dies kann Ihr Leben nachhaltig verändern – weil es Sie mit der Liebe, die Sie suchen, in Verbindung bringt. Lesen Sie also weiter.

### **Das Problem**

Haben Sie in letzter Zeit Nachrichten gesehen? Wenn wir den Zustand unserer Welt betrachten, stellen wir uns vielleicht die Frage: Wenn Liebe so wichtig für uns ist, warum bekriegen sich dann Millionen Menschen auf der Welt, anstatt einander zu lieben? Wo liegt der Ursprung für dieses Verhalten?

Zum einen sind wir Menschen ziemlich selbstzentriert. Psychologen nennen das »egozentrisch«. Das ist nicht unbedingt dasselbe wie »egoistisch«. Egozentrische Menschen gehen davon aus, dass die Welt sich um sie dreht. Diese natürliche Neigung hat durchaus auch einen positiven Aspekt: Sie führt dazu, dass wir essen, schlafen und Sport treiben – uns also um uns selbst kümmern. Jedoch führt diese Selbstzentriertheit nicht selten zur Selbstsucht, was bedeutet, dass man dem Leben mit der Einstellung begegnet: »Was springt für mich dabei heraus?« Diese Haltung wirkt sich auf unser ganzes

Verhalten aus. Zwei selbstsüchtige Menschen können keine gesunde Beziehung führen.

Liebe ist das Gegenteil von Selbstsucht. Die Liebe denkt: »Wie kann ich das Leben der Menschen, denen ich begegne, angenehmer machen?« Wahre Liebe ist nicht nur ein Gefühl, sondern eine innere Haltung, die sich durch ein angemessenes Verhalten äußert. Dabei kann wahre Liebe durchaus auch Emotionen hervorrufen. Wenn ein Mensch sich dazu entscheidet, meine »Liebessprache« zu sprechen, dann fühle ich mich von ihm geliebt.

Abgesehen von der Selbstzentrierung leiden viele Menschen außerdem unter den katastrophalen Zuständen in einer Welt, die sich in eine völlig falsche Richtung entwickelt hat. Sie machen schreckliche traumatische Erfahrungen und erleben Dinge, die sich ihrem Zutun und ihrer Kontrolle entziehen. Das, was uns ausmacht, ist also ein Mix aus unserer eigenen selbstzentrierten Neigung und den Erlebnissen, die uns geprägt haben. Wenn wir dies alles zusammen betrachten, kommen wir zu dem Schluss, dass es wohl keinen einzigen Menschen auf dieser Erde gibt, der die tiefe, heilende Kraft der Liebe nicht braucht.

## **Die Suche**

Wohin aber sollen wir uns wenden? Manche können durch »positives Denken« gewisse Erfolge erzielen. *Glaube nur daran, dann wird es schon eintreten!* Diese Art zu denken fordert uns heraus, uns auf die positiven statt auf die negativen Aspekte unseres Lebens zu konzentrieren, auf unsere Chancen statt unser Versagen. Aus bitteren Limetten sollen wir eine süße Limonade machen, wir sollen nach dem Licht Ausschau halten, statt über die Dunkelheit zu klagen. Tausende von Büchern wurden schon über die Kraft des positiven Denkens geschrieben.

Natürlich kann eine positive Einstellung in vielerlei Hinsicht hilfreich sein. Jedoch brauchen die meisten von uns mehr als nur die Aufforderung zum positiven Denken, wenn wir ein Leben der Liebe führen wollen. Es ist schwer, positiv zu denken, wenn wir das Negative tagtäglich vor Augen haben oder wenn wir mit uns selbst nicht sonderlich zufrieden sind. Dann sind wir immer noch auf der Suche.

Viele Menschen wenden sich der Spiritualität zu, wenn sie nach der Liebe suchen. Damit sind sie immerhin schon in der richtigen Richtung unterwegs. Als ich (Gary) Anthropologie studiert habe, habe ich die Weltreligionen erforscht, auch in solchen Kulturen, in denen es noch keine Schriftsprache gab. Ich habe darüber gestaunt, dass in allen menschlichen Kulturen der Glaube an eine »spirituelle« Welt existiert. Das Empfinden, dass es mehr gibt als das, was wir mit unseren Augen sehen können, scheint eine grundlegende Erfahrung der menschlichen Natur zu sein.

Durch mein Studium der Weltreligionen wurde ich zwar nicht zum Experten für religiöse Fragen, aber ich habe mich sehr gründlich mit der lebensverändernden Kraft des christlichen Glaubens beschäftigt und diese auch persönlich erlebt. Darum spreche ich über das Christentum nicht im Sinne eines religiösen Systems. Es geht mir vielmehr darum, dem Gott, der dem Wesen nach Liebe ist, persönlich und authentisch zu begegnen. Ich habe herausgefunden, dass diese Liebe auf eine überwältigende Weise Erfüllung schenken kann. Es ist, als ob Gottes Liebe in unser Herz hineingegossen wird und unser tiefes Bedürfnis, geliebt zu werden, stillt. Seine Liebe ruft wiederum unsere Liebe hervor – weil wir geliebt sind, sind wir nun fähig, auch andere aufrichtig zu lieben.



Doch wenn das stimmt, warum sind dann so viele religiöse Menschen so unfreundlich, herzlos, kritisch und verurteilend anderen gegenüber? Wo ist bei ihnen die christliche Liebe? Mehr als zwei Drittel der US-Amerikaner bezeichnen sich selbst als Christen, allerdings sind es viele nur dem Namen nach. Sie nennen sich so, weil sie in einer überwiegend christlich geprägten Kultur aufgewachsen sind. Und was noch wichtiger ist: Viele haben die Liebe Gottes noch nicht persönlich erfahren und haben noch nicht aus tiefster Seele darauf geantwortet. Sie sind im Grunde genommen immer noch auf der Suche nach Liebe – wie so viele andere, ganz unabhängig von ihren religiösen Überzeugungen. Und solange unser tiefes Bedürfnis nach Liebe nicht gestillt ist, werden wir wahrscheinlich auch selbst nicht zu Liebenden.

### **Einsam?**

Und wie ist es bei Ihnen?

Wahrscheinlich wissen Sie ganz allgemein, dass Sie geliebt sind – von Ihrer Familie, von Freunden, vielleicht sogar von Gott –, aber Sie *spüren* es nicht. Wenn es Ihnen so geht wie vielen anderen, dann fühlen Sie sich mitunter einsam. Die Realität aber ist, dass Sie mit diesem Gefühl ganz und gar nicht allein sind. Millionen von Menschen haben damit zu kämpfen und stellen sich dieselben Fragen. Warum ist das so? Die Realität, wie wir sie erleben, weist uns auf etwas hin, das tief in uns liegt und uns in eine bestimmte Richtung zieht ... nämlich dorthin, wo wir so werden, wie wir gedacht sind, wo wir zu der liebevollen Beziehung finden, für die wir geschaffen wurden: die Beziehung zu Gott. Genau darum soll es in diesem Buch gehen.