

ÄNDERE DEIN LEBEN. VERÄNDERE DEINE WELT.

activated

DAS GEWINNERTEAM

Die ideale Aufstellung

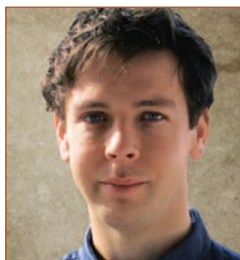
**Der Stoff, aus dem der Himmel
gemacht ist**

Der Einfluss eines Vaters

Ein glücklicheres Familienleben

Mahlzeiten einmal anders





VORWORT SANFTE STÄRKE

In unserer Reihe über die Früchte des Geistes sind wir bei der achten Frucht angelangt. Sie wird im griechischen Originaltext *prautes* genannt. Wie sich herausstellt, ist das ein nicht ganz leicht zu übersetzendes Wort. In seinem Kommentar über den Bibelvers Galater 5:25 ging der schottische Theologe William Barclay (1907-1978) sogar

soweit, zu behaupten, „*prautes* sei das unübersetzbarste Wort des Neuen Testaments.“ Verschiedentlich ist es mit „Sanftmütigkeit“ und „Güte“ wiedergegeben worden.

Im Laufe der Arbeit an dieser Ausgabe habe ich mir meine eigene Definition von dem erstellt, was das Konzept der Sanftmütigkeit und Güte für mich bedeutet. Hier ist es in Kürze:

Sich Gott unterwerfen: Jesus ist das perfekte Beispiel dafür, sich völlig treu darin zu ergeben, Gottes Willen zu tun. Selbst als Ihm Seine Gefangennahme und Hinrichtung bevorstanden, versicherte Er Seinem Vater: „Aber nicht was ich will, sondern was du willst, soll geschehen.“¹

Sanftmütigkeit bedeutet, weniger an das zu denken, was ich möchte, und mehr an das zu denken, was Gott möchte.

Bereitschaft zu lernen: Wenn der italienische Physiker, Mathematiker, Astronom und Philosoph Galileo Galilei (1564-1642) sagen konnte: „Ich habe bisher noch niemanden getroffen, von dem ich nicht etwas hätte lernen können“, wie sehr trifft dann diese Wahrheit erst recht auf mich zu!

Sanftmütigkeit bedeutet, niemals zu denken, ich wüsste genug oder sei zu gut oder zu erhaben, um von anderen zu lernen.

Rücksichtnahme: Als Moses eigener Bruder und seine Schwester seine Position als Führer der Israeliten angriffen, blieb Mose ihnen gegenüber sanftmütig und gab die Situation in Gottes Hände. Selbst als Gott ihn gerechtfertigt hatte, war seine einzige Sorge, dass man Miriam vergab und sie wieder gesund würde.²

Sanftmütigkeit ist niemals selbstgefällig, sondern immer freundlich und höflich.

Wut über Ungerechtigkeit: Aristoteles beschrieb *prautes* als die vollkommene Balance zwischen sich grundlos zu ärgern und sich überhaupt nicht aufzuregen.

Sanftmütigkeit ist niemals gemein und hasserfüllt, aber sie ist auch nicht weinerlich. Sie ist zur richtigen Zeit ungehalten, mit dem richtigen Maß und aus dem richtigen Anlass.

In dieser Ausgabe gibt es Artikel zu jedem dieser Aspekte der Sanftmütigkeit. Schau, ob sie für dich geeignet sind.

Samuel Keating
Chefredakteur

1. Matthäus 26:39 – Hfa.

2. Siehe 4. Buch Mose 12:1-16

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

Activated Ministries

P.O. Box 462805

Escondido, CA 92046-2805, USA

Toll-free: 1-877-862-3228

Email: info@actmin.org

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-151-X

DAS GEWINNERTEAM

VON DENNIS EDWARDS

WÄHREND MEINES UNTERSTUFEN-JAHRES AUF DEM COLLEGE wurde ich zum Trainer meines Footballteams gewählt. Meine erste und wichtigste Entscheidung bestand darin, unseren Quarterback (QB) zu bestimmen. Das ist der Spieler, der im amerikanischen Football die Spiele aufruft und die Abwehr organisiert. Ich wünschte mir einen QB, der auf meinen Rat hören und von den anderen Spielern respektiert werden würde. Und selbstverständlich müsste er auch den Ball gut und schnell abspielen können und auch sonst rundum ein guter Athlet sein.

Es lastete ein ziemlicher Druck auf mir, bezüglich meiner brüderlichen Kameradschaft. Die meisten wollten Levy als QB. Er war ein talentierter Athlet, sehr beweglich, schnell und hatte die kräftigsten Arme. Darüber hinaus war er noch ein Senior (Oberstufenschüler), weswegen einige meinten, er müsse Vorrang vor den anderen Kandidaten haben. O'Neil war eine weitere Option, zwar ein Junior (Unterstufenschüler), doch ein großer Athlet, hochgewachsen, kräftig, mit einem starken Wurf-Arm. Beide, Levy und O'Neil, hatten leider eine große Klappe

und neigten dazu, andere vor den Kopf zu stoßen. Wir benötigten jedoch in unserem QB eine Person, die Zusammenhalt in das Team brachte.

Am Ende entschied ich mich für Terry, einen ruhigeren jungen Mann, der zwar auch ein guter Athlet, aber weniger talentiert war als Levy oder O'Neil. Aus meiner Sicht musste ich keine wirklich schwierige Entscheidung treffen. Doch handelte ich mir von den Anhängern der anderen beiden Kandidaten einige Kritik ein.

Alles in allem hatten wir eine fantastische Spielzeit. In den beiden Jahren, in denen wir ungeschlagen blieben, ließ ich Levy als Halfback (Läufer) spielen, der oft mit dem Ball losstürmte, und O'Neil als Fullback (Außenverteidiger). Beide erhielten eine Menge Gelegenheiten, ihre Wurfkünste einzusetzen, und viele unserer Spieler wurden für die landesweiten Fraternitätsspiele ausgewählt.

Was ich aus dieser Erfahrung als Footballtrainer gelernt habe, war, dass die prahlerischen, großmäuligen Persönlichkeiten nicht unbedingt die besten sind, um ein Team zu leiten. Selbst ein ruhigerer Spieler wie Terry konnte in Zusammenarbeit mit seinem Trainer

eine ausgezeichnete Arbeit leisten, sowie Zusammenhalt und Zusammenarbeit fördern, was genau das ist, was ein Team zum Sieg benötigt.

DENNIS EDWARDS IST LEHRER IM RUHESTAND, DER IN ZUSAMMENARBEIT MIT EINEM PORTUGIESISCHEN VEREIN BEDÜRFTIGE FAMILIEN UND HEIMKINDER MIT SCHULMATERIAL VERSORGT. ■

Teamarbeit ist der Treibstoff, der gewöhnlichen Menschen dazu verhilft, außergewöhnliche Ergebnisse zu erzielen. – *Andrew Carnegie (1835-1919), amerikanischer Industrieller*

Mit Talent gewinnt man Spiele, aber mit Zusammenspiel und Intelligenz gewinnt man Meisterschaften. – *Michael Jordan (geb. 1963), ehemaliger Basketballspieler aus den USA, mit dem Ruf der beste Spieler aller Zeiten gewesen zu sein*

Kein Mitglied einer Mannschaft wird für seine Individualität beim Rudern gelobt. – *Ralph Waldo Emerson (1803-1882), amerikanischer Dichter*



Der Stoff, aus dem der

VON MARINA GRUENHAGE

ICH WILL MEINEN VATER NICHT AUF EINEN SOCKEL STELLEN, das hätte er nicht gewollt. Er war immer bescheiden. Ich kann mich nicht daran erinnern, dass er jemals nach Ehre für sich selbst trachtete. Wenn ihn jemand loben wollte, zeigte er immer nach oben, zu seinem Schöpfer, und gab Gott die Ehre.

Als er noch lebte, habe ich ihn nicht so geschätzt, wie ich sollte. Ich dachte immer, dass alle Väter so ein liebenswürdiges und aufopferungsbereites Wesen hätten wie mein Vater. Ich schätzte weder seine geduldige Natur noch respektierte ich seine Überzeugungen. Stattdessen stritt ich oft mit ihm und war unsensibel für den Schmerz, den ich ihm dadurch zufügte. Jetzt, viele Jahre nach seinem Tod, wird mir bewusst, was für ein Juwel mein Vater doch war.

Mein Vater wurde 1893 in Deutschland geboren und war alt genug, um mein Großvater zu sein, als ich auf die Welt kam.

Im ersten Weltkrieg wurde er als Soldat eingezogen. Trotz ständigen Widerstands sprach er bei jeder sich bietenden Gelegenheit über Jesus.

„Einmal“, berichtete er, „schnappte sich einer der Offiziere meine Bibel und suchte einen bestimmten Vers, mit dem er und seine Freunde mich ärgern konnten. Es war ihnen nicht möglich den Vers zu finden, dafür fanden sie aber meine Gebetsliste, die zwischen den Seiten steckte, und lasen sie voller Neugier. Zu ihrer Überraschung fanden sie auch ihre eigenen Namen dort verzeichnet.“ Diese rauen, stolzen Männer gaben meinem Vater die Bibel demütig zurück und entschuldigten sich bei ihm. Von diesem Moment an ärgerten sie ihn nie wieder.

Vater erzählte uns auch von einem Offizier, der zur Schar der Spötter gehörte und oft auf Kosten meines Vaters Wit-

ze riss. Auf dem Schlachtfeld jedoch hielt er sich immer in der Nähe meines Vaters auf. „Warum versteckst du dich immer hinter mir?“, fragte mein Vater ihn einmal. „Ich bin nicht gerade kugelsicher!“

Dieses Mal sprach der Offizier aufrichtig und ohne Spott. „Um dich herum ist immer so viel Frieden. Aus irgendeinem Grund fühle ich mich sicher, wenn ich in deiner Nähe bin.“

Die Stimme meines Vaters erbebt vor Emotionen, als er über einen 19-jährigen Soldaten sprach, der vor einer großen Schlacht in Panik geriet. Vater erzählte dem Jungen über Jesus – dem Einen, der Seine Furcht überwand und Sein Leben für uns gab, – und sie beteten zusammen. Danach marschierte der junge Soldat mutig in die Schlacht, wissend, dass es ihn wahrscheinlich sein Leben kosten würde. Als sie später seinen Leichnam fanden, zeigte sein Gesicht den friedlichsten Ausdruck, den man sich vorstellen kann. An seine Brust gedrückt umklammerte er das Traktat, das

1. 5. Mose 33:27.

2. Apostelgeschichte 4:13 – LUT.



Himmel gemacht ist Im Gedenken an meinen Vater

Vater ihm gegeben hatte. Der Text endete mit dem Bibelvers: „Der ewige Gott ist eure Zuflucht und unter euch sind seine ewigen Arme.“⁴¹

Nach dem Krieg begann mein Vater ein Studium, weil er Pastor werden wollte. Er musste seinen Traum jedoch aufgeben, um seinen Eltern während einer finanziellen Krise zu helfen. Mit einer Familie, die er unterstützen musste, war er nie wieder in der Lage, sein Studium fortsetzen. Das hielt ihn jedoch nicht davon ab, Gottes Liebe zu teilen, wo auch immer er hinging. Er gründete eine Sonntagsschule und sprang oft für den Pfarrer in der örtlichen Kirche ein. Kranke und Einsame zu besuchen, war eine seiner Lieblingsbeschäftigungen.

Ich war das jüngste von sechs Kindern. Als ich klein war, liebten mein Vater und ich uns sehr, und wir verbrachten unzählige kostbare Momente miteinander. Als ich aber älter wurde, kehrte ich Gottes Liebe und dem Glauben meiner Eltern den Rücken. Dies brach meinem

Vater das Herz. Während meiner Jugend sprach ich kaum noch mit ihm, da ich mir keine Predigten anhören wollte, die er mir vermutlich halten würde.

So entschied sich mein Vater dafür, zu schweigen, während meine Mutter und ich uns viel miteinander stritten. „Warum redest du mit unserer Tochter über alles mögliche?“, fragte Vater sie. „Es wäre besser, mit ihr über Gott zu sprechen!“ Manchmal tat mir das Herz weh, wenn ich seinen Blick sah, seine Augen voller Kummer. Unsere schöne Vater-Tochter Beziehung war verschwunden, und er konnte den Schmerz nur schwer ertragen. Ich fühlte mich auch miserabel, wollte es aber nicht zugeben, und so gab ich vor, eine raue Schale zu haben.

Vater sprach mit Gott über mich, und Gott hörte zu. Als ich 21 Jahre alt war, erlebte ich eine wundersame Veränderung. Wie eine verlorene Tochter kam ich zu Jesus zurück und bat Ihn, in mein Leben zu kommen.

Vater war so froh! Was für eine fröh-

liche Wiedervereinigung hatten wir! Mutter erzählte mir, wie Vater über die Jahre hinweg nicht aufgegeben hatte, verzweifelt und mit starker Hingabe und Entschlossenheit zu beten. Danke, Papa, dass du für mich durchgehalten und nicht aufgegeben hast.

Als Vater starb, erschien ein kurzer Artikel über ihn in einer lokalen Zeitung. Der Nachruf endete mit den Worten: „Man findet selten eine solch herzliche Güte und Geduld, wie sie Herr Gruenhagen anderen gegenüber gezeigt hat. Diejenigen, die ihn trafen, konnten spüren, dass ‚er mit Jesus gewesen‘ war.“⁴² Auf seine eigene, demütige Weise war Vater ein Heiliger – die Sorte, aus der der Himmel gemacht ist.

MARINA GRUENHAGE (1947-2005) WAR ÜBER 30 JAHRE LANG VOLLZEITIG EHRENAMTLICHES MITGLIED VON THE FAMILIE INTERNATIONAL; DIE MEISTE ZEIT DAVON VERBRACHTE SIE IN JAPAN. ■



Gebührende

► Wertschätzung am

Arbeitsplatz

VON MARIA FONTAINE, ÜBERARBEITET

ANERKENNUNG ZU BEKOMMEN IST EIN MENSCHLICHES GRUNDBEDÜRFNIS. Anerkennung ist nicht nur nett und angenehm, wenn sie einem entgegengebracht wird, sondern etwas, das jeder Mensch wirklich braucht, um glücklich zu sein und aufzublühen. Das trifft auf alle Situationen zu, offensichtlich aber wohl nirgendwo so sehr wie in der Arbeitswelt. Wenn Menschen aufrichtig von denen wertgeschätzt werden, für die oder mit denen sie zusammenarbeiten, dann ist die Wahrscheinlichkeit höher, ausgezeichnete „Teamplayer“ und produktive Mitarbeiter vorzufinden.

Wenn zwischen Teammitgliedern reichlich Anerkennung ausgetauscht wird, erhöht das die Chancen des Teams erheblich, erfolgreich zu sein und als Gewinnerteam zu punkten. Lob und Anerkennung haben es zu eigen, das Beste in Menschen hervorzubringen. Es spornt sie an, mehr zu leisten, mehr zu erreichen, mehr beizutragen und es gibt ihnen das Gefühl, mehr schaffen zu können und zufrieden mit der Rolle zu sein, die sie

innehaben. Wenn alle im Team sich gegenseitig wertschätzen, respektieren und Vertrauen ineinander zeigen, dann multipliziert dies das Wohlbefinden und die Produktivität aller Beteiligten im Team.

Es ist zu unserem Vorteil, wenn wir uns Zeit nehmen, unsere Mitarbeiter zu würdigen. Es wird auch dich glücklicher machen. Denn es ist eine Form der Liebe, die bekanntlich auf einen selbst zurückfällt. Das Wohlbefinden des Empfängers steigt, weil Anerkennung sein Leben freundlicher gestaltet. Wenn jeder den anderen würdigt, wird der Arbeitsplatz insgesamt zu einem freundlicheren Ort. Die Mitarbeiter sind produktiver, und das Leistungsniveau steigt.


Positiv über andere zu denken, ist ein guter Anfang. Wenn wir aber diese Gedanken nicht zum Ausdruck bringen, wir sie nicht in Worte fassen, werden sie am Ende niemandem Gutes tun. Wir können nicht erwarten, dass andere unsere Gedanken lesen. Wir müssen unsere positive Meinung in Worte fassen oder in die Tat umsetzen.

Es gibt Vieles, wofür wir andere

loben können. Aber es erfordert von unserer Seite ein gewisses Bemühen, damit wir unsere Mitmenschen näher kennenlernen und mit ihnen auf einer tiefergehenden Ebene kommunizieren können. Wir müssen unseren „Horizont der Anerkennung“ erweitern, indem wir andere nicht nur für das loben, was uns offensichtlich am meisten nützt. Es bedeutet Menschen sehr viel, wenn sich jemand für sie wirklich interessiert, ihre einzigartigen und besonderen Merkmale wahrnimmt und die Anerkennung auf ein tiefergehendes Niveau bringt.

Egal, was dich bisher davon abgehalten hat, deinem Nächsten ehrlich und regelmäßig Lob zu zollen, du kannst heute damit beginnen, das Beste in deinen Mitmenschen hervorzubringen, indem du sie darauf hinweist.

MARIA FONTAINE UND IHR GATTE, PETER AMSTERDAM, SIND DIE LEITER VON THE FAMILY INTERNATIONAL, EINER CHRISTLICHEN GEMEINSCHAFT DES GLAUBENS. ■



TEAMARBEIT UND SYNERGIE

VON GABRIEL GARCÍA V.

WENN MENSCHEN DEN BEGRIFF „FÜHRUNG“ HÖREN, haben sie oftmals das Bild eines starken, selbstsicheren, Respekt einflößenden Chefs vor Augen, eines Menschen, der seinen charismatischen Stil dazu nutzt, um sein Team oder seine Firma zum Erfolg zu führen.

In der heutigen Welt jedoch haben gute Manager erkannt, dass sie ihr Geschäft nicht nur durch ihren eigenen Schwung, ihre eigenen Ideen und Talente zum Erfolg bringen können. Ein wesentlicher Faktor im Organisationsprozess ist, ein Gemeinschaftsgefühl zu entwickeln und aufrechtzuerhalten. Weise Führungskräfte potenzieren ihre Anstrengungen, indem sie auf die Fähigkeiten und Talente des gesamten Teams bauen.

Vor dreitausend Jahren, als Moses Schwiegervater Jethro sah, dass Mose sämtliche Rechtsstreitigkeiten im Lager der Israeliten persönlich schlichtete, gab er ihm folgenden Rat:

„Das, was du da tust, ist nicht gut. ... Du reibst dich sonst noch auf – und auch für das Volk ist das zu anstrengend. Diese Aufgabe ist zu schwer, als dass du sie allein bewältigen könntest.

Nimm einen Rat von mir an: ... Sei du weiterhin der Stellvertreter des Volkes Gott gegenüber und bring ihre Angelegenheiten vor Ihn. Teile ihnen auch Gottes Anweisungen und Vorschriften mit und lehre sie, was sie tun und wie sie ihr Leben führen sollen.

Aber wähle ein paar fähige, gottesfürchtige und zuverlässige Männer aus, die unbestechlich sind. Ernenne diese dann zu Richtern über das Volk. ... Diese Männer sollen dem Volk Recht sprechen und die einfachen Streitfälle schlichten. Mit allen wichtigen und schwierigen Rechtsfragen sollen sie jedoch zu dir kommen. Verschaffe dir doch Erleichterung dadurch, dass sie dir ein Stück deiner Last abnehmen.

Wenn du diesen Rat befolgst und er Gottes Willen entspricht, wird dir die Aufgabe nicht über den Kopf wachsen und alle diese Menschen werden befriedigt nach Hause gehen.“¹

1. 2. Mose 18:17-23, zusammengefasst.

2. Matthäus 18:19-20.

Die Rolle der Teamarbeit ist für den Erfolg von Initiativen somit sehr deutlich. Sogar unsere Gebete haben mehr Kraft, wenn wir gemeinsam mit anderen beten. „Wenn zwei von euch hier auf der Erde darin eins werden, eine Bitte an Gott zu richten, dann wird mein Vater im Himmel diese Bitte erfüllen. Denn wo zwei oder drei [in meinem Namen] zusammenkommen, ... bin ich mitten unter ihnen.“²

Es werden viele Hände benötigt, wenn etwas gebaut wird, das lange halten soll. Versierte Teams haben ein gemeinsames Ziel, und sie haben eine Aufgabe, die über die Ziele des Einzelnen im Team hinausgeht. Die gemeinsame Vision, die Zusammenarbeit und die Verschmelzung der Fähigkeiten sind es, die das Team stark machen, so dass die Summe der Ergebnisse größer ist als die Summe der einzelnen Anstrengungen oder Fähigkeiten. In der Einheit liegt die Stärke.

GABRIEL GARCÍA V. (AUCH ALS GABRIEL SARMIENTO BEKANNT) IST DER HERAUSGEBER VON *CONÉCTATE*, DER SPANISCHEN AUSGABE VON *ACTIVATED*. ■

Unser demütiger Erretter



LASST UNS EINEN BLICK DARAUFG WERFEN, WIE JESU CHARAKTER DURCH EINIGE SCHLÜSSELEREIGNISSE IN SEINEM LEBEN OFFENBART WURDE.

GEBOREN IN EINEM STALL

[Maria] gebar ihren ersten Sohn und wickelte ihn in Windeln und legte ihn in eine Krippe; denn sie hatten sonst keinen Raum in der Herberge.—*Lukas 2:7 – LUT*

VON VIELEN ABGELEHNT

Doch obwohl er unter ihnen lebte und die Welt durch ihn geschaffen wurde, erkannten ihn die Menschen nicht. Er kam in seine Welt, aber die Menschen nahmen ihn nicht auf.—*Johannes 1:10-11 – Hfa*

SEIN TRIUMPHALER EINZUG IN JERUSALEM

Seht, euer König kommt zu euch. Er ist sanftmütig und reitet auf einem Esel – ja auf dem Fohlen eines Esels.—*Matthäus 21:5*

DIE FUSSWASCHUNG

[Jesus] goss Wasser in eine Schale. Dann begann er, seinen Jüngern die Füße zu waschen und sie mit dem Handtuch

abzutrocknen, das er sich umgebunden hatte. ... Nachdem er ihnen die Füße gewaschen hatte, zog Jesus sein Obergewand wieder an, setzte sich und fragte: „Versteht ihr, was ich getan habe? Ihr nennt mich ‚Meister‘ und ‚Herr‘ und damit habt ihr Recht, denn das bin ich. Und weil ich, der Herr und Meister, euch die Füße gewaschen habe, sollt auch ihr einander die Füße waschen. Ich habe euch ein Beispiel gegeben, dem ihr folgen sollt. Tut, was ich für euch getan habe.“.—*Johannes 13:5,12–15*

STUMM IM ANGESICHT SEINER ANKLÄGER

Er wurde misshandelt und niedergedrückt und gab keinen Laut von sich. Wie ein Lamm, das zum Schlachten geführt wird, und wie ein Schaf vor seinem Scherer verstummt, so machte auch er den Mund nicht auf.—*Jesaja 53:7*

VERSPOTTET VON GOTTLOSEN MENSCHEN

Und sie spuckten ihn an, nahmen ihm den Stock weg und schlugen ihn damit auf den Kopf. Nachdem sie ihn verspottet hatten, nahmen sie ihm das Gewand

ab und zogen ihm seine eigenen Kleider wieder an. ... Die Leute, die vorübergingen, beschimpften und verhöhnten ihn.—*Matthäus 27:30 –31,39*

GEKREUZIGT MIT GEWÖHNLICHEN KRIMINELLEN

Zusammen mit ihm wurden zwei Verbrecher gekreuzigt, einer auf jeder Seite von ihm.—*Matthäus 27:38*

ERNIEDRIGT AUF UNSERE EBENE

Geht so miteinander um, wie Christus es euch vorgelebt hat. Obwohl er Gott war, bestand er nicht auf seinen göttlichen Rechten. Er verzichtete auf alles; er nahm die niedrige Stellung eines Dieners an und wurde als Mensch geboren und als solcher erkannt.—*Philipper 2:5–7*

Wenn du den demütigen Erlöser und Erretter noch nicht kennen gelernt und angenommen hast, kannst du das jetzt gleich tun. Er steht vor der Tür deines Herzens und wartet darauf, dass du Ihn einlädst, hereinzukommen. Bete einfach: „Jesus, bitte komm herein und schenke mir dein Geschenk des ewigen Lebens. Amen.“ ■



IMMER ZUFRIEDEN

VON TINA KAPP

DIE MEISTEN HÖHEN UND TIEFEN HATTE ICH IN MEINEM LEBEN ERLEBT, als ich in Uganda wohnte und an einer Missionsreise zu den ehemaligen Kindersoldaten in Gulu teilnahm, denselben Kindern, die man in dem Film *Maschinengewehr-Prediger* sieht.¹

Wir brachten ihnen Tonnen an gespendeten Nahrungsmitteln und zeigten den Film *Jesus*² mit einem Simultanübersetzer auf Acholi, der dortigen Sprache. Wir mussten einen Generator verwenden, um den Film mit einem Filmprojektor zeigen zu können, da es keinen Strom gab.

Wir wohnten in einer der „besseren“ Hütten, die aus einem Lehmkreis mit Betonwänden und einem Dach aus Aluminium bestand. Die Toilette befand sich in einem kleinen Nebengebäude, inklusive Insekten in allen Größen und Formen. (Einmal zählte ich 18 Spinnen!) Am Abend brachten sie uns einen Kanister kochendes

Wasser und einen mit kaltem Wasser. Wir mussten sie in einem dritten Eimer mischen und hinter der Hütte duschen unter freiem Sternenhimmel. Wir aßen viele interessante Speisen, wie zum Beispiel einen Brotaufstrich aus gemahlenden Termiten. – Der gehörte nicht zu meinen Favoriten.

Nach ein paar Tagen mussten einer meiner Kollegen und ich zurück nach Kampala. Einige gute Freunde von uns, die Direktoren der größten Telefongesellschaft waren, verließen Uganda und luden uns zu einer großen Abschiedsfeier ein. Innerhalb weniger Stunden wechselten wir vom Termitenaufstrich zu einem mehrgängigen genüsslichen Abendessen im Fünf-Sterne Hotel Sheraton und erlebten die Auftritte der bekanntesten Sänger des Landes. Mein Freund und ich waren begeistert. Es war wundervoll, königlich behandelt zu werden. Umso dankbarer waren wir, weil wir gerade von einem Ort gekommen waren, an dem die Menschen so wenig hatten und wir so „primitiv“ leben mussten.

Im Brief an die Philipper hat Paulus gesagt: „Nicht, dass ich etwas gebraucht hätte! Ich habe gelernt, mit dem zufriede-

“

DEMUT BEDEUTET NICHT, SCHLECHTER VON SICH SELBST ZU DENKEN, SONDERN WENIGER ÜBER SICH SELBST NACHZUDENKEN.

– C. S. LEWIS (1898–1963)

”

den zu sein, was ich habe. Ob ich nun wenig oder viel habe, ich habe gelernt, mit jeder Situation fertig zu werden: Ich kann einen vollen oder einen leeren Magen haben, Überfluss erleben oder Mangel leiden.“³ Dadurch erkannte er gleich im nächsten Vers: „Denn alles ist mir möglich durch Christus, der mir ... Kraft gibt.“⁴ Ihm war bewusst, dass er nichts durch seine eigene Großartigkeit erreichte. Und er gab Gott die Ehre für das Gute, dass er zu tun vermochte.

TINA KAPP IST TÄNZERIN, MODERATORIN UND FREIBERUFLICHE AUTORIN IN SÜDAFRIKA. SIE LEITET EINE EVENTAGENTUR, DIE DABEI HILFT, SPENDEN FÜR GEMEINNÜTZIGE VEREINE UND MISSIONARISCHE PROJEKTE ZU SAMMELN. ■

1. Originaltitel: *Machine Gun Preacher* (2011)

2. *Jesus* (1999)

3. Philipper 4:11-12.

4. Philipper 4:13.

Die Macht den Sanftmütigen

ZUSAMMENGESTELLT VON SAMUEL KEATING

GOTT WEIST UNS AN, IN UNSEREM UMGANG MIT ANDEREN SANFTMÜTIG UND DEMÜTIG ZU SEIN ... (Lebt) in aller Demut und Sanftmut, in Geduld. Ertragt einer den andern in Liebe. – *Epheser 4:2¹*

Bemühe dich um ein Leben, so wie Gott es will: geprägt von der Ehrfurcht vor Gott, von Glauben und Liebe, geführt mit Geduld und Sanftmut. – *1. Timotheus 6:11*

[Der] mit Sanftmut die Widerspenstigen zurechtweist. – *2. Timotheus 2:25²*

Da Gott euch erwählt hat, zu seinen Heiligen und Geliebten zu gehören, seid voll Mitleid und Erbarmen, Freundlichkeit, Demut, Sanftheit und Geduld. – *Kolosser 3:12*

... UND ER VERSPRICHT, UNS ZU SEGNET, WENN WIR ES TUN.

Die Sanftmütigen werden essen und satt werden; es werden Jehova loben, die ihn suchen. – *Psalm 22:26³*

-
- | | |
|---------|---------|
| 1. LUT. | 4. NEÜ. |
| 2. LUT. | 5. ELB. |
| 3. ELB. | |

Den Demütigen richtet er auf.
– *Psalm 147:6⁴*

Denn der Herr freut sich über sein Volk; er krönt die Demütigen mit seiner Hilfe. – *Psalm 149:4*

Die Demütigen werden mehr Freude im HERRN haben.
– *Jesaja 29:19⁵*

Nehmt mein Joch auf euch. Ich will euch lehren, denn ich bin demütig und freundlich, und eure Seele wird bei mir zur Ruhe kommen.
– *Matthäus 11:29*

Gott segnet die, die erkennen, dass sie ihn brauchen, denn ihnen wird das Himmelreich geschenkt. Gott segnet die, die traurig sind, denn sie werden getröstet werden. Gott segnet die Freundlichen und Bescheidenen, denn ihnen wird die ganze Erde gehören.

Gott segnet die, die nach Gerechtigkeit hungern, denn sie werden sie im Überfluss erhalten. Gott segnet die Barmherzigen, denn sie werden Barmherzigkeit erfahren. Gott segnet die, die ein reines Herz haben, denn sie werden Gott sehen.

Gott segnet die, die sich um Frieden bemühen, denn sie werden Kinder Gottes genannt werden. Gott segnet die, die ihr Leben Gott ganz zur Verfügung stellen, denn das Himmelreich wird ihnen gehören. Gott segnet euch, wenn ihr verspottet und verfolgt werdet und wenn Lügen über euch verbreitet werden, weil ihr mir nachfolgt. Freut euch darüber! Jubelt! Denn im Himmel erwartet euch eine große Belohnung. Und denkt daran, auch die Propheten sind einst verfolgt worden.
– *Matthäus 5:3–12*

Eure Schönheit soll von innen kommen – das ist die unvergängliche Schönheit eines freundlichen und stillen Herzens, das Gott so sehr schätzt. – *1. Petrus 3:4* ■

Der Demütige wird einen Zustand der Seelenruhe erlangen. Während er in Demut vorwärts geht, ist er glücklich, dass Gott sich für ihn einsetzt. Der alte Kampf, alleine dazustehen, ist vorüber. Er hat inneren Frieden gefunden, der mit Demut einhergeht. – *A. W. Tozer (1897–1963)*

IN 7 SCHRITTEN ZU EINEM DEMÜTIGEN ICH

DEN MEISTEN VON UNS WÜRD E S NICHTS AUSMACHEN, ein bisschen demütiger zu sein. Aber oh, wie hassen wir es, gedemütigt zu werden! Es verletzt unseren Stolz. Doch dieser Schmerz ist heilsam für uns, wenn wir ihn willkommen heißen und ihn seinen Zweck erfüllen lassen. Denk an das Motto der Olympiateilnehmer: Ohne Schmerz keinen Sieg!

1 **SCHAU AUF DAS GUTE IM MENSCHEN**
Jeder Mensch hat Erfahrungen machen können, die dir vielleicht noch nicht vergönnt waren. Derjenige ist dir dann in dieser Hinsicht überlegen. Wie der amerikanische Gelehrte und Schriftsteller Herbert Palmer (1842-1933) sagte: „Ach, welch leidige Sache es doch ist, wenn ich jemandem begegne, von dem ich nichts mehr lernen kann.“

4 **GIB DEINE GRENZEN UND BEDÜRFNISSE ZU**
Es liegt in der menschlichen Natur, stark und selbstbewusst erscheinen zu wollen. Aber dieser Stolz macht alles nur noch schwieriger. Bitte andere um Hilfe und nimm diese dann auch an. Das wird dich meilenweit nach vorne katapultieren.

6 **LERNE NEUES HINZU: EINE NEUE FERTIGKEIT, EINE NEUE SPRACHE, SPORTART ODER EIN NEUES HOBBY**
Etwas Neues von Null an zu beginnen ist immer demütigend. Aber die Belohnungen sind vielfältig. Abgesehen davon, dass du von deinem neuen Können selbst profitierst, ermutigt dein Beispiel wiederum andere, es dir gleich zu tun, und im Gegensatz zu dem, was dein Stolz dir rät, gewinnst du ihre Bewunderung und ihren Respekt.

SPRICH AUFRICHTIGE KOMPLIMENTE AUS

Du kannst nicht auf andere herabsehen und ihnen dabei gleichzeitig deine Bewunderung aussprechen. Je mehr du deine positiven Gedanken in Worte fasst, desto mehr Gutes kannst du an deinen Mitmenschen wahrnehmen und desto geringer ist die Wahrscheinlichkeit, dass du in die Egoismus-Falle tappst.

2

3 **BEEILE DICH, DEINE FEHLER ZUZUGEBEN UND DICH ZU ENTSCHULDIGEN**
Man sagt, die Sätze „Ich habe mich geirrt“ und „Es tut mir Leid“ gehören in jeder Sprache zu den schwierigsten Sätzen. Diejenigen, die sich wegen ihres Stolzes nicht entschuldigen können, werden immer wieder die gleichen Fehler machen und auf diese Weise andere vor den Kopf stoßen.

DIENE ANDEREN

Hilf freiwillig Älteren, Schwächeren oder Kindern oder tue sonst irgendetwas Soziales für den Ort, in dem du lebst. Dadurch bekommst du immer mehr, als du anfänglich gibst.

5

7 **GIB GOTT FÜR ALLES GUTE AN DIR DIE EHRE, UND ZOLLE IHM DEIN LOB DAFÜR**
Die Bibel lehrt uns: „Der Weise soll nicht auf seine Weisheit stolz sein, der Mächtige nicht auf seine Macht und der Reiche nicht auf das, was er besitzt. Wer sich rühmen will, soll sich nur wegen dieser einzigen Sache rühmen: dass er mich kennt und begreift, dass ich der Herr bin! Ich handle liebevoll und Sorge für Recht und Gerechtigkeit auf der Erde.“¹ ■

1. Jeremia 9:22-23.

SANFTMUT – DIE GEWINNENDE FRUCHT

VON RAFAEL HOLDING

EIN SANFTMÜTIGES WESEN IST EINER DER SCHLÜSSEL, der uns zum Erfolg mit Menschen verhilft. Es kann das Zünglein an der Waage dafür sein, wie offen andere für unsere Meinungen und Ideen sind.

Jesus wurde in der Bibel als Lamm beschrieben,¹ als Mutterhenne² und als der fürsorgliche, gute Hirte.³ Er sagte von sich selbst: „Ich bin sanftmütig und von Herzen demütig.“⁴ Er zwang niemanden, an Ihn zu glauben oder Ihm zu folgen. Er zeigte Mitgefühl und versuchte, auf sanfte Weise, durch Sein eigenes liebevolles Beispiel, die Menschen für Sein himmlisches Königreich zu gewinnen.

Wenn du Freunde und andere Menschen für den Herrn gewinnen möchtest, dann folge Seinem Beispiel.⁵ „Allen Menschen sollen sie mit Freundlichkeit und Geduld [Sanftmut] begegnen.“⁶ „Wer ist weise und klug unter euch? Der zeige mit seinem guten Lebenswandel seine Werke in Sanftmut der Weisheit.“⁷

Wenn das leichter gesagt als getan ist, dann mach dir darüber keine Sorgen. Gott kann jedem einzelnen von uns dabei helfen, Jesus ähnlicher zu werden, wenn wir nur Seinen Heiligen Geist durch uns wirken lassen.

RAFAEL HOLDING IST SCHRIFTSTELLER IN AUSTRALIEN. „SANFTMUT – DIE GEWINNENDE FRUCHT“ IST EIN AUSZUG AUS DEM WERDE AKTIV BUCH: *DIE GABEN GOTTES*, ERHÄLTLICH IN ENGLISCHER SPRACHE VOM ONLINE-SHOP DER AURORA PRODUCTION ([HTTP://SHOP.AURORAPRODUCTION.COM/](http://shop.auroraproduction.com/)). ■

1. Siehe Johannes 1:29; Jesaja 53:7.
2. Siehe Lukas 13:34.
3. Siehe Jesaja 40:11; Johannes 10:14–15.
4. Matthäus 11:29 – LUT.
5. Siehe 1. Petrus 2:21.
6. Titus 3:2.
7. Jakobus 3:13 – NLUT.



UNTER KONTROLLE

VON PETER AMSTERDAM, IN AUSZÜGEN

MIR GEFÄHRT DIE DEFINITION VON SANFTMUT IN MEINEM BIBELLEXIKON. Dort steht, Sanftmut ist „eine demütige Haltung gegenüber Gott und Milde im Umgang mit Menschen, die aus der Erkenntnis entspringt, dass Gott die Kontrolle innehat.“ Sie ist kontrollierte Stärke und Mut im Zusammenspiel mit Güte.

Diese Art von Sanftmut bedeutet, Glauben und inneren Frieden zu haben, weil man gewiss ist, dass Gott alles unter Kontrolle hat. Du kannst von deinem Wesen her sanft und ruhig sein, weil du voller Glaube bist. Du besitzt die Gewissheit, dass Gott alles regeln wird, egal wie unglaublich überwältigend oder verzweifelt eine Situation auch erscheinen mag.

Du hast Glauben, und deshalb besitzt du auch Vertrauen. Du bist sanftmütig, weil du nicht aus eigener Kraft wie verrückt an einer Lösung werkelst. Du verlässt dich nicht auf dein eigenes Talent, deine eigene Weisheit, dein persönliches Charisma, sondern du verlässt dich auf den Herrn. Und diese Ruhe stellt sich für andere als die Gegenwart Gottes dar, eine Präsenz, die andere in dir spüren. Sie wissen, dass alles in Ordnung ist, weil du eine bestimmte Sanftmut besitzt und diese gewisse geistige Ruhe ausstrahlst.

PETER AMSTERDAM UND SEINE GATTIN, MARIA FONTAINE, SIND DIE LEITER VON THE FAMILY INTERNATIONAL, EINE CHRISTLICHE GEMEINSCHAFT DES GLAUBENS. „UNTER KONTROLLE“ IST DEM BLOGARTIKEL „GÖTTLICHES VERTRAUEN“ ENTNOMMEN. ■

WUT AUF DAS BÖSE

F: *Mir ist bewusst, dass Liebe und Demut christliche Tugenden sind. Aber wie steht es damit, wenn wir sehen, wie Ungerechtigkeit geschieht? Manchmal werde ich richtig wütend, wenn ich über die schrecklichen Dinge lese, die auf der Welt passieren. Ist es immer falsch, wütend zu sein?*

A: „Fahre nicht schnell aus der Haut, sondern zügle deinen Zorn“, ist eine gute Interpretation des biblischen Ratschlags über Zorn.¹ Es bedeutet aber nicht, dass wir uns niemals wegen irgendetwas aufregen dürfen.

Erinnere dich an Jesu Ankunft im Tempel in Jerusalem. Eine geschäftige Menschenmenge scharte sich im offenen Innenhof. Es war ein großer Lärm und ein riesiges Spektakel, als die Verkäufer ihre Waren an den Ständen an-

priesen: Tauben, Gimpel, Schafe und Ochsen – was auch immer man als Opfer im Tempel benötigte. Geld wechselte die Besitzer, während die Menschen ihren Tauschhandel betrieben, miteinander stritten und bettelten. Es war ein richtiger Verkäufermarkt.

Jesus war außer sich vor Zorn. Dies war ein Haus des Gebets, doch es hatte sich in einen stark frequentierten und nicht ganz ehrlichen Marktplatz verwandelt. Er hätte kompromissbereit sein und sagen können, die Händler würden zwar Profit machen, dennoch böten sie den Gläubigen einen nützlichen Dienst an, indem sie alles zur Verfügung stellen, was man braucht, um Gottes Gesetze zu befolgen. Außerdem würden die Menschen die Opfergaben desto mehr schätzen, je mehr sie dafür bezahlen müssten. Jesus hätte das Gute an der Situation sehen und Seiner Wege gehen können.

Doch das hat Er nicht getan. Im Evangelium steht, dass Jesus die Tische der Geldwechsler und die Stände der Taubenverkäufer umstieß. Er tadelte sie

dafür, Seines Vaters Haus des Gebets in eine Räuberhöhle verwandelt zu haben. Dieser Vorfall wurde in allen vier Evangelien festgehalten,² was die Bedeutung dieses Ereignisses noch unterstreicht.

Es gibt Gelegenheiten, bei denen wir uns den Dingen, die falsch laufen, stellen müssen. Das bedeutet aber nicht, aus der Haut zu fahren oder wortwörtlich „die Tische umzuwerfen“. Gottes Wort warnt uns: „Sündigt nicht, wenn ihr zornig seid, und lasst die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen.“³ Und dennoch gibt es Momente, in denen wir für die Wahrheit und für das, was richtig ist, Partei ergreifen sollten. An unserer Überzeugung über Wahrheit und Gerechtigkeit festzuhalten, ist Teil unseres Lebens als Nachfolger Christi.

Ein Mensch, der Zorn nicht kennt, kennt auch das Gute nicht. Manchmal sollte ein Mensch bis ins Innerste vor Empörung zittern, wenn er Böses sieht. – *Henry Ward Beecher (1813-1887)* ■

1. Prediger 7:9 – „Sei nicht aufbrausend in deinem Zorn.“

2. Siehe Matthäus 21:12-13; Markus 11:15-17; Lukas 19:45-46; Johannes 2:14-16.

3. Epheser 4:26



VON VIRGINIA BRANDT BERG, ZUSAMMENGEFASST

Ein glücklicheres Familienleben

NACH DR. JAMES H. BOSSARD, einem ehemaligen Professor für Soziologie an der Universität von Pennsylvania, ist einer der größten Schwachpunkte im Familienleben die Art, wie Eltern im Beisein ihrer Kinder miteinander reden. Nachdem Bossard umfangreiche Aufzeichnungen über Gespräche bei Tisch studiert hatte, schrieb er: „Zu meinem größten Erstaunen stellte ich fest, dass es in jeder Familie bestimmte, einheitliche Gesprächsgewohnheiten gab, und dass Kritik das am meisten vorherrschende Verhaltensmuster darstellte. Diese Familien brachten kaum ein gutes Wort über andere heraus. Sie nörgelten und beklagten sich unentwegt über ihre Freunde, Bekannten, Verwandten und Nachbarn – über fast alles in ihrem Leben, angefangen von den Warteschlangen im Supermarkt, bis hin zur Dummheit ihrer Vorgesetzten.

Diese ständig negative Familienatmosphäre hatte einen verheerenden Einfluss auf die Kinder. Denn ein hoher Prozentsatz dieser Kinder verhielt sich unsozial und war unbeliebt. Dieses Muster der Animosität in den entsprechenden Familien führte sehr oft zu Streitigkeiten untereinander. Die Kinder übernahmen dieses Verhaltensmuster und bekamen dann selbst Schwierigkeiten.“

„Vor langer Zeit“, fuhr Dr. Bossard fort, „gab es einen bedeutenden Lehrer, der darauf hinwies, dass das, was aus dem Mund herauskommt, viel wichtiger sei, als das, was in ihn hineingeht.“¹

Jesus sagte: „Wovon das Herz voll ist, davon redet der Mund.“² „Ein guter Mensch bringt Gutes hervor aus dem guten Schatz seines Herzens; und ein böser Mensch bringt Böses hervor aus seinem bösen Schatz.“³ Um die Qualität unserer Worte zu verändern, müssen wir die geistige Einstellung ändern, die diese Worte hervorbringt. Worte, die aus dem Munde einer Seele fließen, die von

Gottes Geist der Liebe erfüllt ist, werden von der Würze und Kraft zeugen, die aus ihrer inneren Tiefe herrührt.

Wie kannst du so vom Geiste Christi erfüllt sein, dass Er deine Worte lenkt, die du sprichst? Das kann nur geschehen, wenn du mit Ihm Zeit verbringst, und du dich von Seinem Geist und Seiner Liebe erfüllen lässt. Nimm dir Zeit, Sein in der Bibel aufgezeichnetes Wort zu lesen, und lass Ihn zu dir ganz persönlich im Gebet und in der Andacht sprechen.

Wenn du Zeit mit Jesus, der Quelle aller Güte, Liebenswürdigkeit und Sanftmut, verbringst, wird deine Beziehung zu Ihm tiefer werden. Und bald werden dann deine Worte Träger Seines Geistes sein. Du wirst zu einem positiveren Einfluss für das Leben deiner Liebsten und Nächsten werden.

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

1. Siehe Matthäus 15:11.
2. Matthäus 12:34 – GNB
3. Matthäus 12:35 – LUT.

DIE ORIENTIERUNG WIEDERERLANGEN

VON ABI MAY

HAST DU SCHON EINMAL DIE ORIENTIERUNG VERLOREN?

Du liest einen Roman und verstehst nicht, wer nun wer ist, oder du bist während eines Filmes abgeschweift, und schon ergibt er keinen Sinn mehr. Du arbeitest und arbeitest und manchmal bist du dir nicht mehr sicher, wo oder wer du bist und was dein Ziel ist.

Jona verlor die Orientierung, als er vor Gott davonlief. Gott gab ihm den Auftrag, nach Ninive zu gehen, um die Menschen zu warnen. Aber Jona war davon nicht begeistert und ging an Bord eines Schiffes, das in die entgegengesetzte Richtung segelte. Es hätte eine Reise in die Vergessenheit werden können, denn Jona landete im Bauch eines riesigen Fisches. Doch als er sich Gott wieder zuwandte, befreite ihn Gott voller

Gnade. Zurück auf trockenem Land machte er weiter, wo er aufgehört hatte und vollendete, worum Gott ihn gebeten hatte.¹

Herr, bitte hilf mir auf dem richtigen Weg zu bleiben, ganz gleich, wie schwierig es ist.

Wohl denen, deren Weg untadelig ist, die nach dem Gesetz des HERRN leben.²

Sarah verlor die Orientierung, als die Besucher, die Engel waren, ihrem Mann Abraham voraussagten, dass sie ein Kind gebären würde. Sie lachte darüber, weil sie dachte, dass ihr fortgeschrittenes Alter ein unüberwindbares Hindernis darstellte.³ Dennoch wuchs sie in diese Herausforderung ihres Glaubens hinein. „Und [sie] gebar [ein Kind], obwohl sie vom Alter her über die Zeit hinaus war; denn sie achtete den für treu, der es verheißten hatte.“⁴ Sie fand den Faden durch Glauben wieder.

Herr, hilf mir, Dir im Glauben zu folgen, selbst wenn ich nicht genau verstehe, wohin Du mich führst.

Erhalte meinen Gang auf deinen Wegen, dass meine Tritte nicht gleiten.⁵

Petrus verlor kurzzeitig die Orientierung, als er Jesus verleugnete. Er war verwirrt und hatte Angst um sein eigenes Leben.⁶ Aber alles war noch nicht verloren. Ein Gespräch während eines Frühstücks, vom auferstandenen Erlöser zubereitet, veränderte Petrus Sicht von sich selbst und seinem Leben⁷ „Weide meine Schafe“,⁸ d. h. gib auf meine Nachfolger acht, sagte Jesus zu ihm. – Und das war genau das, was Petrus tat. Er erlangte die Orientierung wieder, und der Rest seines Lebens war geprägt von immenser Bedeutung.

Herr, hilf mir, ruhig dazusitzen und deiner Stimme zu lauschen, so dass ich den Weg finden und ihm nachfolgen kann. Der Weg den du für mich vorgesehen hast.

Lass mich schon am Morgen deine Gnade erfahren, denn ich vertraue auf dich. Zeige mir einen Weg, den ich gehen soll, denn ich habe dich darum gebeten.⁹

ABI MAY IST FREIBERUFLICHE
AUTORIN UND LEHRERIN IN
GROSSBRITANNIEN. ■

1. Siehe Jona, Kapitel 1–2.

2. Psalm 119:1 – NLUT.

3. Siehe 1. Mose 18:1–15.

4. Siehe Hebräer 11:11 – NLUT, 1. Mose 21:1–2.

5. Psalm 17:5 – LUT.

6. Siehe Lukas 22:54–62.

7. Siehe Johannes, Kapitel 21.

8. Joh. 21:17.

9. Psalm 143:8.



MIT LIEBE VON JESUS

SANFTMUT ERLERNEN

Komm zu mir, wenn dir alles zu viel wird und du überlastet bist. Ich werde dir Ruhe schenken und dir zeigen, wie du sanftmütig sein kannst, so wie ich es bin.¹ Die Sanftmut, auf die ich verweise, bedeutet tatsächlich Stärke. Aber sie manifestiert sich durch Liebenswürdigkeit und Freundlichkeit. Sie muss sich nicht behaupten oder prahlen, weil sie ihre Stärke kennt.

Oft haben Menschen das Gefühl, sie müssten vorgeben, stärker und zuversichtlicher zu erscheinen, als sie es sind. Aber das ist relativ leicht zu durchschauen. Letztendlich ist es weitaus besser, zu dir selbst und zu anderen ehrlich zu sein. Ehrlich zu sein in Bezug auf deine Stärken, aber auch bezüglich deiner Schwächen. Ehrlich zu sein, wenn du zuversichtlich bist, und ebenfalls, wenn du es nicht bist. Wenn du weißt, wer du bist, und vor allem, wenn du weißt, wer ich bin, wenn du

ehrllich zu dir selbst und authentisch in deinem Handeln gegenüber anderen bist, dann kannst du zuversichtlich durchs Leben schreiten.

Wenn du in mir ruhst, erfrische und erneuere ich dich und bringe dich wieder mit meiner Kraft in Verbindung. Dann kannst du all das meistern, was dir widerfährt, – ob Druck oder Überlastung bei der Arbeit, Herausforderungen in Beziehungen oder negative Gefühle – und kannst alles in meiner Kraft angehen. Wenn es stressig, hektisch und chaotisch wird, passiert es leicht, dass man etwas schroff und scharf mit anderen umgeht, was natürlich wenig mit Sanftmut und Freundlichkeit zu tun hat, selten gute Ergebnisse erzielt und dich kaum besser fühlen lässt.

Festige und stärke dich, indem du in mir ruhst und meine geistige Sanftmut erlernst. Dann wird dir meine Kraft das geben, was du brauchst, um deinen täglichen Herausforderungen zu begegnen, mit ihnen umzugehen und sie zu bewältigen.

1. Siehe Matthäus 11:28–29