ÄNDERE DEIN LEBEN. VERÄNDERE DEINE WELT.

activated

27 Jahrgang, Ausgabe 11



CHRISTLICHE ANBETUNG

Ein Leben voller Lobpreis

Glaube wie ein Kind

Die Hoffnung des Himmels

Den Duft der Blumen wahrnehmen

Entschleunige und genieße das Leben



27 Jahrgang, Ausgabe 11

EDITORIAL
Der Weg der Freude

Es heißt, Freude sei eines der größten Geschenke Gottes. Und auch wenn dies vielleicht übertrieben klingen mag, wie sehr leiden wir doch, wenn unser Leben düster, von Ängsten geprägt oder bitter wird! Die meisten von uns haben schon einmal eine solche Phase der Trostlosigkeit durchlebt, daher wissen wir, unsere Freude zu verlieren bedeutet, ein kostbares Geschenk zu verlieren. Sie ist ein Schatz, den es zu bewahren, zu pflegen, zu schützen und mit anderen zu teilen gilt.

Im Sport hat eine Mannschaft oder ein Spieler, der mit echter Begeisterung antritt, oft einen entscheidenden Vorteil gegenüber denen, die nur aus Gewohnheit oder des Geldes wegen spielen. Talent, gutes Zusammenspiel und eine kluge Taktik entfalten ihre volle Wirkung erst dann, wenn Freude hinzukommt.

Das gilt genauso für alle anderen Bereiche des Lebens, von verantwortungsvollen Führungsaufgaben bis hin zu den einfachsten Alltagsarbeiten. Freude ist ein unverzichtbarer Bestandteil eines erfüllten Lebens. Fehlt sie, verlieren unsere Arbeit und manchmal sogar das Leben selbst einen Teil ihrer Lebendigkeit.

Vor etwa zweieinhalbtausend Jahren ermutigte Nehemia, der Statthalter von Juda, sein Volk, sich nicht entmutigen zu lassen, sondern mit Freude an die große Aufgabe zu gehen, die schützende Stadtmauer wieder aufzubauen. Sein Rat, der in der Bibel festgehalten ist, hat bis heute nichts von seiner Kraft verloren: „Denn die Freude am HERRN ist eure Stärke“ (Nehemia 8,10).

Wir finden Glück in den einfachen Freuden des Lebens und indem wir dankbar sind für das, was wir haben, statt ständig auf die andere Seite des Zauns zu schauen und uns zu fragen, ob dort das Gras vielleicht grüner ist. Freude wächst auch, wenn wir anderen etwas schenken. Manchmal sind es materielle Dinge, doch oft ist es unsere Zeit, ein offenes Ohr, ein mitfühlendes Wort, ein liebevolles Gebet oder ein guter Rat in einer schwierigen Situation. Und nicht zuletzt finden wir bleibende Freude darin, nach den wahren geistlichen Reichtümern des Lebens zu suchen, indem wir Jesus kennenlernen und die Wahrheit der Bibel entdecken. Sie hilft uns, über das Alltägliche und Oberflächliche hinauszublicken.

Wir beten, dass dich diese Ausgabe von *Activated* inspiriert und dich auf den Weg der Freude führt. Mögest du nicht nur die großen Freuden des Lebens genießen, sondern auch die kleinen Segnungen jedes Tages bewusst wahrnehmen. Denn Freude ist nicht etwas, das erst am Ende unseres Weges auf uns wartet. Sie begleitet uns auf jedem Schritt unserer Lebensreise.

© 2026 Activated. Alle Rechte vorbehalten. Zitierte Schriftstellen stammen vorwiegend aus: Neues Leben. Die Bibel © der deutschen Ausgabe 2002 / 2006 / 2017 SCM R.Brockhaus.

www.activated-europe.com/de
Editor: Gabriel und Sally García
Design: Gentian Suçi
Deutsch: Johannes Klee & Team
A-DE-MG-AM-310-X

Nimm den Duft der Blumen wahr



Curtis Peter van Gorder

Ich wurden noch „v.I." geboren, also vor dem Internet. Wenn ich heute sehe, wie Menschen ununterbrochen auf ihren Handys Nachrichten tippen, frage ich mich manchmal, wie sie wohl „früher" zurechtgekommen wären. Damals bedeutete „Texten" noch, an einer 15-Kilo-schweren Schreibmaschine zu sitzen, Tippfehler mit Korrekturflüssigkeit oder einem speziellen Korrekturpapier auszubessern, einem Gang zur Post, sich für eine Briefmarke anzustellen, mehrere Tage warten, bis der Brief ankam, und dann noch einmal genauso lange auf die Antwort zu hoffen.

Warum haben es heute eigentlich alle so furchtbar eilig? Als ich einmal in Indien war, erledigte sogar mein Rikscha-Fahrer mehrere Dinge gleichzeitig. Während er sich durch den dichten Stadtverkehr schlängelte, führte er nebenbei auf seinem Handy geschäftliche Verhandlungen. Ob er überhaupt noch alt genug war, sich daran zu erinnern, dass man früher für einen Anruf unterwegs erst eine Telefonzelle finden musste, genügend Münzgeld dabeihaben sollte und nach drei Minuten weitere Münzen nachwerfen musste, wenn das Gespräch länger dauerte?

Was ich mich frage, ist: Wo bleibt eigentlich all die Zeit, die wir durch diese modernen Errungenschaften angeblich sparen? Müssten wir dank all der zeitsparenden Technik nicht längst im Überfluss Freizeit haben?

Liegt es einfach an schlechtem Zeitmanagement? An guten Ratschlägen mangelt es jedenfalls nicht: Setze Prioritäten. Delegiere Aufgaben. Erledige zuerst das Schwierige. Befreie dein Leben von unnötigem Ballast. Lerne, auch einmal Nein zu sagen.

Doch ich glaube, es geht um mehr als das. Manchmal ist nicht entscheidend, *was* wir tun, sondern *zu wem* wir werden. Der indische Dichter Rabindranath Tagore brachte es treffend auf den Punkt: „Wer zu sehr damit beschäftigt ist, Gutes zu tun, findet keine Zeit, gut zu sein."

Wie können wir also einen Gang herunterschalten, das Leben bewusster genießen und trotzdem alles erledigen, was wirklich getan werden muss?

Neulich war ich gerade auf dem Weg zu einer Verabredung, als meine Enkelin meine Hand nahm und begeistert fragte: „Opa, darf ich dir die neuen Tanzschritte zeigen, die ich im Unterricht gelernt habe?"

Schon wollte ich automatisch antworten: „Tut mir leid, ich habe gerade keine Zeit. Zeig sie mir später." Doch plötzlich stellte ich mir vor, wie sie fünf Jahre älter wäre und mir im Hinauslaufen zurufen würde: „Tut mir leid, Opa! Ich habe keine Zeit. Ich bin gerade mit meinem Teenagerleben beschäftigt."

Also lächelte ich und sagte: „Na klar. Zeig mir, was du gelernt hast."

Fünf Minuten voller schwungvoller Tanzschritte und begeisterten Applauses später machte ich mich auf den Weg zu meiner Verabredung. Ich fühlte mich deutlich entspannter und ging mit neuer Zuversicht in den Tag.

In diesem Moment hatte ich die Antwort auf meine Frage gefunden. Wenn wir uns Zeit nehmen, innezuhalten und die Blumen zu riechen, begleitet uns ihr Duft den ganzen Tag. Er erinnert uns daran, dass das Leben aus weit mehr besteht, als nur von einer Aufgabe zur nächsten zu eilen.



Christliche Anbetung: Ein Leben voller Lobpreis

Peter Amsterdam

„Du bist würdig, unser Herr und Gott, Herrlichkeit und Ehre und Macht entgegenzunehmen. Denn du hast alle Dinge geschaffen; weil du es wolltest, sind sie da und wurden sie geschaffen. – Offenbarung 4,11

Als Christen sind wir zu einem Leben der Anbetung und des Lobpreises berufen. Immer wieder erinnert uns die Bibel daran, wie wichtig Lobpreis und Anbetung für unsere Beziehung zu Gott sind. Sie lädt uns ein, „mit Dank durch seine Tore einzutreten und mit Lobgesang in seine Vorhöfe“ und ihm zu danken und seinen Namen zu preisen wegen seiner Güte, seiner beständigen Liebe und seiner Treue, die allen Generationen gilt. (Psalm 100,4–5)

Anbetung gehört untrennbar dazu, das erste und größte Gebot zu erfüllen: den Herrn von ganzem Herzen, mit ganzer Seele, mit ganzem Verstand und mit aller Kraft zu lieben. (Matthäus 22,36–38; Markus 12,29–30) Diese Liebe soll tief, umfassend und von ganzem Herzen sein – eine Liebe, die Gott alles gibt, was wir sind und haben. Sie ist unsere aufrichtige Antwort auf seine Einladung, mit ihm in Beziehung zu leben. Der Vater sehnt sich so sehr nach Gemeinschaft mit uns, dass er seinen einzigen Sohn, Jesus, sandte, um die Trennung zwischen sich und den Menschen zu überbrücken. (Johannes 3,16) So groß ist seine Liebe zu uns. Und zu derselben Liebe sind auch wir in unserer Beziehung zu ihm berufen. (1. Johannes 4,19)

Unsere Liebe zu Gott weckt in uns den Wunsch, seine Nähe zu suchen (Jakobus 4,8), eine tiefe Beziehung zu ihm aufzubauen und ihm immer ähnlicher zu werden. (2. Korinther 3,18) Um dies zu erreichen, verpflichten wir uns, regelmäßig Zeit damit zu verbringen, im Gebet mit ihm zu kommunizieren und sein Wort zu lesen. Unsere Liebe und Dankbarkeit bringen wir durch Anbetung und Lobpreis zum Ausdruck, aber auch dadurch, dass wir unser Leben so führen, dass es ihn ehrt, seine Größe sichtbar macht und seinen Namen erhebt. (Psalm 34,4)

Als Jesus mit der samaritanischen Frau am Brunnen sprach, sagte er: „Die Zeit kommt, ja sie ist schon da, in der die wahren



Anbeter den Vater im Geist und in der Wahrheit anbeten. Der Vater sucht Menschen, die ihn so anbeten. Denn Gott ist Geist; deshalb müssen die, die ihn anbeten wollen, ihn im Geist und in der Wahrheit anbeten." (Johannes 4,23–24)

Daraus erkennen wir, dass Gott, der Geist ist, Menschen sucht, die ihn im Geist und in der Wahrheit anbeten. Wer Gott liebt und ihm Freude machen möchte, wird ihn mit ganzem Herzen, mit ganzer Seele, mit ganzem Verstand und mit aller Kraft anbeten, weil dies seinem Herzen entspricht.

Gott allein ist unserer Anbetung würdig. Ihn anzubeten bedeutet, ihm Ehrfurcht entgegenzubringen und ihm den Platz einzuräumen, der ihm gebührt. Es heißt, seine unvergleichliche Größe und Herrlichkeit anzuerkennen, sie auszusprechen und ihn dafür zu ehren. „Gebt dem HERRN die Ehre, die seinem Namen gebührt. Betet den HERRN an in der Schönheit seiner Heiligkeit." (Psalm 29,1–2)

Der Grund dafür, dass Gott aller Anbetung würdig ist, liegt in seinem Wesen und seinem Charakter – in dem, wer er ist. Er ist der Schöpfer aller sichtbaren und unsichtbaren Dinge. (Kolosser 1,16) Er ist allmächtig, allwissend, unveränderlich, unendlich und ewig. Er ist überall gegenwärtig. Er ist Weisheit, Wahrheit, Treue, Güte, Liebe, Barmherzigkeit, Gnade, Geduld, Heiligkeit, Gerechtigkeit und vieles mehr. Wir Menschen, die nach seinem Bild geschaffen wurden, tragen zwar einen kleinen Anteil einiger dieser Eigenschaften in uns. Gott jedoch besitzt sie nicht nur – er *ist* sie. Er ist unendlich größer als wir. Deshalb gebührt ihm unsere Anbetung. „Denn alles kommt von ihm; alles besteht durch seine Macht und ist zu seiner Herrlichkeit bestimmt. Ihm gehört die Ehre in Ewigkeit! Amen" (Römer 11,36).

Doch Gott ist nicht nur unser Schöpfer, sondern auch unser Erlöser. Obwohl wir Sünder sind, hat er einen Weg geschaffen, damit wir mit ihm versöhnt werden können. Durch den Opfertod Jesu am Kreuz hat er allen, die an ihn glauben und ihn als ihren Erlöser annehmen, das Heil geschenkt. Er erlöst uns von Sünde und Tod. (Römer 5,10–11)

Durch den Tod und die Auferstehung Jesu haben wir heute das wunderbare Vorrecht, direkt in Gottes Gegenwart zu kommen – im Gebet, im Lobpreis und in der Anbetung.

Je besser wir Gott kennenlernen, je mehr wir Seine Liebe und Macht verstehen und erkennen, was Er alles für uns getan hat und weiterhin tut, desto klarer wird uns, dass Lobpreis und Anbetung die natürliche Antwort unseres Herzens auf ihn sind.

Unseren Lobpreis zum Ausdruck bringen

Christen sind dazu aufgerufen, sowohl pri-

vat als auch in der Gemeinschaft Gott anzubeten. Es gehört zu unserem Glaubensleben, dass wir uns mit anderen Christen zur Anbetung versammeln (Hebräer 10,24–25) und dann „singt, von Gnade erfüllt, aus ganzem Herzen Psalmen, Lobgesänge und geistliche Lieder für Gott“ (Kolosser 3,16). Wenn wir uns mit anderen versammeln, um den Herrn zu preisen und gemeinsam zu beten, hat Jesus versprochen: „Wo zwei oder drei in meinem Namen zusammenkommen, da bin ich mitten unter ihnen“ (Matthäus 18,20).

Doch gemeinsamer Gottesdienst allein genügt nicht. Gott lädt jeden von uns auch zu einer persönlichen Gemeinschaft mit ihm ein. In den Evangelien lesen wir immer wieder, dass Jesus früh am Morgen an einen einsamen Ort ging, um Zeit mit seinem Vater zu verbringen (Markus 1,35; Lukas 6,12). Eine enge Beziehung zu Gott wächst, wenn wir ihm im Gebet und in der Anbetung begegnen, wenn wir ihm mit Liebe, Ehrfurcht und Hingabe antworten, ihn loben und ihm danken und unsere Freude an ihm finden (Psalm 37,4).

Anbetung ist weit mehr als eine feste Abfolge von Gebet, Lobpreis und Liedern. Sie bedeutet, im Geist in Gottes Gegenwart einzutreten. Lobpreis bildet das Fundament unserer Anbetung und soll unsere Haltung, unsere Sichtweisen und unsere Gedanken durchdringen (Philipper 4,8). Die Psalmen sind voller Worte des Lobes, die wir in unserer persönlichen Zeit mit dem Herrn zu unseren eigenen machen können.

Auch Dankbarkeit gehört untrennbar zur Anbetung. Indem wir Gott für seine Güte und seine vielen Segnungen danken, bringen wir unsere Dankbarkeit zum Ausdruck. Die Bibel fordert uns sogar auf, Gott jederzeit und für alles zu danken, ganz gleich, in welcher Situation wir uns befinden (Epheser 5,20; 1. Thessalonicher 5,18). Unser Leben soll „von Dankbarkeit überfließen“ (Kolosser 2,7). Es gibt unzählige Dinge, für die wir dankbar sein können, und wenn wir sie bewusst erkennen und dem Herrn dafür unsere Dankbarkeit zum Ausdruck bringen, wird Dankbarkeit zu einem Teil unseres Wesens.

Die Anbetung sollte Teil unseres täglichen Gesprächs mit Gott sein. Wenn wir Gottes Schöpfung betrachten, können wir dem Herrn Ehre, Lob und Dank für seine nie versagende Liebe und seine wunderbaren Werke und Taten erweisen (Psalm 107,8). Wenn wir über sein Wort nachsinnen, wenn wir an die Segnungen denken, die er uns geschenkt hat, an die Barmherzigkeit, die er uns so reichlich erwiesen hat, an die Gnade, die er uns so freigiebig gewährt hat – all das sind Momente, für die wir ihn anbeten können (Psalm 8,3–5).

Wenn wir Gott für seine Macht, seine Gegenwart und seine Allwissenheit preisen, erinnert uns das daran, dass er immer bei uns ist. Er kennt uns durch und durch. Er hat uns geschaffen und weiß, was in unseren Herzen vorgeht. Dieses Bewusstsein stärkt unseren Wunsch, nach seinem Wort zu leben, anderen mit Liebe zu begegnen und sie so zu behandeln, wie wir selbst behandelt werden möchten (Lukas 6,31).

Eine weitere wichtige Form der Anbetung ist unser Dienst für Gott und für unsere Mitmenschen. Der Apostel Paulus bezeichnet ein solches Leben als ein Opfer, das „heilig und Gott wohlgefällig“ ist, und als unseren „vernünftigen Gottesdienst“ (Römer 12,1). An anderer Stelle schreibt er: „Dieser Dienst ... bewirkt auch, dass viele Gott von Herzen danken“ (2. Korinther 9,12). Jesus fordert uns auf, unser Licht vor den Menschen leuchten zu lassen, damit sie unsere guten Werke sehen und unseren Vater im Himmel verherrlichen (Matthäus 5,16).

Anbetung ist nicht nur eine einzelne Handlung, sondern eine Lebensweise. Sie zeigt sich darin, dass wir Gott lieben, ihm dienen, ihn verherrlichen und seine Liebe und Wahrheit an andere weitergeben. Wenn wir mit Dank und Lob vor ihn kommen, ihm unsere Liebe ausdrücken, ihn ehren und ihm mit unserem Leben die Ehre geben, dann beten wir Gott so an, wie er angebetet werden möchte: im Geist und in der Wahrheit. Je mehr wir in Worte fassen, wer Gott ist und was er getan hat, desto präsenter wird er in unserem Alltag, und desto besser verstehen wir die Breite, Länge und Tiefe seiner unerschöpflichen Liebe zu uns. (Epheser 3,18–19).



EIN LICHT IN DER DUNKELHEIT

Marie Knight

Wenn das Leben schön ist, die Vögel singen und die Sonne scheint, fällt es uns leicht, Gott zu loben. In solchen Momenten steigt das Lob ganz natürlich aus unserem Herzen auf. Doch sollten wir Gott nur dann loben, wenn es uns gut geht?

Die Bibel sagt: „Seid in allem dankbar; denn das ist der Wille Gottes in Christus Jesus für euch“ (1. Thessalonicher 5,18).

Vielleicht erscheint es zunächst ungewöhnlich, Gott „in allem“ zu loben, selbst in schweren Zeiten. Doch wenn wir wissen, „dass denen, die Gott lieben, alle Dinge zum Besten dienen“ (Römer 8,28), dann können wir ihm auch für das danken, was in unser Leben kommt.

In der Bibel finden wir viele Beispiele von Menschen, die gerade in ihren dunkelsten Stunden ihre Stimme zu Gott erhoben. Ihre Geschichten erinnern uns daran, dass Lobpreis nicht nur eine Reaktion auf einen Sieg ist, sondern oft der Weg dorthin.

David wurde über lange Zeit von König Saul verfolgt. Es gab Augenblicke, in denen ihn der Mut verließ. Einmal klagte er sogar: „Ich werde eines Tages doch noch durch die Hand Sauls umkommen“ (1. Samuel 27,1). Aber er blieb nicht in dieser Hoffnungslosigkeit gefangen. Seine Psalmen sind erfüllt von Lob und Dank gegenüber Gott. So schreibt er in Psalm 42,12: „Was betrübst du dich, meine Seele, und bist so unruhig in mir? Harre auf Gott; denn ich werde ihm noch danken, dass er meines Angesichts Hilfe und mein Gott ist.“

Hiob verlor an einem einzigen Tag seinen ganzen Besitz und alle seine Kinder. Dennoch vergaß er Gott in seiner Trauer nicht und bekannte: „Der HERR hat gegeben, der HERR hat genommen; gelobt sei der Name des HERRN“ (Hiob 1,21). Am Ende gab Gott ihm doppelt so viel zurück, wie er zuvor besessen hatte.

Paulus und Silas wurden ins Gefängnis geworfen, weil sie den Namen Jesu verkündigten. Man schlug sie, sperrte sie in die innerste Zelle und legte ihre Füße in den Block. Trotz dieser schmerzlichen und aussichtslosen Lage berichtet die Bibel: „Gegen Mitternacht beteten Paulus und Silas und lobten Gott mit Liedern“ (Apostelgeschichte 16,25). Sie priesen Gott mitten in der Dunkelheit, obwohl sie litten. Was dann geschah, war nichts weniger als ein Wunder. Ein Erdbeben erschütterte das Gefängnis. Alle Türen öffneten sich, und sogar die Fesseln der Gefangenen lösten sich. Doch niemand floh, sondern alle blieben an ihrem Platz. Dadurch kamen der Gefängnisaufseher und seine ganze Familie zum Glauben an Jesus Christus und ließen sich taufen (Sieh Apostelgeschichte 16,25–34.)

Lobpreis ist wie eine Kerze in unserer Dunkelheit. Lob stärkt unseren Geist, lädt Gottes Gegenwart in unser Leben ein und bezeugt, dass Gott größer ist als alles, was uns jemals begegnen kann.

DAS LEBEN WÄHLEN

Steve Hearts

In 5. Mose 30,19 sagt Gott: „Heute stelle ich euch vor die Wahl zwischen Leben und Tod, zwischen Segen und Fluch. Der Himmel und die Erde sind meine Zeugen. Wählt doch das Leben, damit ihr und eure Nachkommen am Leben bleiben!“ Aber als Jesus kam, nahm er am Kreuz jedoch den Fluch der Sünde und des Todes für uns alle auf sich (Galater 3,13).

Jesus sagt in Johannes 10,10: „Ein Dieb will rauben, morden und zerstören. Ich aber bin gekommen, um ihnen das Leben in ganzer Fülle zu schenken.“ Durch Sein vollbrachtes Werk am Kreuz hat Jesus die Macht Satans gebrochen. Doch Satan, „der Dieb“, ist noch nicht aus dieser Welt verschwunden. Er geht noch immer umher wie ein brüllender Löwe und sucht, wen er verschlingen kann (1. Petrus 5,8). Deshalb stehen wir täglich vor einer Entscheidung: Wollen wir in dem Leben in Fülle leben, das Jesus allen schenkt, die an Ihn glauben und Ihn annehmen, oder lassen wir uns auf den Weg von Tod und Zerstörung ein, den der Feind bereithält?

Ich möchte einige Beispiele weitergeben,



was diese Entscheidung zwischen Leben und Tod im Laufe der Jahre für mich bedeutet hat und auch heute noch bedeutet.

Ich beginne mit der Kraft von Worten. In Sprüche 18,21 heißt es: „Die Zunge hat Macht über Leben und Tod; wer sie gut nutzt, genießt ihre Frucht“ Für mich bedeutet das: Wie auch immer ich meine Zunge einsetze – sei es für Leben oder Tod, um Menschen aufzubauen oder sie zu zerstören – werde ich letztendlich die Früchte meiner Entscheidung selbst ernten. Das ist eine ernüchternde Warnung, die mich motiviert, Gottes Hilfe zu suchen, um täglich durch meine Worte Leben, Liebe und Ermutigung weiterzugeben.

Ich war in dieser Hinsicht sicherlich nicht perfekt, doch gerade durch meine Fehler hat Gott mich vieles gelehrt. Als Musiker, der verschiedene Gesangsgruppen und Bands geleitet hat, habe ich gelernt, wie wichtig es ist, mit meinen Worten sorgfältig umzugehen, besonders wenn ich konstruktive Kritik äußere. Meine Absicht war immer, anderen zu helfen und sie zu motivieren, sich weiterzuentwickeln. Manchmal war ich dabei jedoch zu direkt. Dadurch verletzten meine Worte einige Menschen, und sie verloren den Mut. Glücklicherweise konnte ich mich bei ihnen entschuldigen und die Beziehung wieder in Ordnung bringen. Das gab ihnen neues Vertrauen und neue Freude daran, weiter Musik zu machen. Bis heute lehrt mich der Herr, „die Wahrheit in Liebe“ zu sagen (Epheser 4,15).

Ich bemühe mich außerdem immer mehr, nicht über andere zu lästern oder hinter ihrem Rücken schlecht über sie zu reden. Denn wenn ich das tue, setze ich meine Zunge für den Tod ein statt für das Leben.

Ebenso wichtig ist es, dass ich über meinem eigenen Leben Gottes Verheißungen ausspreche, anstatt negativen oder hoffnungslosen Gedanken Raum zu geben.

Das Leben zu wählen bedeutet auch, denen zu vergeben, die mir Unrecht getan haben, statt Bitterkeit oder Groll gegen sie zu hegen. Das ist nicht immer leicht. Doch Gottes Wort fordert uns auf, einander zu vergeben, so wie auch Gott uns in Christus vergeben hat (Epheser 4,32). Die Alternative – Bitterkeit und Groll – ist ein Weg des Todes und der Zerstörung, und kann nicht nur unser eigenes Herz, sondern auch das Leben anderer vergiften (Hebräer 12,15).

Das Leben zu wählen kann auch bedeuten, nicht aufzugeben, wenn ich bei etwas gescheitert bin oder meine Ziele zunächst nicht erreicht habe. Ich glaube, dass zu dem Leben in ganzer Fülle, das Jesus uns schenken möchte, auch gehört, unser von Gott gegebenes Potenzial zu entfalten und zu der Person zu werden, zu der er uns berufen hat. Rückschläge gehören zum Lernen und Wachsen dazu. Wenn ich mich jedoch von ihnen aufhalten lasse, werde ich dieses Ziel nicht erreichen. Durch Gottes Gnade lerne ich, Misserfolge anzunehmen, aus ihnen zu lernen und dann mutig weiterzugehen, damit weiteres Wachstum und neue Siege möglich werden.

Sich für das Leben zu entscheiden, kann auch bedeuten, meinen Blick weiterhin auf Jesus, seine Treue und seine Verheißungen gerichtet zu halten, selbst wenn es so aussieht, als könnte es nicht mehr düsterer werden. Zum Beispiel erhielt ich vor kurzem die traurige Nachricht, dass eine gute Freundin von mir gestorben war. Ich war von Trauer überwältigt, doch nach einiger Zeit traf ich bewusst die Entscheidung, mich im Herrn zu stärken, so wie David es tat (1.Samuel 30,6). Schließlich wusste ich, dass meine Freundin Jesus angenommen hatte und dass sie nun im Himmel ist. Also richtete ich meinen Blick weg von der Trauer und dem Verlust hin zur göttlichen, tröstenden Gegenwart des Heiligen Geistes. Und fand den Frieden und den Trost, den ich brauchte.

Es stimmt zwar, dass wir die vollkommene Liebe erst im Himmel erfahren werden, doch ich weiß auch, dass Jesus nicht gekommen ist, um uns das Leben *nur* in der kommenden Welt zu schenken. Er hält auch hier und jetzt viele gute Dinge für uns bereit. Der Apostel Paulus sagt uns: „Er wird euch großzügig mit allem versorgen, was ihr braucht. Ihr werdet haben, was ihr braucht, und ihr werdet sogar noch etwas übrig behalten, das ihr mit anderen teilen könnt (2. Korinther 9,8).



Über Gottes Wort nachsinnen

Simon Bishop

Vor Kurzem hörte ich eine kurze Andacht darüber, wie wichtig es ist, mit sich selbst auf eine positive Weise zu sprechen. Als Beispiel wurde dabei Psalm 42,6 angeführt:

„Was bist du so bedrückt, meine Seele, und warum bist du so unruhig in mir? Hoffe auf Gott! Denn ich werde ihn wieder preisen, meinen Retter und meinen Gott."

Wenn man den ganzen Psalm liest, fällt etwas Interessantes auf: David bringt Gott gegenüber ganz offen seine Klagen und seine Not zum Ausdruck. Doch sobald er zu sich selbst spricht, klingt es, als würde er sich selbst Mut zusprechen. David verdrängte seine Gefühle nicht. Aber anstatt sich von ihnen beherrschen zu lassen oder sich in ihnen zu verlieren, machte er sie zum Inhalt seines Gebets.

Gedanken und Gefühle in eine positive Richtung zu lenken, kann verwirrend erscheinen. Wenn wir uns niedergeschlagen fühlen, wirkt positives Denken manchmal künstlich oder unecht. In Wirklichkeit geht es jedoch oft um Selbstdisziplin und eine bewusste Entscheidung. Denn wenn wir unseren Gefühlen erlauben, unsere Gedanken vollständig zu bestimmen, kann das uns entmutigen oder sogar schaden.

Ja, Selbstdisziplin ist wichtig. Doch Christ zu sein und Gott zu vertrauen bedeutet nicht, dass wir unsere Gefühle unterdrücken müssen. Vielmehr dürfen wir sie Gott anvertrauen und ihm überlassen. Und nachdem wir das getan haben, müssen wir lernen, mit Hoffnung und Glauben zu uns selbst zu sprechen.

Ein hilfreicher Weg dazu ist die christliche Meditation. Viele denken beim Wort „Meditation" zunächst an fernöstliche Meditationsformen, bei denen der Geist bewusst geleert werden soll. Christliche Meditation ist jedoch genau das Gegenteil. Die Bibel ermutigt uns, unseren Geist mit Gottes Wort zu erfüllen und unsere Gedanken darauf auszurichten.

„Wie sehr liebe ich dein Gesetz! Den ganzen Tag denke ich darüber nach." (Psalm 119,97)

„Die Worte des Gesetzes sollen immer in deinem Mund sein. Denke Tag und Nacht über das Gesetz nach, damit du allem, was darin geschrieben steht, Folge leisten kannst, denn nur dann wirst du erfolgreich sein" (Josua 1,8).

Hier sind einige Bibelverse, über die ich besonders gern nachdenke:

- Denen, die auf den HERRN vertrauen, wird es niemals an Gutem fehlen. – Psalm 34,11
- Der HERR ist gut. Seine Gnade hört niemals auf, und seine Treue gilt für immer. – Psalm 100,5
- „Denn ich will deine Wunden verbinden und dich heilen", spricht der HERR. – Jeremia 30,17
- Er heilt gebrochene Herzen und verbindet Wunden. – Psalm 147,3
- Unser Herr ist groß und seine Macht ist gewaltig! Seine Erkenntnis übersteigt alles, was wir begreifen können! – Psalm 147,5

Glaube wie ein Kind

Ester Mizrany



„Mama, ich mag das Himmelreich!“

Das sagte meine kleine Tochter Lily zu mir, als sie sich unter ihre Decke kuschelte.

„Mama, ich möchte aus dem Himmel geboren werden.“

Ich staunte. Was für ein tiefgründiger Gedanke für ein so kleines Herz!

„Weißt du, mein Schatz, das kannst du. In der Bibel steht, dass wir von Neuem geboren werden, wenn wir an Jesus glauben. Hast du Jesus in deinem Herzen?“

„Ja! Jesus ist in meinem Herzen. Er hat mich lieb. Und eines Tages werde ich mit Papa und dir im Himmel sein.“

„Genau. Eines Tages werden wir alle gemeinsam mit Jesus im Himmel sein.“

„Ja, ich möchte mit Jesus im Himmel sein.“

Dieses Gespräch mit meiner kleinen Tochter brachte mich zum Nachdenken.

Die Gute Nachricht ist so einfach, dass sogar meine zweijährige Tochter sie verstehen kann. Jesus sagte in Lukas 18,17: „Wer nicht wie ein Kind glaubt, wird nicht ins Reich Gottes kommen.“

Ich habe mich oft gefragt: Wie kann ich Gottes Wahrheit so annehmen wie ein Kind? Wie kann ich meine Unsicherheiten als Erwachsene loslassen und einfach glauben wie ein kleines Kind? Meine Kinder besitzen Eigenschaften, von denen ich viel lernen kann.

Liebe: Sie lieben ohne Grenzen und ohne Vorurteile, so wie Jesus uns gelehrt hat, unseren Nächsten (Matthäus 22,39) und sogar unsere Feinde (Matthäus 5,44) zu lieben.

Neugier: Sie sind voller Fragen. Gleichzeitig nehmen sie unsere Antworten vertrauensvoll an, weil sie glauben, dass wir ihnen die Wahrheit sagen. In 5. Mose 29,28 heißt es: „Das Verborgene gehört dem HERRN, unserem Gott. Was er uns aber offenbart hat, das gilt für uns und unsere Kinder für alle Zeiten, damit wir nach allen Worten dieses Gesetzes leben.“

Vertrauen: Sie vertrauen darauf, dass ihr Papa und ich für sie sorgen und ihnen alles geben, was sie brauchen. Genauso verspricht uns Gottes Wort in Philipper 4,19: „Mein Gott wird euch aus seinem großen Reichtum, den wir in Christus Jesus haben, alles geben, was ihr braucht.“

Im Gegensatz zu meinen Kindern lasse ich mich oft von Sorgen und Ängsten belasten. Manchmal ist es fast so, als würde ich vergessen, dass das beste Gegenmittel der Glaube an Jesus und die lebendige Hoffnung auf den Himmel sind. Diese beiden Dinge sollten wir niemals verlieren, ganz gleich, wie alt wir werden.

FREUE DICH IM HERRN

Marie Alvero



„Freut euch im Herrn. Ich betone es noch einmal: Freut euch! Lasst alle sehen, dass ihr herzlich und freundlich seid. Denkt daran, der Herr ist nahe. Sorgt euch um nichts, sondern bringt in jeder Lage mit Gebet und Flehen und voller Dankbarkeit eure Anliegen vor Gott. 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.

Und nun, liebe Freunde [Brüder und Schwestern]: 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 4,4–8).

Diese Aufforderung des Paulus ist nicht leicht umzusetzen. Dennoch steht sie im Mittelpunkt unseres christlichen Glaubens. Ein Leben in der Nachfolge Jesu ist ein Leben, das Frieden und Freude kennt. Gleichzeitig macht Vers 8 deutlich, dass wir bewusst darauf achten müssen, womit wir unsere Gedanken beschäftigen. Denn unsere Gedanken sollen auf das ausgerichtet sein, was diese Freude und diesen Frieden wachsen lässt.

Von Natur aus richten wir unseren Blick nicht automatisch auf das, was wahr, ehrbar, gerecht, rein, liebenswert und bewundernswert ist. Klatsch und Skandale ziehen uns oft an. Geschichten, in denen wir selbst die Helden oder die Opfer sind, sprechen unser Herz leicht an. Und wir halten gern an der Illusion fest, alles unter Kontrolle zu haben.

Manchmal entsteht der Eindruck, Christen müssten ständig positiv sein, immer fröhlich und immer gut gelaunt. In unserer heutigen Kultur wird das jedoch oft mit Unechtheit gleichgesetzt. So zu tun, als gäbe es nichts Böses oder Negatives und nur die schönen Seiten des Lebens zu sehen, ist aber nicht das, wovon Paulus spricht. Er fordert keine oberflächliche oder erzwungene Positivität.

Er sagt: Freut euch im Herrn. Ja, die Welt ist voller Unordnung, aber Gott regiert! Ja, wir erleben Schmerz, doch Gott bleibt treu! Ja, wir kennen Angst und Sorgen, aber unsere Hoffnung ruht im Herrn! Diese Freude und dieser Friede sind nur deshalb möglich, weil wir unseren Blick auf Gott richten, auf sein Wesen und auf das, was Jesus durch seinen Tod am Kreuz für uns vollbracht hat.

Die Fähigkeit, unseren Blick auf das Gute, Wahre und Gerechte zu richten, wächst daraus, dass wir Gott immer besser kennenlernen und ihm den größten Platz in unserem Herzen und unseren Gedanken geben. Stell dir vor, du stehst an einem sonnigen Tag auf einem weiten, offenen Feld. Es fällt dir ganz leicht, deinen Blick auf die Sonne zu richten. Du spürst ihre Wärme, siehst ihr Licht, und nichts versperrt dir die Sicht.

Genauso ist Gott größer als all deine Probleme und sogar größer als die Nöte dieser Welt. Deshalb können wir uns im Herrn freuen, denn wir wissen: Er wird alles erfüllen, was er verheißen hat.

Wenn dein Verstand dir etwas vormacht



Sam de la Cruz

Betrüger sind heutzutage überall. Es scheint, je weiter die Technik voranschreitet, desto raffinierter werden sie. Da ich viel Zeit am Computer verbringe, bin ich mittlerweile ein kleiner Profi darin, Betrugsversuche zu erkennen. Dennoch war ich eines Tages gerade mitten in einem Schreibprojekt, als plötzlich mein gesamter Bildschirm rot wurde und eine fettgedruckte, blinkende Meldung erschien:

„WARNUNG! IHR COMPUTER IST INFIZIERT. RUFEN SIE SOFORT DIESE NUMMER AN, ODER SIE VERLIEREN ALLE IHRE DATEN!"

Ich gebe zu, mein Herz setzte kurz aus. Für den Bruchteil einer Sekunde hätte ich es fast geglaubt. Aber dann atmete ich tief durch, verdrehte die Augen und tat das, was mir die Erfahrung beigebracht hat. Ich klickte auf das kleine „X", um die Warnung zu schließen, und machte mich wieder an die Arbeit. Betrugsversuch abgewehrt.

Leider reagieren nicht alle Menschen so. Viele geraten in Panik, rufen die angegebene Nummer an und haben schneller, als sie merken, ihre Kreditkartendaten oder andere persönliche Informationen an jemanden weitergegeben, der irgendwo in einem schlecht beleuchteten Keller sitzt.

Als ich darüber nachdachte, wurde mir bewusst, dass manchmal auch unsere Gedanken ihre eigenen Betrügereien starten. Sie senden uns Botschaften, die dringlich und glaubwürdig klingen: „Du bist nicht gut genug!" „Alle verurteilen dich!" „Das wird niemals funktionieren!" Und ehe wir uns versehen, sind wir schon darauf hereingefallen.

Vor Kurzem erhielt unsere gemeinnützige Organisation einen Brief von einer Behörde. Darin stand, dass man mich anrufen würde, um einige Fragen zum Beschäftigungsstatus eines unserer Mitarbeiter zu klären. Eigentlich ganz einfach, oder? Doch mein Verstand sah das anders. Innerhalb weniger Minuten war er im völligen Katastrophenmodus. Ich stellte mir die schlimmsten Szenarien vor: Prüfungen, Strafen, Berge von Formularen. Im Grunde verwandelte ich einen ganz normalen Brief in eine riesige Krise, die nur in meinem Kopf existierte.

Ja, der Anruf kam. Und weißt du was? Die Person am anderen Ende der Leitung war freundlich und wirklich hilfsbereit. Wir sprachen zehn Minuten miteinander, klärten alles, und das war's. Kein Drama. Keine Katastrophe. Mein Verstand hatte mir nur wieder einmal etwas vorgemacht und mich davon überzeugt, dass etwas Schlimmes bevorstand, obwohl in Wirklichkeit alles in Ordnung war.

Unsere Gedanken können uns dazu bringen, Berge zu sehen, wo eigentlich nur kleine Hügel sind. Aber wir müssen uns nicht täuschen lassen. Die Bibel sagt: „Sorgt euch um nichts, sondern bringt in jeder Lage betend und flehend eure Bitten mit Dank vor Gott!" (Philipper 4,6).

Die Erkenntnis daraus? Halte inne, atme tief durch, prüfe die Fakten, aber vertraue letztendlich auf den Herrn. Er hat den Überblick, beruhigt unsere Ängste und führt uns an den Betrügereien der Welt und den Tücken unseres eigenen Verstandes vorbei.

IN DER WÜSTE

Marcela Cedeño Madrigal

Das Leben ist eine Reise durch verschiedene Jahreszeiten. Manche bringen reiche Ernte, wohltuenden Sonnenschein und neue Kraft. Andere sind stürmisch, mit grauen Wolken und kalten Tagen. Wieder andere gleichen einer Wüste, heiß, trocken, staubig und einsam.

Ich befand mich in einer solchen Wüste, als ich in einer sehr schwierigen Phase meines Lebens die Freude am Leben und die Hoffnung auf ein besseres Morgen verlor.

Doch gerade eine Wüstenzeit kann dazu führen, dass wir Gott auf eine ganz neue Weise kennenlernen. „Darum will ich sie in die Wüste führen und dort freundlich zu ihnen reden" (Hosea 2,16).

Es ist ein Unterschied, ob wir nur etwas über Gott wissen oder ob wir Gott wirklich kennen. In guten Zeiten fällt es uns leichter zu sagen, dass wir Gott kennen. Aber ich kann sagen, dass ich ihn auch in der Wüste kennengelernt habe. Dort waren nur Gott und ich, und dort bekam dieser Vers, der mir zunächst so wunderschön erschienen war, eine ganz neue Bedeutung. Dort lernte ich, völlig auf Gott zu vertrauen. Dort spürte ich echten Durst und sehnte mich nach dem Wasser des ewigen Lebens (Johannes 4,15).

In meiner Wüste fand ich Jesus, meinen guten Hirten. Aus Liebe berührte er meine Füße, um meinen eiligen Lauf anzuhalten. Je schwieriger meine Zeit in der Wüste wurde, desto mehr verstand ich, wie wichtig es für mich war, Gott besonders in dieser Zeit zu vertrauen. Wer durch Wüstenzeiten gegangen ist, bleibt nicht derselbe. Unsere geistlichen Augen werden geöffnet, und wir lernen, ganz von Gott abhängig zu sein!

Wenn du dich heute in einer Wüste befindest, halte dich fest an Gottes Hand fest. Vertraue darauf, dass Seine Pläne für dein Leben gut sind, dass diese schwierige Situation nicht größer ist als der Eine, der dich trägt und dich niemals verlassen wird. Nutze diese Zeit in der Wüste, um deinen Glauben zu erneuern, um alles hinter dir zu lassen, was dich daran hindert, voranzukommen, alles, was dich ablenkt. Bitte Gott, dich zu stärken. Lerne ihn ganz nah kennen, überlasse ihm die Herrschaft über dein Leben. Er weiß, wann es Zeit ist, dir einen Weg aus der Wüste zu öffnen. Und wenn er das tut, wird dein Mund von Lachen erfüllt sein, dein Herz von Liebe und dein Leben von Freude. Du wirst dich an die Krise erinnern, die dich dazu gebracht hat, auf Gott zu schauen, und du wirst ihm danken!

Ich bete, dass Gott dir die Geduld schenkt, die Wüste, in der du dich gerade befindest, durchzustehen, dass er deinen Glauben wachsen lässt und deine Kraft erneuert, damit du das neue Leben genießen kannst, das nur er dir schenken kann. Du darfst gewiss sein: Wenn du aus deiner Wüste herauskommst, wirst du bereit sein, all die neuen und erfrischenden Segnungen zu empfangen, die Gott für dich bereithält.





Das Leben ist wie eine Achterbahnfahrt

Rosane Cordoba

Vor Kurzem habe ich meinen 70. Geburtstag gefeiert und dachte: „Nun werde ich es ruhiger angehen lassen, mich entspannen, lesen und schreiben, mich um meine Pflanzen kümmern, zu meinem Seniorenkreis gehen, an Gottesdiensten und Treffen in der Gemeinde teilnehmen, meine Schwestern besuchen und die Zeit mit meinen Kindern und Enkelkindern genießen, wenn sie mich besuchen kommen. Von jetzt an wird das Leben ein Klacks sein."

Eine schöne Illusion! Schon bald wurde meine 80-jährige Schwester krank, und ich konnte nicht anders, als ihr zur Seite zu stehen. Dann kamen noch einige kleinere Notfälle dazu, und ich musste mir eingestehen: „Das Leben ist wunderbar, genau wie eine Achterbahn. Es besteht aus Höhen und Tiefen. Der Herr schenkt uns Zeiten der Ruhe und Erholung, aber wir erleben auch Zeiten voller Herausforderungen, schwieriger Entscheidungen und schmerzlicher Momente. Dann müssen wir uns ganz fest an ihm festhalten, denn er sorgt dafür, dass wir sicher in unserem Sitz bleiben und nicht herausgeschleudert werden."

Mit zunehmendem Alter lernen wir, dass es immer weise ist, langsam voranzugehen, bis wir sicher sind, dass unser Plan mit Gottes Willen übereinstimmt. Paulus lehrt uns: „Sorgt euch um nichts, sondern betet um alles. Sagt Gott, was ihr braucht, und dankt ihm" (Philipper 4,6).

Ich erinnere mich noch daran, wie ich auf der Suche nach einem Mann war, den ich heiraten wollte, und sehr hohe Erwartungen hatte. Nach einiger Zeit legte ich meinen eigenen Willen in die Hände des Herrn und betete: „Jesus, bitte lasse mich einen guten Mann finden, jemanden, der dich genauso liebt wie ich und der dir genauso dienen möchte wie ich." Und schon bald darauf lernte ich meinen Mann kennen, und wir führten ein wundervolles gemeinsames Leben. Er war fürsorglich, treu, fröhlich und voller Glauben. Dieses Prinzip, mich Gott anzuvertrauen, habe ich bei vielen anderen Entscheidungen angewendet, sowohl bei großen als auch bei kleinen.

Oft bete ich das Gelassenheitsgebet, das in vielen Therapiegruppen bekannt ist:

„Gott, schenke mir die Gelassenheit, Dinge anzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden."

Mit anderen Worten: „Zeige mir, Herr, was ich jetzt tun oder lassen soll. Was ist mein Teil und was soll ich in deine Hände legen? Und was ist der beste Weg, mit dieser Situation umzugehen?"

Nach meinen siebzig Reisen um die Sonne, in dieser Achterbahnfahrt des Menschseins, kann ich mit Gewissheit sagen: Es lohnt sich, auf unserem Weg nach Gottes Willen zu suchen. Gott schenkt das Allerbeste denen, die ihm die Entscheidungen überlassen!



Von Jesus mit Liebe

EINE NEUE PERSPEKTIVE

Lobpreis verschafft dir eine Perspektivveränderung und hilft dir, die Dinge durch die Brille des Glaubens zu betrachten – mit der festen Gewissheit, dass ich meine guten Absichten in allem verwirklichen werde (Jesaja 46,10). Ganz gleich, wie die Situation aussieht, kannst du darauf vertrauen, dass ich immer bei dir bin. Selbst wenn du durch das dunkelste Tal gehst, werde ich doch bei dir sein. (Psalm 23,4).

Mich zu loben bedeutet nicht, die Welt durch eine rosarote Brille zu sehen. Es bedeutet, dein Vertrauen in mich und meine Souveränität auszusprechen. Es bedeutet, dich bewusst für eine Perspektive des Glaubens und der Dankbarkeit zu entscheiden. Wenn dein Herz also von Sorgen, Problemen oder Stress belastet ist, komm zu mir und tritt mit Dankbarkeit und Lobpreis in meine Gegenwart (Psalm 100,4). Schaffe Raum dafür, dass meine Freude dein Herz erfüllt und deinen Mut und deine Kraft erneuert. Lobpreis und Anbetung bringen Freude, und meine Freude wird deine Stärke sein (Nehemia 8,10).

Eine Perspektive des Lobpreises kann einen schwierigen Tag in einen guten verwandeln, wenn du dich entscheidest, deine Gedanken auf all das Gute, Wahre, Schöne, Hervorragende und Lobenswerte zu richten, das dein Leben umgibt (Philipper 4,8). Entscheide dich, über diese Dinge nachzudenken, und meine Freude wird dir die Kraft geben, dich über die Herausforderungen und Kämpfe des Alltags zu erheben. Lobpreis hebt deinen Geist in meine Gegenwart. Er schenkt dir einen besseren Blickwinkel und eine klare Sicht auf die Dinge, eine Perspektive, die von Glauben erfüllt ist und von der Gewissheit, dass alles zum Guten zusammenwirkt für die, die mich lieben (Römer 8,28).