

ÄNDERE DEIN LEBEN. VERÄNDERE DEINE WELT.

ACTIVATED

26. JAHRGANG, AUSGABE 5

BÄUME IN DER WÜSTE

Lass deine Wurzeln
tief wachsen

Schlüssel für ein glücklicheres Leben

Wo du Kraft und
Hoffnung findest

Der reisende Professor

Eine neue Art
der Heilung



EDITORIAL EINE PLANÄNDERUNG

Wir waren unterwegs, um eine liebe Freundin im Krankenhaus zu besuchen. Wir hatten eine lange Fahrt mit Bus und U-Bahn vor uns und wollten pünktlich zur Besuchszeit ankommen. Bevor wir in die U-Bahn stiegen, hielten wir an, um einen Kaffee zum Mitnehmen zu kaufen. In der Nähe stand ein Mann, der um Münzen bettelte. Wir hatten uns schon oft mit ihm unterhalten. Ich fragte ihn, ob er auch einen Kaffee möchte. Er strahlte mit seinem typischen fröhlichen Lächeln (dem ein paar Zähne fehlten) und nahm freudig an. In diesem Moment wurde mir klar, dass er davon ausging, dass wir ihn zum Kaffee einladen würden. Na gut. Planänderung.

Wir saßen an einem kleinen Tisch und er begann uns seine Geschichte zu erzählen. Jahre zuvor hatte er bei der Arbeit eine Kopfverletzung erlitten, die ihn nicht nur arbeitsunfähig machte, sondern die auch Schizophrenie nach sich zog, was zu Instabilität und schließlich zu einem Leben auf der Straße führte. Wir spürten, wie wichtig dieses Gespräch für ihn war und erwähnten deshalb nicht, dass wir in Eile waren. Die Zeit schien für ihn stehen geblieben zu sein, während er den Moment genoss, eine Tasse Kaffee mit Freunden zu trinken.

Wir kamen schließlich ziemlich spät im Krankenhaus an. Alle Besucher unserer Freundin waren bereits gegangen und sie war eingeschlafen. Als wir still an ihrem Bett saßen und überlegten, was wir tun sollten, öffnete sie die Augen und freute sich sehr, uns zu sehen. Wir

hatten einen schönen, friedlichen Besuch, ohne die Ablenkung durch die vielen Leute, die sie zuvor besucht hatten. Das war das Timing des Herrn. Wir waren so dankbar, dass wir an diesem Tag flexibel genug in unseren Plänen waren.

Hast du auch manchmal das Gefühl, dass dein Leben zu einer nicht enden wollenden Liste von Verpflichtungen geworden ist, von denen die meisten dringend sind und um den ersten Platz auf deiner Liste ringen? In diesem Monat enthält das Magazin mehrere Artikel zum Thema Prioritäten. Der Artikel von Marie Alvero gibt interessante und praktische Einblicke in die Anforderungen des Lebens.

Wie sollten wir aber reagieren, wenn unsere Pläne unerwartet auf Eis gelegt werden? So etwas kann jedem von uns unerwartet passieren. Schalten wir einen Gang zurück? Joyce Suttin berichtet von ihrer persönlichen Erfahrung an dem Tag, als ihre Pläne über den Haufen geworfen wurden. Der Hauptartikel Schlüssel zu einem glücklicheren Leben befasst sich mit den Herausforderungen, mit denen wir alle konfrontiert werden und den Antworten, die wir in Gottes Wort finden, das uns Orientierung und Kraft gibt. Und es gibt noch mehr – darunter mehrere Artikel, die zum Nachdenken über Vergebung anregen.

Viel Spaß beim Lesen dieser abwechslungsreichen Ausgabe, in der Beiträge aus aller Welt persönliche Erfahrungen und Gedanken geteilt werden. Gott segne dich!



BÄUME IN DER WÜSTE

CURTIS PETER VAN GORDER

Der Kontrast zwischen dem üppigen tropischen Grün des Regenwaldes, in dem ich zuvor in Uganda, Afrika, gelebt hatte, und der felsigen Landschaft des Nahen Ostens überwältigte mich. In welche Richtung ich auch schaute, sah ich Felsen in verschiedenen Nuancen der gleichen erdigen Farbe. Man erzählte mir, dass hier einige Weltraumfilme gedreht wurden, da die Landschaft dem Mars sehr ähnelt. Doch trotz seiner Trostlosigkeit besitzt dieses Land seine eigene, einzigartige Schönheit.

Etwas, das die Wüste bewirkt, ist, dass man alles, was grün ist, zu schätzen weiß. Die Gärtner lassen in dieser Gegend oft Unkraut wachsen, wenn es andere Pflanzen nicht behindert, denn alles Grüne wird als Abwechslung zu all dem Braun, das einem vor die Augen kommt, geschätzt.

Einige Wochen nach unserer Ankunft wurden wir eingeladen, Hilfspakete in einem Beduinenlager zu verteilen. Nachdem wir diese gastfreundlichen und einfallreichen Menschen kennengelernt hatten, hatten wir Gelegenheit, durch die hügelige Umgebung zu wandern. Ein Merkmal der Landschaft, das meine Aufmerksamkeit erregte, waren die gelegentlichen Eichen, die in bizarrer Formen aus

dem felsigen Boden wuchsen.

Trotz der unwirtlichen Umgebung, in der es nur an wenigen Tagen im Jahr regnet, gedeihen diese Eichen. Wie schaffen sie das? Ihr Geheimnis sind ihre weitreichenden Wurzeln. Und was für einen Nutzen haben diese grünen Inseln in einem Meer von Felsen? Ich fand heraus, dass die Blüten und Früchte der Eichen vielen Wildtieren als Nahrung dienen. Außerdem sind sie ein willkommener Schattenspendender oder Windschutz. Und natürlich tragen sie auch zur Wiederaufforstung und zum Erosionsschutz bei.

Diese Bäume zeichnen sich durch eine hohe Widerstandsfähigkeit aus, da sie harte Bedingungen wie Trockenheit relativ gut vertragen. Nach Bränden regenerieren sie sich schnell. Sie treiben auch wieder neu aus, wenn sie gefällt oder von Tieren abgenagt werden. Erstaunlicherweise gedeihen sie selbst auf den kargen Böden des trockenen Kalksteins.

Vielleicht war es das Säuseln des Windes, das zu meinem Herzen sprach und sagte: „Sei wie die Eiche und bringe etwas Grün in diese unwirtliche Welt, voll Hass, Neid und Streit. Um das zu tun, musst du deine Wurzeln tief wachsen lassen.“

SCHLÜSSEL FÜR EIN GLÜCK- LICHERES LEBEN

Als Christen sind wir nicht frei von Problemen, Herausforderungen und den Schwierigkeiten des täglichen Lebens und dem Stress, den diese verursachen können. Der Unterschied ist jedoch, dass wir die christliche Hoffnung haben, die in unserer persönlichen Beziehung zu Gott, unserer Erlösung durch den Glauben an Christus und der Verheißung einer ewigen Zukunft im Himmel begründet ist. Wir wissen, wie die Geschichte ausgeht, selbst wenn wir uns mitten in einem schwierigen Kapitel befinden (1.Thessalonicher 4,13-18). Wir wissen auch, dass Gott in allem, was wir erleben, eine Absicht hat und dass er versprochen hat, alles zu unserem Besten zusammen zu wirken (Römer 8,28).

Im Johannesevangelium lesen wir in ein- und demselben Vers, dass Jesus seinen Jüngern – und seinen Anhängern aller Zeiten – sagte, dass sie in ihm Frieden haben würden und sie in dieser Welt „viel Schweres“ erleben würden. Dann ermunterte er sie, Mut zu fassen, weil er die Welt überwunden hat (Johannes 16,33). Die Geschichte zeigt, dass Zeiten der Not, des Unglücks oder der Widrigkeiten oft großen

Mut und Aufopferung hervorgebracht haben, aber auch große Fortschritte. Der englische Schriftsteller Caleb Colton (1777-1832) schrieb: „Das reinste Erz kommt aus dem heißesten Schmelzofen, und der hellste Blitz kommt aus dem dunkelsten Sturm.“

Eine antike griechische Geschichte erzählt von einem Soldaten unter Antigonos (382-301 v. Chr.), der an einer schmerzhaften Krankheit litt, die jederzeit sein Leben hätte beenden können. Bei jedem Feldzug kämpfte er an vorderster Front im heißesten Gefecht. Die Tatsache, dass er sowieso jederzeit mit dem Tod rechnen musste, machte ihn furchtlos und trieb ihn an, auf dem Schlachtfeld dem Tod zu trotzen und Heldentaten zu vollbringen.

Sein Feldherr Antigonos bewunderte die Tapferkeit des Mannes so sehr, dass er ihn von einem berühmten Arzt untersuchen ließ, der ihn von seinem Leiden heilte. Von da an wurde der tapfere Soldat nicht mehr an der Front gesehen. Er mied die Gefahr, anstatt sie zu suchen, und versuchte nur noch, sein Leben zu schützen, anstatt es auf dem Schlachtfeld zu riskieren. Obwohl er durch seine Leiden gelernt



hatte, tapfer und mutig zu kämpfen, untergrub sein Wunsch nach Sicherheit seine Nützlichkeit als Soldat.

Die Bibel lehrt, dass Prüfungen die Bewährung eures Glaubens zeigen, der viel wertvoller ist als Gold ... und Lob, Herrlichkeit und Ehre bringen wird, wenn Jesus Christus offenbart wird (1. Petrus 1,7). Wenn wir sofort von einer Krankheit geheilt, oder von einer Last oder Sorge befreit würden, könnten wir verpassen, wie Gott durch diese Dinge seine guten Absichten in unserem Leben verwirklichen will (Philipp 2,13).

Mit den Herausforderungen des Lebens umgehen

Wo finden wir Kraft und Hoffnung, wenn sich die Herausforderungen des Lebens überwältigend anfühlen und wir scheinbar nicht mit allem zurechtkommen? Die Antwort finden wir in unserer Beziehung zu Jesus, der uns nicht nur ewiges Leben im Himmel verspricht, sondern auch, dass er jede Stunde eines jeden Tages bei uns sein wird, bis wir dort ankommen. Er hat uns eine Zukunft voller Hoffnung, Freude, Frieden, Freiheit und ewiger

Liebe versprochen. Die Bibel fordert uns auf, an das Gute zu denken – an das, was ehrenhaft, gerecht, rein, liebenswert und bewundernswert ist (Philipp 4,8)

Gott ist für uns, er ist mit uns, und das Beste ist: Gott ist in uns und wird uns niemals verlassen (Hebräer 13,5)! Das Opfer Jesu am Kreuz hat uns von der Last der Sünde befreit und uns „fähig gemacht hat, an dem Erbe teilzuhaben, das für sein heiliges Volk im Licht bestimmt ist.“ Gott hat uns „aus der Macht der Finsternis gerettet und in das Reich des geliebten Sohnes versetzt“ und Christus ist jetzt in uns, „die Hoffnung der Herrlichkeit“ (Kolosser 1,12-14, 27). Gott liebt uns und kümmert sich um uns und ist bei uns in allem, was wir im Leben erleben.

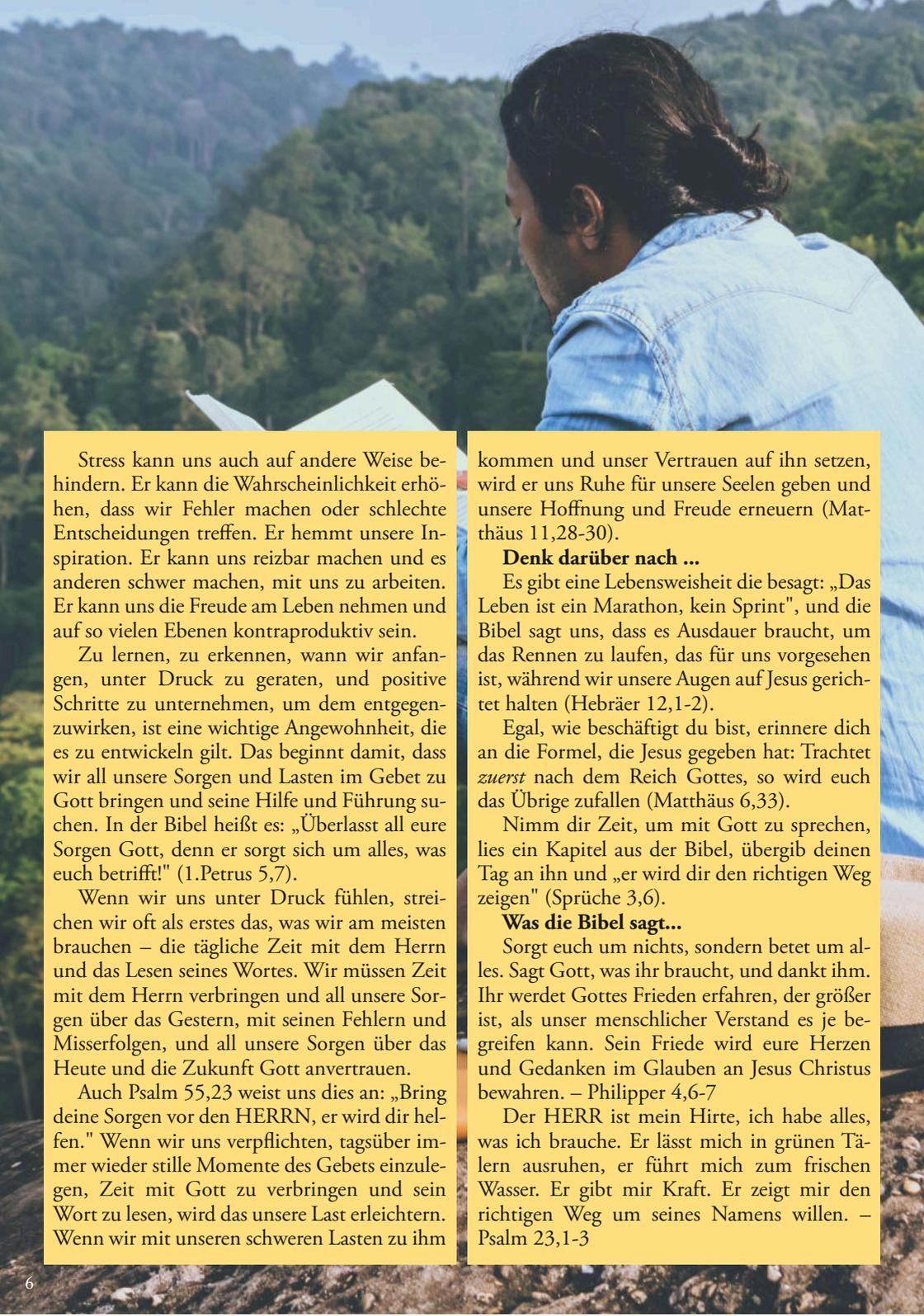
Im Jahr 1939, einer Zeit großer Ungewissheit und angesichts des drohenden Krieges, zitierte König Georg VI. von England in seiner Weihnachtsansprache die Präambel des Gedichts *God Knows* von Minnie Louise Haskins, das auch heute noch zu uns spricht. „Ich kam zu dem Mann am Tor zum neuen Jahr und bat ihn: ‚Gib mir ein Licht, damit ich sicher ins Unbekannte schreiten kann.‘ Er erwiderte: ‚Lege deine Hand in Gottes Hand und Er wird für dich mehr sein als ein Licht und besser als ein vertrauter Weg!‘“

Jesus ist das Licht der Welt, und er hat versprochen, dass wir, wenn wir ihm nachfolgen, nicht in der Finsternis umherirren müssen, sondern das Licht des Lebens haben werden, das uns leitet (Johannes 8,12).

Sich Zeit nehmen mit dem Meister

Wenn es danach aussieht, als gäbe es mehr zu tun, als man Zeit dafür hat, gerät man leicht unter Druck. In solchen Zeiten mögen wir uns dabei ertappen, wie wir die Zeit für Gottes Wort, das Gebet und die Gemeinschaft mit ihm aufschieben.

Wie Martha in der Bibel können wir „beunruhigt und besorgt über viele Dinge“ werden. Jesus erinnerte Martha sanft daran, dass „nur eines nötig ist“, und das ist „das gute Teil“, das uns nie genommen werden wird. Was ist dieses gute Teil? Marthas Schwester Maria hat es vorgemacht, als sie „zu den Füßen des Herrn saß und seiner Lehre zuhörte“ (Lukas 10,38-42).



Stress kann uns auch auf andere Weise behindern. Er kann die Wahrscheinlichkeit erhöhen, dass wir Fehler machen oder schlechte Entscheidungen treffen. Er hemmt unsere Inspiration. Er kann uns reizbar machen und es anderen schwer machen, mit uns zu arbeiten. Er kann uns die Freude am Leben nehmen und auf so vielen Ebenen kontraproduktiv sein.

Zu lernen, zu erkennen, wann wir anfangen, unter Druck zu geraten, und positive Schritte zu unternehmen, um dem entgegenzuwirken, ist eine wichtige Angewohnheit, die es zu entwickeln gilt. Das beginnt damit, dass wir all unsere Sorgen und Lasten im Gebet zu Gott bringen und seine Hilfe und Führung suchen. In der Bibel heißt es: „Überlasst all eure Sorgen Gott, denn er sorgt sich um alles, was euch betrifft!“ (1.Petrus 5,7).

Wenn wir uns unter Druck fühlen, streichen wir oft als erstes das, was wir am meisten brauchen – die tägliche Zeit mit dem Herrn und das Lesen seines Wortes. Wir müssen Zeit mit dem Herrn verbringen und all unsere Sorgen über das Gestern, mit seinen Fehlern und Misserfolgen, und all unsere Sorgen über das Heute und die Zukunft Gott anvertrauen.

Auch Psalm 55,23 weist uns dies an: „Bring deine Sorgen vor den HERRN, er wird dir helfen.“ Wenn wir uns verpflichten, tagsüber immer wieder stille Momente des Gebets einzulegen, Zeit mit Gott zu verbringen und sein Wort zu lesen, wird das unsere Last erleichtern. Wenn wir mit unseren schweren Lasten zu ihm

kommen und unser Vertrauen auf ihn setzen, wird er uns Ruhe für unsere Seelen geben und unsere Hoffnung und Freude erneuern (Matthäus 11,28-30).

Denk darüber nach ...

Es gibt eine Lebensweisheit die besagt: „Das Leben ist ein Marathon, kein Sprint“, und die Bibel sagt uns, dass es Ausdauer braucht, um das Rennen zu laufen, das für uns vorgesehen ist, während wir unsere Augen auf Jesus gerichtet halten (Hebräer 12,1-2).

Egal, wie beschäftigt du bist, erinnere dich an die Formel, die Jesus gegeben hat: Trachtet *zuerst* nach dem Reich Gottes, so wird euch das Übrige zufallen (Matthäus 6,33).

Nimm dir Zeit, um mit Gott zu sprechen, lies ein Kapitel aus der Bibel, übergib deinen Tag an ihn und „er wird dir den richtigen Weg zeigen“ (Sprüche 3,6).

Was die Bibel sagt...

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 menschlicher Verstand es je begreifen kann. Sein Friede wird eure Herzen und Gedanken im Glauben an Jesus Christus bewahren. – Philipper 4,6-7

Der HERR ist mein Hirte, ich habe alles, was ich brauche. Er lässt mich in grünen Tälern ausruhen, er führt mich zum frischen Wasser. Er gibt mir Kraft. Er zeigt mir den richtigen Weg um seines Namens willen. – Psalm 23,1-3

DER REISENDE PROFESSOR

JOYCE SUTTIN

Beim zuhören eines Podcasts, stach dieses Zitat heraus: „Der Schmerz ist ein reisender Professor. Der Schmerz klopft an und die Weisen sagen: ‚Komm herein – setz dich zu mir. Bring mir bei, was ich wissen muss.‘“ (Glennon Doyle)

Ich grübelte über die kommende Woche nach. Ich wusste nicht, wie ich alles auf meiner Liste der zu erledigenden Aufgaben und dem, was ich gerne tun wollte, schaffen sollte. Ich eilte ins Arbeitszimmer und bemerkte einige Papiere auf dem Boden. Ich bückte mich, um sie aufzuheben, aber ich schätzte den Abstand zu einem Hängeschrank falsch ein, und als ich ruckartig aufstand, stieß ich mir den Kopf an der Schrankecke an.

Ein großer Schmerz durchzuckte mich und mit der Hand ertastete ich Blut. Ich holte mir ein Tuch und Eis, um der wachsenden Beule anzugehen. Alles, was ich tun konnte, war, mich zurückzulehnen, mit Eis zu kühlen und zu versuchen, herauszufinden, was los war. Hatte Gott meinen Zeitplan so verändert, dass alles bis auf das Wichtigste gestrichen wurde? Und wenn ja, *was war* das Wichtigste?

Ich vereinbarte einen Termin bei einem Chiropraktiker, der mir dann sagte, ich hätte ein kleines Schleudertrauma. Wenn ich es ignorieren würde, könnte es lange dauern, bis es heilt. Aber wenn ich alles stehen und liegen lasse und ruhe, würde es mir bald besser gehen.

Also änderte ich notgedrungen meine Pläne für diese Woche. Keine Sportkurse. Keine morgendlichen Spaziergänge. Keine Einkäufe. Keine weiteren Aktivitäten. Keine guten Taten. Meine zu tun- und möchtesterntun-Listen waren plötzlich leerradiert. Ja, ich konnte



selbst die wichtigsten Aufgaben kaum noch angehen. Meistens lag ich einfach nur still da.

Nach und nach wurde ich dankbar, dass ich mich nicht noch schlimmer verletzt hatte und in der Stille begann ich, die Lektionen zu sehen. Ein großer Teil des Unbehagens, das ich fühlte, lag nicht daran, dass ich mir den Kopf angestoßen hatte, sondern, dass ich anderen meine plötzliche Abwesenheit erklären musste, dass ich das Gefühl hatte, Dinge zu verpassen, die ich gerne getan hätte oder von denen ich dachte, dass ich sie tun sollte. Aber auch, dass ich mich für meine Unbeholfenheit selbst beschimpfte.

Als ich mir erlaubte, still zu sein und einfach nur zu entspannen, spürte ich eine neue Art von Heilung in meiner Seele. Ich merkte, dass es genau das war, was ich brauchte. Ich hatte mich unter Druck gesetzt gefühlt und war nicht in der Lage gewesen, nein zu keiner der Aufgaben auf meiner überwältigenden Liste zu sagen. Mir wurde klar, dass diese Stille von Anfang an das Wichtigste auf meiner Liste hätte sein sollen.

AUSGEGLICHENHEIT IST NICHT DAS RICHTIGE WORT DAFÜR

MARIE ALVERO

In einem Artikel eines Life Coaches las ich über den Mythos des „ausgeglichenen Lebens“. Er sagte, dass es lächerlich und unmöglich sei, von uns selbst zu erwarten, dass wir die richtige Balance zwischen Schlaf, Arbeit, Spiel, Bewegung, Bildung, Intimität, Zeit mit unseren Kindern und allem anderen, was jeder Tag mit sich bringt, finden könnten. Als ich das las, ging mir ein Licht auf, und ich verstand, warum ich dieses schwer fassbare „ausgeglichene Leben“ nie erreichen, geschweige denn aufrechterhalten konnte. Es ist in der Tat ein lächerliches und unmögliches Unterfangen!

Ausgeglichenheit bedeutet nicht, die 24 Stunden eines Tages so einzuteilen, dass für jede Kategorie genau die richtige Menge an Zeit zur Verfügung steht. Ausgeglichenheit ist viel dynamischer und bewusster, indem man etwas mehr von diesem und etwas weniger von jenem hinzufügt, so dass die Bedürfnisse befriedigt werden und die Bedingungen nicht toxisch werden. Für jeden Menschen und in jeder Lebensphase sieht das anders aus.

Mir ist klar geworden, dass die Weisheit, was wann zu tun ist, etwas ist, wofür ich Jesus immer brauchen werde. Ich werde mein Leben nie so gut strukturiert und organisiert haben,

dass ich nicht seine Sichtweise brauche, um über Prioritäten zu entscheiden. Ich will damit nicht sagen, dass ich keine Struktur brauche. Ich arbeite zu festen Zeiten, wir können uns nicht aussuchen, ob wir unsere Rechnungen bezahlen oder nicht, und es gibt eine gewisse Hierarchie bei meinen Prioritäten und Nicht-Verhandelbarem, die da wären:

Glaube: Zeit mit Jesus, mein Leben von Gottes Wort leiten lassen

Familie: Ehe und Kinder

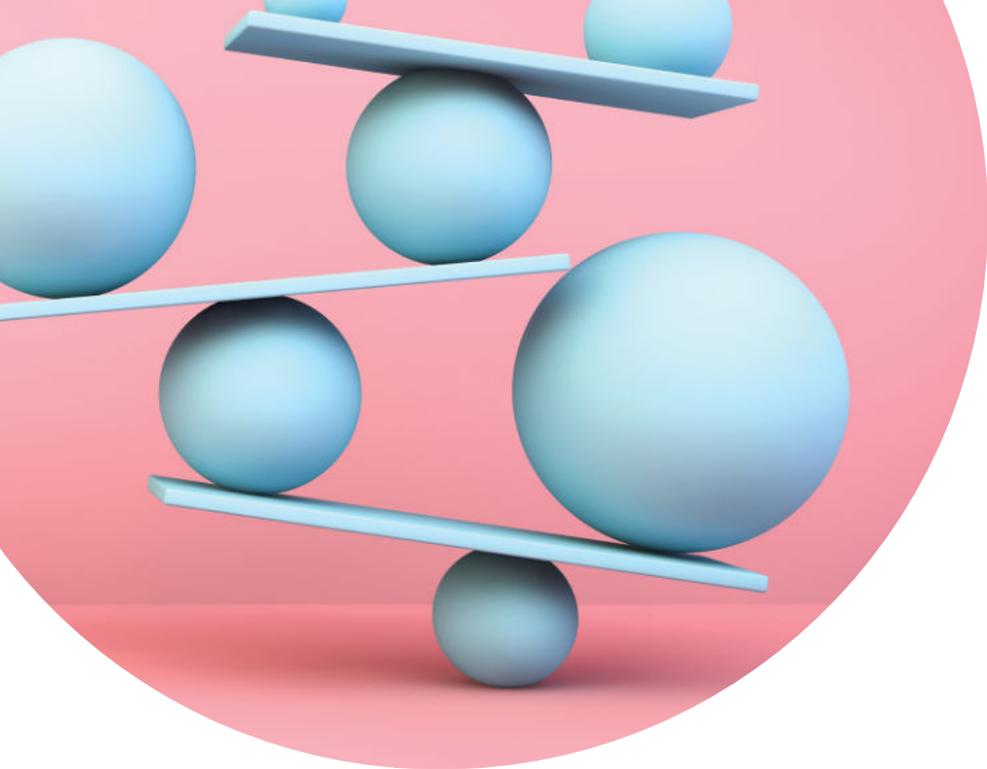
Finanzen: Arbeit, den Betrieb am Laufen halten

Fitness: Schlaf und Bewegung, gute Ernährung

Freunde: die Gemeinschaft um uns herum, mit der Gemeinde, mit Freunden und Nachbarn, und das Achten auf die Bedürfnisse unserer Gemeinschaft

Spaß: Das kann etwas Großes oder etwas Kleines sein und sollte wirklich in allen anderen Bereichen vorkommen, aber es sollte auch etwas extra Zeit dafür aufgewendet werden. Seit meine Kinder klein waren, habe ich mir immer diese Fragen gestellt: Was ist wirklich wichtig? Und wie machen wir es richtig?

Wenn wir zum Beispiel sehr beschäftigt wa-



ren, uns auf einen Umzug oder unsere Arbeit konzentrierten und die Kinder nicht so viel Aufmerksamkeit bekamen wie sonst, fragte ich mich oft: „Sind sie glücklich? Fühlen sie sich noch geborgen und zufrieden?“ Lautete die Antwort „Ja“, dann wusste ich, dass es uns gut ging. Lautete die Antwort nein, mussten wir unsere Prioritäten anders setzen.

Wenn mein Mann und ich außergewöhnlich viel zu tun hatten und nicht so viel Zeit miteinander verbrachten wie sonst, fragte ich mich, ob wir immer noch glücklich und liebevoll miteinander waren. Wenn die Antwort *ja* lautete, dann war alles in Ordnung. Wenn *nicht*, mussten wir etwas ändern.

Wenn ich meinen Geist beruhigen konnte und Gottes Wort immer noch zu meinem Herzen sprach, wusste ich, dass meine Beziehung zu Jesus in Ordnung war. Wenn ich mich nicht beruhigen konnte und die Stimme meiner Stressoren lauter war als sein versprochenes Friede, wusste ich, dass ich meine Prioritäten ändern musste.

Ich versuche hier kein ganzes Buch zu schreiben. Ich will nur sagen, dass „Ausgeglichenheit“ nicht wirklich das Ziel ist. Das Ziel ist, das Richtige zur richtigen Zeit zu tun, und erfordert eine viel tiefere Zentrierung und einen Sinn für Prioritäten.

Jesus ist ein erstaunliches Beispiel dafür. Wenn man die Evangelien liest, sieht man, dass er sich nicht jeden Tag auf die gleichen Dinge konzentriert hat. Manchmal konzentrierte er sich darauf, zu predigen und die Menschen zu heilen. Dann wieder zog er sich zurück, um allein zu beten. Ein anderes Mal stand eine einzelne Person im Mittelpunkt seiner Aufmerksamkeit. Manchmal tat er gloriose Dinge. Manchmal niedere. Wo auch immer er war, die jeweilige Situation bekam seine Aufmerksamkeit. Er war kein Multitasker mit einer Tabellenkalkulation und Checkliste. Er erfüllte die Bedürfnisse, die auf ihn zukamen, konzentrierte sich auf die anstehende Aufgabe und vertraute darauf, dass sein Vater ihm Tag für Tag das gibt, was er braucht.

VERGEBUNG

RAFAEL HOLDING



„Wenn mein Bruder mich beleidigt, wie oft soll ich ihm vergeben?“, fragte einst jemand Jesus, bevor er die hoffnungsvolle Schätzung von „Siebenmal?“ abgab „Nein, siebzigmal sieben“, antwortete Jesus (Matthäus 18,21-22). Mit anderen Worten: Wir sollten nie aufhören zu vergeben.

Das nenne ich Liebe! Und Jesus meinte damit nicht nur, dass wir unseren Geschwistern, Ehepartnern oder engen Freunden liebevoll und geduldig vergeben sollten, sondern auch arroganten Chefs, eigensinnigen Kollegen, streitsüchtigen Nachbarn – eigentlich jedem in allem. Das widerspricht gänzlich der menschlichen Natur, so sehr so dass so etwas nur von Gott selbst kommen kann.

Hat dir Gott nicht „siebzigmal sieben“ vergeben? Lässt dich das nicht wünschen, diese Liebe, Barmherzigkeit und Vergebung auch auf andere auszudehnen, damit auch sie ihn kennenlernen und seine Vergebung erfahren

können?

„Die Liebe ist geduldig und (stets) freundlich.“ (1.Korinther 13,4). „Ein Diener des Herrn darf nicht streiten, sondern er muss zu allen freundlich sein, überzeugend lehren und auch mit schwierigen Menschen Geduld haben können. Denen, die sich der Wahrheit widersetzen, soll er freundlich den richtigen Weg zeigen. (2.Timotheus 2,24-25).

* * *

Viele Menschen haben Angst zu vergeben, weil sie glauben, sich stets an das Unrecht erinnern zu müssen, weil sie sonst nicht daraus lernen können. Doch das Gegenteil ist der Fall. Durch Vergebung wird das Unrecht aus seinem emotionalen Würgegriff befreit, so dass wir daraus wirklich lernen können. Durch die Kraft und Intelligenz des Herzens bringt die Vergebung eine erweiterte Intelligenz mit sich, die es uns ermöglicht, effektiver mit der Situation umzugehen. – *David und Bruce McArthur, The Intelligent Heart, 1997*

Wenn ich vergebe, kann ich doch keine Munition auf die Reise mitnehmen. Ich muss mich von allen Sprengstoffen und aller Munition von Zorns, Wut und Rache befreien. Ich soll keinen „Groll hegen“. (3.Mose 19,17-18).

Dieser Forderung kann ich nicht nachkommen. Sie liegt völlig außerhalb von mir. Ich kann vielleicht Worte der Vergebung aussprechen, aber ich kann keinen klaren, hellen, blauen Himmel malen, ohne dass sich irgendwo ein Anflug von Sturm zusammenbraut.

Aber der Herr der Gnade kann das für mich tun. Er kann mein Wetter verändern. Er kann ein neues Klima schaffen. Er kann „einen neuen, beständigen Geist“ in mir erschaffen (Psalm 51,12) und in dieser neuen Atmosphäre wird nichts leben, was vergiften und zerstören will. Groll wird sterben und Rache wird dem guten Willen weichen, der starken, freundlichen Gegenwart, die in dem neuen Herzen ihr Zuhause findet.

– *John Henry Jowett (1864–1923)*

WARUM SOLLTE ICH VERZEIHEN?

ANTWORTEN AUF DEINE FRAGEN

Frage: *Warum sollte ich anderen verzeihen, die mich verletzt haben? Würde sie das nicht von ihrer Schuld freisprechen? Warum sollte ich sie einfach so vom Haken lassen?*

Antwort: Egal, wie schwer es dir fällt zu vergeben, deine Situation kann sich nicht verbessern, solange du diesen wichtigen Schritt nicht machst

Es beginnt mit dem Verständnis, dass Vergebung nicht nur oder sogar in erster Linie um der anderen Partei willen geschieht. Du musst der Person, die dich verletzt hat, vor allem um deines eigenen emotionalen und geistigen Wohlergehens willens vergeben; das ist ein notwendiger Teil des Heilungsprozesses. Hier sind drei Gründe, warum das so ist

Erstens hilft es dir, die vergiftende Wirkung abzubauen, die eine unversöhnliche Haltung unweigerlich auf diejenigen hat, die sie beibehalten. Wenn du dich weigerst, denen zu vergeben, die dir Unrecht getan haben, können dein Geist und deine Seele zu einem fruchtbaren Boden für negative und zerstörerische Einstellungen wie Hass, Bitterkeit, Wut und Rachegefühle werden. In diesem Zustand wirst du niemals glücklich sein. Vergebung ist das Gegenmittel, ein Mittel zur positiven Veränderung, das mit der Zeit den Schmerz, den du empfindest, rückgängig machen kann.

Zweitens: Auch wenn diese Gefühle in Betracht der Umstände gerechtfertigt erschei-

nen mögen, wirst du mit demjenigen, der dir Unrecht getan hat, schuldig, wenn du auf diese Gefühle eingehst oder sie auch nur erwägst. Zweimal Unrecht ergibt niemals ein Recht.

Drittens lehrte uns Jesus in dem, was uns als Vaterunser bekannt geworden ist, Vergebung zu suchen und zu gewähren. „Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unsern Schuldigern. ... Wenn ihr denen vergebt, die euch Böses angetan haben, wird euer himmlischer Vater euch auch vergeben. Wenn ihr euch aber weigert, anderen zu vergeben, wird euer Vater euch auch nicht vergeben. (Matthäus 6,12.14-15)

Vergbung ändert die Vergangenheit nicht, aber sie sorgt für eine viel bessere Zukunft.



STREBEN NACH FRIEDEN

SIMON BISHOP



Ich besuchte einen Freund, der mich wegen eines Problems um Rat bat. Ein ehemaliger Angestellter hatte gekündigt und sein eigenes Unternehmen in direkter Konkurrenz gegründet. Auch hatte er einen Teil der Kundschaft meines Freundes mitgenommen. Mein Freund war besorgt über den Verlust des Geschäfts, aber vor allem über den Ärger und die negativen Gefühle, die er jedes Mal empfand, wenn er am Geschäft seines ehemaligen Angestellten vorbeikam oder auch nur an die Situation dachte.

Das erinnerte mich an etwas, das ich vor Jahren erfuhr, als ein Team von Missionaren aus einem anderen Land an uns schrieb und uns bat, bei unserer Mission hier auf den Philippinen teilzunehmen. Nach reiflicher Überlegung beschlossen wir, sie einzuladen, aber das bedeutete, dass wir uns nach einem größeren Haus umsehen mussten, denn wir brauchten auch einen Platz, an dem sie wohnen konnten. Ich fand ein großes Haus, aber es war stark renovierungsbedürftig. Am Ende mussten wir alle Böden wegen Termitenbefall erneuern, dazu alle Wasserleitungen, alle Fliegengitter, und vieles mehr. Alle Ersparnisse unserer Mission sind in dieses Haus geflossen. Doch bei An-

kunft, wurde schnell klar, dass wir unterschiedliche Visionen und Vorstellungen von der Art der Missionsarbeit hatten, zu der wir uns berufen fühlten.

Da sie neu im Land waren, hielt ich es für richtig, ihnen zu erlauben, in dem Haus zu wohnen, das wir gerade renoviert und bezogen hatten und das uns alles gekostet hatte. Wir taten es, und Gott tat ein Wunder für uns. Während es Monate gedauert hatte, das Haus zu finden, und dann Monate, um es zu renovieren und herzurichten, fanden wir, als ich wieder auf Wohnungssuche ging, innerhalb einer Woche ein fantastisches Haus in gutem Zustand und in guter Lage, mit allem, was wir brauchten.

Nachdem mir klar wurde, dass wir mit dem neuen Team nur schlecht kooperieren konnten, durchlebte ich ein Wechselbad der Gefühle, das von Traurigkeit über Frustration bis hin zu der Sorge reichte, dass wir wieder bei Null anfangen müssten.

Beim Lesen meiner Bibel stieß ich auf diese Geschichte in 1.Mose 26 über den Patriarchen Isaak (Abrahams Sohn). Das ganze Kapitel ist interessant, doch hier eine kurze Zusammenfassung:



Isaaks Stamm hatte kein eigenes Land; sie lebten als Pächter oder Gäste verschiedener Könige und Herrscher in Kanaan. Wasser ist in diesem Teil der Welt knapp, aber der Herr segnete Isaak dahingehend, dass er überall, wo er Brunnen grub, reichlich Wasser fand. Oft wurden die Menschen in seiner Umgebung jedoch neidisch und begannen, sich um die Wasserquelle zu streiten. Um Konflikte zu vermeiden, zog Isaak immer wieder weiter, und jedes Mal segnete der Herr seine Bemühungen, neu Wasser zu finden. Schließlich kam einer der Könige, der Isaak ursprünglich aus seinem Gebiet vertrieben hatte, zu ihm, um mit ihm einen Friedenspakt zu schließen, denn er konnte sehen, dass Gott mit Isaak war und immer gesegnet war, und der König wollte an diesem Segen teilhaben.

Diese Geschichte hat mir geholfen, darauf zu vertrauen, dass ich das Richtige tue, wenn ich mich um Frieden bemühe, auch wenn das erhebliche persönliche Verluste bedeutet. Sie motivierte mich auch, nicht in Bitterkeit oder Wut über die Situation zu verfallen, sondern mich darauf zu konzentrieren, dass ich mein Bestes tat, um Gott zu dienen und zu gehor-

chen. Und dann kam der Segen. Es war erstaunlich!

In Zeiten, in denen es scheint, dass jeder für das kämpfen will, was er für gerecht hält, um nicht herumgeschubst zu werden oder um Vergeltung für Unrecht zu üben, denke ich, dass es wichtig ist, sich daran zu erinnern, dass Jesus sagte: „Glücklich sind die, die sich um Frieden bemühen, denn sie werden Kinder Gottes genannt werden.“ Und später in derselben Predigt sagte er: „Und wenn dich einer vor Gericht bringen will, um dir das Hemd wegzunehmen, dem gebt euren Mantel noch dazu.“ (Matthäus 5,9, 40).

Ich finde es zwar nicht falsch, für unsere Rechte einzutreten oder unsere Interessen zu verteidigen, aber als Christen müssen wir uns daran erinnern, dass Gott die Kontrolle hat. Auch wenn wir manchmal als Verlierer dastehen, während wir zu unserem christlichen Glauben und unseren Prinzipien stehen, ist Gott mehr als in der Lage, jeden Verlust auszugleichen, und es bringt uns nichts, anderen gegenüber Wut oder Bitterkeit zu hegen. Es liegt sowieso alles in Gottes Hand!



LICHT IN DER DUNKELHEIT

ROSANE CORDOBA

Es war Ende 1974, ich war 18 und reiste mit ein paar Freunden auf dem Landweg von London nach Indien, über den sogenannten „Hippie-Trail“. Wir reisten durch Istanbul, Teheran, Kabul, Kaschmir, Hyderabad und kamen schließlich in Goa an, wo wir uns für ein paar Wochen in einer Hütte am Strand niederließen. Ich war ein sehr unsicherer junger Erwachsener, hatte Angst vor der Zukunft und suchte verzweifelt nach einem Sinn in meinem Leben.

Ich mochte Kinder schon immer und freundete mich mit einem jungen Mädchen an, das mit ihren Hippie-Eltern und anderen jungen Franzosen in einem Haus wohnte, das etwa 400 Meter von unserer kleinen Villa lag. Mit dem Einverständnis ihrer Mutter holte ich sie jeden Nachmittag ab, um uns zusammen am ruhigen Strand zu vergnügen und ich achtete immer darauf, meine kleine Freundin vor Einbruch der Dunkelheit (ca 19 Uhr) wieder nach Hause zu bringen. In dieser abgelegenen Gegend gab es keinen Strom, und Dunkelheit machte mir Angst.

Der Winter nahte und die Tage wurden kürzer. Eines Tages verlor ich die Zeit aus den Augen, und als wir den Heimweg antraten, war die Sonne bereits untergegangen. Alles, was ich sehen konnte, war eine kleine Kerze in

der Ferne, die mich zu ihrem Haus führte. Als wir durch die Hintertür eintraten, war es ganz still im Haus, aber ich konnte sehen, wie ihre Mutter und ihre Freunde im Kreis um die kleine Kerze saßen, ihr Licht betrachteten und meditierten. Eine friedliche Stimmung durchdrang das ganze Haus und sogar meine lebhafteste junge Freundin ging auf Zehenspitzen aus Respekt vor dem Moment.

Ich verweilte noch ein paar Minuten, trank die Atmosphäre in mich ein und machte mich dann allein auf den Heimweg. Trotz der dichten Dunkelheit hatte ich dieses Mal keine Angst. Die Vision der tanzenden Kerze ging mir durch den Kopf und ich wusste, dass alles gut werden würde.

Ein paar Wochen später traf ich eine Gruppe junger Christen, die mir halfen, den Weg der Rechtschaffenheit und Freude zu finden, den nur Jesus geben kann. Ich war frei von Verwirrung und Furcht. Ich hatte jetzt ein Ziel für mein Leben. Es war, als ob eine Kerze in meiner Seele angezündet wurde und ich nie wieder allein im Dunkeln sein würde.

Die Bibel hat eine Menge über das Licht zu sagen. Hier sind nur ein paar der vielen Verse zu diesem Thema:

„Jesus sagte zu den Leuten: ‚Ich bin das Licht der Welt. Wer mir nachfolgt, braucht

Fühlst du dich ängstlich, verloren, einsam oder ohne Hoffnung? Jesus liebt dich und möchte dein ständiger Begleiter sein. Er sagte: „Siehe, ich stehe vor der Tür und klopfe an. Wenn jemand meine Stimme hören wird und die Tür auftun, zu dem werde ich hineingehen und das Abendmahl mit ihm halten und er mit mir“ (Offenbarung 3,20). Jesus hat versprochen, in dein Leben zu kommen und dich mit seiner Freude, seinem Frieden und seiner Liebe zu erfüllen.

Wenn du Jesus noch nicht als deinen Erlöser angenommen hast, kannst du das tun, indem du dieses Gebet betest:

Jesus, ich glaube, dass du der Sohn Gottes bist, dass du für mich gestorben und von den Toten auferstanden bist. Bitte vergib mir für alle meine Sünden. Ich lade dich ein, in mein Herz und mein Leben zu kommen. Bitte erfülle mich mit deiner Liebe und deinem Heiligen Geist und schenke mir das ewige Leben. Amen.



nicht im Dunkeln umherzuirren, denn er wird das Licht haben, das zum Leben führt.“ – Johannes 8,12

„Ich betete zum HERRN, und er antwortete mir und befreite mich von allen meinen Ängsten. Die von ihm Hilfe erhoffen, werden vor Freude strahlen, und sie werden nicht vor Scham erröten.“ – Psalm 34,5-6

„Der HERR ist mein Licht und mein Heil – vor wem sollte ich mich fürchten? Der HERR beschützt mich vor Gefahr – vor wem sollte ich erschrecken? – Psalm 27,1

„HERR, du bist mein Licht, du, HERR, hast meine Finsternis erhellet.“ – 2. Samuel 22,29

„Denn du hast mich vor dem Tode gerettet, meine Füße vor dem Ausgleiten bewahrt. Deshalb kann ich jetzt vor dich kommen, im Licht des Lebens.“ – Psalm 56,13

„Dein Wort ist eine Leuchte für meinen Fuß und ein Licht auf meinem Weg.“ – Psalm 119,105

Fühlst du dich verloren und ohne Hoffnung? Fürchtest du dich vor der Dunkelheit um dich herum und vor all den Schwierigkeiten, die das Leben dir zu bereiten scheint? Suche nach dem Licht, das dich dorthin führt, wo du hingehörst. Jesus ist das Licht, und in ihm gibt es keine Finsternis!

VON JESUS MIT LIEBE

ALL DEINE SORGEN ABLEGEN

Komm mit all deinen Lasten, Sorgen und Anliegen zu mir und finde die versprochene Ruhe für deine Seele (Matthäus 11,28-29). Deine Lasten mögen zu schwer zum tragen sein, aber sie sind nicht zu schwer für mich. Meine Schultern sind breit genug, um jede Last zu tragen, die du zu mir bringst.

Mein Wort lehrt dich, alle deine Sorgen und Ängste auf mich zu werfen, weil du weißt, dass ich für dich Sorge (1.Petrus 5,7). Aber du fragst dich vielleicht: „Wie kann ich praktisch gesehen meine Sorgen auf Dich werfen, Herr?“ Nimm dir zunächst ein paar Minuten Zeit, um über deine Situation nachzudenken. Was sind die Lasten, die du trägst? Was macht dich ängstlich und gestresst?

Dann übergib all diese Lasten, eine nach der anderen, mir und bitte mich, mich um alles zu kümmern, was dich bedrückt. Denke an mein Versprechen, dass ich dich stützen und nicht zulassen werde, dass du stürzt und fällst (Psalm 55,22). Wenn du mir deine Bitten im Gebet und mit Danksagung vorgetragen hast, vertraue darauf, dass mein Friede dein Herz und deinen Verstand bewahren wird (Philipp 4,6-7).

Egal, woher deine Sorgen kommen, wenn du sie auf mich wirfst, wird deine Last leichter werden. Komm also mit all deinen Lasten zu mir und vertraue darauf, dass ich in Zeiten von Stress und Schwierigkeiten immer bei dir bin. Meine Freude wird dir Kraft geben und mein Friede, der dein menschliches Verständnis übersteigt, wird dich stärken (Nehemia 8,10, Philipp 4,7).

