

ÄNDERE DEIN LEBEN. VERÄNDERE DEINE WELT.

# activated

## SEI EIN FRÖHLICHER GEBER

Leben mit Bedeutung

### Meine Sternstunde

Die Ermutigung, die ich brauchte

### Bumerang

Alles kommt immer wieder zurück





## FEUILLETON WIE WIR UNS SELBST HELFEN KÖNNEN

In einer von Jesu Parabeln verließ ein junger Mann sein Zuhause, um sein Glück zu versuchen. Am Ende hatte er jedoch sein ganzes Erbe aufgrund seines wilden Lebensstils verprasst und kehrte ohne Geld und gedemütigt zu seines Vaters Haus zurück. Wahrscheinlich erwartete er dessen Zorn, oder er stellte sich seelisch zumindest auf eine herablassende Haltung und strenge Zurechtweisung ein. Sein Vater jedoch hieß ihn mit offenen Armen und unter Freudentränen willkommen.

In einer anderen Geschichte reiste ein Mann von Jericho nach Jerusalem, wurde von Dieben überfallen, ausgeraubt, verprügelt und halbtot liegengelassen. Nachdem ein Priester und ein Levit vorbeigezogen waren, ohne zu helfen, erbarmte sich ein Samariter (eine Bevölkerungsgruppe, die von den Juden zu Jesu Zeiten verachtet wurde) des armen Mannes und brachte ihn in einem Rasthaus in der nächsten Stadt unter, regelte zudem die Begleichung all dessen Ausgaben, bis er wieder ganz gesund geworden war.

Die beiden Gleichnisse vom Verlorenen Sohn und vom Barmherzigen Samariter gehören zu den bekannteren Parabeln, die Jesus erzählt hatte. Beide drehen sich um Güte. In dem ersten Gleichnis, in dem ein liebevoller, vergebender Vater dargestellt wird, beschrieb Jesus Gottes Güte uns gegenüber, als eine bedingungslose Güte, die Seinem Wesen zugrunde liegt. Im zweiten Gleichnis legte Jesus uns nahe, liebenswürdig zu anderen Menschen zu sein, sogar zu denen, die wir nicht mögen oder die uns nicht mögen.

Oft ist es anstrengend, kulant zu sein. Liebenswürdigkeit ist für uns nicht so natürlich, wie sie es für Gott ist, doch die Belohnungen sind greifbar. Wie das englische Sprichwort besagt: „Wenn du gegenüber anderen freundlich bist, werden sie dir gegenüber auch freundlich sein.“ Das Gleiche hatte Salomo vor 3000 Jahren festgestellt. „Freundlichkeit nährt deine Seele.“<sup>1</sup> Ich würde sagen, das ist doch etwas sehr Verheißungsvolles.

Samuel Keating, neuer Activated-Chefredakteur

PS.: Dies ist meine erste Ausgabe als Chefredakteur für *Activated*. Ich fühle mich geehrt, die Nachfolge für Keith Phillips antreten zu dürfen, der Activated von der ersten Ausgabe im Jahr 1999 als Chefredakteur begleitet hatte. Ich freue mich darauf, dabei mitwirken zu können, das Activated Magazin weiterhin so inspirierend und glaubensfördernd zu gestalten, wie es in den letzten 14 Jahren gewesen ist. Gott segne Sie!

1. Sprüche 11:17

[www.activated.org](http://www.activated.org)

*Activated Europe*

Bramingham Pk. Business Ctr.

Enterprise Way

Luton, Beds. LU3 4BU, United Kingdom

+44 (0) 845 838 1384

Email: [activatedEurope@activated.org](mailto:activatedEurope@activated.org)

*Activated Ministries*

P.O. Box 462805

Escondido, CA 92046-2805, USA

Toll-free: 1-877-862-3228

Email: [info@actmin.org](mailto:info@actmin.org)

[www.activatedonline.com](http://www.activatedonline.com)

EDITOR

Samuel Keating

DESIGN

Gentian Suçi

DEUTSCH

Stefan Fischer

Johannes Klee & Team

© 2013 Aurora Production AG. Alle Rechte vorbehalten. Zitierte Schriftstellen stammen vorwiegend aus: Neues Leben. Die Bibel © 2002 und 2006 SCM R. Brockhaus im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten.

A-DE-MG-AM-149-X





# meine STERNSTUNDE

VON JOYCE SUTTIN

ZU BEGINN MEINES ERSTEN JAHRES AN DER HIGH-SCHOOL SCHLUGEN EIN PAAR MÄDELS VOR, wir sollten für das Junior-Senior Basketballspiel trainieren. Mit der Vorstellung, es könnte mir Spaß machen, schloss ich mich ihnen an. Beim Training war ich schlecht, da ich mich mehr auf meine Freunde konzentrierte als aufs Spiel selbst. Auch wenn ich den talentierteren Spielerinnen auf die Nerven ging, entschloss ich mich dennoch, die Sache durchzuziehen, was sich schließlich als mein einziges und letztes Basketballspiel herausstellte.

Während des Wettkampfes blieben die Senior-Teams durchweg in Führung, während sich meine Teamkolleginnen abmühten. Mehrere Male hatte ich den Ball wie eine heiße Kartoffel abgegeben, froh, ihn so schnell wie möglich wieder loszuwerden. Bis ...

Sekunden vor dem Schlusspfiff lagen wir zwei Punkte zurück, als es

einer meiner Freundinnen gelang, den Ball abzufangen. Sie warf ihn, so weit sie konnte, und bestürzt bemerkte ich, dass er direkt auf mich zuschoss. Ihn zu fangen war leicht, aber was nun? Keine meiner Teamkolleginnen befand sich nahe genug am Korb.

Für einen Moment war ich wohl wie erstarrt, unschlüssig, was zu tun sei, bis ich Stans Gesicht sah. Stan war einer der athletischen Jungs aus meiner Klasse. Er saß in der ersten Reihe in der Menge und rief: „Wirf einfach den Ball! Du kannst es schaffen!“

Ich erinnere mich, wie ich von der Feldmitte aus auf den Korb schaute, zielte und mit aller Kraft warf. Was dann geschah, ist mir schleierhaft. Irgendwie rauschte der Ball in der letzten Sekunde in den Korb, und wir gewannen das Spiel!

Während sich alle in meiner Sternstunde um mich drängten, suchten meine Augen in der Menge nach Stan. Schließlich kam er, um mir zu gratulieren, und ich sagte zu ihm:

„Danke, Stan, für das Vertrauen, das du in mich hattest, als ich es brauchte. Du warst derjenige, der den Glauben hatte, dass ich es schaffe, und folglich habe ich es auch geschafft.“

In Momenten, in denen Gesichter in der Menge verschwimmen, Stimmen undeutlich werden und unsere Schritte stocken, brauchen wir alle jemanden wie Stan, der uns anspricht und ermutigt, vorwärts zu gehen. Jemanden, der unser Vertrauen stärkt, das Unmögliche zu versuchen, wenn wir zögern und unsicher sind. Jemanden, der uns sagt: „Ich weiß, du kannst es schaffen!“ Auch wenn wir dann anerkennendes Schulterklopfen in unserer Sternstunde ernten, wissen wir doch tief in unserem Inneren, dass sie es sind, denen die Ehre gebührt.

JOYCE SUTTIN IST LEHRERIN UND AUTORIN, SIE LEBT IN SAN ANTONIO, TEXAS, IN DEN USA. ■



# SEI EIN FRÖHLICHER GEBER

VON MARIA FONTAINE, ÜBERARBEITET

**WÄHREND EINES FLUGES VOR EIN PAAR MONATEN SASS** ein kleines Mädchen auf dem Platz schräg vor mir. Die Kleine hatte ein hübsches neues Malbuch, das ihre Mutter offensichtlich extra für den Flug besorgt hatte. In derselben Reihe saß noch ein kleines Mädchen, etwa im gleichen Alter, dessen Vater hinter ihm saß. Dieses hatte jedoch kein Malbuch, es hatte eigentlich gar nichts, womit es sich beschäftigen konnte.

Das Mädchen mit dem Malbuch zeichnete schon bald mit seinen auf dem Klappstisch ausgebreiteten Stiften drauf los, während das andere sehnsüchtig zu ihm hinüber schaute. Mir tat sie leid, da sie nichts zu tun hatte. Und so betete ich, dass das erste Kind auf die Idee käme, eine Seite aus dem schönen Malbuch herauszureißen und sie ihm zu geben. Und tatsächlich, nach einer Weile sah ich, dass die Kleine ein Blatt herausgerissen und es ihrer Nachbarin überreicht hatte und mit ihr auch die Stifte teilte.

Ich lehnte mich über den Gang und sagte zu ihr, es sei sehr nett von ihr gewesen, von ihrem Malbuch etwas abzugeben. Sie strahlte und war sichtlich erfreut, dass es jemand bemerkt hatte. Ich weiß nicht, welche Auswirkungen meine kleine Bemerkung

noch haben wird. Aber ich würde mir gerne vorstellen, dass die Kleine beim nächsten Mal, wenn sie vor der Entscheidung steht, etwas abzugeben oder nicht, sich an die Frau im Flugzeug erinnert, die so stolz auf sie war, weil sie die richtige Entscheidung getroffen hatte.

Jeder sehnt sich nach Ermutigung. Ich glaube fest daran, dass Gott Menschen ermutigen möchte. Aber oft benötigt Er uns dazu, das zu tun. Wenn du das Gefühl hast, du hättest keine Zeit, keine Energie, kein Geschick, kein Geld oder zu wenig, um abzugeben, dann mach dir nichts daraus; das geht vielen Menschen so. Aber wir können allen mit unseren Worten etwas Mut machen, und wir können Gottes Liebe verbreiten, wo immer wir auch sind. In nur wenigen Augenblicken können wir etwas verändern an einer Bushaltestelle, in der U-Bahn, beim Überqueren der Straße, im Geschäft, bei der Arbeit, in der Schule, online, bei einem Spaziergang und so weiter. Unsere Worte müssen nicht tief sinnig oder wortgewandt sein – es reichen schlichte Worte, die das Bedürfnis der Menschen nach Liebe, Hoffnung, Bedeutung oder Wohlergehen erfüllen.

Wir sollten uns fragen: „Was kann ich dieser Person sagen, das ihr irgendwie helfen könnte? – Etwas, das sie aufmuntert, ihren Tag erhellt und schafft, sich gut, anerkannt, geschätzt und wertvoll zu fühlen. Etwas, das ihr vermittelt, dass das, was







sie tut, auch wirklich zählt.

Wir alle schätzen es, zu wissen, dass wir zählen und wichtig sind, und dass wir etwas Wertvolles tun. Vielleicht sind unsere Worte des Mutes nur ein Schritt auf jemandes Lebensreise. Manchmal sehen wir die Resultate unseres Zuspruches, zu anderen Zeiten werden wir die Ergebnisse nie in Erfahrung bringen. Das Wichtigste ist, fröhliche Geber zu sein. Liebe versagt nie. Auch wenn unsere Worte nicht dazu führen, dass andere gleich mitbekommen, um was es sich dreht, spielt das nicht wirklich eine Rolle. Wirklich wichtig ist, dass Menschen sich geliebt fühlen, geschätzt und anerkannt. Es ist ein Vorrecht, Freundlichkeit zu verbreiten.

Auch bei kurzen Begegnungen kann man „ein gutes Wort zur rechten Zeit“<sup>41</sup> einlegen, etwas, das den Menschen Vertrauen in sich selbst und den Glauben gibt, dass auf der Welt immer noch Menschen existieren, die gut, nett und interessiert sind. Dies wiederum mag bewirken, dass sie über Jesus nachdenken – den Mann der Liebe – der diese Eigenschaften weckt. Auch wenn das nicht der Fall ist, kann der Zuspruch wie ein Samenkorn sein, das, gedüngt und bewässert, irgendwann in der Zukunft Frucht trägt und geerntet wird.

MARIA FONTAINE UND IHR EHEMANN PETER AMSTERDAM  
SIND LEITER VON *THE FAMILY INTERNATIONAL*, EINER  
CHRISTLICHEN GLAUBENSGEMEINSCHAFT. ■



Hast du jemals darauf geachtet, wie viel Seines Lebens Christus mit bloßem Tun von Liebenswürdigkeiten verbrachte? Betrachte das Leben Jesu aus dieser Perspektive, dann wirst du feststellen, einen Großteil Seiner Zeit verbrachte Er einfach damit, Menschen Gutes zu tun und sie glücklich zu machen.

Was Gott in unsere Hände gegeben hat, ist das Glück unserer Lieben, und dieses Glück wird weitgehend durch unsere Freundlichkeit ihnen gegenüber gesichert.

Jemand sagte einmal: „Das Größte, was ein Mensch für seinen himmlischen Vater tun kann, ist, freundlich zu einem Seiner anderen Kinder zu sein.“ Ich frage mich, warum wir dann nicht alle freundlicher sind? Wie sehr braucht die Welt Freundlichkeit. Wie einfach ist sie getan. Wie unmittelbar sie doch wirkt. Wie einfach erinnert man sich an sie. Wie überreichlich zahlt sie sich aus – denn es gibt keinen Schuldner auf der Welt, der so ehrenvoll und überaus ehrenhaft ist wie die Liebe.

—Henry Drummond (1851--1897)

Die Herrlichkeit des Lebens ist,  
Zu lieben, nicht, geliebt zu werden;  
Zu dienen, nicht, bedient zu werden;  
Eine starke Hand im Dunkeln zu sein,  
Für einen anderen in Zeiten der Not;  
Ein Becher voll Kraft einer anderen Seele  
zu sein

In einer Krise der Schwäche.  
Alles das bedeutet, die Herrlichkeit des  
Lebens zu kennen.

—Autor unbekannt ■





# DER MUT FREUNDLICH ZU SEIN

VON OLIVIA BAUER

AN EINEM SONNIGEN NACHMITTAG VOR FAST 70 JAHREN stand ein junges Mädchen mit ihren Freunden hinter einem Maschendrahtzaun und beobachtete eine Gruppe Männer beim Fußballspielen. Sie genossen das spannende Ereignis und die Geschicklichkeit der Spieler. Plötzlich flog der Ball im hohen Bogen über den Zaun und landete neben den Kindern.

„Es wäre toll, einen Ball zum Spielen zu haben“, meinte einer der Jungen, „wir sollten ihn behalten.“

Das Mädchen widersprach. „Es ist nicht richtig, ihn zu behalten“, sagte sie und warf den Ball zurück über den Zaun.

Diese einfache Geste der Gutherzigkeit und Integrität fand im Herzen Deutschlands in den 40er Jahren während des Zweiten Weltkrieges statt. Die Spieler waren britische Kriegsgefangene in einem Lager am Stadtrand. Einige Freunde des Mädchens murrtten. Schließlich waren die Männer Gefangene – warum sollten sie einen Ball haben, wenn die Kinder keinen hatten?

Güte erfordert Rücksichtnahme, Bemühen und Zeit. Sie benötigt auch

Mut. Mut, um allein dazustehen und auf seinem Standpunkt zu beharren. Mut, um zu geben, insbesondere, wenn man selbst nicht viel hat. Mut, um nein zu Gleichgültigkeit zu sagen. Mut, um das Richtige zu tun – insbesondere wenn die richtige Wahl so offensichtlich erscheint, dass „ganz sicher jemand anderer mit mehr Zeit und Mitteln es sehen und etwas tun sollte.“

In Güte liegt Charakterstärke – Moral und geistige Stärke, um etwas zu tun, zu geben, zu glauben, zu beharren, seinen Überzeugungen treu zu bleiben, auch wenn man dadurch vor Herausforderungen stehen oder einen Preis dafür bezahlen muss. Diese Güte hinterlässt einen bleibenden Eindruck.

Es ist fast ein Dreivierteljahrhundert her, und trotzdem mag es noch Zeitzegen dieser Sommerszene geben – und wenn dem so ist, erinnern sie sich vielleicht an meine Großmutter, das Mädchen aus dem Dorf, das den Fußball freundlicherweise zurückgegeben hat.

OLIVIA BAUER ARBEITET FÜR EINEN GEMEINNÜTZIGE VEREIN IN WINNIPEG IN KANADA. ■

Eisen ist hart, aber Feuer schmilzt es. Feuer ist stark, aber Wasser löscht es. Wasser ist stark, aber es verdunstet zu Wolken. Wolken sind stark, aber der Wind treibt sie weg. Der Wind ist stark, aber der Mensch stellt sich ihm entgegen. Der Mensch ist stark, aber Furcht schwächt ihn. Furcht ist stark, aber Wein nimmt die Furcht. Wein ist stark, aber Schlaf überwältigt ihn. Schlaf ist stark, aber der Tod ist stärker. Doch liebevolle Güte ist stärker als der Tod.

—Rabbi Judah bar Ilai, zweites Jahrhundert

Rücksichtsvoll zu anderen zu sein, wird deine Kinder im Leben weiter bringen als jeder Schulabschluss.

—Marian Wright Edelman (geb. 1939)



# Gutherzigkeit – die unwiderstehliche Frucht des Geistes

VON RAFAEL HOLDING

**GUTHERZIGKEIT UND GÜTE SIND LIEBE IN AKTION**, die Liebe des täglichen Lebens. Diese Liebe bedeutet, Rücksicht auf andere zu nehmen. Es bedeutet, nach der Goldenen Regel zu leben: „Geht so mit anderen um, wie die anderen mit euch umgehen sollen.“<sup>1</sup> Es bedeutet, die Fehler und Schwächen anderer zu übersehen. Es bedeutet, so weichherzig und nachsichtig gegenüber anderen zu sein, wie Gott es gegenüber dir ist.<sup>2</sup>

Gutherzigkeit erzeugt Wohlwollen. Deine freundlichen Worte und Taten zeigen anderen, dass dir ihr Glück und Wohlbefinden wichtig ist. Das bringt sie dazu, sich zu wünschen, ebenso zu handeln. Jemandem gegenüber gütig zu sein, ist am wenigsten schwierig, weil es fast immer erwidert wird. Güte kostet nichts, kann aber sehr viel erreichen. Ein nettes Lächeln oder freundliches Wort kann für jemanden einen Riesenunterschied machen, der einen schlechten Tag erwischt hat. Ein kleines bisschen Liebe macht viel aus.

Güte ist eine Sprache, die jeder versteht. Als Christen sind wir anderen gegenüber Botschafter der Liebe Gottes. Die Güte, die wir zeigen, vermittelt Gottes Liebe und Fürsorge und hilft dabei, andere Gott näher zu bringen und sie für Ihn zu gewinnen.

RAFAEL HOLDING IST SCHRIFTSTELLER UND LEBT IN AUSTRALIEN. „GUTHERZIGKEIT - DIE UNWIDERSTEHLICHE FRUCHT“ IST DEM *GET ACTIVATED* BUCH *„GOTTES GABEN“* ENTNOMMEN, ERHÄLTlich IM AURORA ONLINE SHOP ([HTTP://SHOP.AURORAPRODUCTION.COM/](http://shop.auroraproduction.com/)). ■

## DER NORDWIND UND DIE SONNE

—Eine Fabel von Äsop

Die Sonne und der Wind führten einst eine Unterhaltung, in welcher der ungestüme und streitlustige Wind behauptete, er sei der Stärkere von beiden.

„Ich werd' es dir beweisen“, sagte der Wind. „Siehst du den alten Mann dort unten? Ich wette, dass ich ihm seinen Mantel schneller ausziehen kann als du.“

Die Sonne seufzte und versteckte sich hinter einer Wolke. Und der Wind blies und blies, bis er fast so stark wie ein Wirbelsturm war. Doch je stärker er blies, desto enger schlang der Mann seinen Mantel um sich. Schließlich gab der Wind auf und flaute ab.

Dann kam die Sonne hinter der Wolke hervor und lächelte den Mann sanft an. Nach kurzer Zeit wischte sich der Mann über die Stirn und zog seinen Mantel aus.

Die Sonne hatte dem Wind gezeigt, dass Wärme und Güte stärker sind als Wut und Kraft. ■

## EIN LÄCHELN

Es braucht nur ein wenig Mitgefühl, um jemandes schwere Last zu erleichtern,  
Manchmal erhellt ein kleines bisschen Freundlichkeit den dunklen Tag;  
Ein schlichtes, liebes Wort vermittelt Hoffnung und Stärke,  
Oder ein einfaches, verständnisvolles Lächeln belebt manch mattes Herz und,  
Wie ein plötzlicher Sonnenstrahl, erhellt es den dunklen Raum,  
Ein sonniges Gemüt betört die tiefsten Tiefen der Traurigkeit.

—Verfasser unbekannt ■

1. Matthäus 7:12

2. Siehe Epheser 4:32



# Gelegenheiten zur Güte

Nimm dir vor, jeden Tag mindestens eine Person glücklich zu machen, und in zehn Jahren hast du dreitausendsechshundertfünfzig Personen diesen Dienst erwiesen, oder eine kleine Stadt verschönert, indem du etwas zur allgemeinen Freude beigetragen hast.  
—*Sydney Smith (1771-1845)*

Die Sonne lässt Eis schmelzen; Güte löst Missverständnisse, Misstrauen und Feindseligkeit in Luft auf.  
—*Albert Schweitzer (1875-1965)*

Güte in Worten schafft Zuversicht. Güte in Gedanken erzeugt Tiefsinn. Durch Güte beim Geben entsteht Liebe.  
—*Lao Tse (6. Jahrhundert vor Christus)*

Güte ist wertvoller als Schönheit.  
—*Jean d'Arras (15. Jahrhundert)*

Der beste Teil am Leben eines rechtschaffenen Mannes sind die kleinen, namenlosen, vergessenen Taten der Güte und Liebe.  
—*William Wordsworth (1770-1850)*

Eine einzelne gütige Tat schlägt in alle Richtungen Wurzeln, und aus den Wurzeln entstehen neue Bäume. Die größte Errungenschaft der Güte ist, dass sie andere gütig macht.  
—*Amelia Earhart (1897-1937)*

Hilf dem Boot deines Bruders hinüber und siehe, dein eigenes hat das Ufer erreicht.  
—*Indisches Sprichwort*

Eine gute Tat ist nie umsonst. – Wer Höflichkeit sät, erntet Freundschaft; wer Güte sät, erntet Liebe.  
—*Basil von Caesarea (ca. 329-379)*

Weise Worte fallen oft auf unfruchtbaren Boden; aber ein freundliches Wort ist niemals vergeudet.  
—*Sir Arthur Helps (1813-1875)*

Sei freundlich. Denke daran, dass jeder, den du triffst, einen harten Kampf bestreitet.  
—*Harry Thompson (1960-2005)*

Wo auch immer ein menschliches Wesen ist, dort besteht Hoffnung auf Güte.  
—*Seneca (4 v. Chr. - 65 n. Chr.)*

Das tiefverwurzelte Prinzip der menschlichen Natur ist das Verlangen, geschätzt zu werden.  
—*William James (1842-1910)*

Wir können nicht gerecht sein, außer wir sind gütig.  
—*Luc de Clapiers Vauvenargues (1715-1747)*

Freundliche Worte kosten wenig, ... doch sie erreichen viel.  
—*Blaise Pascal (1623-1662)*

Güte stiftet Güte.  
—*Sophokles (496-406 v. Chr.)*

Freundliche Worte sind die Musik der Welt. Sie haben eine Kraft, die jenseits natürlicher Ursachen zu liegen scheint, als ob sie Söhne der Engel wären, die sich verlaufen haben und auf die Erde gekommen sind.  
—*Frederick William Faber (1814-1863)*

Ich würde mich hundertmal in die Untiefen begeben, um einem niedergeschlagenen Menschen Mut zu machen. Es ist gut für mich, dass ich mit Leid geplagt wurde, denn dadurch kenne ich die richtigen Worte zur richtigen Zeit für einen müden und erschöpften Geist.  
—*Charles Spurgeon (1834-1892)*

Behandle einen Menschen so, wie er sich gibt, und es wird schlimmer mit ihm werden. Behandelst du ihn aber nach dem, was er potenziell sein könnte, dann hilfst du ihm dabei, so zu werden, wie er sein sollte.  
—*Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832)* ■





# DIE GABE DES ZUHÖRENS

VON DINA ELLENS

VOR KURZEM BIN ICH MIT MEINER FAMILIE UMGEZOGEN. In ein anderes Land zu ziehen, bedeutete für die Kinder eine andere Schule, sowie für meinen Ehemann eine neue Arbeitsstelle. Es war eine schwierige Anpassungsphase für uns alle. Mir fiel sie jedoch besonders schwer. Meine Ehe litt ebenfalls darunter. Die Liste der Dinge, über die wir nicht mehr miteinander sprachen, wurde immer länger, da es doch nur zu Streit führte.

Dann lernte ich Toni kennen.

Toni war meine neue Nachbarin. Sie hatte kleine Kinder, und ihr Ehemann arbeitet nur sporadisch. Sie war der Leim, der die Familie zusammenhielt, und das war eine Vollzeitaufgabe.

Trotzdem hatte sie irgendwie immer Zeit für mich. Wann immer mir die Dinge zu Hause über den Kopf wuchsen, wusste ich, dass ich zu

Toni gehen konnte.

Ich klopfte an ihre Tür, und sie bat mich mit einem herzlichen Lächeln hereinzukommen. Sie ließ alles stehen und liegen und setzte sich zu mir, um sich meine Sorgen und Nöte anzuhören. Dann tat sie das Beste, was eine Freundin tun kann: Schlicht, aber von ganzem Herzen, betete sie für alles, was ich ihr gerade anvertraut hatte, und legte es in Gottes Hände.

So lernte ich das Geheimnis kennen, wieso sie gelassen bleiben konnte, und woher sie die Geduld nahm, mir immer zuzuhören. Anstatt die Last meiner Probleme zusätzlich zu ihren eigenen zu tragen, hatte Toni es gelernt, die Sorgen dem Herrn zu übergeben und sich von Ihm stützen zu lassen.<sup>1</sup>

Der Herr und Sein Wort waren ein wichtiger Teil ihres Lebens. Das half ihr durch die schwierigen Zeiten hindurch, und es gab ihr die Fähigkeit, die Hand nach anderen Menschen wie mich mit

ihren Nöten auszustrecken.

Nach einiger Zeit sind Toni und ich verschiedene Wege gegangen. Unsere Kinder sind erwachsen geworden, und mein Ehemann und ich konnten damals unsere Ehe retten. Ich werde jedoch niemals ihre Güte vergessen, wie sie immer Zeit für mich hatte. Im Nachhinein weiß ich, dass sie mir maßgeblich dabei geholfen hat, an diesem Wendepunkt in meinem Leben die richtigen Entscheidungen zu treffen. Ich war wie der Mensch, der am Wegesrand zurückgelassen wurde, emotional niedergeschlagen und ausgeraubt, und Toni war der Barmherzige Samariter, der rettete.

DINA ELLENS WAR ÜBER 25 JAHRE LANG LEHRERIN IN SÜDOSTASIEN. AUCH IM RUHESTAND ARBEITET SIE AKTIV IN EHRENAMTLICHEN PROJEKTEN MIT UND GEHT IHREM INTERESSE, DEM SCHREIBEN, NACH. ■

1. Siehe Psalm 55:23



# SICH DIE ZEIT FÜR ANDERE NEHMEN

VON CHALSEY DOOLEY



ICH WEISS NICHT, WIE SIE ES GESCHAFFT HATTE, aber die Augen der Kassiererin waren genau auf mich gerichtet. Ich war entdeckt worden. Ich hatte versucht, Blickkontakte zu vermeiden, während ich meine letzten Einkäufe erledigte. Noch peinlicher, als in der Öffentlichkeit einen Weinkrampf meistern zu müssen, wäre wohl, wenn jemand herausfinden würde, welch banale Umstände meinen jämmerlichen Zustand ausgelöst hatten.

Ich konnte mich zusammenreißen – solange ich nicht reden musste. Mein Ehemann versuchte, mich anzurufen, aber ich konnte nicht antworten. Das Gespräch wäre unfreundlich und laut verlaufen, wenn ich versucht hätte, überhaupt mit jemandem zu reden.

Dann stand ich an der Kasse. Aus Erfahrung wusste ich, dass die Kassierer in diesem Laden wie Maschinen funktionieren und die Waren in Sekundenschnelle über den Scanner ziehen. Mir war das nur recht. Ich war auf die Schnellbehandlung gefasst und freute mich darauf, so schnell wie möglich den

Laden zu verlassen – bevor ich mich nicht mehr zusammennehmen konnte.

Natürlich musste sie dann ausgerechnet mich fragen: „Wie geht es Ihnen?“ Es war nicht die übliche, es-ist-egal-was-Sie-sagen Begrüßung. Sie wollte eine ehrliche Antwort.

„Es ist nichts, nichts ...“, versuchte ich zu sagen und wollte das Bezahlen so schnell wie möglich hinter mich bringen. Doch das erste Mal, seit ich in diesem Laden einkaufen ging, nahm die Kassiererin keinen einzigen meiner Artikel zum Einscannen vom Band, bis ich ihr von meinem Problem erzählen würde.

Nun, hinter mir warteten Menschen, und der Kassenbereich wurde sehr wahrscheinlich von einer Kamera überwacht. Trotzdem gab sie mir das Gefühl, wichtiger als alle anderen zu sein. Ich war geschockt. Irgendwie dämpfte es die Beschämung, darüber reden zu müssen.

Wenn ich etwas hätte sagen können wie: „Ich habe gerade erfahren, dass ich Brustkrebs habe“, oder „Meine beste Freundin ist gestorben“, hätte ich

es für gerechtfertigt gehalten, so viel Mitgefühl wie möglich entgegengebracht zu bekommen. Mir war aber klar, dass das, was ich über die eigentlichen Geschehnisse zu sagen hatte, nicht dasselbe Pathos haben würde. Trotzdem hatte ich den Eindruck, dass diese Frau, die so viel Interesse an meinem Befinden zeigte, mich mit aufrichtigem Mitgefühl behandeln würde, ganz egal, weswegen ich nun vor mich hin schniefte – einfach deshalb, weil ich ihr wichtig war.

Da ich nicht darum herumkam, sagte ich kurz: „Ich habe eine Dame in einem anderen Geschäft unnötigerweise aufgehalten, und sie hatte sich furchtbar darüber aufgeregt.“

Mein Tag hatte um 3 Uhr morgens begonnen, als mein Baby aufwachte und nicht wieder einschlief. Die Müdigkeit und der Stress waren zur falschen Zeit und am falschen Ort zusammengetroffen.

Zuerst stellte sich heraus, dass ich mich nicht an der Expresskasse hätte anstellen dürfen, da ich mich bei der Warenstückzahl verkalkuliert hatte und sich am Ende in meinem Einkaufswagen





mehr Artikel befanden, als erlaubt waren. Als ich mit dem Bezahlen an der Reihe war, fiel mir meine PIN Nummer nicht mehr ein. Die Dame hinter mir in der Schlange fing an, mich zu beschimpfen, während die geduldige Kassiererin mich immer wieder aufforderte: „Sie müssen nur ihre PIN Nummer eingeben, gnädige Frau.“

Ich stellte fest, dass es Stressigeres gibt, als spät dran zu sein und einen Kunden vor sich in der Schlange zu haben, der alle aufhält – und zwar, selbst dieser Kunde zu sein. Ich nahm mir schließlich einen Moment Zeit, trat zur Seite, um innerlich zu beten, und zu meiner Erleichterung fiel mir die Nummer auch gleich wieder ein. Nachdem ich mich bei der Dame hinter mir entschuldigt hatte – deren Erwiderung kalt und unversöhnlich war – verließ ich mit Tränen in den Augen still den Laden.

Der Unterschied zwischen dem, was an der Kasse im ersten Geschäft passierte, und der Kasse im zweiten Geschäft war extrem. Nachdem ich miterleben durfte, wie man in einem Geschäft

missverstanden, unversöhnlich behandelt, unter Druck gesetzt und gestresst wird und man mir das Gefühl gegeben hatte, die Wurzel allen Übels und aller Probleme dieser Welt zu sein, gab mir im nächsten Laden diese Frau das Gefühl, wichtig zu sein – wertvoller als Zeit oder Geld. Diese nette Frau verließ sogar ihre Kasse, um mir Taschentücher zu holen. Alle Peinlichkeit wurde in eine warme Decke der Fürsorge eingehüllt.

Die Welt hält normalerweise nicht an, bloß weil ich ein paar Tränen zu vergießen habe, und es fühlte sich richtig gut an, als es mir dann doch einmal passierte. Ich wurde wieder daran erinnert, wie wichtig ein bisschen Liebe ist und wie schmerzhaft und verletzend es sein kann, wenn wir uns zu sehr auf unseren Terminplan konzentrieren und dabei vergessen, den Menschen in unserer Nähe das Gefühl zu geben, dass sie wichtig sind.

CHALSEY DOOLEY SCHREIBT INSPIRIERENDE TEXTE FÜR KINDER UND BETREUER UND IST EINE VOLLZEITER-ZIEHERIN, DIE IN AUSTRALIEN LEBT. ■

Während meines zweiten Jahres in der Schwesternschule machte der Professor mit uns einen Test. Ich beantwortete die Fragen problemlos, bis ich zu der letzten kam: „Wie lautet der Vorname der Putzfrau in unserer Schule?“ Sicherlich war dies ein Witz. Ich hatte die Putzfrau ein paarmal gesehen, aber woher sollte ich ihren Namen kennen? Ich gab meinen Test ab und ließ die letzte Frage offen.

Am Ende der Stunde fragte ein Student, ob die letzte Frage in unsere Benotung mit einfließen würde. „Natürlich“, sagte der Professor. „Im Laufe eurer Karriere werdet ihr viele, viele Menschen treffen. Alle sind wichtig. Sie verdienen eure Achtung und Fürsorge, auch wenn ihr nur lächelt und hallo sagt.“ Diese Lektion habe ich nie vergessen. Ich habe auch herausgefunden, dass sie Dorothy heißt.

—Joann C. Jones ■



# BUMERANG

VON VIRGINIA BRANDT BERG, BEARBEITET

## MEINE ERSTE ZIRKUSVORSTELLUNG

**BESUCHTE ICH**, als ich noch ein kleines Mädchen war. Dort sah ich, tief beeindruckt, drei Manegen voller Aktion – dressierte Tiere in der einen, Akrobaten, die durch die Luft flogen und sprangen, in der zweiten.

Was für mich jedoch am interessantesten war, fand in der dritten Manege statt. Ein Mädchen und ein Junge schleuderten helleuchtende Wurfgeschosse von sich, die sich drehten und geradewegs wieder in ihre Hände zurückkehrten. Egal, in welche Richtung sie auch geworfen wurden, diese Dinger drehten sich und kamen zügig zu den jungen Künstlern zurück, die sie auffingen und wieder wegschleuderten.

Ich schaute gebannt zu. „Das sind Bumerangs“, sagte jemand neben mir. Das Wort hörte ich damals zum ersten Mal und verstaute es gut in meinem jungen Gedächtnis.

Seitdem habe ich das Wort natürlich noch öfter gehört. Auch habe ich gesehen, wie sich das Prinzip, das dahintersteckt, im Leben widerspiegelt. Eigentlich ist das Leben selbst wie ein Bumerang. Gottes Wort sagt: „Was ein Mensch sät, wird er auch ernten.“<sup>1</sup> Jedes Wort und jede Tat, die von uns weggeschleudert werden, kommen eines Tages zurück. Ob gut oder schlecht, es wird zu uns zurückkehren, und oft geschieht es mit zunehmender Geschwindigkeit.

Eines Morgens besuchte ich zwei Frauen in einem Krankenhaus. Ein Krankenzimmer war mit Blumen, Karten und allerlei kleinen Geschenken von Freunden und Bekannten gefüllt. Es waren aufmerksame Gesten der Liebe, der Besorgnis und des Mitgeföhls. Es war ein Spiegelbild ihres eigenen Lebens. Denn in all den Jahren hatte sie Liebe und Aufmerksamkeit ins Leben der anderen gesät, und jetzt kam alles in der Stunde ihrer Not zu ihr zurück.

Im Zimmer am Ende des Flures lag die andere Frau allein. Immer noch

selbststüchtig, misstrauisch und kritisch, wie sie es immer gewesen war. Sie lag in ihrem Bett mit dem Gesicht zur Wand – eine Wand so hart, kalt und kahl wie die, die sie in ihrem Leben selbst um sich herum errichtet hatte.

Oh, was für einen Unterschied gab es zwischen diesen beiden Zimmern. Der Bumerang war zu beiden Frauen zurückgekehrt, aber auf ganz unterschiedliche Art und Weise.

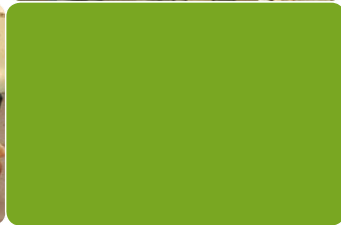
„Gebt, dann wird auch euch gegeben werden. In reichem, vollem, gehäuftem, überfließendem Maß wird man euch beschenken; denn nach dem Maß, mit dem ihr messt und zuteilt, wird auch euch zuteilt werden.“<sup>2</sup> Jeder, der selbstlos lebt, sich um andere kümmert und ihre Last erleichtert, ihren Schmerz lindert und hilft, ihre Not zu mildern, wird eines Tages erleben, wie der Bumerang in Form von Segnungen zu ihm zurückkehrt.

VIRGINIA BRANDT BERG (1886-1968) WAR AMERIKANISCHE EVANGELISTIN UND PASTORIN. ■

1. Galater 6:7

2. Lukas 6:38 (EÜ)





# Von Prioritäten und gewöhnlichen Umarmungen

VON JOE JOHNSTON

DIE PLAKATE WAREN EINFACHE RECHTECKE AUS WEISS BEMALTEM SPERRHOLZ MIT GROSSEN ROTEN WORTEN, DIE VERKÜNDETEN „ABRAZOS GRATIS“ (GRATIS UMARMUNGEN), umgeben von Blumen, Herzen und anderen freundlichen Farbkleckschen, die ins Augen fielen. Wir führen zu unserem Treffpunkt zu einem nahe gelegenen Unigelände, wo wir uns mit dem Rest unserer Truppe trafen. Dann machten wir uns auf ins Zentrum der Stadt Guadalajara, Mexiko, auf der Suche nach Fremden, die wir wahllos mit Freundlichkeit überschütten wollten.

Mit unseren hochgehaltenen Plakaten schwärmten wir aus, eine Armee der Zuneigung im Anmarsch. „Möchtest du umsonst in die Arme genommen werden?“ war unser Schlachtruf.

Unsere erste große Herausforderung trafen wir auf den hügeligen Betonwellen

des Skateboarder-Treffs. Schwitzende Jugendliche, die sich dabei abwechselten, ihre gleichaltrigen Kameraden mit ihren Amateur-Kunststücken unter den Zurufen und dem Gejohle ihrer schmutzigen Zuschauer zu beeindrucken. Kostenlose Umarmungen geben einem einen gewissen Grad an Furchtlosigkeit, wir schwärmten also unter sie aus und eroberten sie. Mit jeder Umarmung gab es auch ein kostenloses Traktat und, wenn sie lange genug anhielten, gab es auch ein Gebet.

Als Nächstes kam der Park auf der anderen Straßenseite dran, ein weiterer Sammelplatz für Teenager aller sozialen Schichten. Eine Gruppe von Grufti-Mädels winkte uns scheu zu sich. Unsere Pastell- und Neon Töne vermischten sich mit ihrem dunklen und farblosen Kleidungsstil und verbreiteten überall Fröhlichkeit.

Wir sangen ein paar einfache Lieder für eine kleine Gruppe von Menschen, Musik mit einer Botschaft der Liebe und

Anerkennung. Das letzte Stück war natürlich immer der Höhepunkt mit unseren typischen Umarmungen.

Auf unserem Kreuzzug durch das Stadtzentrum unterbrach ein Gast im Restaurant seine Mahlzeit, da die Oberkellner und Bedienungen an ihm vorbeieilten, um sich wiederholt ihre Umarmungen abzuholen. Er rief uns zu sich und fragte uns nach unseren Beweggründen. Wir sind uns eben der Bedeutung bewusst, dass es wichtig sei, Liebe und Freundlichkeit zu zeigen, erklärten wir ihm, und in einer Welt, die sich nach Liebe sehnt, könnte ein bisschen mehr davon nicht schaden.

Und unsere Priorität? – Jesus liebt die Menschen. Wir wollen nur sicherstellen, dass die Menschen das auch merken, wenn wir ihnen begegnen.

JOE JOHNSTON IST KOLUMNIST FÜR LESERBRIEFE UND LEBT IN MEXIKO. ■

ANTWORTEN AUF DEINE FRAGEN

# VERÄNDERE DIE WELT



**F:** *Ich würde gern mehr tun, um meine Umgebung zum Besseren zu verändern. Doch habe ich das Gefühl, dass ich nicht viel ausrichten kann. Die Welt zu verändern, scheint so ein großes Unterfangen zu sein – wie finde ich heraus, wo ich damit anfangen kann?*

**A:** Die positive Nachricht ist, nicht einflussreich oder berühmt sein zu müssen, um etwas Positives ausrichten zu können. Jede positive Veränderung – ob klein oder groß – verändert die Welt zum Besseren. Wir können die Welt verändern, indem wir das Leben der Menschen um uns herum verbessern, sei es durch Freundlichkeit und Rücksichtnahme oder indem wir den Menschen unser Vertrauen entgegenbringen. Hier folgen ein paar praktische Tipps, um dir zu helfen, deinen Teil der Welt zum Besseren zu verändern, ein Herz nach dem anderen.

**• BILDE SELBSTVERTRAUEN IN DEINEN MITMENSCHEN.** Versuche, an mindestens eine Eigenschaft zu denken, die du an einer Person außergewöhnlich findest. Dann mach es dir zur Aufgabe, die Person

es wissen zu lassen. Sei nicht schüchtern. Der oder die andere wird nicht müde werden, es immer wieder von dir zu hören. Durch dein Tun baust du in der Person Selbstvertrauen auf diesem Gebiet auf. Wenn sie dann mehr Selbstvertrauen gewonnen hat, wird sie anfangen, auch in anderen Bereichen besser zu werden

**• TEILE VERANTWORTUNG AUF.** Gib anderen Verantwortung auf den Gebieten, in denen sie stark sind. Lass sie fühlen, dass du ihnen vertraust, dass du sie brauchst und sie achtest.

**• ACHE ANDERE DAFÜR, WAS SIE SIND.** Andere für das, was sie tun, zu schätzen ist wichtig. Menschen gefällt es, wenn man ihnen dankt und ihnen Anerkennung schenkt. Für eine persönliche Eigenschaft geschätzt zu werden, fühlt sich allerdings noch viel besser an, als nur für das Resultat seiner Eigenschaften geschätzt zu werden.

**• FORMULIERE DEINE ANERKENNUNG EINFACH UND GLAUBHAFT.** Du musst keine wundervollen warmherzigen Gefühle für eine Person haben oder ihr bester

Freund sein und sie wirklich intensiv kennen, bevor du einen Unterschied im Leben der Person machen kannst. Du kannst ein nahestehender Fremder sein und trotzdem einen nachhaltigen Eindruck hinterlassen.

**• NIMM DIR ZEIT.** Es erfordert Zeit, um Menschen in einem neuen Licht zu sehen. Nimm dir Zeit bei deinem Dialog mit Menschen, und gib Gott eine Chance, Seine Sichtweise zu offenbaren.

**• HALTE INNE, UM NACHZUDENKEN.** Denke an Beispiele, bei denen dir jemand positiv weiterhelfen konnte. Das wird deine Einstellung anderen gegenüber verändern, weil du dir dann Zeit nimmst, um tiefer zu gehen, weg von der Oberfläche und von Vermutungen.

**• LASS DIE VERGANGENHEIT LOS.** Keiner mag es, mit einem Etikett versehen oder in eine Schublade gesteckt zu werden. Sei willens zu sehen, wie die Person heute ist, oder sieh das Potenzial dessen, was sie zukünftig sein kann, und lass deine Ansicht nicht von deinen vergangenen Erfahrungen trüben. ■



# HELDEN, VON DENEN NIEMAND SPRICHT

EINE GEISTIGE ÜBUNG  
VON ABI F. MAY



**DIE GESCHICHTE ÜBER DEN JUNGEN, DER SEIN MITTAGESSEN DEN JÜNGERN GAB, UM ES MIT DER MENGE ZU TEILEN, IST WOHL**

**BEKANNT.**<sup>1</sup> Jesus nahm die fünf Brote und die beiden Fische und segnete das Essen, das durch ein Wunder so vermehrt wurde, dass Tausende hungriger Leute satt wurden. Wer war der kleine Junge? Wie hieß er? Wie hieß seine fürsorgliche Mutter, die die Mittagsbrote bereitet hatte? Diese Details werden uns nicht geschildert.

Unbesungene Helden, von denen keiner spricht, die im Stillen einfache Taten der Freundlichkeit vollbringen, bilden den Hintergrund, der zu so vielen Wundern führt. Wunder der Befreiung, der Heilung und der Versorgung. Denk an die Männer, die ihren gelähmten Freund auf seinem Bett trugen; sie waren so eifrig dabei, ihn zu Jesus zur Heilung zu bringen, dass sie einen Teil des Daches abdeckten, um ihn in das überfüllte Haus hinabzulassen.<sup>2</sup>

Die Träger, die den Leichnam des Sohnes der Witwe trugen, blieben auf

1. Siehe Johannes 6:1–15
2. Siehe Lukas 5:18–25
3. Siehe Lukas 7:11–15
4. Siehe Lukas 7:1–10

Jesu Geheiß stehen und wurden Zeugen des Wunders, wie der junge Mann ins Leben zurückkehrte.<sup>3</sup> Und nicht zu vergessen die Freunde des Hauptmanns, die Jesus die Botschaft überbrachten, um an seiner Statt für die Heilung des Dieners des Hauptmanns zu bitten. Als sie zurückkehrten, fanden sie den Diener gesund vor.<sup>4</sup>

Diese namenlosen Menschen zeigten Gutherzigkeit, oft mehr als es die Pflicht verlangte. Es gibt keine Aufzeichnungen über sie darüber, Dank oder Belohnungen empfangen zu haben. Ihre Freundlichkeit entsprang ihren Herzen.

Wahrscheinlich hast du nun das Thema in dieser Ausgabe erraten: Mache es dir in der kommenden Woche zum Ziel, jemandem eine Freundlichkeit zu erweisen – einem Kollegen, Freund, Familienmitglied oder Fremden – ohne jemanden wissen zu lassen, was du getan hast, oder ohne etwas zurückzuerwarten. Besser wäre noch, es jede Woche zu tun. Vielleicht wirst du nicht Zeuge eines Wunders werden, aber du wirst ein Lächeln zu jemand anderem getragen haben.


ABI F. MAY IST AUTORIN UND ERZIEHERIN IN GROSSBRITANNIEN UND SCHREIBT FÜR *ACTIVATED*. ■

Vollbringe irgendeine freundliche Tat, ohne eine Belohnung zurückzuerwarten; sei lediglich sicher in dem Wissen, dass eines Tages jemand das gleiche für dich tun könnte.

—*Diana, Prinzessin von Wales* (1961–1997)

## NEU GEBOREN

Ein einziger Moment gewiss wird der feste Wunsch meines Leben sein: Zu gießen das rote Feuer des Weins der Freundlichkeit hinunter in die ausgedörrten Kehlen, Umzustürzen und Freude zu verschütten über den verbrannten hass-gebackenen Schlamm der Erde. Ihre Freude wird meine Geburt sein. Mein einziger Friede ihr Friede, ihr Vergnügen bringt mir Erleichterung, ihr Traum wird mein Traum sein. Und mein Herzschlag das Pochen der Herzen, die mit Gottes Herzen schlagen. Der Klang, der durch die Ewigkeit schallt, jeder Tag der vergeht, lässt dich verkünden: „Heut ist der Tag meiner neuen Geburt!“  
—*Amado Nervo* (1870–1919), *übersetzt aus dem spanischen Original* ■



MIT LIEBE VON JESUS

## *Liebe am Werk*

Es gibt ein besonderes Glück und eine gewisse Zufriedenheit, die dadurch entstehen, andere und ihre Bedürfnisse über deine eigenen zu stellen. Wenn du jemanden mit etwas Nettem erfreust, nützt das nicht nur ihm, sondern auch dir selbst. Das Glück, das durch freundliche, fürsorgliche und großzügige Taten entsteht, ist kein flüchtiges Vergnügen oder leichtfertige Befriedigung. Es ist ein tiefes Gefühl der Erfüllung. Du bringst damit meinen Geist der Liebe in die Welt um dich herum, in das Leben anderer und in dein eigenes Leben.

Wo Liebe wirkt, bin ich am Werk. Es ist menschlich, erst einmal für sich selbst sorgen zu wollen, selbstsüchtig, ja, sogar fordernd zu sein und von anderen zu erwarten, gut behandelt zu werden, bevor man selbst die anderen gut behandelt. Aber es ist meine Art, zuerst zu geben. Etwas Freundliches und Großzügiges für jemand anderen zu tun, erfordert manchmal viel Kraft, aber jedes Mal, wenn du so handelst, wirst du merken, dass dies die beste Art zu leben ist. Es geht darum, andere wahrzunehmen, sie zu achten, nicht nur auf sie zu schauen, sondern in sie hineinzuschauen.

Suche nach Möglichkeiten, den Tag eines anderen Menschen ein bisschen freundlicher zu gestalten, ein bisschen genussvoller, ein bisschen entspannter, mit ein bisschen mehr Spaß, weniger stressgeladen, weniger belastend, weniger ermüdend, weniger beengend. Wenn du so handelst, sorgst du damit auch für dein eigenes Wohl. Suche nach mir in anderen und lass sie auch mich in dir sehen.