

ÄNDERE DEIN LEBEN. VERÄNDERE DEINE WELT.

activated

22. JAHRGANG, AUSGABE 11

DANKE FÜR ALLES

Ein wunderbares
Leben

Sei still

Wie man das Beste
von Gott bekommt

Positiv dankbar

Die Dankbarkeitshaltung



EDITORIAL DER KÖNIG UND DER PHILOSOPH

Cineas war ein antiker griechischer Politiker und ein Freund von König Pyrrhus von Epirus, der als einer der größten Generäle der Antike gilt. Nachdem er mehrere Jahrzehnte damit verbracht hatte, seine eigenen Besitztümer zu sichern, war es unvermeidlich, dass der König seine Aufmerksamkeit auf die neuen Mächte Rom und Karthago, westlich von Griechenland, richten würde.

Die Geschichte besagt, dass Cineas versuchte, Pyrrhus davon abzubringen, nach Italien zu segeln und ihn dazu drängte, mit den Besitztümern zufrieden zu sein, die er bereits hatte. „Sollten die Götter uns erlauben, sie zu besiegen“, fragte Cineas, „wie werden wir von unserem Sieg profitieren?“

„Nachdem wir die Römer besiegt haben, wird keine Stadt in ganz Italien in der Lage sein, uns zu widerstehen.“

„Und wenn wir Italien haben, was kommt dann?“

„Sizilien ist eine reiche Insel und sollte leicht zu nehmen sein“, sagte Pyrrhus.

„Wird das ein Ende des Krieges bedeuten?“

„Natürlich nicht. Karthago wäre dann in Reichweite“, sagte Pyrrhus. „Nachdem wir sowohl Rom als auch Karthago eingenommen haben, wer in der Welt würde es wagen, sich

uns zu widersetzen?“

„Und was sollen wir dann tun?“

„Dann, mein lieber Cineas, werden wir uns ausruhen, essen und trinken und eine angenehme Unterhaltung führen.“

Cineas führte aus, worauf er hinauswollte: „Was soll uns daran hindern, das jetzt zu tun, ohne anderen oder uns selbst weiteres Leid zuzufügen?“

Pyrrhus und Cineas segelten schließlich nach Italien, und unglücklicherweise für sie, trotz einiger Erfolge, erlangten sie nie diesen endgültigen Frieden, von dem der König sprach – was zu dem Begriff „Pyrrhussieg“ führte, für einen Sieg, der dem Sieger einen so verheerenden Tribut zufügt, dass er gleichbedeutend mit einer Niederlage ist und den langfristigen Fortschritt schädigt.

Es ist leicht, die Chance zu verpassen, unsere gegenwärtigen Segnungen zu schätzen und zu genießen, und stattdessen so sehr damit beschäftigt zu sein, irdische Ziele zu verfolgen, dass wir das Reich Gottes und das, was wirklich Frieden und Zufriedenheit bringt, aus den Augen verlieren.¹ Möge die Geschichte von König Pyrrhus uns allen als Lebenslektion dienen, in das zu investieren, was wirklich wichtig ist.

1. Vgl. Römer 14,17

A woman with dark hair tied back, wearing a dark top, is shown in profile playing a violin. She is holding the bow across the strings and looking down at her instrument. The background is dark, making the violin and her hands stand out.

AMY JOY MIZRANY

Wie ich Stress durch Ruhe ersetzte

Ein Solo und fünf oder sechs Ensemble- bzw. Quartettstücke für ein Solo zu üben stand an, dazu eine Musikprüfung, und ich musste eine Rede (teilweise im lokalen Xhosa-Dialekt) vorbereiten. Dazu kam noch, dass ich weder den Text der Rede von den Organisatoren erhalten hatte, noch das Musikstück, für das ich eine Harmonie schreiben sollte!

Normalerweise lasse ich mich nicht so leicht stressen, aber dieses Mal war es anders. Ich dachte ständig darüber nach, was ich zu tun hatte, ordnete es im Kopf wieder und wieder neu an. Das führte tatsächlich zu noch mehr Stress und Sorgen, da die Teile des alarmierend komplizierten Puzzles in meinem Kopf aus der Reihe tanzten, sobald ich sie geordnet hatte.

Ich konnte kaum etwas tun, ohne dass nicht aus dem Nichts ein Gedankenauslöser auftauchte, der mich an all die Dinge erinnerte, die ich nicht geschafft hatte. Wenn ich Fußball spielte, erinnerte ich mich an lange To-Do-Listen, während ich auf der Torlinie hin- und herlief, die Torwarthandschuhe in Frustration gekreuzt. Die Zeit, die ich mit meiner Familie oder dem Studium verbrachte, konnte ich nicht genießen, weil ich so sehr auf all diese Dinge konzentriert war.

Es kam zu dem Punkt, an dem ich das Gefühl hatte, allen, die auf mich zählten, mitteilen zu müssen, es einfach nicht alles schaffen zu

können. Und ich hatte recht. Ich *konnte* es nicht alles tun. Aber wo war Jesus in diesem ganzen Stress? Wo hatte ich Ihn einbezogen? Wann hatte ich Ihn aufgesucht und um Frieden und Kraft gebeten? Ich hatte es nicht getan.

Mit reuevollem Herzen bat ich Jesus, meine Sorgen zu vertreiben und es mir leichter zu machen. Ich bat Ihn, mir Seelenfrieden und eine klare Richtung zu geben. Und das tat Er.

Als der besagte Tag kam, hat sich alles gefügt. Mein Solo klappte gut, ebenso wie die anderen Stücke, in denen ich mitspielte. Einige von ihnen waren weniger als perfekt, aber das Publikum war freundlich und wir waren glücklich. Die schwierige Rede bekam ich erst eine halbe Stunde, bevor ich sie halten musste, aber ich habe es geschafft. Ich habe vielleicht ein paar Worte falsch ausgesprochen, aber nicht viele, und zusammen mit dem Publikum habe ich über meine Fehler gelacht. Am Ende haben meine Mutter und meine Schwester gemeinsam an der musikalischen Harmonie gearbeitet, und es ist wunderbar geworden.

Jesus kann jeden Stress, den wir empfinden, von uns nehmen, wenn wir uns daran erinnern, Ihn zu suchen und uns in unserer Zeit von Druck an Ihn klammern. Er ist mehr als bereit, alle unsere stressigen Gedanken zu verscheuchen und sie durch Seinen Seelenfrieden zu ersetzen. Wir müssen nur darum bitten.



Jesu Ebenbild: Freude

PETER AMSTERDAM

Christliche Freude ist eng mit Glaube, Hoffnung und Dankbarkeit verbunden. Es geht darum, eine langfristige Sicht auf das Leben einzunehmen, die auf unserem Glauben an Gott, dem Vertrauen auf Seine Worte in der Heiligen Schrift und dem Wissen basiert, dass unser irdisches Leben nur die erste Etappe unserer immerwährenden Beziehung mit Ihm ist.

1. Petrus 1,3-5 NL
1. Petrus 1,8 NL
- Römer 5,3 NL
2. Korinther 8,2 NL
2. Korinther 6,10 NL
- Johannes 15,10-11 NL
- Psalm 33,21 NL
1. Thessalonicher 5,18 NL
- Jerry Bridges, *The Practice of Godliness* (Colorado Springs: Navpress, 2012), 129-30

Unsere Freude basiert auf unserem Glauben an das, was die Heilige Schrift uns gelehrt hat: Gott ist unser Schöpfer, der einen Weg für uns bereitet hat, um durch den Opfertod Jesu und die Vergebung unserer Sünden mit Ihm versöhnt zu werden, und das, obwohl die Menschheit aufgrund ihrer Sünden von Ihm entfremdet ist. Durch diese Versöhnung treten wir in eine Beziehung mit Ihm, in der Sein Heiliger Geist unser Begleiter wird und unsere Beziehung zu Ihm für die Ewigkeit besteht.

Unser Glaube an Gott und unser tiefes Vertrauen in Seine Verheißungen der Erlösung, der Versöhnung und letztlich des ewigen Lebens schenken uns Seelenfrieden und einen zuseherlichen Ausblick auf die Zukunft. Unser Glaube erzeugt Hoffnung, eine Erwartung der guten Dinge, die kommen werden, und hilft uns, in Freude zu leben.

Gelobt sei der Gott und Vater unseres Herrn Jesus Christus, denn er hat uns in seiner großen Barmherzigkeit wiedergeboren. Jetzt haben wir eine lebendige Hoffnung, weil Jesus Christus von den Toten auferstanden ist. Denn Gott hat für seine Kinder ein unvergängliches Erbe, das rein und unversehrt im Himmel für euch aufbewahrt wird. Und in seiner großen Macht wird er euch durch den Glauben beschützen, bis ihr das ewige Leben empfangt. Es wird am Ende der Zeit für alle sichtbar offenbart werden.¹

Dankbarkeit und Freude sind eng verwandt. Wenn wir dankbar sind für das, was Gott für uns getan hat; wenn wir uns auf Seine Güte, Liebe und Fürsorge konzentrieren und mit Seinen Segnungen zufrieden sind, dann haben wir Grund zur Freude. Dankbarkeit für Gottes Liebe, Segen, Gegenwart und Verheißungen hilft uns, in Freude zu leben und eine positive Lebenseinstellung zu pflegen.

Ihn liebt ihr, obwohl ihr ihn nie gesehen habt. Obwohl ihr ihn nicht seht, glaubt ihr an ihn; und schon jetzt seid ihr erfüllt von herrlicher, unaussprechlicher Freude.²

Weil Freude nicht von unserer Situation abhängig ist, sondern eine Manifestation von Gottes Wesen und den Segnungen ist, die Er uns schenkt, kann sie uns auch in Zeiten von Schmerz und Leid begleiten.

Wir freuen uns auch dann, wenn uns Sorgen und Probleme bedrängen.³

Obwohl sie schwere Zeiten durchgemacht haben, sind sie voll Freude und haben trotz ihrer Armut viel gegeben.⁴

Unser Herz ist voll Leid, und doch erleben wir ständig neue Freude.⁵

Es ist nicht leicht, sich trotz aller Sorgen zu freuen. Ganz allgemein gesagt ist es ja auch nicht normal, den ganzen Tag fröhlich zu sein und sich ständig über alles zu freuen. Viele von uns wollen zwar einen freudigen Geist kultivieren, aber aus eigener Kraft ist es kaum möglich. Freude ist eine Frucht des Heiligen Geistes, und um sie zu kultivieren, müssen wir unsere Segel hissen, damit der Atem des Geistes uns in Richtung der Freude bewegt.

Wenn wir uns in die Heilige Schrift vertiefen,

hissen wir unsere Segel. Als Jesus kurz vor Seiner Kreuzigung zu Seinen Jüngern sprach, sagte Er:

Wenn ihr mir gehorcht, bleibt ihr in meiner Liebe, genauso wie ich meinem Vater gehorche und in seiner Liebe bleibe. Ich sage euch das, damit meine Freude euch erfüllt. Ja, eure Freude soll vollkommen sein!⁶

Gottes Geist spricht durch die Heilige Schrift zu unseren Herzen, Er tröstet und leitet uns und gibt uns Glauben und Hoffnung, welches Sprungbretter zur Freude sind. Indem wir uns nach Gottes Wort richten, tun wir unseren Teil, damit der Geist Gottes uns erfüllen und dadurch Freude schenken kann.

Wir entwickeln Freude, indem wir unser Vertrauen in Gott setzen. Vertrauenswürdig zu sein, ist Teil von Gottes Charakter. In der Heiligen Schrift werden wir immer wieder ermahnt, unser Vertrauen auf Ihn zu setzen. Ihm zu vertrauen bedeutet, dass wir uns voll und ganz auf Ihn verlassen und daran glauben, dass Er uns liebt und unser Bestes im Sinn hat.

Von Herzen freuen wir uns über ihn, und wir vertrauen auf seinen heiligen Namen.⁷

Was immer auch geschieht, seid dankbar, denn das ist Gottes Wille für euch, die ihr Christus Jesus gehört.⁸

Wir sollten dankbar sein, unabhängig davon, ob unsere Situation angenehm ist oder nicht. Damit ist nicht gemeint, dass wir für schwierige Umstände dankbar sein müssen, sondern vielmehr, dass wir inmitten aller Gegebenheiten, ob gut oder schlecht, danken sollen. Die Schrift lehrt uns, dem Herrn dankbar zu sein, weil Er aus unseren gegenwärtigen Umständen das Beste machen wird und weil wir wissen, dass Er uns keine Lasten auferlegt, die wir nicht tragen können. Seine Gnade befähigt uns, die Last zu tragen. Wenn wir Ihm danken und Ihn loben, erleben wir die Freude, die unser Erbe in Christus ist.⁹

Wie wir gesehen haben, ist die christliche Freude ein Ausdruck unseres Glaubens. Wir glauben an Gott als unseren Schöpfer und Vater. Wir glauben an Sein Wort und an das, was es über Ihn erzählt, und wir benutzen es, um uns bei Entscheidungen leiten zu lassen. Wir haben



Leben.¹⁰

Zigarelli machte durch eine Umfrage die Erfahrung, dass bei Menschen, die sich selbst als „oft“ oder „immer“ fröhlich bezeichneten, auch andere christliche Eigenschaften ausgeprägter waren als bei solchen, die „selten“ oder „nur manchmal“ fröhlich waren. Seiner Ansicht nach sind die „Tugenden, die am meisten von beständiger Freude beeinflusst werden, Freundlichkeit und Geduld.“¹¹

Trotz der Tatsache, dass Dinge geistlicher Natur schwer zu quantifizieren und zu messen sind und eine Umfrage immer auch Interpretationssache ist, lieferte Zigarellis Umfrage meiner Ansicht nach hilfreiche Hinweise. Demnach scheint das Praktizieren bestimmter Tugenden zu helfen, Christus ähnlicher zu werden. Viele Gläubige erleben trotz einer ausgeprägten Gottbezogenheit und Dankbarkeit unterdurchschnittlich Freude in ihrem Leben. Laut Zigarellis Umfrage fiel diesen Leuten Freundlichkeit und Geduld schwer. Seiner Ansicht nach kann eine gottesfürchtige Person, die keine beständige Freude in ihrem Leben erfährt, tendenziell eher grob mit anderen und weniger großzügig sein, sowie wenig Toleranz für die Irritationen des Lebens haben.

Um mehr Freude in sein Leben zu lassen, kann man sich regelmäßig Gottes Güte und Liebe mithilfe der Meditation ins Bewusstsein rufen. Freude ist ein Nebenprodukt, das entsteht, wenn wir Gottes Wort lesen, glauben und danach handeln; wenn der Heilige Geist in uns wohnt und wir uns bewusst sind, dass Jesus sich für uns geopfert hat. Christliche Freude entsteht, wenn wir unser Leben an Gottes Liebe und Fürsorge ausrichten und den Höhen und Tiefen des Lebens mit dem Wissen begegnen, dass Er immer für uns sorgt, uns tröstet und für uns da ist. Lasst uns froh und dankbar für Seine liebende Fürsorge sein.

eine fortwährende, wechselseitige Beziehung zu Ihm, die bis in die Ewigkeit andauern wird. Der Autor Michael Zigarelli schrieb darüber, was diese Freude für unser Leben bedeutet:

Aus biblischer Sicht können wir Freude definieren als „einen dankbaren Geist, der uns in allen Lebenslagen begleitet.“ Es ist mehr als innere Ausgeglichenheit, mehr als Frohsinn, mehr als allgemeine Zufriedenheit mit dem

10. Michael A. Zigarelli, *Cultivating Christian Character* (Colorado Springs: Purposeful Design Publications: 2005), 49

11. Zigarelli, *Cultivating Christian Character*, 50

PETER AMSTERDAM UND SEINE FRAU, MARIA FONTAINE, SIND LEITER VON THE FAMILY INTERNATIONAL, EINER CHRISTLICHEN GEMEINSCHAFT DES GLAUBENS. AUS DEM ORIGINALARTIKEL ADAPTIERT.

Freude im Moment

JOYCE SUTTIN



Still saß ich da, hörte den Vögeln zu, trank eine Tasse Tee, spürte die Sonnenstrahlen auf meinem Gesicht und fühlte vollkommenen Frieden. Ich ließ meinen Verstand nicht über die Dinge laufen, die passiert waren, machte keine mentalen Listen und dachte nicht darüber nach, was ich tun würde. Ich fühlte mich nicht reumütig, war nicht besorgt und versuchte nicht einmal, meinen Verstand abzuschalten, sondern habe stattdessen einfach den Moment und das Gefühl von Gottes Gegenwart genossen. Es brachte mich dazu, darüber nachzudenken, wie viel Zeit ich in der Vergangenheit und der Zukunft verbringe und wie selten ich mich voll auf den gegenwärtigen Moment einlasse.

In diesen Überlegungen gefangen zu sein, hat mein Leben mit Gewissensbissen und Sorgen gefüllt und mich davon abgehalten, das, was um mich herum geschieht, zu schätzen. Auf der anderen Seite, wenn ich mich auf die Gegenwart konzentriere, bemerke ich den wunderbaren Duft meines Pfefferminztees und das feuchte Gras unter meinen Füßen, höre die lobenden Lieder der Vögel, die nach dem Regen singen und fühle mich ruhig und in Frieden und verliebt in das Leben.

Zu oft verbringe ich meine Entspannungszeit damit, meine Energie aufzuteilen, Solitär auf meinem Telefon zu spielen, während ich einen Film anschau oder einen Podcast höre, oder während der Fahrt Radio zu hören. Ich habe viele kleine Interessen, die meine Zeit auffressen und mich dazu bringen, die Schönheit um mich herum zu verpassen. Zudem vermisse ich die Ruhe, die entsteht, wenn ich den Dingen in meinem Leben ihren Lauf lasse und alles so nehme, wie sie kommen.

Es ist mir aufgefallen, dass ich zu viel meiner Gebetszeit so verbringe, als ob ich Lebensmittel einkaufen würde: Ich habe Bedürfnisse. Ich schreibe sie auf eine Liste, gehe vor Gott und sage meine Liste auf, dann fülle ich meinen Korb und laufe wieder nach Hause. Ich habe mir vorgenommen, mich heute bewusst darum zu bemühen, täglich ungestörte Zeit zu verbringen, um Freude in Seiner Gegenwart zu finden.

JOYCE SUTTIN IST EINE PENSIONIERTE
LEHRERIN UND SCHRIFTSTELLERIN UND
LEBT IN SAN ANTONIO, USA.

Überaus dankbar

CURTIS PETER VAN GORDER

Die Prämisse von „Das geheime Leben des Wassers“ von Masaru Emoto ist, dass Wasser die positive oder negative Kraft reflektiert, mit der es in Kontakt kommt. Der Autor setzte destilliertes Wasser verschiedenen Einflüssen durch Sprache, Musik, Fotos und Schrift aus. Anschließend fror er das Wasser ein und fotografierte die Kristalle. Die Fotos legen nahe, dass positive Einflüsse wie Gebete, erhebende Musik und positive Sprache das Wasser veranlassen, schöne Kristalle zu bilden, während negative Einflüsse das Wasser veranlassen, überhaupt nicht zu kristallisieren oder nur hässliche Muster zu bilden.

Weit hergeholt? Möglich, allerdings könnten

1. Psalm 22,2 NL
2. Psalm 22,25, 27-28 NL

seinen Ideen in vielen die Frage aufgeworfen haben, welche Energieschwingungen wir in anderen erzeugen.

Nachdem ich über einen Zeitraum von 45 Jahren in 14 Ländern gelebt habe, werde ich oft gefragt, welches Land ich am liebsten mag. Die Wahrheit ist, dass es meist das Land ist, in dem ich gerade lebe. Jedes Land hat seine eigenen Segnungen und Herausforderungen, und ich habe festgestellt, dass es notwendig ist, die guten Dinge zu schätzen, die jedes Land zu bieten hat, um die Erfahrungen, die das Leben mir zu diesem Zeitpunkt beschert, besser genießen zu können.

Eine nützliche Überlebensfähigkeit, die ich während meines Aufenthalts im Nahen Osten gelernt habe, ist, für alles dankbar zu sein, was

mir widerfährt. Für die Menschen in dieser Region ist es üblich, Gott immer wieder für das zu danken, was gerade mit ihnen passiert – ob es nun ein offensichtlicher Segen ist oder ein Segen im Verborgenen, wie in dieser Geschichte dargestellt:

Der berühmte Geschichtenerzähler Juha erzählt, wie er eines Tages trotz der Schwierigkeiten – sein Esel starb, eine längere Dürreperiode und steigende Preise auf dem Markt – entschlossen war, Gott zu danken, egal was sich gerade ereignet. Die Bewährungsprobe kam bald, als er in seinem Garten hackte und sich ein Dorn durch seinen Schuh bohrte. Nachdem er auf einem Fuß herumgehüpft war, während er vor Schmerz aufschrie, erinnerte er sich. *Danke, Gott, dass nur meine alten Schuhe ruiniert wurden und nicht meine neuen.*

Als er weiter in seinem Garten hackte, erhob sich ein Sandsturm und warf ihn zu Boden. Nachdem der Sturm abgeklungen war, dachte er: *Ich danke Gott, dass Sandstürme so selten sind!*

Bevor er seine Arbeit wieder aufnahm, legte er seinen Geldbeutel ab, in dem sich die Münzen befanden, die er gespart hatte, um einen neuen Esel zu kaufen. Ein Dieb, der vorbeikam, stahl den Geldbeutel, und trotz einer erbitterten Verfolgungsjagd gelang es Juha nicht, ihn zu fangen. Schwer keuchend fragte er sich: *Wofür kann ich jetzt dankbar sein?* Er hatte keine Antwort und ging zurück zum Hacken.

Bald näherte sich ein Seemann und sagte: „Ich war früher Ihr Schüler, bis ich mich einer Schiffsmannschaft anschloss. Als wir in große Gefahr gerieten und riesige Wellen drohten, unser Schiff zu versenken, erinnerte ich mich daran, dass Sie uns lehrten, in jeder Situation zu danken. Das tat ich, und ich bin wirklich dankbar, dass mein Leben verschont wurde. Als kleines Zeichen meiner Dankbarkeit möchte ich Ihnen nun ein Geschenk überreichen.“

Als Juha das Geschenk öffnete, stellte er fest, dass es genau die Anzahl der Münzen enthielt, die gestohlen worden waren. *Ich verliere Geld und gewinne es am selben Tag zurück! Wie wundervoll! Gott ist gut!*

Ich hatte die Gelegenheit, dieses Prinzip in meinem eigenen Leben anzuwenden, als ich zehn Tage lang mit einer lebensbedrohlichen

Infektion im Krankenhaus lag. Es war eine sehr positive, besondere Zeit mit vielen Momenten der Besinnung. Es war, als ob ich von den Armen Gottes hochgehoben und in einen ruhigen Garten gebracht wurde, um über mein Leben zu meditieren.

Normalerweise bin ich sehr arbeitsorientiert, also war es eine neue Erfahrung für mich, langsamer zu treten und mich auf das Überleben zu konzentrieren, und es gab mir sicherlich eine neue Perspektive auf den Segen der Gesundheit. Ich fasste den Vorsatz, wenn es mir besser geht, zu versuchen, meinem Körper mit einer gesünderen Lebensweise etwas entgegenzukommen. Mit einem Fuß schon über dem Abgrund zwischen Leben und Tod zu schwanken, ließ mich erkennen, was wirklich zählt – Gott und andere zu lieben. Das war nichts, was ich nicht schon wusste, aber es ist ein großer Unterschied, ob man etwas weiß oder es zu einem wichtigen Teil seines Lebens macht.

Ich habe versucht, diese Haltung der Dankbarkeit an meine Kinder und Enkelkinder weiterzugeben, indem ich mit ihnen ein kleines Abendessensspiel namens „Rosen und Dornen“ spielte. Jeder erzählt etwas Gutes, das ihm an diesem Tag passiert ist – eine Rose – und eine schwierige, unangenehme oder herausfordernde Erfahrung – ein Dorn. Ich habe festgestellt, dass dieses Spiel ein Gespräch am Tisch viel mehr anregt, als wenn man nur fragt: „Wie war dein Tag?“, und als Antwort nur ein „okay“ oder „gut“ bekommt.

Dankbar zu sein bedeutet nicht, unsere Probleme einfach zu ignorieren. König David rief zu Gott und fragte: „Mein Gott, mein Gott! Warum hast du mich verlassen? Warum bist du so fern und hörst meine Hilferufe nicht?“¹ Aber dann beendet David denselben Psalm auf einer positiven Note: „Denn er hat die Augen nicht vor dem Leid des Bedürftigen verschlossen. Er hat sich nicht abgewandt, sondern hat seine Hilferufe gehört. Die Armen sollen essen und satt werden und alle, die den Herrn suchen, werden ihn loben. Euer Herz soll für immer leben. Die ganze Erde wird den Herrn anerkennen und zu ihm zurückkehren. Die Menschen aller Völker werden sich vor ihm verneigen.“²



STEVE HEARTS

DANKE FÜR ALLES

Paulus sagt in Römer 8,28: „Und wir wissen, dass für die, die Gott lieben und nach seinem Willen zu ihm gehören, alles zum Guten führt.“ In Sprüche lesen wir: „Wie könnten wir den Weg, den wir gehen, begreifen? Es ist der Herr, der unsere Schritte lenkt.“¹ Trotzdem frage ich mich in Momenten, in denen das Leben kompliziert und verwirrend wird, was wohl passiert wäre, wenn die Dinge nur ein wenig anders gelaufen wären, und ich wünschte, ich könnte zurückgehen und alles nochmals anders machen.

Es war während eines solchen Moments neulich, als ich mir einen meiner Lieblingsfilme Mr. Destiny anhörte und beschreiben ließ. (Steve Hearts ist blind) Das Geschehen spielt sich an dem Tag ab, an dem Larry Burrows 35 Jahre alt wird. Zwanzig Jahre zuvor hatte Larry im letzten Kampf während seines High-School-Baseball-Meisterschaftsspiels dreimal den Ball verfehlt und war draußen, etwas, was er seitdem immer wieder bedauerte. An diesem Tag, seinem 35. Geburtstag, den alle, außer seinem besten Freund, vergessen zu haben schienen, und der sich nur noch verschlimmerte, als er seinen Job verliert, denkt er an das Baseballspiel zurück und wünscht sich, er hätte es gewonnen.

Auf seinem Weg nach Hause gibt sein Auto den Geist auf. Er ruft einen Abschleppwagen und geht in eine nahe gelegene Bar, um zu warten. Der Barkeeper, Mike, ist freundlich und mitfühlend. Darüber hinaus weiß er alles über Larry, einschließlich seines Verdrusses von vor zwanzig Jahren. Mike macht Larry einen Drink,

den er „Schnee von gestern“ nennt und der ihn in die Vergangenheit zurückversetzt, damit er sein Leben so leben kann, wie es gewesen wäre, wenn er das Spiel gewonnen hätte. Er stellt fest, dass sich sein Leben in jeder Hinsicht völlig verändert hat. Das Befremdlichste von allem ist jedoch, er ist mit jemand anderem verheiratet, ebenso wie seine Frau Ellen. Er versucht, die Dinge „in Ordnung zu bringen“, aber dabei setzt er sowohl seinen Job als auch sein Leben aufs Spiel.

Bevor das Schlimmste eintreten kann, findet er sich glücklicherweise mit Mike zurück in der Bar. Sein Leben ist wieder das alte, doch weiß er jetzt seine Segnungen neu zu schätzen. Er kommt nach Hause zu einer von Ellen organisierten Überraschungs-Geburtstagsparty. Sein Chef kommt unerwartet vorbei und bietet ihm eine bessere Position an. Das Wichtigste: Larry ist frei von Bedauern und entschlossen, das Leben in vollen Zügen zu genießen, ohne sich auf das, was hätte sein können, zu konzentrieren.

Dieser Film ist eine gute Erinnerung daran, dass das Leben für niemanden ein Zuckerschlecken ist. Wir alle haben Probleme, und wir alle haben etwas getan, von dem wir wünschten, wir könnten es rückgängig oder anders machen. Wir alle erleben Schmerz, Enttäuschung und sogar Versagen. Aber wir sollten uns davon nicht abhalten lassen, das Gute zu schätzen, was wir haben, und mit dem Heute weiterzumachen. Wie Mike zu Larry sagt: „Dies ist dein Leben, Larry. Lerne, das zu genießen, was du hast.“

1. Sprüche 20:24

MOMENTE

JESSIE RICHARDS



Seit meiner Kindheit führe ich eine Art Tagebuch. Zu Beginn dieses Jahres beschloss ich, nicht nur Dinge von offensichtlicher Bedeutung festzuhalten, wenn sie sich ereigneten, sondern jeden Tag mindestens eine oder zwei Zeilen zu schreiben, unabhängig davon, ob etwas scheinbar Bemerkenswertes stattfand oder nicht. Ich bin froh, sagen zu können, dass ich auf einem guten Weg bin, das Ziel zu erreichen.

Das Interessante an dieser Art von Tagebuch ist, dass ich, wenn ich das Jahr Revue passieren lasse, nicht nur an „wichtige“ Ereignisse erinnert werde, sondern auch an „alltägliche“ Begebenheiten und Momente, die sich in einigen Fällen als bedeutsam herausstellten.

Hier sind einige meiner Tagebucheinträge über Momente in diesem Jahr – wobei ich mich hauptsächlich auf die alltäglichen Momente konzentriere.

Moment # 1

Eine der beiden Toiletten im Haus funktioniert seit mehreren Tagen nicht, und heute Abend kam endlich der Klempner vorbei. Aber er hat einen Fehler beim Anschließen der Rohre gemacht, und jetzt hat meine Dusche kein heißes Wasser mehr! Er kommt morgen zurück, um es wieder in Ordnung zu bringen. Es ist ärgerlich, aber es macht mir auch bewusst, wie reibungslos mein Leben normalerweise abläuft, und ich fühle mich dankbar für Dinge, die ich meist als selbstverständlich ansehe – Toilettenspülungen und fließend heißes Wasser.

Moment # 2

Mein Arzt hatte mir eine vorzeitige Mammografie wegen (nicht schmerzhafter) Zysten empfohlen. Nur um sicherzugehen. Also tat ich es. Ich hatte nicht erwartet, mir in der Zeit dazwischen so viele Sorgen zu machen, bis ich den positiven Bescheid bekam. Ich habe das Gefühl, jetzt viel freier atmen zu können.

Moment # 3

Den Tag verbrachte ich mit einem alten Freund, den ich seit ein paar Jahren nicht mehr gesehen habe. Es ist wundervoll, wie wir, nachdem wir so lange getrennt waren, innerhalb von ein paar Minuten wieder auf derselben Wellenlänge waren.

Moment # 4

Bin am Strand gelaufen. Perfektes Wetter. Zeit zum Nachdenken, um dankbar zu sein, um mit meinem eigenen Herzen und mit Gott zu kommunizieren. An einem Punkt hörte ich die Hymne „Wie groß bist du“, während ich durch einen Schwarm Möwen lief, die die Luft über und um mich herum füllten. Buchstäblich. Unglaublich.

Moment # 5

Ich habe herausgefunden, dass meine Tante Darmkrebs hat. Sie ist Krankenschwester, Nichtraucherin, Vegetarierin und erst in ihren 50ern. Es kann wirklich jeden treffen, zu jeder Zeit. Das macht mir klar, wie wertvoll das Leben und die Familie sind.

VIRGINIA BRANDT BERG

SEI STILL

Ich musste mich dringend mit einer Frau in Verbindung setzen, deren Adresse ich nicht hatte, und es war ein Notfall. Meine Besorgnis wurde immer größer. Ich fühlte mich, als würde ich zerspringen, wenn ich nicht mit ihr reden könnte. Als ich im Gebet fragte, was ich denn nur tun könnte, war plötzlich eine Umschreibung eines Verses aus der Bibel vor mir. *Bleib einfach ruhig. Werde still und erkenne, dass ich Gott bin.*

Als ich das tat, mich hinsetzte und versuchte mich zu beruhigen und den Herrn bat, eine Katastrophe zu verhüten, sprach Er in meinem Herzen zu mir. *Schreibe einfach eine Notiz und bring sie zu der Wohnung, in der sie vorher lebte. Vielleicht kehrt sie aus irgendeinem Grund dorthin zurück, oder jemand, der weiß, wo sie hingezogen ist, findet die Notiz und sagt ihr, sich bei dir zu melden.*

1. Jesaja 30,15 NL
2. Psalm 46,11 SLT
3. Philipper 4,6-7 NL



Also schrieb ich den Zettel und brachte ihn zu der Wohnung. Gerade als ich, mit dem Zettel noch in der Hand, die Wohnung erreichte, fuhr genau die Person, die ich dringend erreichen musste, aber nicht konnte, mit dem Auto vor.

Ist es nicht wundervoll, wie Gott die Dinge regeln kann? Damals lernte ich, wie Gottes Wort sagt, „Durch Stillsein und Vertrauen könntet ihr stark sein.“¹ In dieser verrückten Hektik, zu der das moderne Leben geworden ist, haben wir ein noch größeres Bedürfnis nach dieser göttlichen Stille, um unsere Seelen in Ruhe zu baden. Nur wenn unser Verstand und unser Gemüt ruhig und gelassen sind, können wir



Gott kennenlernen. „Seid still und erkennt, dass ich Gott bin.“⁴²

Viele Menschen haben diese irreführende Idee, dass diese Stille, von der im Vers gesprochen wird, so etwas wie eine kontrollierte Anspannung ist, eine eingeübte Gelassenheit, und dass sie die Angst irgendwie verdrängen können. Manchmal kann das wohl so gelingen, aber wenn man es so praktiziert, ist es nur eine trügerische äußere Ruhe. Innerlich ist es wie ein brodelnder Vulkan. Dies ist nicht die Ruhe, von der hier gesprochen wird. Die Ruhe Gottes ist keine reine Passivität. Es ist wahre Ruhe des Geistes und Verstandes, die eine große Gedankenklarheit bringt, und

nur in dieser Ruhe können wir Gottes Willen und Plan erkennen.

Aus Erfahrung weiß ich, dass wir erst durch Prüfungen und Tests zu dieser göttlichen Ruhe gelangen können. Warum? Tests und Prüfungen bringen die Seele unter Kontrolle, und der Geist wird durch Leiden demütigt. Gehst du im Moment durch schwere Zeiten? Dann werde still, komme vor dem Herrn zur Ruhe, und Er wird dir zeigen, wie du in deiner schweren Zeit in Allem Positives sehen kannst. Du musst aber ganz ruhig werden. Nur in dieser ruhigen, andächtigen Hingabe ist es Ihm möglich, zu deinem Herzen zu sprechen.

Was soll ein Gläubiger in Tagen der Finsternis tun? Das Erste, was zu tun ist, ist *nichts* zu tun, still zu sein. Das geht uns gegen den Strich, ist aber weise. Es gibt einen Spruch: „Eile mit Weile“, „Nur nichts überstürzen“. In anderen Worten, wenn man nicht weiterweiß, stürze dich nicht blindlings in irgendetwas hinein mit der Hoffnung, dass es schon gut gehen wird.

Es gab Zeiten, in denen ich mich in einem geistigen Nebel befand und nichts anderes mehr wollte, als alles aus eigener Kraft zu bewältigen. Ich hatte das Gefühl, dass ich alles selbst entwirren musste oder eine Lösung für ein bestimmtes Problem finden musste; dass ich irgendetwas tun musste. Meine innere Tatkraft wollte einfach loslegen und sich des Problems selbst annehmen. Inzwischen habe ich aber gelernt, dass die menschliche Kraft manchmal zwar hilfreich ist, es aber noch besser ist, mein Boot zu verankern, es an der Vertäuung etwas schaukeln zu lassen und einfach Gott zu vertrauen.

Sei still und sieh, was Gott tun wird. Leg deine Hand in Gottes Hand und lasse dich von Ihm in den strahlenden Sonnenschein Seiner Liebe führen. Halte inne und werde still. Lass Ihn die Arbeit für dich tun. „Sorgt euch um nichts, sondern betet um alles. Sagt Gott, was ihr braucht, und dankt ihm.“ – indem ihr still vor Gott werdet – „Ihr werdet Gottes Frieden erfahren, der größer ist, als unser menschlicher Verstand es je begreifen kann. Sein Friede wird eure Herzen und Gedanken im Glauben an Jesus Christus bewahren.“⁴³



CHANDRA REES

Durch die Entfernung wächst die Liebe

Einige Monate nachdem unser drittes Kind geboren wurde, kämpfte ich damit, mich von einer „Wochenbettdepression“ zu befreien. Meine tägliche Routine verschwamm zu einem Kontinuum von Aufgaben und Terminen, die mich nirgendwo hinführten, und dazu kam noch ein Neugeborenes, das ständig meiner Aufmerksamkeit bedurfte. Mein Geist fühlte sich ständig müde an, und mein Herz war schwer. Ich konnte nicht herausfinden, warum ich mich so schlecht fühlte.

Im Gegensatz dazu hatte mein Mann eine motivierte Phase erreicht. Er war früh auf den Beinen, um zu lernen und zu arbeiten, immer auf der Suche nach Möglichkeiten, die Momente in seinem Tag so gut wie möglich auszufüllen. Da ich in meinem eigenen Leben nicht die gleiche Motivation hatte, fühlte ich mich ihm gegenüber etwas distanziert. In gewisser Weise war ich wohl eifersüchtig auf seinen Erfolg und wütend auf mich selbst, weil ich mich nicht so schnell von diesem Tief erholt hatte, wie ich es gerne gehabt hätte.

Schließlich brachte ich den Mut auf, meinem Mann den emotionalen Niedergang, den ich erlebte, mitzuteilen, in der Hoffnung, es würde ihm helfen zu verstehen, warum ich das Leben nicht bei den Hörnern packte. Er hörte mir geduldig zu und sagte einfach, er hätte sich zwar gewundert, mir aber Zeit geben wollen, mit dem

fertig zu werden, was auch immer es war, mit dem ich konfrontiert war. Obwohl ich keine unmittelbare Besserung erlebte, fühlte ich mich erleichtert, dass ich das, was ich durchmachte, ausdrücken konnte und in der Lage war, es in Worte zu fassen.

Später in der Woche war mein Mann auf einer Geschäftsreise für mehrere Tage nicht in der Stadt. Es war das erste Mal seit der Geburt unseres dritten Kindes, dass er von zu Hause weg war. Ich wunderte mich darüber, wie sehr sich mein Gemüt in diesen Tagen erholte, und wie wahr das Sprichwort für mich zu sein schien „Durch die Entfernung wächst die Liebe“. Anstatt der wachsenden Distanz, die ich zwischen uns gespürt hatte, fühlte ich eine neue Liebe und Bewunderung für ihn. Es war, als ob ich genau sehen konnte, wo er in meiner Welt hingehört – als Ehemann, als Vater unserer Kinder und als Freund.

Ich hoffe, dass ich meine Wertschätzung für den Segen meines Lebens – meinen Ehemann, meine Kinder, die Liebe und das Glück, das meine Welt erhellt – durch meine Tage mitnehme, selbst an den Tagen, an denen alles grau und trübe erscheint. Mich an die Liebe zu erinnern und sie zu schätzen, die meine Welt erfüllt, gibt meinem Gemüt Auftrieb. Es erinnert mich daran, wie gesegnet ich wirklich bin.

ZWEI GEHEIMNISSE



MARIE ALVERO

Jeder hat eine Vorstellung davon, wie Frieden und Zufriedenheit für ihn aussehen. Ich denke an grüne, sanfte Hügel und ein Häuschen im Wald mit einem schönen Garten, an die Abende auf der Veranda zu verbringen, den Sonnenuntergang zu beobachten und ein Gespräch mit Freunden und Familie zu führen. Ich denke an ein gesundes Guthaben auf unserem Sparkonto. In meiner „glücklichen Welt“ führen meine Kinder alle ein produktives, befriedigendes Leben und werden aufwachsen, um glückliche, gesunde Familien zu gründen, und allen meinen Lieben geht es gut. Das klingt friedlich. Das hört sich nach einem guten Leben an, und ich weiß einfach, dass ich das Musterbeispiel für Zufriedenheit sein würde!

In Wirklichkeit ist die Welt ein Chaos, meine Kinder haben gelegentlich Probleme, mein Mann und ich sind manchmal nicht synchron, Geld ist nicht immer im Überfluss vorhanden, wir sind oft müde; es gibt Dinge, die wir nicht sonderlich mögen, aber tun müssen, und Dinge, die wir gerne tun würden, aber zu denen wir selten kommen. Und obwohl ich eine Veranda habe, verbringe ich nicht viele Abende damit, dort friedlich auf meinen Schaukelstuhl vor mich hin zu wippen.

Aber ich habe in letzter Zeit die Evangelien gelesen und es ist interessant, Jesu Einstellung zum Leben zu beobachten. Es gibt viel von Seinem Beispiel zu lernen, aber zwei Dinge, die mit diesem Thema zu tun haben, fallen mir

1. Lukas 5,15-16. Vgl. auch Markus 1,45. NL
2. Markus 3,7 NL
3. Matthäus 14,13 NL
4. Lukas 22,42 NL

sofort auf:

Er kannte Seinen Vater gut genug, um Ihm zu vertrauen.

Er zog sich regelmäßig vom Lärm und Trubel zurück.

Ich bin davon überzeugt, wenn ich Angst, Frustration, Unzufriedenheit, Überforderung oder Stress erlebe, ist die Antwort unter einem dieser beiden Punkte zu finden. Das bedeutet nicht, es gibt nichts Praktisches zu lernen, zu ändern oder zu tun, aber es wird wahrscheinlich in einem dieser Punkte verwurzelt sein. Es ist einfach, aber nicht leicht. Glücklicherweise bietet das Leben täglich Gelegenheiten, zu üben und besser zu werden.

Hier sind einige Beispiele dafür, wie Jesus sich zurückzog:

„[Trotz Jesu Bitte, seine Wunder geheim zu halten,] verbreitete sich das, was er tat, noch schneller, und die Menschen strömten herbei, um ihn predigen zu hören und von ihren Krankheiten geheilt zu werden. Jesus zog sich jedoch immer wieder zum Gebet in die Wüste zurück.“¹

„Jesus zog sich mit seinen Jüngern an den See zurück.“²

„Als Jesus die Nachricht, [[dass Johannes der Täufer enthauptet worden war,]] erhalten hatte, fuhr er mit dem Boot in eine entfernte Gegend, denn er wollte allein sein.“³

Und hier ist ein Beispiel für Jesu Gottvertrauen, gesprochen in der schwierigsten Zeit Seines Lebens:

„Vater, wenn du willst, dann lass diesen Kelch des Leides an mir vorübergehen. Doch ich will deinen Willen tun, nicht meinen.“⁴



VON JESUS MIT LIEBE

ICH BIN FÜR DICH DA

Wende dich an mich in deiner Einsamkeit. Ich liebe dich von ganzem Herzen und bin für dich jederzeit, die ganze Zeit da, dein ständiger Begleiter, dein bester Freund.

Wenn du dich fühlst, als ob sich keiner um dich kümmert, und Liebe nirgendwo zu finden ist, dann ist es Zeit, dich in meine Arme fallen zu lassen und Frieden zu finden. Wenn du entmutigt bist und dich wie ein Versager fühlst, schau auf in mein Angesicht und sieh, wie ich dich anlächle, weil ich dich genauso liebe, wie du bist. Wenn du besorgt oder frustriert bist, lauf zu mir. Ich werde dein perfekter Begleiter sein. Wenn du denkst, dass unmöglich jemand

die Schwierigkeiten verstehen kann, die du gerade durchmachst, ist das der Zeitpunkt, um zu mir zu kommen. Ich verstehe dich *immer*. Konzentriere dich mit all deiner Zuneigung auf mich und ich werde dir alles geben, was du brauchst.

In solchen besonderen Zeiten, die wir miteinander verbringen, wird unsere Liebe stärker und unsere Beziehung tiefer sein, als alle irdische Liebe oder Beziehung es je sein könnte. Aus diesem Einssein mit mir wird dir die größte und anhaltendste Freude, Erfüllung und Zufriedenheit erwachsen.