

ÄNDERE DEIN LEBEN. VERÄNDERE DEINE WELT.

activated

23. JAHRGANG, AUSGABE 6

RAUHE MEERE

Der besondere
Passagier

Friedensplan

10 Schlüssel zur
inneren Ruhe

Mein Flugfehler

Ein Sieg in drei Akten



EDITORIAL VOLLKOMMENER FRIEDEN

Bei einem Kunstwettbewerb zum Thema Frieden haben die meisten Teilnehmer ruhige Szenen von idyllischen Tagen auf dem Lande eingereicht, wo alles still und harmonisch ist.

Sicherlich ist das eine Form des Friedens – aber das Bild, das den Preis gewann, zeigt die schwerste Art von Frieden, die es zu erreichen gilt. Es zeigte die tosenden, wütenden, schäumenden Stromschnellen eines sturmgepeitschten Wasserfalls, und – kaum sichtbar auf einem kleinen Baumzweig, der über den Sturzbach ragte – gab es ein Nest, in dem ein winziger Vogel saß und trotz des Aufruhrs unter ihm friedlich sang.

Die Bibel verspricht uns, einen Frieden haben zu können, der alles Verständnis übersteigt. (Vgl. Philipper 4,7.) Aber diese Art von Frieden kommt nur durch den Friedensfürsten

Jesus – und das Wissen, wie Er sich um uns kümmert, egal was passiert! Wie ein Flugkapitän weiß Er, wann wir in Turbulenzen geraten, und Er behält die Kontrolle, auch wenn das Flugzeug ruckelt und an Höhe verliert.

Das erinnert mich an diese Einsicht: „Gott kann deine Probleme auf einen Schlag lösen. Er kann deinen Geist mit einem tiefen Atemzug erfrischen. Er kann deine Gedanken mit einem einzigen süßen Ton himmlischer Musik klären. Er kann deine Ängste und Tränen mit nur einem kleinen Moment der Ruhe wegwischen, in jenem vollkommenen Frieden, den Er dir schenkt, wenn dein Geist auf Ihn und nur auf Ihn gerichtet ist.“ (Vgl. Jesaja 26,3)

Mögest du Seinen vollkommenen Frieden den heutigen Tag lang, diesen Monat lang und dieses Jahr lang erfahren.

Warum wir von Bedeutung sind

Wenn ich einen Sonnenaufgang sehe, die Sonne auf meinem Gesicht spüre, meine Lust an der Gischt des Meeres habe oder die Pracht der Natur betrachte, denke ich oft, was für ein besonderer Ort die Erde ist. Vor kurzem habe ich einige sehr interessante Fakten gelesen, die bestätigen, wie besonders unser Planet ist!

Wenn Astronomen zum Beispiel die Entdeckung eines „erdähnlichen Planeten“ verkünden, meinen sie in der Regel Planeten mit einer etwa erdähnlichen Schwerkraft, die nahe genug an ihrem Stern liegen, um warm – aber nicht zu heiß – zu sein, und die möglicherweise (oder auch nicht) flüssiges Wasser haben. Aber es gibt noch eine ganze Menge mehr als diese drei „Muss“-Zutaten, die unseren Heimatplaneten zu etwas Besonderem machen. Hier ist eine kleine Liste der Gründe, warum die Erde unter all den vielen Himmelskörpern von Bedeutung ist.

Der Mond: Die Erde ist leicht geneigt und schwankt beim Drehen wie ein Kreisel, was zu drastischen Klimaveränderungen führen könnte. Aber aufgrund der stabilisierenden Wirkung des Mondes auf unsere Umlaufbahn ist unser Klima wesentlich stabiler.

Stabile Rotation: Die regelmäßige Wiederholung von Tag und Nacht auf diesem Planeten spielen eine wichtige Rolle bei der Vermeidung extremer Temperaturen und der Ermöglichung von Leben.

Langlebige Sonne: Unsere Sonne ist ein gelber Zwerg, eine relativ seltene Art von Stern, die sowohl klein als auch stabil ist. Außerdem hat sie eine lange Lebensdauer. Größere Sterne brennen im Allgemeinen heißer und verglühen früher, während kleinere Sterne in der Regel eine enorme Ausstrahlung erzeugen.

Gasriesen als Nachbarn: Sonne und Mond sind für uns unverzichtbar, aber es gibt noch

etwas, das die Erde bewohnbar macht: der Jupiter. Im Allgemeinen neigen Gasriesen dazu, sich in der Nähe ihrer Heimatsterne zu sammeln. Da sich die Gasriesen in unserem Sonnensystem jedoch jenseits unseres Planeten befinden, fängt ihre starke Schwerkraft Asteroiden und Kometen ein, die sich verirrt haben.

Ein Magnetfeld: Die Erde ist mit einem starken, stabilen Magnetfeld gesegnet, das die kosmische Strahlung und die Sonneneruptionen abwehrt, die den Planeten sonst mit der Zeit versengen würden.

Die Atmosphäre: Diese in großer Höhe liegende Gasschicht schützt uns vor einem großen Teil der tödlichen Strahlung.

Dies sind nur einige der Punkte auf der langen Liste der Merkmale, die die Erde im Vergleich zu allen anderen uns bekannten Planeten einzigartig bewohnbar machen. Die Tatsache, dass die Liste der wesentlichen Merkmale so lang ist, könnte darauf hindeuten, dass Leben unglaublich selten ist und unser Planet möglicherweise der einzige ist, der alle notwendigen Bedingungen erfüllt.

Natürlich können wir es nicht mit Sicherheit wissen. Aber die Tatsache, dass die vielen Bedingungen für das Leben, wie wir es kennen, alle in perfekter Weise auf der Erde vorhanden sind, weist mich auf einen wunderbaren Schöpfer hin, der genau wusste, was er tat.

Er hat die Sterne angeordnet und die Planeten in ihre Bahnen gelenkt. Er sorgte dafür, dass Wasser und Schnee, Licht und Dunkelheit, Lachen und Liebe zu einem bestimmten Zweck existieren (siehe Psalm 8,4; 33,6). Jeder von uns ist einzigartig und wurde von einem liebevollen Schöpfer geschaffen, der uns einen wunderschönen, verstrickt gestalteten Planeten bereitet hat, damit wir darauf leben und uns daran erfreuen können.

Ein Gefühl der Unruhe

PETER AMSTERDAM

In Philipper 4,6–7 weist der Apostel Paulus die Gläubigen an: „Sorgt euch um nichts, sondern in allen Dingen lasst eure Bitten in Gebet und Flehen mit Danksagung vor Gott kund werden! Und der Friede Gottes, der höher ist als alle Vernunft, wird eure Herzen und Sinne in Christus Jesus bewahren.“ (NL)

Für die meisten Menschen hat es heute hohe Priorität, sich von jeglicher Form von Ängsten, Sorgen, Stress und Druck zu befreien. Wir leben in einer Welt, in der sich der Wandel immer schneller vollzieht, und dieser Wandel bringt Unsicherheit mit sich. Ungewissheit führt zu Sorgen, Stress und einem allgemeinen Gefühl der Unruhe. Ein Freund von mir hat es so ausgedrückt: „Wenn ich unruhig bin, fühle ich mich unwohl, als ob gleich etwas schiefgehen wird oder ich etwas Wichtiges verpasse. Oft geht es um etwas Unbekanntes, ein Risiko, und das bringt ein allgemeines Gefühl der Unausgeglichenheit mit sich.“

Manchmal wacht man auf und fühlt sich einfach unruhig, oder man fühlt sich unbehaglich, aber man kann nicht genau sagen, warum. In anderen Fällen weiß man oder hat eine Ahnung, warum man sich so fühlt, mit welchem Umstand oder welcher Entscheidung es zusammenhängt. Es könnte sein, dass du eine wichtige, aber schwierige Entscheidung aufschiebst. Vielleicht erlebst du einen Konflikt in einer Beziehung, und musst dich wieder versöhnen.

Vielleicht ist es an der Zeit für eine Veränderung in deinem Leben – beruflich, örtlich, in der Kindererziehung, bei deinen Prioritäten oder in deinem Freundeskreis – und obwohl du weißt, wie notwendig die Veränderung ist, wird sie dich persönlich etwas kosten, deshalb hast du Angst und zögerst und vermeidest, das Notwendige zu tun. Oder vielleicht unternimmst du Schritte in Richtung einer Veränderung in deinem Leben und fühlst dich verunsichert, weil du nicht weißt, wie sich die Dinge entwickeln werden.

Wenn du dich unsicher, unbehaglich und ängstlich fühlst, kann das deine Freude und deinen Glauben schwächen. Diese Gefühle der Angst oder des „Nichtwissens“ können eine kalte Dusche für deine Vorstellungen und Hoffnungen für die Zukunft sein und dich daran hindern, in deinem Leben solide Fortschritte zu machen. Das nagende Gefühl von Entscheidungen, die noch getroffen werden müssen, von unerledigten Dingen, die du vielleicht vergessen hast oder für die du noch keine Zeit hattest, kann dazu führen, dass du dich zerrissen, nervös, abgelenkt und emotional erschöpft fühlst.

In der Bibel gibt es mehrere wunderbare Verheißungen zu diesem Thema, die sowohl geistige als auch praktische Ratschläge geben, zum Beispiel:

Wirf dein Anliegen auf den Herrn, der wird dich versorgen und wird den Gerechten in Ewigkeit nicht wanken lassen. (Psalm 55:22 NL)



Alle eure Sorge werft auf ihn; denn er sorgt für euch. (1. Petrus 5,7 NL)

Wer festen Herzens ist, dem bewahrst du Frieden; denn er verlässt sich auf dich. (Jesaja 26,3 NL)

Frieden lasse ich euch, meinen Frieden gebe ich euch. Nicht gebe ich euch, wie die Welt gibt. Euer Herz erschrecke nicht und fürchte sich nicht. (Johannes 14,27 NL)

Zu lernen, sich „um nichts zu sorgen“ und „in allen Dingen unsere Bitten in Gebet und Flehen mit Danksagung vor Gott kund werden zu lassen“, (Philipper 4,6) ist ein Prozess, der praktische Schritte unsererseits erfordert. Wir müssen unsere Bürden bewusst an Gott übergeben. Wir müssen uns verpflichten, regelmäßig Zeit mit Jesus zu verbringen. Wir müssen lernen, Ihm unsere Ängste und Sorgen zu überlassen. Wir müssen über Gottes Wort meditieren und unsere Gedanken absichtlich auf Dinge richten, die lobenswert, edel, gut, wahr, ehrenhaft und richtig sind. (Vgl. Philipper 4,8) Wir müssen uns bewusst bemühen, schlechte Gewohnheiten durch gute zu ersetzen, die einen gesunden Lebensstil fördern.

Manche Menschen gehen davon aus, dass Gott sie automatisch vor schlechten Dingen schützt, sobald sie Christen geworden sind. So funktioniert das aber nicht. Das Gottvertrauen beseitigt weder Probleme, Stress noch Schwierigkeiten, die auftauchen können, aber

es bietet uns eine feste Grundlage für unser Selbstvertrauen und ein Ventil für unsere Ängste: Gott selbst.

Ich finde es hilfreich, Gottes Verheißungen zu lesen, um mich an Seine bedingungslose Liebe zu mir zu erinnern. Er sorgt sich um mich. Er will mir helfen. Er hat versprochen, sich um mich zu kümmern. Wenn wir uns und unsere Lieben in Seine Hände legen, können wir darauf vertrauen, dass dies der bestmögliche Ort für uns ist.

Es gibt auch einige hilfreiche praktische Tipps, von denen ich im Folgenden einige anführe.

Schreibe deine Sorgen und Ängste auf. Das ist besonders hilfreich, wenn du viel auf dem Herzen hast. Allein das Auflisten kann schon Klarheit und Erleichterung bringen. Schreibe deine Sorgen auf und übergib sie an Jesus.

Wenn du alles aufgeschrieben hast, was dich belastet, kannst du diese Liste für Gebet und deine weitere Planung verwenden. Wenn du ein paar Punkte in Angriff nehmen kannst, auch wenn es sich nur um Kleinigkeiten handelt, wird die Liste kürzer und du hast das Gefühl, Fortschritte zu machen.

Sprich mit jemandem – deinem Ehepartner, einem Freund, Berater oder Mentor. Es kann hilfreich sein, deine Situation zu besprechen und



GEBET FÜR DEN TAG

Jesus, wenn ich mich schwach, müde oder verstimmt fühle, bist du zur Stelle, um deine Arme um mich zu legen, mich zu trösten und mir zu sagen, dass alles gut werden wird. Du streckst die Hand aus und beruhigst meine strapazierten Nerven, lässt meine Sorgen und Ängste dahinschwinden und löst den Wirrwarr auf, der mich umgibt.

Danke, dass ich Erleichterung von dem Druck eines vollen Terminkalenders finden kann, indem ich mich an dich wende. Wenn ich meine Arbeit unterbreche und mir ein paar Minuten Zeit nehme, um über dich und deine Liebe nachzudenken, wird mein Geist erfrischt und ich finde die Kraft, meinen Tag fortzusetzen.

Danke für den Frieden, den du mir schenkst, wenn ich gestresst oder niedergeschlagen bin. Und ich danke dir auch dafür, dass ich mich noch besser fühle, wenn es mir gut geht.

guten Rat einzuholen.

Hüte dich vor dem „Gott der Alternativen.“

Dieser Begriff steht für die überwältigende Anzahl von Auswahlmöglichkeiten, die du heutzutage hast. Zu viele Informationen können zu einer Entscheidungs lähmung führen, ganz zu schweigen von verschwenderischer Zeit.

Sei achtsam und diszipliniert; suche nach den Informationen, die du für eine Entscheidung benötigst, ohne dich in dem nicht enden wollenden Strom neuer Informationen und Optionen zu verlieren.

Mache einen Schritt nach dem anderen.

Wenn du mit einer Reihe von Problemen konfrontiert bist, die gelöst werden müssen, versuche nicht, sie alle auf einmal zu bewältigen. Suche dir eines aus, um es zu durchdenken und darüber zu beten. Wäge das Für und Wider ab, mit dem Ziel, eine Entscheidung zu treffen.

Entscheide. Handle. Vertraue. Wiederhole.

Wenn du einmal eine Entscheidung unter Gebet getroffen hast, solltest du nicht ständig Vergleiche anstellen oder deine Wahl noch einmal überdenken.

Ich habe ein Zitat zum Thema offene Türen

und über den Kampf gelesen, dem wir als Christen oft ausgesetzt sind, wenn wir im Leben Entscheidungen treffen und Gottes Willen suchen. Der Autor schreibt: „Gott kann sogar das benutzen, was wie die ‚falsche Tür‘ aussieht, wenn ich mit der richtigen Einstellung hindurchgehe.“ (John Ortberg, *All the Places to Go ... How Will You Know?* (Carol Stream, IL: Tyndale, 2015), 17.) Ich glaube, das ist wahr, und es ist zutiefst tröstlich, denn wir werden nie jede Entscheidung zu 100 % richtig treffen. Das ist ein Teil des Lebens.

Wenn wir uns eine himmlischere Perspektive bewahren können, werden wir die Reise des Lebens mehr genießen. Zugegeben, die Probleme, mit denen wir im Leben konfrontiert werden, sind nicht „leicht.“ Aber Jesus verspricht, uns Kraft zu geben, damit wir unsere Probleme tragen können. Er sagt: „Mein Joch ist sanft und meine Last ist leicht.“ (Matthäus 11,30 NL) Wenn wir uns auf Seine Kraft stützen, können wir inmitten eines Sturms Frieden finden und selbst unter schwierigen Umständen tiefe Freude empfinden.

Jesus ist unsere Quelle des Friedens. „Der Name des Herrn ist eine feste Burg, der Gerechte läuft dorthin und wird beschirmt.“ (Sprüche 18,10 NL)

RUHE IST GARANTIERT



Stress ist kein Vergnügen. Ob als Student, der für ein wichtiges Examen paukt; als Eltern, die die Anforderungen von Arbeit und Familie unter einen Hut zu bringen versuchen; als jemand, der einem ernsten gesundheitlichen Problem gegenübersteht; als Berufstätiger, der darum kämpft, auf dem Laufenden zu bleiben, oder als jemand, der versucht, sich in einer wackeligen Wirtschaft über Wasser zu halten – jeder hat die lähmenden Auswirkungen von Stress schon erlebt.

Einige der Hauptursachen für Stress mögen sich, seit die Bibel geschrieben wurde, verändert haben, aber die Anweisungen und Versprechungen der Bibel zu diesem Thema sind heute noch genauso gültig, wie sie es vor Tausenden von Jahren waren.

Gott verspricht denen Frieden, die sich an Ihn wenden.

Der Herr wird seinem Volk Kraft geben; der Herr wird sein Volk mit Frieden segnen. – *Psalm 29,11*

Kommt alle her zu mir, die ihr müde seid und schwere Lasten tragt, ich will euch Ruhe schenken. – *Matthäus 11,28*

Frieden lasse ich euch, meinen Frieden gebe ich euch. – *Johannes 14,27*

Begegne Sorgen mit Gebet.

Sorgt euch um nichts, sondern in allen Anliegen lasst eure Bitten im Gebet und Flehen mit Danksagung vor Gott kund werden. Und der Friede Gottes, der höher ist als alle Vernunft, wird eure Herzen und Sinne bewahren in Christus Jesus! – *Philipper 4,6–7*

Wirf dein Anliegen auf den Herrn, der wird dich versorgen. – *Psalm 55,23*

Alle eure Sorge werft auf ihn; denn er sorgt für euch. – *1. Petrus 5,7*

Bleibe nah bei Gott.

So vertrage dich nun mit ihm und habe Frieden. – *Hiob 22,21*

Ich selbst werde mit dir gehen. Ich will dir Ruhe verschaffen. – *2. Mose 33,14*

Du bewahrst den in vollkommenem Frieden, dessen Gedanken auf dich gerichtet sind, denn er vertraut auf dich! – *Jesaja 26,3*

Ich habe den Herrn allezeit vor Augen; weil er mir zur Rechten ist, werde ich nicht straucheln. – *Psalm 16,8*

Vertraue auf Gottes beständige Liebe und Fürsorge.

Verkauft man nicht zwei Sperlinge für einen Groschen? Dennoch fällt keiner von ihnen auf die Erde ohne [den Willen] eures Vaters. Darum fürchtet euch also nicht; ihr seid mehr wert als viele Sperlinge. – *Matthäus 10,29&31*

Der auch seinen eigenen Sohn nicht verschonte, sondern ihn für uns alle dahingegeben hat: Wie sollte er uns mit ihm nicht alles schenken? – *Römer 8,32*

Denn ich bin gewiss, dass weder Tod noch Leben, weder Engel noch Fürstentümer noch Gewalten, weder Gegenwärtiges noch Zukünftiges, weder Hohes noch Tiefes noch irgendeine andere Kreatur, uns von der Liebe Gottes zu scheiden vermag, die in Christus Jesus ist, unserem Herrn. – *Römer 8,38–39*



CURTIS PETER VAN GORDER

Mein Flugfehler

Als die Dunkelheit des Kampfes mich noch umgab, wollte ich nicht darüber sprechen, doch jetzt, im Licht, kann ich es.

Um es kurz zu machen „ohne Fleiß keinen Preis!“

Und jetzt das Ereignis im Detail:

Akt I: Eine zeitliche Offenbarung

Meine Frau und ich mussten einen frühen Flug von Berlin nehmen, etwa zwei Stunden mit dem Bus von meiner Heimatstadt Dresden aus entfernt. Wir hatten alles genau geplant und gingen zu Bett in dem Wissen, dass wir die Situation unter Kontrolle hatten. Sicherlich würde alles gut gehen.

Als wir an der Bushaltestelle für unseren vier Uhr fünfzig Bus ankamen, der die erste Etappe unserer Reise war, wunderten wir uns, warum wir ihn nicht sehen konnten. Als wir die Uhrzeit überprüften, stellten wir fest, wir hatten den Bus

verpasst, was bedeutete, wir würden unseren Zug und damit auch unseren Flug verpassen! Wie konnte das nur passieren?

Als wir unsere Schritte zurückverfolgten, erinnerten wir uns, wie am Abend zuvor die Batterie in unserem Wecker herausgesprungen war, und als wir sie wieder einsetzten, muss die Uhr 30 Minuten nachgegangen sein, doch wir vertrauten, dass sie noch stimmte und machten uns nicht die Mühe, sie mit anderen Uhren zu überprüfen.

Akt II: Die Enträtselung

Zu meinem Leidwesen muss ich zugeben, in diesem Moment mit der Faust gen Himmel hätte schlagen wollen und in Verzweiflung schreien: Mein Gott, mein Gott, warum hast du uns im Stich gelassen? Wir haben gebetet und gebetet, dass alles gut geht, und dann macht ein dummer Fehler alle unsere Pläne zunichte ...!

Es ist schon komisch, dass wir in solchen Momenten manchmal unsere Fehler vertuschen und Gott oder anderen die Schuld dafür geben, dass uns schlechte Karten gegeben wurden.

Nach der Verzweiflung setzte mein kühler Verstand wieder ein und ich versuchte, die Situation zu retten. Es war schnell klar, dass das keine leichte Angelegenheit werden würde.

Wenn man scheitert und fällt, ist es so leicht, einfach aufzugeben, aber das war keine Option, wenn man die Konsequenzen davon bedenkt. Man kann nicht zu lange mit dem Gesicht im Schlamm liegen, oder wie Dr. Seuss es so treffend ausdrückte:

Zu meinem Leidwesen muss ich sagen,
Denn leider ist es wahr,
Dass Pleiten,
Pech und Pannen
Jedem passieren können.

Man kann sich leicht verfangen
In einem stacheligen Ast.
Weiterfliegen werden deine Kameraden,
Wenn du so am Haken hängst.

Mit einer unangenehmen Beule
Fällst du vom Baum herunter.
Wohl möglich geht's dann
Vom Regen in die Traufe.

Einmal in der Patsche,
Hast du nichts zu lachen.
Dich selbst an deinen Haaren herauszuziehen
Bleibt ein hoffnungsloses Unterfangen.
(Ach, die Orte, die du gehen wirst (1990), das letzte Buch von Dr. Seuss, bevor er verstarb.)

Akt III: Erlösung

Der Versuch, mit einer gigantischen Fluggesellschaft inmitten einer weltweiten Pandemie zu kommunizieren, ist wie der Versuch, mitten im Berufsverkehr von Mumbai eine Rede zu halten. Die planmäßige Abflugzeit unseres Fluges kam und ging, und nachdem ich erfolglos sämtliche Möglichkeiten ausprobiert hatte, versuchte ich ein letztes Mal, die Hotline anzurufen. Wieder wurde ich in der Warteschleife gehalten, und ich befürchtete, an einem höchst zwecklosen Ort gelandet zu sein – „dem Ort des Wartens.“ Doch nachdem ich mehr als eine halbe Stunde gewartet hatte,

nahm jemand tatsächlich ab. Gott sei Dank!

Wir erklärten unsere Situation und mussten einen weiteren Schlag einstecken: Beim Verpassen eines Flugs wird auch der Anschlussflug gestrichen. Das heißt, wir würden das gesamte Ticket verlieren und müssten mitten in der Hochsaison ein neues kaufen, was einen Verlust von 2000 Euro bedeuten würde. „Es sei denn, ... Sie können nachweisen, dass Sie versucht haben, Ihr Ticket vor dem Flug zu stornieren!“

Zufälligerweise hatte ich mitten in all unseren Versuchen eine WhatsApp-Nachricht verschickt, die ein paar Stunden vor dem Abflug datiert war. Wir schickten einen Screenshot, und er wurde genehmigt. Und nach einer weiteren halben Stunde Hin und Her mit dem Callcenter-Mitarbeiter hatten wir unsere neuen Tickets für einen späteren Flug – ohne Aufschlag!

Nachdem alles überstanden war, dachte ich daran, auf mein Telefon zu schauen, um das Restguthaben zu sehen: 69 Cents waren noch übrig! Stell dir vor, mein Prepaid-Guthaben wäre mitten in diesem Gesprächsmarathon aufgebraucht gewesen! Ich hätte den ganzen Prozess noch einmal von vorne beginnen müssen. Gott steckt im Detail, und ich wurde daran erinnert, wie die Bibel voller Geschichten von Ereignissen ist, die von Kleinigkeiten und unbedeutenden Menschen abhängen – mit ein paar Broten und Fischen werden ganze Massen gespeist, ein Hirtenjunge wird zum König, ein Riese wird mit einem kleinen runden Kiesel erschlagen, das Rote Meer wird mit einem erhobenen Stock geteilt, der Retter der Welt wird in einem Stall geboren ... zum Beispiel.

Diese Erfahrung lehrte mich: Unser erstaunlicher Gott ist immer bei uns, selbst wenn wir uns irren und schwerwiegende Fehler machen, und Er kann sogar unsere menschlichen Fehler aufheben, um die Dinge in unserem Leben zum Guten zu wenden.

CURTIS PETER VAN GORDER IST
DREHBUCHAUTOR UND PANTOMIME, DER
47 JAHRE LANG ALS MISSIONAR IN 10
VERSCHIEDENEN LÄNDERN TÄTIG WAR. ER
UND SEINE FRAU PAULINE LEBEN DERZEIT
IN DEUTSCHLAND.

FRIEDENSPLAN

KEITH PHILLIPS



Frieden ist eine „Frucht des Geistes“, (Vgl. Galater 5, 22–23.) eine der besonderen Segnungen, die die Bibel denen verspricht, die sich bemühen, in der Nähe Gottes zu leben. Das hebräische Wort, das in den meisten Versionen des Alten Testaments mit „Frieden“ übersetzt wird, bezeichnete Vollständigkeit, Gesundheit und allgemeines Wohlbefinden. Die neutestamentliche Bedeutung ist innere Ruhe – eine Kombination aus Hoffnung, Vertrauen und Ruhe von Geist und Seele. (*Nelson's Bible Dictionary*, Copyright © 1986, Thomas Nelson Publishers) In der heutigen Zeit kann ein solcher Frieden schwer zu erreichen sein.

Es gibt keine Zauberformel, mit der man inneren Frieden erlangt, aber es gibt einige Verhaltensweisen, die man einhalten kann, um sich ihm zu nähern.

Vertraue Gott

Vertrauen ist nicht einfach da. Als Kinder lernen wir, unseren Eltern zu vertrauen, weil wir ihre Liebe spüren und von ihrer Fürsorge sowie ihrem reifen Lebensverständnis profitieren. Wir vertrauen Freunden, die mit uns durch dick und dünn gegangen sind. Wir vertrauen Geschäftspartnern, die ehrlich und verlässlich sind. Kurz gesagt, wir vertrauen Menschen aufgrund unserer Erfahrungen mit ihnen.

So verhält es sich auch mit Gott. Je mehr wir Ihm unsere Herzen öffnen, desto mehr spüren wir Seine Liebe und Fürsorge. Je öfter wir die Bibel und auf ihr basierende Informationen studieren, desto besser verstehen wir das Leben, und desto mehr schätzen wir Gottes Weisheit und Güte. Je öfter wir unsere Probleme zu Ihm bringen, desto mehr lernen wir, uns auf Ihn zu verlassen, für sie eine Lösung zu finden. Je besser wir Ihn kennenlernen, desto mehr vertrauen wir Ihm. Und je stärker wir Ihm vertrauen, desto größeren inneren Frieden haben wir.

Gehe Gottes Weg

Wenn unser Denken darauf ausgerichtet ist, das zu tun, was Gott gefallen wird und wir unser Bestes daransetzen, dementsprechend zu handeln, dann können wir Seinen Segen erwarten. „[Gott] schenkt uns Gnade und Ehre. Der Herr wird denen nichts Gutes vorenthalten, die tun, was Recht ist.“ (Psalm 84,11) Das heißt aber nicht, dass uns alles mühelos in den Schoß fällt oder reibungslos verläuft, denn harte Arbeit und Probleme sind Teil des Lebens. Es bedeutet aber, dass wir sogar in schwierigen Zeiten Seelenfrieden haben können, weil Gott uns versprochen hat, dass uns am Ende Gutes erwartet.

Bring deine Probleme im Gebet vor Gott



Wenn wir uns im Gebet mit unseren Problemen an Gott wenden, profitieren wir in zweifacher Hinsicht. Zum einen bekommen wir Seine Hilfe, die allen Unterschied in der Welt ausmacht. Zum anderen bewirkt ein Gebet aber auch noch einen weiteren Nutzen, indem es den Druck von uns nimmt, selbst auf die Lösung kommen zu müssen. „Sorgt euch um nichts, sondern betet um alles. Sagt Gott, was ihr braucht, und dankt ihm. Ihr werdet Gottes Frieden erfahren, der größer ist, als unser menschliche Verstand es je begreifen kann. Sein Frieden wird eure Herzen und Gedanken im Glauben an Jesus Christus bewahren.“ (Philipper 4,6–7)

Gib den Schwierigkeiten Zeit

Was auch immer uns widerfährt und aus welchem Grund auch immer, wir können sicher sein, Gott kann und will dadurch etwas Gutes bewirken. Schließlich „wirken alle Dinge zum Guten für die, die Gott lieben.“ (Römer 8,28) In der Zwischenzeit wird unser Glaube gestärkt und wir lernen Geduld. Ohne beides – Glaube und Geduld – ist es schwer, in Frieden zu leben. Deshalb rät uns die Bibel, positiv zu bleiben und durchzuhalten: „Freut euch, wenn ihr in mancherlei Anfechtungen geratet, denn ihr wisst, dass die Erprobung eures Glaubens

Geduld hervorbringt. Die Geduld aber soll ihr vollkommenes Werk tun, damit ihr vollkommen und vollständig seid und euch nichts fehlt.“ (Jakobus 1,2–4)

Lass die Vergangenheit los

Es ist unmöglich, mit uns selbst oder mit Gott im Frieden zu sein, solange wir noch die Last vergangener Fehler mit uns herum-schleppen. Wir können tausendmal bereuen und Buße tun, bis die Hölle zufriert, aber wir würden keinen echten Frieden erfahren, bis wir die Tatsache vollständig akzeptieren, dass Gott uns jedes Unrecht in dem Moment vergeben hat, in dem wir Ihn darum gebeten haben. Wir sagen „Ich bin zu schlecht“. Gott sagt: „Ich – ich allein – bin es, der deine Übertretungen um meiner selbst willen tilgt und nicht mehr an deine Sünden denkt.“ (Jesaja 43,25) „Wir haben Frieden mit Gott durch unsern Herren Jesus Christus.“ (Römer 5,1)

Betrachte Widrigkeiten als Chance

Louise L. Hay geht in ihrem Buch *Dankbarkeit: Ein Lebensweg* genauer darauf ein. „Ganz egal, was um uns herum geschieht, wir können immer entscheiden, darauf in einer Weise zu reagieren, die uns dabei hilft, zu lernen und zu wachsen. Wenn wir in unseren



Ihm für das Ergebnis zu vertrauen. Es geht darum, „darauf zu vertrauen, dass der, der ein gutes Werk in euch angefangen hat, es auch vollenden wird bis auf den Tag Jesu Christi.“ (Philipper 1,6)

Nimm dir Zeit zum stillen Betrachten

„Gib Gott Zeit, sich dir zu offenbaren. Gönn dir selbst Zeit, um vor Ihm still und ruhig zu sein. Warte darauf, durch den Heiligen Geist die Versicherung Seiner Gegenwart bei dir zu erhalten, und dass Seine Kraft in dir wirkt. Lass [Ihn] in dir eine heilige Atmosphäre schaffen, ein heiliges himmlisches Licht, in dem deine Seele erfrischt und für die Arbeit des täglichen Lebens gestärkt werden wird.“ (Andrew Murray (1828–1917), südafrikanischer Schriftsteller und Pastor) In diesen ruhigen Momenten ist Gott in der Lage, deinen Geist zu erneuern und dich Ihm auch ähnlicher zu machen. (Vgl. Epheser 4,23; 2. Korinther 3,18)

Sei dankbar

Sich auf unsere Segnungen zu besinnen, lenkt uns in eine positive Richtung. Es löst nicht all unsere Probleme, doch es lenkt uns von dem ab, was uns aufregt und uns beunruhigt und verunsichert. „Konzentriert euch auf das, was wahr und anständig und gerecht ist. Denkt über das nach, was rein und liebenswert und bewunderungswürdig ist, über Dinge, die Auszeichnung und Lob verdienen.“ (Philipper 4,8)

Vertiefe deine persönliche Beziehung zu Jesus

Im Bewusstsein, bald verhaftet und gekreuzigt zu werden, sagte Jesus in Seiner Abschiedsrede an Seine Jünger: „Ich habe euch das alles gesagt, damit ihr in mir Frieden habt. Hier auf der Erde werdet ihr viel Schweres erleben. Aber habt Mut, denn ich habe die Welt überwunden.“ (Johannes 16,33) Je besser du Jesus kennlernst, wenn du Sein Wort liest, – besonders die Evangelien – und dich mit Ihm mithilfe von Gebet und Reflexion beschäftigst, desto mehr wirst du davon überzeugt werden, dass Er und Sein Vater alles im Griff haben, egal wie die Dinge an der Oberfläche aussehen mögen.

Schwierigkeiten Chancen für ein Wachstum sehen, dann können wir für die Lektionen dankbar sein, die wir durch die schwierigen Erfahrungen gelernt haben. In jeder Erfahrung steckt immer auch ein Geschenk. Wenn wir unsere Dankbarkeit zum Ausdruck bringen, ermöglicht uns das, das Geschenk zu finden.“

Wenn wir uns diese Denkweise zu eigen machen, rücken wir die Probleme in die richtige Perspektive, befreien wir uns von der Negativität, die sie heraufbeschwören und finden Frieden.

Entwickle Zufriedenheit

„Gottesfurcht und Zufriedenheit sind ein großer Gewinn.“ (1. Timotheus 6,6) Wem gefällt nicht der Klang von „großem Gewinn“? Die Menschen neigen dazu, „Gottesfurcht“ und „Zufriedenheit“ falsch zu interpretieren und sich daran zu stoßen.

Der „Gottesfurcht“ geht es nicht um Pietät oder Perfektion. Er ist kein sündenfreier Zustand, sondern ein lebenslanger Prozess. Es handelt sich dabei um die Erkenntnis, Ihm nicht annähernd so ähnlich zu sein, wie wir es sollten. Es geht um die Bitte an Ihn, uns zu verbessern.

Und „Zufriedenheit“ bedeutet nicht, Glück vorzutauschen oder sich damit abzufinden, wie die Dinge sind, wenn sie nicht so sind, wie sie sein sollten; es geht darum, Gott zu lieben und



WENN DER REGEN ERFRISCHT

JOYCE SUTTON

Nach sieben Jahren Dürre gab es bei uns einen sehr regnerischen Frühling. Das brachte mich dazu, viel über Regen nachzudenken.

In den letzten Jahren hatten wir sehr trockenes Wetter mit vereinzelt schweren Niederschlägen. Die Trockenheit machte den lehmhaltigen Boden felsenfest, sodass es bei heftigen Regenfällen zu Überschwemmungen kam. Wir schwankten zwischen heißem, trockenem Wetter und übermäßigem Regen auf einen Schlag, der wenig zur Beseitigung der Dürre beitrug. Das Ungleichgewicht in der Natur führte zu Waldbränden, verseuchtem Wasser und sogar zu Todesfällen, als Menschen in tief gelegene Gebiete fuhren und dann von Sturzfluten überrascht wurden.

Nach einigen Jahren ist die Natur jetzt durch regelmäßigen Regen während des gesamten Frühjahrs wieder im Gleichgewicht. Es gab zwar zu viel Regen, aber er ist nicht einfach abgeflossen, sondern tief in den Boden eingedrungen, um diesen zu regenerieren. Da die Niederschläge in gleichmäßigen Abständen und nicht in Form eines heftigen Sturms fielen, konnte die Erde das Wasser aufsaugen, und das gab den Ausschlag.

Dies veranlasste mich, über die Zeiten geistiger Dürre in meinem Leben nachzudenken. In

Lebensabschnitten des Ungleichgewichtes nahm ich mir nicht genügend Zeit für Gott, und das Ergebnis war geistige Trockenheit. Dann verbrachte ich ganze Tage im Gebet und in Seinem Wort, was mir gewisse Stärkung verschaffte, aber es bewirkte nicht dasselbe wie tagtägliches Erfrischen.

Diese täglichen Zeiten der geistigen Nahrung unserer Seele sind das Ziel eines erfüllten geistigen Lebens. Wenn wir einen ausgeglichenen Tagesablauf haben und uns regelmäßig Zeit für Gebet, Bibellesen und tägliche Andachten nehmen, wird unsere Fähigkeit, das Wort Gottes tief in uns aufzunehmen und uns von ihm verändern zu lassen, gestärkt. Wir sind besser vorbereitet, in Zeiten der Bedrängnis zu bestehen, und wir entwickeln tiefe Glaubenswurzeln, die uns helfen, unser Vertrauen auf Gott zu setzen, der uns durch alle zukünftigen Stürme hindurch helfen wird.

In diesem Frühjahr war ich für das regnerische Wetter sehr dankbar. Das herrlich grüne Gras und die sprießenden Blumen waren ein Genuss. Auch die Vorteile eines steigenden Grundwasserspiegels wurden mir bewusst. Besonders geschätzt aber habe ich die Lektion eines wiederhergestellten Gleichgewichts in der Natur und in meinem eigenen Leben.

TINA KAPP

Warum ich die Zukunft nicht fürchte



Ich habe mit vielen Menschen gesprochen, die Angst vor der Zukunft haben. Obwohl die Bibel uns von Anfang bis Ende über Gottes Macht und Seinen Plan lehrt, die Seinen zu beschützen, ganz gleich, was auf sie zukommt, vergisst der Verstand solche Zusicherungen leicht, wenn er sich Sorgen macht. Aber mir ist etwas passiert, das diese Strategie in meinem Leben verändert hat.

Im selben Monat, in dem ich erfuhr, schwanger geworden zu sein, berief Gott meinen Mann und mich, als Missionare nach Afrika zu gehen. Letzteres war eine noch größere Überraschung, denn ich hatte die meiste Zeit meines Lebens in Japan gelebt und war aktiv sowohl an einem Beratungsprogramm für Universitätsstudenten als auch anderen karitativen Aufgaben beteiligt. Ich sprach Japanisch, war glücklich und erfüllt und hatte das Gefühl, mich an dem Platz niedergelassen zu haben, den Gott für mich vorgesehen hatte – aber dann sagte Er mir, Er wollte mir noch einige andere Dinge beibringen und ein Tapetenwechsel wäre genau das Richtige!

Nachdem ich den ersten Schock überwunden und mich ein wenig an den Gedanken gewöhnt hatte, freute ich mich darauf, an einen völlig anderen Ort zu gehen, und innerhalb weniger Monate waren wir auf dem Weg. Wir machten

einen Zwischenstopp in Europa, um die Familie meines Mannes zu besuchen, und man riet uns, alles zu besorgen, was wir für das Baby brauchen würden, da diese Dinge in diesem Teil Afrikas entweder schwer zu finden, von schlechter Qualität oder unverschämt teuer waren. Aber auch in Europa waren Babysachen nicht billig – und es war Winter, sodass Sommer-Babykleidung schwer zu finden war.

Ich begann, Flohmärkte zu durchkämmen. Eine Anzeige sah perfekt aus: „Möbel und Kinderkleidung.“ Dort verkaufte ein Mann die komplette Kleidung seines Kindes vom Neugeborenen bis zum Alter von einem Jahr. Alles war in nahezu perfektem Zustand, und das meiste davon war für den Sommer! Es gab auch einige Spielsachen und andere Babyartikel, die wir brauchen würden.

Was hat das mit Zukunftsängsten zu tun? Wann immer ich mit solchen Ängsten konfrontiert werde, vor allem in Bezug auf meine Tochter, erinnere ich mich an diese Erfahrung. Da wir nur Menschen sind, ist es unvermeidlich, dass wir manchmal das Ziel verfehlen oder uns Sorgen um die Zukunft machen, aber Gott wird nie versagen. Wir sind in Seinen Armen für immer sicher!

RAUE MEERE

MARIE ALVERO

Es gibt einen Frieden, den ich kennengelernt habe.

Auch wenn mein Herz und mein Fleisch versagen,

Es gibt einen Anker für meine Seele.

Ich kann sagen: „Alles ist gut.“

Ich sang diese Worte immer und immer wieder, in der Hoffnung, dass diese Wiederholungen mir etwas Frieden verschaffen würden. Aber ich fühlte keinen Frieden. Meine Seele fühlte sich beunruhigt, sogar verängstigt. *Wo ist Gott in diesem Wirrwarr? Wo ist Gott in dieser Ungewissheit?*

Ich bin mir sicher, dass ich genau wie die Jünger Jesu klang, als sie auf dem Meer in einen Sturm gerieten. Jesus schlief unbehelligt von den Stürmen auf einem Ruhekitzen. Die Jünger weckten Ihn und sagten: „Meister, kümmerst es dich nicht, wenn wir untergehen?“ Jesus stand auf und sagte zum Meer: „Frieden! Sei still!“, und der Sturm hörte auf, und das Meer wurde ruhig. Dann sagte Jesus zu Seinen Jüngern: „Warum seid ihr so furchtsam? Wie kommt es, dass ihr keinen Glauben habt?“ Jesus fragte sie das nicht, weil sie sich vor dem Sturm fürchteten, sondern weil sie sich fragten, ob Jesus sich für sie interessierte oder nicht. (Vgl. Markus 4,35–40.)

Und hier war ich mit genau denselben Ängsten: *Kümmerst es dich nicht, Gott?* Mein Frieden und manchmal sogar mein Glaube hängen so sehr davon ab, ob die Dinge so laufen, wie ich es mir wünsche oder nicht.

Hier sind einige meiner Friedensdiebe:

Verlust – das aufbausende Ungeheuer. Ich neige dazu, jeden neuen Verlust durch den Filter aller früheren Verluste zu erleben und

den vergangenen Schmerz zusammen mit dem neuen Schmerz zu fühlen.

Ergebenheit. Oh, was für ein Kampf, wenn wir wissen, in welchem Konflikt der Wille Gottes mit unserem eigenen steht!

Mangel. Wenn ich etwas brauche (oder sogar will), das ich nicht habe, ist es schwer, Frieden zu finden.

Vielleicht kannst du das nachvollziehen. Ich denke sogar, es ist ziemlich offensichtlich, diese Art von Situationen sind Zeiten, in denen man keinen Frieden erwartet, ähnlich wie wir erwarten würden, mitten in einem großen Sturm auf einem kleinen Boot, das auf dem Meer hin und her schaukelt, Angst zu haben. Gott stört es nicht, wenn wir ängstlich reagieren – Er weiß, ein Sturm ist beängstigend –, aber Er sagt, Jesus ist mit uns im Boot, und wir brauchen nicht zu hinterfragen, ob es Ihn interessiert oder nicht.

Zurück zu meiner aufgewühlten Seele. Ich hatte gerade ein Familienmitglied verloren, plötzlich und schmerzlich. Eines meiner Kinder hatte mit ernstesten gesundheitlichen Problemen zu kämpfen. Ein anderes stand vor einer sehr schwierigen Weichenstellung. Manchmal fühlt sich das alles zu viel an, mein Frieden entgleitet mir, und wie die Apostel frage ich mich, ob es Gott überhaupt kümmert.

Aber natürlich ist Jesus mit mir in meinem Boot, und Er kümmert sich wirklich. Ich habe diese Geschichte noch einmal gelesen. Ich sang die Zeilen dieses schönen Liedes immer wieder und rief den Frieden in meine Seele zurück, und er kam.

VON JESUS MIT LIEBE

DEIN EIGENES TEMPO FINDEN

Der Pilgerpfad eines christlichen Lebens bedeutet ein stetiges Aufwärtsklettern. Es gibt immer wieder kleine Plateaus, wo du Pause machen, dich ausruhen und entspannen kannst, oder auch Möglichkeiten für längere Ruhephasen, in denen du neue Kräfte sammeln kannst, bevor du weiter gehst. Auch wenn Bergsteigen beschwerlich und ermüdend sein kann, werde ich für Haltepunkte sorgen, die du genießen kannst, und Zeit für Entspannung zum Erneuern deiner Kräfte. Es ist wichtig, immer wieder Pausen zu machen und sich auszuruhen.

Diese Aussichtspunkte sind wunderbare Orte zum Anhalten, wo du über das Tal schauen und einen großartigen Blick genießen kannst auf die atemberaubende, majestätische Szenerie der Bergkette, den Himmel, die Wälder und die ganze Schöpfung. Das wird dich inspirieren und ermutigen und dir Zeit geben, über deine Pläne und Absichten zu reflektieren.

Aber manchmal geschieht es in der Hektik des Alltagslebens, dass du das Gefühl hast, keine Zeit zu haben, die Vorzüge der kleinen Plateaus und Aussichtspunkte zum Haltmachen, Ausruhen und Regenerieren zu nutzen. Aber es ist wichtig, sich daran zu erinnern, dass du auch Pausen benötigst, um dich zu entspannen und nicht nur den Aufstieg und den Ausblick genießt, sondern auch, um wieder Energie aufzufüllen und dich auszuruhen, bevor die Reise weiter geht.

Zeiten ändern sich, Umstände ändern sich, ebenso das Wetter und sogar die Bedingungen in den Bergen ändern sich, während du weiter kletterst. Nutze das Handbuch für Bergsteiger und bitte mich, dich in den veränderten Konditionen, die dir begegnen, zu führen.

