

ÄNDERE DEIN LEBEN. VERÄNDERE DEINE WELT.

ACTIVATED

21. JAHRGANG, AUSGABE 11

EIN NEUER AUSBlick AUF DAS LEBEN

Probleme mit dem
Selbstbildnis gelöst

Überfluss oder Exzess?

Wahre Freiheit finden

Heute

Froh sein in
unbeständigen Zeiten

EDITORIAL DIE ROLLE GOTTES

In „Gott auf der Anklagebank“ hat C.S. Lewis einen Artikel mit dem Titel „Antworten auf Fragen zum Christentum“ veröffentlicht. Eine Frage davon lautet, welche der Weltreligionen schenkt ihren Anhängern den größten Frohsinn, und er gab diese berühmte Antwort:

„Solange sie anhält, ist die Religion, sich selbst zu verehren, die beste. Ich habe eine ältere Bekannte von etwa achtzig Jahren, die seit den frühesten Jahren ein Leben in ungebrochenem Egoismus und in Selbstbewunderung führt und mehr oder weniger, wie ich leider sagen muss, einer der glücklichsten Menschen ist, die ich kenne. Vom moralischen Standpunkt aus gesehen ist es sehr schwer verständlich!“

Froh zu sein ist eine großartige Sache. Aber viele Menschen haben eine falsche Vorstellung davon, was es wirklich bedeutet. Die Bekannte von C.S. Lewis kannte die erste Art von Frohsinn – die oberflächliche YOLO-Art – man lebt nur einmal. Aber eine andere Art von Frohsinn bleibt bestehen unabhängig von den Umständen und ist ewig – Frieden und Zufriedenheit, die daraus entstehen, Gott zu kennen und mit Ihm in einer

Beziehung zu leben.

Es ist ganz natürlich, über den Zustand der Welt betrübt zu sein, wegen eines Verlustes zu trauern, zu kämpfen, wenn man in einer unglücklichen Beziehung steckt, und so weiter. Gott hat dem Gläubigen kein glückseliges Leben des leichten Vergnügens versprochen – aber Er hat versprochen, immer an deiner Seite zu sein, Seine Hand über dein Leben zu halten und dafür zu sorgen, dass alle Dinge zu deinem Wohl zusammenwirken, wenn du Ihn liebst und Ihm folgst.¹

König David in der Bibel hatte ein äußerst turbulentes Leben voller Tragödien und Rückschläge, und wir wissen, wie einige davon ihn zutiefst berührten,² dennoch verlor er nie aus den Augen, woher das wahre Glück kam: „Doch glücklich ist der, dem der Gott Israels hilft, der seine Hoffnung auf den Herrn, seinen Gott, setzt!“³

Möge diese Ausgabe von Activated dir helfen, Gott näher zu kommen und wahres, dauerhaftes Glück zu finden.

1. Vgl. Römer 8,28.

2. Vgl. 2.Samuel 12,16-17.

3. Psalm 146,5

KEITH PHILLIPS

MEINE DREI SÖHNE



Damals erschien es mir sinnvoll, meine drei Söhne im Vorschulalter ähnlich anzuziehen. Zum einen erleichterte es den Kleiderkauf, und da sie Geschwister mit ähnlichem Körperbau und identischer Hautfarbe waren, sahen sie in den gleichartigen Anziensachen gut aus. Unserem Zuhause gab es mit drei Jungen in ständiger Bewegung einen gewissen Ordnungssinn, wenngleich der nur oberflächlich war. In der Öffentlichkeit präsentierten sie sich nach meinem Ermessen als sicherlich die bezauberndste Kindergruppe aller Zeiten. Auf einer tieferen Ebene appellierte es an meinen Sinn für Gleichheit. Ich liebte den einen nicht über den anderen und war entschlossen, nie etwas zu sagen oder zu tun, was sie dazu bewegen könnte, etwas Anderes zu denken; ich würde sie in allen Dingen, groß und klein, unparteiisch behandeln.

Doch kaum waren sie alt genug, mehr und mehr ihre eigenen Entscheidungen zu treffen, war Schluss mit der Einheitskleidung. Als sich ihre individuellen Bedürfnisse änderten und unterschiedlicher wurden, musste ich ständig die Art und Weise modifizieren, wie ich jedem meine Zuneigung und Aufmerksamkeit zeigte.

Ich liebte immer noch keinen mehr oder weniger als den anderen, aber ich konnte sie nicht immer gleich behandeln.

Nachdem diese Jungen jetzt erwachsene Männer sind, könnten sie in vieler Hinsicht kaum unterschiedlicher voneinander sein. Meine frühen Versuche, Uniformität zu etablieren, erscheinen jetzt als pure Torheit, und ich danke Gott, dass Er jedem von ihnen den Verstand gab, seine eigenen Interessen zu verfolgen, seine eigenen Fähigkeiten zu entwickeln und zu einer selbstbestimmenden Person zu werden. Jeder von ihnen hat sicherlich einige Eigenschaften, die er gerne verändern würde – es besteht immer Spielraum nach oben – aber ich liebe sie so, wie sie sind.

Gott liebt uns genauso. Wir vergleichen uns unvorteilhaft mit anderen, oder wir hadern mit etwas, das uns an uns selbst nicht gefällt. Doch die ganze Zeit versucht Er uns zu sagen: „Ich liebe dich so, wie du bist. Falls sich etwas ändern soll, gebe ich dir Bescheid und ich werde dir helfen das zu ändern. Ansonsten sei einfach dein wunderbares Selbst.“ Wie glücklich wir wären, wenn wir alle das glauben könnten.



EIN MEISTERSTÜCK ENSTEHT

MARIA FONTAINE

Ein Leben, welches dem Vorbild Jesu nachempfunden ist, ist etwas Wunderschönes. Christ zu sein und eine Beziehung zu Gott zu haben, sollte etwas sein, das unsere täglichen Begegnungen durchdringt, in unsere Entscheidungen integriert ist und Farbe in die Wahrnehmung unserer selbst, anderer und dieses Lebens bringt.

Ähnlich wie ein schönes Gemälde besteht das Schaffenswerk eines Christen aus einer Vielzahl von Komponenten, die für sich genommen geringfügig erscheinen. Ein Gemälde besteht aus unzähligen Farbtupfern, die aus der Nähe betrachtet unbedeutend, doch aus einiger Entfernung in ihrer Gesamtheit atemberaubend schön sind. Ebenso mögen die zahllosen Ausdrucksformen der Liebe Gottes, die ein Christ im Laufe des Lebens mit seinen Mitmenschen teilt, an sich unbedeutend erscheinen, doch Gott sieht die Gesamtheit eines erfüllten Lebens und schwelgt in dessen Schönheit.

Wenn Gott im Mittelpunkt unseres Lebens

steht, schenkt Er uns Energie und verleiht unserem Leben Glanz. Er gibt uns Kraft und Gnade für die schweren Zeiten, wenn wir mit Leid, Verlust und Schwäche zu kämpfen haben.

Je mehr wir uns auf Ihn verlassen, desto mehr erleben wir die Freude Gottes, die uns hilft, unsere Schwierigkeiten zu bewältigen. Je entschlossener wir unseren Weg mit Jesus fortsetzen, und je mehr Wert wir auf eine tiefe geistige Verbindung zu Ihm legen, desto stärker wird Sein Geist durch uns scheinen. In der Bibel lobte Paulus einige der frühen Christen und sagte:

„Denn ich kann bezeugen, dass sie nicht nur gegeben haben, was sie ohne Not entbehren konnten, sondern weit darüber hinaus, und dies aus freien Stücken. Immer wieder baten sie inständig um das große Vorrecht, sich an der Sammlung für die Gemeinde in Jerusalem beteiligen zu dürfen. Ja, sie übertrafen unsere Hoffnungen sogar noch, denn ihre erste Reaktion bestand darin, sich dem Herrn und uns vorbehaltlos zur Verfügung zu stellen, um Gottes Willen zu tun, ganz gleich, was von ihnen

1. 2.Korinther 8,3-5



Zum Nachdenken FEUER IM HERZEN

Vertrauen ist eine Wahrheit, die man im Bewusstsein behält. Glaube ist ein Feuer im Herzen – *Joseph Fort Newton (1876-1950)*

Furcht nimmt dich gefangen, Glaube befreit; Furcht lähmt, Glaube befähigt; Furcht entmutigt, Glaube ermutigt; Furcht macht krank, Glaube heilt; Furcht macht einen nutzlos, Glaube macht tauglich – und vor allem stellt Furcht die Hoffnungslosigkeit in den Mittelpunkt des Lebens, während der Glaube sich an seinem Gott erfreut. – *Harry Emerson Fosdick (1878-1969)*

Großer Glaube ist nicht der Glaube, der immer im Licht wandelt und keine Dunkelheit kennt, sondern der Glaube, der trotz des scheinbaren Schweigens Gottes ausharrt, und dieser Glaube wird ganz sicher und gewiss seinen Lohn erhalten. – *Father Andrew (1869-1946)*

Ich gehöre zu denen, die lieber mit dem Glaube untergehen, als ohne ihn zu schwimmen. – *Stanley Baldwin (1867-1947)*

Der Akt des Glaubens ist mehr als eine bloße Erklärung des Vertrauens. Er ist eine Hinwendung zum Antlitz des lebendigen Gottes. – *Christopher Bryant*

Ich will nicht lediglich Glauben besitzen; ich will einen Glauben, der mich besitzt. – *Charles Kingsley (1819-1875)*

Glaube ist Vernunft, die in Gott ruht. – *Charles Haddon Spurgeon (1834-1892)*

Nicht unser Vertrauen bewahrt uns, sondern es ist Gott, auf den wir vertrauen, der uns bewahrt. – *Oswald Chambers (1874-1917)*

Vorwärts im Glauben – und überlass den Rest dem Himmel! – *Robert Southey (1774-1843)*

verlangt wurde.“⁴¹

Wenn unsere Werte, Ziele und Entscheidungen auf den Glauben aufbauen, dann kann Gottes Liebe, die Ihn dazu veranlasst hat, das Universum zu erschaffen, dich auf die Nöte deiner Mitmenschen hinweisen. Er wird dich zum Handeln bewegen. Wenn Gott Seine Liebe zu uns sowohl in der Schönheit einer winzigen Blume als auch in der unermesslichen Größe Seines Kommens, um für uns zu leben und zu sterben, demonstriert, dann lehrt uns das, dass es auch eine große Vielfalt an Möglichkeiten gibt, wie unser Leben dieser Welt Seinen Geist und Seine Wahrheit zeigen kann.

Gott wird den Raum nutzen, den wir Ihm in unserem Leben einräumen, und diesen mit Seinem Geist erfüllen. Wir sind Sein Kunstwerk. Wenn wir Ihm zulassen, die Farben Seiner Liebe und Barmherzigkeit zu vermischen und Seine Schönheit auf der Leinwand unseres Lebens zu festzuhalten, werden wir zu einem Meisterwerk, das zu den Herzen vieler Menschen sprechen wird.

SONIA ESCOBAR

GOTTES PRÄGUNG AUF MIR



Wenn ich in letzter Zeit zur Bank gegangen bin, ist mir aufgefallen, dass ich jetzt nur noch einen Ausweis vorzeigen und dann meinen rechten Daumen auf ein biometrisches Lesegerät legen muss. Durch diese mühelose Aktion werden alle erforderlichen Informationen aus meinem persönlichen Bankkonto hervorgezaubert, und ich kann mein Geld ohne weitere Verfahren abheben.

Diese einfache technologische Transaktion hat mich dazu gebracht, darüber nachzudenken, wie Gott jeden von uns so geschaffen hat, dass jeder Mensch andere Fingerabdrücke hat. Mit all den Milliarden von Menschen auf der Erde hat doch jeder einen Fingerabdruck, der einzigartig und unwiederholbar ist. Eine Internet-Recherche ergab, dass selbst eineiige Zwillinge keine identischen Fingerabdrücke

besitzen!

Gott schuf diese Einzigartigkeit in unseren Fingerabdrücken, zusammen mit anderen bestimmten Charakteristiken, die jeder Mensch besitzt. Wir wurden nicht in Massenproduktionen wie Puppen am Fließband hergestellt. Vielmehr hatte Er Freude daran, uns nach Seinem Bild und Gleichnis zu erschaffen, und Er prägte auf unsere Finger den identifizierenden Abdruck Seiner einzigartigen Schöpfung. Er schuf uns mit Liebe, und Sein Wort besagt, dass sogar die Haare auf unserem Kopf gezählt sind.¹

Überall um uns herum finden wir Gottes Stempel aufgedrückt, der von Seiner Vollkommenheit zeugt. Die ganze Schöpfung trägt Seine Unterschrift, Sein Siegel, das besagt, dass wir Sein Werk sind und, was am wichtigsten ist, dass Er jeden von uns liebt, als gäbe es nur einen von uns.²

1. Vgl. Lukas 12,7

2. Vgl. Epheser 2,10

10 WEGE ZUR STÄRKUNG DEINES SELBSTVERTRAUENS



1. Stelle eine Liste aller guten Dingen auf, die es gegenwärtig in deinem Leben gibt.

Und dankt Gott, dem Vater, zu jeder Zeit für alles im Namen unseres Herrn Jesus Christus. – *Epheser 5,20*

2. Nimm dir etwas Zeit und erzähle Jesus, wie du dich fühlst und was du gerade durchmachst.

Ich liebe den Herrn, denn er hört, wenn ich rufe. – *Psalms 116,1*

3. Hilf deinen Mitmenschen, schließe dich einer gemeinnützigen Gruppe an oder tu etwas zum Wohl deines Umfelds. Sich für andere zu engagieren kann dein eigenes Selbstvertrauen stärken.

Denkt immer an die Worte, die Jesus, der Herr, selbst gesagt hat: Auf dem Geben liegt ein größerer Segen als auf dem Nehmen. – *Apostelgeschichte 20,35 NGÜ*

4. Hör dir ein peppiges, frohes Lied an, das deine Schritte beflügelt.

Herr, es macht Freude, dir zu danken, dich, den Höchsten, mit Liedern zu preisen. – *Psalms 92,1 GNB*

5. Verbringe Zeit in der Natur und treibe regelmäßig Sport.

Oder wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des Heiligen Geistes in euch ist, der in euch lebt und euch von Gott geschenkt wurde? ...Gott hat einen hohen Preis für euch bezahlt. – *1.Korinther 6,19-20*

6. Vereinbare Treffen mit Freunden (online und offline). Lachen fördert die Gesundheit von Herz, Geist, Körper und Seele.

Ein fröhliches Herz ist die beste Medizin. – *Sprüche 17,22*

7. Verbringe Zeit mit deinen Kindern auf deren Niveau.

Und ihr Väter, seid nicht ungerecht gegen eure Kinder. Erzieht sie vielmehr mit Disziplin und zeigt ihnen den richtigen Weg, so wie es Christus entspricht. – *Epheser 6,4*

8. Sorge dafür, stets genügend Schlaf zu bekommen.

Ich legte mich nieder, um zu schlafen, und erwachte in Sicherheit, denn der Herr behütete mich. – *Psalms 3,6*

9. Stelle eine Liste von schwierigen Ereignissen in deinem Leben auf, die du mit des Herrn Hilfe bereits bewältigt hast.

David sagte, „Der Herr, der mich aus den Klauen des Löwen und des Bären gerettet hat, wird mich auch vor diesem Philister retten!“ – *1.Samuel 17,37*

10. Lies Geschichten, wie Gott andere siegreich durch Schwierigkeiten gebracht hat. Das wird deinem Glauben Mut machen, dass Gott auch dir helfen wird.

Deine Zeugnisse sind mein ewiges Erbe; denn sie sind meines Herzens Wonne. – *Psalms 119,111 LUT*

JESSIE RICHARDS

EIN NEUER AUSBlick AUF DAS LEBEN

„Das ist nicht fair“ müssen die vier meistbenutzten Worte meiner Kindheit gewesen sein. Immer schien es den anderen besser zu gehen als mir.

In meinen frühen Jugendjahren entwickelte ich einen fast neurotischen Hang zum Vergleichen und Analysieren. Ich war davon besessen, mein Aussehen, meine Persönlichkeit und meine Fähigkeiten mit denen anderer Mädchen meines Alters zu vergleichen.

Kurz nach der Volljährigkeit nahm ich einen Bürojob an und stand ab diesem Zeitpunkt jederzeit im Wettbewerb mit meinen Teamkollegen. Ich war davon überzeugt, dass man mir nur dann Akzeptanz und Wertschätzung zugestehen würde, wenn ich meinen relativen Mangel an Fähigkeiten und Erfahrung durch umso härtere Arbeit auszugleichen versuchte. Ich war immer auf der Jagd nach Bonuspunkten (die weder vergeben noch von jemandem ausgelobt wurden) und war mein eigener größter Kritiker.

Ich mochte mich im Allgemeinen nicht, und selbst die Dinge, die mir an mir wenigstens etwas gefielen, würde ich mir erst dann positiv bewerten, wenn ich sie ein wenig verbessert hätte. Ich konnte immer etwas nicht in Ordnung an mir finden.

Ab Mitte zwanzig trat ich in eine neue Phase der Unzufriedenheit ein, in der ich

mich als übervorteilte Verliererin sah. Viele meiner Freunde waren zu diesem Zeitpunkt schon verheiratet und hatten Kinder, während ich bis dahin keine einzige ernsthafte Beziehung gehabt hatte. Ob es Gottes Schuld oder meine eigene war, konnte ich nicht beurteilen, also war ich auf uns beide wütend.

Die Gesellschaft anderer Menschen war mir unangenehm, weil ich mich immer unzulänglich fühlte. Gleichzeitig und paradoxerweise fand ich jedoch auch bei allen anderen viel, was meine Missbilligung hervorrief. Es ist also keine Überraschung, dass meine negative Einstellung meine Mitmenschen auf Distanz hielt, wodurch ich mich nur noch unsympathischer und hoffnungsloser fühlte. Es war ein Teufelskreis.

An einem meiner persönlichen Tiefpunkte angelangt, las ich einige Artikel über die Bekämpfung und Überwindung negativer Denkmuster. Ich erkannte meine eigene Unzufriedenheit in diesen Worten wieder und entwickelte den festen Willen, an mir zu arbeiten. Der erste Schritt in die Freiheit bestand





darin zu erkennen, dass ich an mir arbeiten kann.

Ich dachte aus einem ganz neuen Blickwinkel über mein Leben nach – und brachte meine Dankbarkeit gegenüber Gott zum Ausdruck für alles, was Er mir geschenkt hatte.

Ich hörte auf, mich über Dinge zu beklagen, die mir nicht zuteilwurden. Dankbarkeit ersetzte Bitterkeit.

Ich bat Jesus um Seine Meinung und versuchte, mich aus Seiner Perspektive zu

sehen. Ich lernte, besser mit Jesus zu kommunizieren und konnte allmählich eine Veränderung feststellen – zuerst in meiner Einstellung und dann in meinem Leben. Als ich mich auf Jesus konzentrierte, wurde mir klar, dass ich Seine Kreation bin und nach Seinen Vorstellungen geschaffen wurde. Er liebt mich und es war nicht Seine Absicht, mich für irgendwas zu bestrafen.

Ich schloss mich einer kleinen Gebetsgruppe

an, in der wir über unsere Herausforderungen sprachen und füreinander beteten. Diese Gebetszeiten lenkten die lebensverändernde Kraft Gottes in meinem Leben. Sie versetzten mich auch in die Lage, viel Ermutigung und Unterstützung von fürsorglichen Freunden zu erhalten, was in sich schon sehr viel zur Entwicklung eines gesünderen Selbstbildes beitrug.

Ich lernte einige der Menschen näher kennen, die ich früher beneidet hatte, was mir dabei half, sowohl Vertrauen als auch Mitgefühl zu entwickeln, denn aus der Nähe betrachtet war auch ihr Leben nicht perfekt. Ich lernte, dass es im Leben immer ein Gleichgewicht gibt.

Der Neid hatte mich davon abgehalten, mein Herz vollständig für andere zu öffnen. Jetzt lernte ich die guten Eigenschaften anderer zu schätzen und dankte Gott dafür. Ich genoss die charakterlichen Unterschiede und stellte fest, dass diese Unterschiede nicht bedeuteten, einer wäre besser als der andere – im Gegenteil.

Es dauerte eine ganze Weile, bis ich die alten Gewohnheiten abgelegt hatte – ungefähr zwei Jahre von meinen ersten zaghaften Schritten bis hin zu einem bemerkenswerten Unterschied in meiner Lebenseinstellung – aber ich schaffte es. Jetzt kann ich sogar sagen, wirklich zufrieden zu sein und niemanden zu beneiden. Und das ist ein echtes Wunder.

Heute, einige Jahre später, kann ich erfreulicherweise verkünden, meine emotionale Veränderung ist von Dauer. Ich habe natürlich immer noch Schwächen, aber heute kann ich diese akzeptieren und lasse mich davon nicht mehr aus dem Konzept bringen.

Mein Leben wird immer besser, und ich werde immer glücklicher. Ich habe gelernt, Gutes wiederfährt den Menschen, die mit einer positiven Einstellung durchs Leben gehen und das Schöne in den Menschen suchen. Jesus gibt mir jetzt die Kraft, meine Entwicklung in den Bereichen voranzutreiben, die wirklich zählen. Es ist erstaunlich, wie viel Fortschritt wir machen, wenn wir positiv bleiben und die Angst vor dem Scheitern überwinden.

SICH SCHÖN FÜHLEN

Ich schaute auf die Spiegelwand in der Turnhalle, als ich mich durch die Tai-Chi-Bewegungen durcharbeitete, und hatte den überraschendsten Gedanken. *Ich wusste nie, wie schön ich eigentlich bin.*

Lasst mich erklären. Ich war vielleicht ein hübsches Baby, aber sobald ich mal in den Kindergarten kam, musste ich erkennen, dass ich nicht das hübscheste Mädchen in meiner Gruppe war. „Hübsch“ bedeutete blond oder glänzend schwarzes Haar, und meins war ein fahles Braun. „Hübsch“ bedeutete große blaue oder dunkelbraune Augen, und meine waren eher klein und grünlich. „Hübsch“ bedeutete Grübchen und ein strahlendes Lächeln, und meins war immer ein bisschen schief und verhalten. Deshalb wusste ich schon in jungen Jahren, dass ich nie durch meine Schönheit auffallen würde.

Als ich reifer wurde, begriff ich, dass es etwas gab, das „innere Schönheit“ genannt wurde. Nette Menschen sahen nett aus. Gemeinen Menschen, auch wenn sie körperlich attraktiv waren, fehlte etwas an wirklicher Schönheit. Egal wie vollkommen ihre Haare oder ihre Gesichtszüge oder ihr Körper, wenn sie unfreundlich waren, zeigte sich das oft in ihren Gesichtern. Ich beschloss, mich wirklich zu bemühen, mich durch innere Schönheit hervorzuheben. Ich würde versuchen, freundlich zu sein. Ich würde mich anstrengen, meine Beherrschung nicht zu verlieren und versuchen, liebevoll und gebend zu sein. Ich würde nicht gemein sein.

Dennoch habe ich mich nie schön „gefühlte“. Deshalb war ich bei dem Gedanken auch so

überrascht.

Vielleicht kam es davon, mich selbst in der Spiegelwand in voller Länge aus der Ferne zu betrachten. Vielleicht kam es davon, die langsamen, anmutigen Bewegungen des Tai-Chi endlich zu lernen. Vielleicht hat es nur mein selbstgefälltes Urteil überwunden und mir gezeigt, wie andere mich sehen mögen. Aber in diesem Moment hielt ich mich selbst für schön, und es war sehr lange her, dass ich so über mich dachte.

Ich habe nicht versucht, schön auszusehen. Ich verglich mich nicht mit anderen im Raum. Ich genoss einfach nur die ruhige Musik und das Wiegen meines Körpers, die Freude und das Gefühl der Erfüllung, die ich fühlte, als ich etwas Neues meisterte. Aber wenn es eine Sache gab, die ich aus diesem Gedanken lernte, dann war es, dass ich mir wünschte, ich hätte mir früher im Leben erlaubt, mich so zu fühlen. Ich wünschte, ich hätte mich nie mit anderen verglichen oder mich selbst kritisiert oder verurteilt. Ich wünschte, ich hätte mehr Zeit damit verbracht, die Musik zu genießen und dankbar zu sein, einen Körper zu haben, der sich im Rhythmus mit ihr bewegen kann. Ich wünschte, ich hätte mehr Zeit damit verbracht, mich selbst herauszufordern, etwas zu tun, wodurch ich mich schön fühle.

Vielleicht sah ich mich selbst so, wie Gott mich in diesem Moment sah, eine ältere Frau, die sich jugendlich fühlte. Eine Frau, die Freude an Entdeckung und die Freiheit des Lernens spürte. Ein Kind Gottes, dankbar für ihr Leben und einen weiteren Tag, an dem sie Ihn preisen konnte.



DAVID BOLICK

EINE FRAGE DER PERSPEKTIVE

Neulich las ich einen Beitrag des Rabbiners Evan Moffic, der für mich sehr einleuchtend war. Hier ist der letzte Absatz:

„Das Leben“, sagte der Philosoph Søren Kierkegaard einmal, „wird vorwärts gelebt und rückwärts verstanden!“ Die Autorität, den zurückliegenden Teil des Lebens zu verstehen, liegt in uns. Wir können nicht ändern, was geschehen ist, aber wir können ändern, was es bedeutet. Was wir uns merken, hilft uns dabei zu entscheiden, wer wir werden wollen.

Ein gutes Beispiel für jemanden, der dies tat, war Joseph im Alten Testament. Das sagte er zu seinen Brüdern, die ihm furchtbares Unrecht angetan hatten: „Was mich betrifft, hat Gott alles Böse, das ihr geplant habt, zum Guten gewendet. Auf diese Weise wollte er das Leben vieler Menschen retten.“¹

Mir ist aufgefallen, dass auch ich, wie Rabbi Moffic, dazu neige, die Geschichte umzuschreiben, und das benutze, was man einen „Bosheitsfilter“ nennen könnte, der einen Großteil des schlechten Zeugs mit Druckluft wegpustet oder, selbst wenn er es drin lässt, es an einen weniger prominenten Ort verbannt, als es damals der Fall war.

Es gibt jedoch einiges, was ich bewusst

1. 1.Mose 50,20

2. Vgl. Römer 8,28.

umstrukturieren muss, indem ich mich selbst anhalte, wenn ich merke, auf die dunkle Seite der Erinnerungsspur zuzusteuern. Ich muss meine Gedanken umlenken, indem ich der Person oder der Situation, die mich stört, absichtlich einen Vertrauensvorschuss gebe, oder indem ich mich selbst darauf hinweise, dass, auch wenn ich im Moment nichts Gutes daran sehe, Gottes Versprechen, alle Dinge zu meinem Wohl als Sein Kind zu wirken, dadurch nicht entkräftet wird.²

Eine Taktik, die sich für mich als sehr effektiv erwiesen hat, ist es, so etwas zu sagen wie: „So-und-so hat mich wirklich verärgert, aber ich bin sicher, dass ich auch sie verärgert habe, und es war wahrscheinlich genauso schwer für sie, mit mir zu arbeiten, wie es für mich war mit ihr.“

Das Leben zu leben ist eine sehr nuancierte und komplexe Angelegenheit! Ich muss zugeben, mich in vielen meiner Einschätzungen zu vereinfacht ausgedrückt zu haben, und der Realität ins Auge sehen, derzeit nicht ausreichend informiert zu sein, um in vielen Angelegenheiten ein gerechtes Urteil fällen zu können. Ich denke, wenn ich mich nicht mehr so sehr darum bemühe, Menschen und Situationen mit meinen eigenen begrenzten Wahrnehmungsfähigkeiten zu verstehen, sondern mich stattdessen auf das verlasse, was ich von dem weiß, was Gottes Wort über sie zu sagen hat, bin ich tatsächlich in der Lage, viel mehr zu verstehen.

Mein Vater hatte tiefgreifende psychische Probleme, die ihm, meiner Mutter und uns sieben Geschwistern viel Kummer bereiteten. Ich hatte eine sehr unglückliche Kindheit.

Als ich zwei Jahre alt war, erhielt ich schwere Verbrennungen durch einen Topf mit kochendem Wasser. Noch heute kann man die Narben an mehreren Stellen meines Körpers sehen.

Mit 17 Jahren erkrankte ich an Glomerulonephritis, einer chronischen Nierenerkrankung, die in einem solch jungen Alter sehr selten auftritt.

Mit 20 Jahren zog ich mir eine Salmonelleninfektion zu, die mich sechs Wochen lang im Krankenhaus festhielt und meine bereits

erkrankten Nieren weiter schwer schädigte, und die ich nur knapp überlebte.

Mit 37 Jahren versagten meine Nieren. Ich musste künstlich mit Hilfe einer Dialysemaschine am Leben erhalten werden, die mein Blut dreimal pro Woche für jeweils vier Stunden in einer örtlichen Klinik von den Giftstoffen reinigte. Ohne diese Behandlung wäre ich innerhalb einer Woche gestorben.

Zweieinhalb Jahre später erhielt ich von meiner Schwester eine Niere, die mich zwar von der Dialysemaschine befreite, aber gleichzeitig dazu zwang, alle zwölf Stunden lebenserhaltende immunsuppressive Medikamente einzunehmen und regelmäßig zur Überwachung ins



DER GLAUBE MACHT DEN UNTERSCHIED

1. Vgl. Markus 7,37
2. Vgl. Hebräer 13,5
3. Vgl. Hebräer 4,15
4. Römer 8,28
5. Psalm 30,6
6. Sprüche 24,16
7. Offenbarung 21,4
8. Römer 10,17

Krankenhaus zu gehen.

Fünf Monate nach meiner lebensrettenden Transplantation starb meine Frau überraschend im Alter von 34 Jahren, und ich blieb mit unseren fünf kleinen Kindern und meinen gesundheitlichen Problemen zurück. Es war ein verheerender Verlust, aber ich hielt am Leben fest und heiratete einige Jahre später wieder. Meine neue wunderbare Frau und ich hatten zwei weitere Kinder zusammen.

Leider versagte meine transplantierte Niere vor zwei Jahren, und wieder muss ich durch ein Dialysegerät künstlich am Leben erhalten werden. Ich bin 57 Jahre alt und warte auf eine zweite Nierentransplantation.

Meine medizinische Reise beinhaltete längere Zeiträume mit schlechtem Gesundheitszustand und Bettlägerigkeit, lebensbedrohliche Notfälle, Hunderte von Krankenhausbesuchen, etwa tausend Injektionen, Berge von Medikamenten, unzählige Bluttests und andere Eingriffe, mehrere Operationen, viele Komplikationen und viele Krankenhauseinweisungen. Ein Ende ist nicht abzusehen.

Ich bin mir bewusst, dass es viele Menschen gibt, die ein viel härteres Leben als ich geführt haben. Aber in meinem Umfeld gibt es niemanden, der es schwerer hatte. Trotz alledem war mein Leben großartig. Inmitten all dessen war ich mit zwei wunderbaren Frauen glücklich verheiratet, habe sieben fantastische Kinder, habe 38 Jahre lang Gott als Missionar gedient, in 18 verschiedenen Ländern gelebt oder diese besucht und dabei viele Abenteuer erlebt.


Wie ich es geschafft habe, positiv zu bleiben und immer wieder aufzustehen, wenn das Schicksal mir den nächsten mörderischen Schlag versetzte? Die Antwort liegt in meinem Glauben an Gott und das Leben nach dem Tod:

- Du weißt vielleicht nicht, warum du so viel Unglück erfährst, aber Gott weiß es und überlässt nichts in deinem Leben dem Zufall.¹
- Selbst wenn Familie und Freunde deine Situation nicht verstehen können, Gott versteht sie.
- Du weißt, dass Er dich liebt und für dich sorgt. In Situationen der Not und des Unglücks ist Er die Konstante in deinem Leben, die dich auf deinem Weg begleitet.²

- Du weißt, wie auch Jesus gelitten hat und deshalb deine Gefühle versteht. Er wurde zurückgewiesen, verraten, verspottet, gefoltert und brutal hingerichtet.³
- Die Bibel verspricht: „Wir wissen, dass für die, die Gott lieben, alles zum Guten führt.“⁴
- Auch nach besonders dunklen Stunden kannst du Freude in deinem Leben wiederfinden, denn Er hat versprochen: „Die Nacht ist noch voll Weinen, doch mit dem Morgen kommt die Freude.“⁵
- Du weißt, dass ein K.o.-Schlag noch nicht das Ende ist. Mit Seiner Hilfe kommst du wieder auf die Beine und führst den Kampf fort. „Der Gottesfürchtige kann sieben Mal fallen und wird doch jedes Mal wieder aufstehen.“⁶
- Du kannst Trost finden in der Geschichte Hiobs, dem wohlhabenden Grundbesitzer im Alten Testament, der sein riesiges Vermögen, seine Herden, sein Haus, seine Kinder und schließlich seine Gesundheit durch eine Reihe schrecklicher Katastrophen verlor; dennoch verlor er nicht den Glauben an Gott.
- Dein Leiden kann dich sehr viel lehren und dein Mitgefühl für andere stärken, die in einer ähnlichen Lage stecken, womit du eine Quelle der Ermutigung für sie sein kannst.
- Dieses Leben ist eine Vorbereitung auf das nächste Leben, und alles, was wir auf Erden lernen, hat auch in der Ewigkeit Bestand.
- Du kannst dich auf eine Ewigkeit ohne Tränen, Schwierigkeiten, Krankheiten und Schmerzen freuen. „Er wird alle ihre Tränen abwischen, und es wird keinen Tod und keine Trauer und kein Weinen und keinen Schmerz mehr geben. Denn die erste Welt mit ihrem ganzen Unheil ist für immer vergangen.“⁷

Wenn du noch keine Verbindung mit Gott hast, dann lerne Ihn kennen, indem du Seinen Sohn Jesus in dein Herz aufnimmst. Wenn der christliche Glaube für dich neu ist, dann nutze die Bibel und andere glaubensbildende Texte, um deinen Glauben zu festigen. „Und doch kommt der Glaube durch das Hören dieser Botschaft, die Botschaft aber kommt von Christus.“⁸

Der Glaube kann dir helfen, allen Widrigkeiten positiv gegenüberzutreten. Du wirst es nie bereuen, wenn du deinen Glauben stärkst und pflegst.



RUTH MCKEAGUE

ÜBERFLUSS ODER EXZESS?

Als ich 19 Jahre alt war, erzählte mir mein damaliger Freund, seine Mutter sei auf einer kürzlichen Geschäftsreise in einem Restaurant gewesen, in dem die Leute 50 Dollar für ein Mittagessen bezahlt hätten – was in heutigen Dollars dreimal so viel wäre. Er meinte, er träume davon, eines Tages in der Lage zu sein, so ein Mittagessen bestellen zu können. „Das ist Freiheit!“, sagte er.

Die Worte „Freiheit“ und „Überfluss“ fassen zusammen, was ich letzten Endes will. Mir war aber nicht immer klar, wo ein freier, reichhaltiger Lebensstil aufhört und wo ein suchterzeugender, verschwenderischer Exzess beginnt. Ich habe oft an Freiheit im Sinne von dem Recht gedacht, sich zu verwöhnen – sei es mit Essen, Trinken, Unterhaltung, Einkaufen oder Reisen.

Kürzlich hörte ich eine ähnliche Botschaft von drei verschiedenen Pastoren, die auf das, was zwischen Überfluss und Exzess, Freiheit und Unfreiheit liegt, eingingen. Von drei verschiedenen Quellen, innerhalb einer ziemlich kurzen Zeitspanne, die gleiche Botschaft zu hören, machte mich hellhörig. Die ersten beiden hörte ich über YouTube, die dritte am vergangenen Sonntag in der Kirche:

Andy Stanley: „Deine Verlangen sind nicht dazu da, gestillt zu werden.“

Ravi Zacharias: „Daniel setzte sich selbst Grenzen, um seinen Appetit zu zügeln.“ (Der Prophet Daniel weigerte sich in seiner babylonischen Gefangenschaft, Fleisch oder andere köstliche Speisen zu essen oder Wein zu trinken.)

Pastor Ian: „Wenn Gott dir etwas gibt, dann

ist es, um die Wünsche deines Herzens zu erfüllen. Wenn der Feind dir etwas gibt, dann nur, um dich in Knechtschaft zu ihm zu bringen.“

Vergangenen Januar fing ich an, auf Desserts zu verzichten. Wie viele Menschen, die das neue Jahr beginnen, hatte ich den Vorsatz, einige Pfunde abzunehmen. Die ersten eineinhalb Wochen fielen mir schwer. Mein Verlangen nach einem Muffin oder einem Keks oder nach übrig gebliebenem Weihnachtsgebäck war sehr groß, und ich musste gegen meine eigene listige, sabotierende Denkweise von „nur einen nehmen“ ankämpfen, denn es blieb nie nur bei dem Einem. Deshalb musste ich die überschüssigen Pfunde ja loswerden. Aber im Verlauf des Monats, war es nicht mehr so schwer. Ich hatte praktisch meinen Appetit auf Süßes „ausgehungert“.

Die Grenze zwischen Freiheit und Exzess lässt sich manchmal schwer erkennen, aber ich kann an drei Fragen denken, die mir helfen könnten:

Bist du in der Lage, „nur eins“ zu nehmen? Wenn ja, nimm eins. Wenn nicht, nimm keins.

Zählst du darauf, dass dir das diese Freiheit oder ein Leben im Überfluss *geben* wird? Dann tue es nicht. Oder siehst du es als Ausdruck des Überflusses und der Freiheit, die du bereits hast? Dann tu es.

Bleibt dir ein launisches Verlangen? Dann lasse es. Bleibt dir ein echtes Verlangen deines Herzens? Dann tue es.

Ich frage mich, ob mein Ex-Freund jetzt „frei“ ist, für hundert Dollar zu Mittag zu essen? Ich hoffe nicht. Um seinetwillen hoffe ich, dass er reichlich Freiheit gefunden hat, die viel mehr wert ist.

MARIE ALVERO

HEUTE



Wer hätte gedacht, ich würde einen Artikel zum Thema Glück und Zufriedenheit schreiben, nachdem wir wegen des COVID-19-Virus in diesem Jahr so einiges durchgemacht haben? Wie könnte das eine Zeit sein, an Glück zu denken, nachdem so viel Unsicherheit und Ungewissheit in der Luft lag?

Wenn du wie ich bist, beruht ein Teil deines Glücks auf der Überzeugung, du hättest einigermaßen Kontrolle über dein Leben. Es kommt davon, Ereignisse vorzusehen. Ja, es kommt davon, etwas zu wissen. Doch als ich heute Morgen in der Bibel las, sprach mich auf einmal diese Textstelle an: „Passt auf, wenn ihr behauptet, ‚Heute oder morgen werden wir in eine bestimmte Stadt gehen und ein Jahr dort bleiben. Wir werden dort Geschäfte machen und Gewinne erzielen.‘ Woher wollt ihr wissen, was morgen sein wird? Euer Leben gleicht doch dem Nebel am Morgen – schon nach kurzer Zeit ist er wieder verschwunden. Stattdessen solltet ihr sagen: ‚Wenn der Herr es will, werden wir leben und dieses oder jenes tun.‘“¹

Wir sind nicht in der Lage, vorherzusagen, was wir wann tun werden. Jesus lehrt uns, zu beten: „Unser tägliches Brot gib uns heute“². Als Gott den Kindern Israel befahl, Manna zu sammeln, war das etwas, was sie jeden Tag (außer am Sabbat) tun mussten. Es ist Gott nur

Recht, wenn wir nicht wissen, was morgen sein wird, wenn wir Ihm vertrauen und uns auf Ihn verlassen müssen.

Wie kann ich also in ungewissen Zeiten glücklich sein? In den letzten Wochen rang ich mit dieser Frage, und kam zu dieser Schlussfolgerung: Jeden Tag kann ich sagen: „Dies ist der Tag, den der Herr gemacht hat. Lasst uns jubeln und fröhlich sein.“ Ich habe *das Heute*, und ich weiß, was ich damit machen werde.

Das beantwortet nicht alle Fragen und es gibt auch keine großen praktischen Ratschläge. Jedoch bietet es eine Grundlage für den Fall, wenn alles auf dem Kopf steht und die gewohnten Maßstäbe für Glück und Zufriedenheit über Bord geworfen wurden. Wenn es schwierig ist, vorzudenken, weil du nichts sicher weißt, ergreife den heutigen Tag und mache das Bestmögliche daraus.

Jesus liebt dich über alle Maßen, sodass Er den höchsten Preis bezahlt hat, indem Er Sein Leben freiwillig gab, damit du ewiges Leben haben kannst. Erlebe Seine Liebe jetzt und für immer, indem du betest:

Lieber Jesus, ich danke dir, dass du dein Leben für mich gegeben hast. Bitte vergib mir für das Falsche, das ich getan habe, komm in mein Herz und gib mir dein Geschenk des ewigen Lebens. Erfülle mich mit deiner Liebe und deinem Geist, und hilf mir, dich besser kennenzulernen. Amen.

1. Jakobus 4,13-15

2. Matthäus 6,11

A person stands in a field with their arms raised, silhouetted against a bright sunset. The sun is low on the horizon, creating a strong lens flare effect. The sky is filled with soft, golden light, and a few birds are visible in flight. The foreground shows tall grasses and flowers, some of which are in focus, adding depth to the scene. The overall mood is one of joy and freedom.

VON JESUS MIT LIEBE

STARK DURCH FREUDE

Du hast gehört, dass die Freude am Herrn deine Stärke ist.¹ Wie kannst du diese Freude erlangen? Indem du mich von ganzem Herzen liebst, mit ganzer Seele, mit all deiner Kraft, und indem du andere liebst. Solange du ein Herz voller Liebe hast – Liebe für mich und Liebe für andere – werde ich dich mit meiner Freude und meinem Frieden füllen.

Denke immer daran, deine Freude an mir wird deine Stärke sein. Das ist mein Wille, dass du Freude und tiefen Frieden in deinem Leben findest. Es schenkt mir Freude, wenn ich dich glücklich und lachen sehe. Also sei glücklich, hab Spaß und genieße das Leben und deine reichlichen Segnungen – große und kleine und alles was dazwischen liegt! Denn wenn du all dies genießt, erfreust du mich.

Wo der Geist des Herrn ist, da ist Freiheit² – Freiheit, die Freude zu verkünden, die du in mir findest – die Freude über deine Errettung, die Freude, die von meinem Wort, meinem Geist und Gebeten kommt, von den Berichten mit Antworten auf Gebet, von all den geliebten Menschen, Familie und Freunden. Teile diese Freuden und die Liebe und die Kraft mit anderen, die mein Geist in dein Leben bringt durch die Freiheit, die nur mein Geist schenken kann.

1. Vgl. Nehemia 8,10.

2. Vgl. 2. Korinther 3,17