

MAX LUCADO



*Limonadenrezepte für*  
**Zitronentage**

  
francke



## Limonadenrezepte für Zitrontage – Jeder Tag verdient seine Chance

1

**W**eicher Meeressand unter den Füßen, eine kühle Brise streicht über die Haut. Das Tiefblau des Pazifiks erstreckt sich vor mir. Sanft rollen die Wellen ans Ufer. Ein paar Möwen kreischen und segeln im Wind. Am Horizont zeichnen sich einige palmenbewachsene Inseln ab.

Ein Morgen zum Genießen. Und genau an einem solchen Morgen schreibe ich dieses Buch. Da kommt mir der Gedanke, dass es nicht schwer ist, einem solchen Tag eine Chance zu geben – wenn er wie dieser beginnt! Ich sinke zurück in den Liegestuhl, falte die Hände hinter dem Kopf und schließe die Augen.

Gerade in diesem Augenblick entschließt sich ein Vogel dazu, mein T-Shirt als Zielscheibe zu nutzen. Ganz ohne Vorwarnung. Keine Sirene, kein Fliegeralarm. Nein, einfach nur: Platsch!

Ich sehe sie noch fortfliegen – diese schadenfrohe Möwe.

Bäh! Dreimal ziehe ich mein T-Shirt durchs Wasser und rücke meinen Liegestuhl von den Bäumen weg. Ich versuche alles, um den Zauber dieses Morgens aufs Neue zu spüren, aber es will mir nicht gelingen. Ich bekomme

diese Möwe nicht mehr aus dem Kopf.

Eigentlich müsste mir das doch leichtfallen. Noch immer rollt die Brandung auf den Sand, die Wolken gleiten so gemächlich wie vorhin, das Meer ist noch ebenso blau und der Sand genauso weiß. Aber der »Möwenplumpser« will mir nicht aus dem Sinn!

Dieses blöde Vieh!

Typisch für diese Biester! Immer wieder bringen sie alles durcheinander. Lassen gerade da was fallen, wo ich sitze oder stehe! Auf eines kann man sich (immerhin) verlassen: Es vergeht kein Tag, an dem man nicht einem Möwenplumpser zum Opfer fällt.

---

*Der Verkehr kriecht, Flüge haben Verspätung,  
Freunde vergessen Verabredungen.  
Ehepartner meckern.*

---

Und dann diese besonders düsteren Tage, an denen kein Lichtstrahl der Zuversicht durchzudringen scheint. Die Stimmung ist auf dem Nullpunkt angekommen: Das

Krankenbett oder der Rollstuhl wird wohl zum ständigen Begleiter! Das Gefängnis der eigenen, erdrückenden Gedanken nimmt einen erneut gefangen. Die Friedhofserde ist noch frisch, die Entlassungspapiere stecken noch in der Tasche, die andere Seite des Bettes ist noch immer verwaist. Wer erwartet schon etwas Positives von einem solchen Tag?

Nicht viele ... aber sollten wir es nicht dennoch versuchen? Auch solche Tage haben eine Chance verdient. Wer weiß, vielleicht treffen wir ja doch noch ins Schwarze und werden genommen, wenn wir zum Vorsingen gehen! Hat nicht jeder Tag die Chance verdient, im Guten zu enden?

Immerhin: »Dies ist der Tag, den der Herr macht; lasst uns freuen und fröhlich an ihm sein« (Psalm 118,24). Bei den ersten beiden Worten kratzen wir uns womöglich am Kopf und runzeln zweifelnd die Stirn: Wie? Selbst *diesen* Tag? Die Feiertage, ja, die hat der Herr wohl gemacht. Oder Hochzeitstage. Ostersonntag. Die Tage unseres Urlaubs – die hat er gemacht. Aber *diesen* Tag?

Ja, Gott schuf auch diesen Tag! Der Vers aus dem Psalm bezieht sich auf alle Tage: Scheidungstage, Prüfungstage, OP-Tage, Steuerprüfungstage und Abschiedstage, wenn die Älteste auszieht, um von Stund an auf eigenen Füßen zu stehen.

Wie mitgenommen hat mich damals der Abschied von unserer Tochter Jenna! So schlimm hatte ich es mir nicht vorgestellt. Wir packten Jennas Sachen und luden sie ins Auto, und dann ließen wir ein Leben hinter uns – so, wie wir es 18 Jahre lang kannten. Wieder einmal war ein Kapitel unseres Lebens zu Ende. Von nun an stand ein Teller weniger auf dem Tisch, es kehrte große Stille im Haus ein und es gab kein Kind mehr zu beherbergen. Dieser Tag war gewiss unumgänglich. Er war lange ge-

plant und vorausgesehen – und dennoch zerriss dieser Tag mich innerlich.

Ich war nicht mehr ich selbst. Bei einer Tankstelle fuhr ich mit der Zapfpistole im Stutzen los und riss dabei den Schlauch aus der Säule. Ich verfuhr mich in einer Kleinstadt, die wir passierten. Und die ganze Zeit über blies ich Trübsal. Angekommen, packten wir aus, und ich schluckte einen Kloß nach dem anderen, der mir die Kehle zuzuschnüren drohte. Langsam füllte sich das kleine Zimmer meiner Tochter, und ich schmiedete Pläne, sie zu kidnappen, um sie dorthin zu bringen, wo sie hingehörte, nämlich nach Hause. Aber dann, während wir all die Sachen vom Auto durch die Flure in Jennas neues Zimmer schleppten, ging ich an einem Schwarzen Brett vorbei, und da hing ein Zettel, auf dem stand:

*Dies ist der Tag, den der Herr gemacht.  
Lasset uns freuen und fröhlich sein!*

Wie angewurzelt blieb ich stehen, starrte auf den Zettel und ließ die Worte auf mich wirken. Gott hatte also auch *diesen* Tag gemacht? Er hatte diesen herzerreißenden Augenblick mit allen Details geplant? Wenn uns etwas tief berührt und beunruhigt, geschieht dies nicht, weil Gott gerade Urlaub macht! Er hat keineswegs den Dirigentenstab aufs Pult gelegt und sich in den Pausenraum verzogen. Nein, er hält den Steuerknüppel fest in der Hand und sitzt noch immer auf dem einzigen Thron des Universums. Jeder einzelne Tag ist übers Zeichenbrett Gottes gegangen – auch dieser!

Und so entschloss ich mich, dort im Studentenwohnheim, auch diesem scheinbar so verdorbenen Tag noch eine Chance zu geben. Ich war bereit, meinen Blickwin-

kel zu ändern und in den Gesang des Psalmisten einzustimmen, auch wenn es mir unsäglich schwerfiel: *Ich will mich freuen und fröhlich sein!*

Aber ist da nicht noch eine andere Stelle in diesem Vers, die uns »unbequem« erscheint?

»Lasst uns freuen und fröhlich an ihm sein« heißt es. Ist das nicht auch eine Aussage, bei der wir gerne den Rotstift zücken würden, um das *an ihm* durch ein *nach ihm* zu ersetzen? Die Idee uns zu freuen und fröhlich zu sein ist ja gut und schön, aber jetzt gleich? Noch an diesem Tag? Nicht lieber erst morgen? Wenn wir alles überstanden haben? Das würde doch reichen, oder? Aber nein. *Dies* ist der Tag! Gott ermuntert uns mit diesem Wort, uns *mittendrin* zu freuen. Paulus freute sich *im* Gefängnis. David schrieb seine Psalmen *in* der Wüste seines Lebens. Jona betete *im* Bauch des Fisches. Paulus und Silas sangen *im* Gefängnis. Die drei Männer blieben *im* Feuerofen unverzagt. Johannes sah den neuen Himmel auch während er im Exil auf der Insel Patmos war. Und Jesus betete im Garten seiner größten Angst. Aber wie gelingt es uns, an Tagen wie diesen vergnügt zu sein?

Wie anders sähe die Welt aus, wenn es uns gelänge! Stellen wir uns vor, wir steckten ganz tief drin in einem schrecklichen, grässlichen, unschönen, ja sehr schlechten Tag. Und dann fassen wir den Entschluss, ihm dennoch eine Chance zu geben. Wir nehmen uns vor, ihn nicht länger zu vergeuden, indem wir uns betrinken, bis zum Umfallen arbeiten oder die Zeit mit Sorgen totschiessen. Stattdessen vertrauen wir darauf, dass alles gut werden kann. Wir fahren den Stress herunter, spüren jedem Funken von Dankbarkeit nach, lassen alles Nörgeln verstummen. Über kurz oder lang haben sich die Wogen geglättet und der Tag verläuft eigentlich überraschend ordentlich.

Wow! Das macht Eindruck – so sehr, dass Sie sich entschließen, auch dem nächsten Tag dieselbe Chance zu geben. Er fängt vielleicht wieder ebenso mies an – mit »Möwenplumpsern« und kleinen und großen Schicksalsschlägen. Und doch verdient auch dieser Tag eine Chance! Und am darauffolgenden Tag kann es so weitergehen. So werden aus Tagen Wochen, aus Wochen Monate und schließlich aus Monaten Jahre – eine endlose Reihe guter Tage.

So lässt sich ein gutes Leben führen: Einen guten Tag nach dem anderen.

*Eine Stunde ist zu kurz und ein Jahr zu lang.  
Es sind die Tage, die unserem Leben erfahrbar  
Struktur verleihen. Sie sind die von Gott  
geschaffene Ordnungseinheit, die uns hilft,  
unser Leben zu handhaben.*

Ein Tag – das sind:  
84.000 Herzschläge.  
1.440 Minuten.  
Eine komplette Erdumdrehung.  
Eine Runde auf der Sonnenuhr.  
Vierundzwanzig Mal die Sanduhr gedreht.  
Ein Sonnenaufgang und ein Sonnenuntergang.  
Ein jeder Morgen ist nagelneu, wie aus dem Ei gepellt, unberührt und ohne Gebrauchsspuren!  
Ein Geschenk von 24 Stunden, ungelebt und zur freien Verfügung.



Und wenn Sie dann einen guten Tag an den anderen heften, so ergibt das zusammen – *ein gutes Leben*.

Aber Folgendes gilt es dabei zu beachten:

Aufs Gestern ist der Zugriff verweigert! Er entglitt Ihnen während Sie schliefen. Gestern ist Schall und Rauch. Sie können einen Einfluss geltend machen. Versuchen Sie mal, nach Rauch zu haschen. Gestern ist nicht mehr greifbar, es lässt sich nichts dran ändern, nichts nachträglich verbessern. Ein zweiter Versuch für denselben Tag ist leider nicht möglich. Der Sand einer Sanduhr rieselt nun mal nicht nach oben. Der Sekundenzeiger einer Uhr läuft nun mal nur vorwärts. Ist ein Kalenderblatt abgerissen, so lässt sich dies nicht mehr rückgängig machen. Gestern ist gestern und nicht heute.

Und auch auf das Morgen lässt sich nicht unmittelbar zugreifen. Selbst wenn Sie die Erdumdrehung beschleunigen könnten, oder die Sonne dauernd überzeugen könnten zweimal auf-, aber nur einmal unterzugehen, wäre es nicht möglich, heute schon im Morgen zu leben. Das Geld von morgen können Sie nicht heute ausgeben. Noch zu bestehende Prüfungen können Sie nicht schon heute feiern. Und auch die Herausforderungen, die sich morgen auftun, lassen sich nicht heute bewältigen. Heute ist der einzige Tag, an dem Sie handeln können. Und es ist *dieser* Tag, den der Herr gemacht hat.

Kosten Sie ihn voll aus. Um etwas in Gang zu setzen, müssen Sie real anwesend sein, und das sind Sie nur heute. Beschweren Sie nicht diesen heutigen Tag mit den Lasten von gestern und verderben sie ihn nicht mit den Sorgen von morgen. Dieser Ratschlag klingt logisch, aber halten wir uns immer daran?

Wir tun unseren Tagen häufig das an, was ich mir auf einer Radtour einmal geleistet habe. Gemeinsam mit einem Freund nahm ich eine ausgedehnte Bergtour in An-



griff. Aber schon nach kurzer Wegstrecke war ich völlig erschöpft. Nach einer halben Stunde taten mir die Beine weh und ich schnaufte wie ein Walross. Mit letzter Kraft trat ich in die Pedale. Ich habe zwar nicht das Format eines Lance Armstrong, aber ein Anfänger im Radsport bin ich auch nicht. Und dennoch fühlte ich mich so. Nach einer Dreiviertelstunde musste ich schließlich absteigen, weil ich keine Luft mehr bekam. Und da bemerkte mein Freund, weswegen ich so erschöpft war: Die Hinterradbremse hatte sich verharkt und lag zu beiden Seiten meines Reifens. Ich hatte bei jedem Pedaltritt gegen den Widerstand des Gummis angekämpft. Kein Wunder also, dass die Fahrt eine Qual war!

Aber geht es uns im Alltag nicht oft genauso? Bremsen wir das Heute nicht auf der einen Seite mit alten Schuldgefühlen und auf der anderen Seite mit Zukunftsangst? Wen wundert es da, dass wir nicht vorankommen und

unsere Tage als schwere Last empfinden? Wir sabotieren, was der Tag uns schenken will, und tun alles, um ihn miserabel zu gestalten, indem wir die Mühsal von gestern immer noch mitschleppen und uns die Probleme von morgen bereits aufladen. Reue und Zukunftsängste – wie soll da der Tag eine Chance bekommen?

Was aber können wir anders machen? Einen Ratschlag gebe ich gern: Wenden Sie sich an Gott. Der Ewige, der die Zeit erschaffen hat, weiß etwas dazu zu sagen. Und er gibt uns in seiner Heiligen Schrift eine Formel an die Hand, mit der wir unsere Tage optimal gestalten können.

### *Den Tag in Gottes Gnade tauchen.*

»Da antwortete ihm Jesus: »Ich versichere dir: Noch heute wirst du mit mir im Paradies sein.«  
(Lukas 23,43)

### *Den Tag in seine Obhut geben.*

»Unser tägliches Brot gib uns Tag für Tag.«  
(Lukas 11,3)

### *Seine Führung akzeptieren.*

»Wer mir nachfolgen will, darf nicht mehr sich selbst in den Mittelpunkt stellen, sondern muss sein Kreuz täglich auf sich nehmen und mir nachfolgen.«  
(Lukas 9,23)

Gnade. Obhut. Führung.

Lassen Sie also zu, dass Ihr Tag von Gott bestimmt ist. Geben Sie jedem Tag die Chance, ein guter Tag zu werden. Und während Sie alles tun, um ihn gelingen zu lassen, schauen Sie hin und wieder mal nach oben, ob nicht eine Möwe mit frechem Grinsen in Ihre Richtung fliegt.

## *Rezept 1*

# WIE AUS DEM TAG NOCH ETWAS WERDEN KANN

Wenn wieder einmal alles schiefgeht, dann stellen Sie sich folgende Fragen:

1. Was werfe ich mir vor?
2. Worüber mache ich mir Sorgen?
3. Wie fülle ich meinen Tag sinnvoll aus?

Während Sie darüber nachdenken, sollten Sie sich vergegenwärtigen:

Gestern – ist vergeben.  
Morgen – ist seiner Obhut anvertraut.  
Heute – will er mich leiten.

Jesu Plan für einen guten Tag macht Sinn: Seine Gnade löscht die Schuldenlast. Seine Obhut nimmt uns die Angst, und seine Führung bewahrt uns vor Irrwegen.



## Teil 1

# DEN TAG IN GOTTES GNADE TAUCHEN



**G**estern haben Sie es vermasselt. Sie haben sich die Zunge verbrannt, haben den falschen Weg eingeschlagen, der falschen Person Sympathie bekundet und falsch reagiert. Sie haben geredet, wo Sie hätten zuhören sollen, sind gegangen, statt noch ein bisschen zu warten. Sie haben verurteilt, wo Sie hätten vertrauen sollen, und haben klein beigegeben, obgleich ein klares Wort vonnöten gewesen wäre.

Ja, gestern haben Sie es vermasselt. Aber der Schaden wird nur noch größer, wenn Sie zulassen, dass die Fehler von gestern Ihre Einstellung von heute sabotieren. Gottes Barmherzigkeit ist nämlich jeden Morgen neu. Greifen Sie zu! Vielleicht nehmen Sie sich die Bäume in den Rocky Mountains zum Vorbild. Einige Bäume dort sind viele hundert Jahre alt – bei Weitem älter jedenfalls, als das sonst übliche Lebensalter von sechzig Jahren dieser

Art. Einer der im vollen Saft stehenden Patriarchen dort ist gut siebenhundert Jahre alt! Wie kommt das? Es liegt am Regen, der fast täglich fällt. Der Boden ist so ständig feucht, die Luftfeuchtigkeit ist hoch, und so richten selbst Blitze meist nur geringen Schaden an.

Auch wir werden immer wieder vom Blitz getroffen, vom Blitz des Bedauerns. Und im Nu brennt alles lichterloh. Aber Sie können etwas dagegen tun. Setzen Sie sich den Regengüssen der Gnade Gottes aus. Lassen Sie seine Vergebung alles abwaschen. Tauchen Sie täglich ein, denn ein Regenguss jährlich ist einfach zu wenig. Selbst einmal im Monat reicht nicht aus. Und ein wöchentlicher Schauer hat auch nicht die Wirkung. Sprachlicher Nebel lindert nicht die Brandgefahr. Tauchen Sie Tag für Tag gründlich in Gottes Gnade ein. »Die Güte des Herrn hat kein Ende, sein Erbarmen hört niemals auf, es ist jeden Morgen neu! Groß ist deine Treue, o Herr« (Klagelieder 3,22–23).



## Barmherzigkeit für Tage voller Scham und Schande

2

**W**as sieht der Verbrecher? Modrige Wände, der Boden voller Unrat. Nur wenig Licht fällt durch einen Mauerspalt. Seine Zelle ist düster, genauso wie seine Tage. Ratten huschen an ihm vorbei und verschwinden in dunklen Löchern. Wenn er es könnte, würde er es ihnen gleichtun.

*Und was hört der Verbrecher?* Wächterschritte vor der Tür. Riegel klacken. Die Zellentür quietscht in den Angeln. Barsch der Mann, der sie aufreißt: »Aufstehen! Heute bist du dran!«

*Was sieht der Verbrecher?* Verachtung in den Gesichtern der Menschen, die die Gassen säumen. Da spuckt ein Mann, eine Frau wendet sich ab. Und auf dem Hügel angekommen, reißt ihn ein Soldat zu Boden. Schon presst ein anderer seinen Arm gegen den Balken und fixiert ihn mit den Knien. Er sieht, wie der Soldat nach dem Hammer und den Nägeln greift.

*Was hört der Verbrecher?* Hämmern. Hammerschläge. Das eigene noch schlagende Herz. Die Laute derer, die ächzend den Pfahl aufrichten. Ein dumpfer Aufschlag, als dessen Ende ins gegrabene Erdloch fällt.

*Was fühlt der Verbrecher?* Schmerz. Schmerz, der

den Atem raubt und das Blut stocken lässt. Jede Faser in Flammen.

*Was hört der Verbrecher?* Stöhnen. Sein eigenes Winseln aus tiefer Kehle. Tod. Nichts als seinen eigenen Tod. Das Golgathalied in Moll. Kein Lied, das Hoffnung auf ein Morgen weckt.

Schmerz und Tod – dies sieht, dies hört und dies fühlt er, mehr ist nicht übriggeblieben. Doch dann dringt ein Wort an sein Ohr: »Vater, vergib ihnen, denn sie wissen nicht, was sie tun« (Lukas 23,34).

Es klingt wie eine sanfte Flötenweise mitten auf dem Schlachtfeld. Eine Regenwolke, die die Wüstensonne verdeckt. Jesus betet.

Und so reagiert der Verbrecher: Er hat nur Spott für Jesus übrig: »Ebenso beschimpften ihn die beiden Verbrecher, die mit ihm gekreuzigt worden waren« (Matthäus 27,44).

Der Verletzte kann nicht anders, als seinerseits zu verletzen. Dem Wunden geschlagen wurden, muss seinerseits Wunden schlagen. Noch hier an der Schädelstätte gilt die Hackordnung der Welt. Und der Verbrecher ist nicht bereit, einzustecken, er teilt aus. So schließt er sich