



Der *Sabbatwächter*

Erweckung und Reformation

Jahrgang 97 Nummer 4 – 2022

Evangelisation

Die wichtigsten Aussagen

Gesundheitsbeiträge

Gesund durch den Winter

Erfahrungen

Da war ich ein neuer Mensch

Gottes Wirken in unserem Alltag

Dem **Ziel** nahe

Leuchtturm der Hoffnung, des Glaubens und der Wahrheit in einer verworrenen Welt.

Unser Glaube:

- Der allweise, liebende Gott schuf alle Dinge des Universums durch seinen Sohn, Jesus Christus; er ist der Eigentümer und Erhalter.
- Er begegnete der Herausforderung seiner liebenden Führung und Autorität, indem er die Welt mit sich versöhnte durch das Leben, den Tod und die Auferstehung seines Sohnes, das Wort, das Fleisch wurde.
- Der Heilige Geist, Jesu Stellvertreter auf Erden, überzeugt von der Sünde, führt zur Wahrheit und überwindet, wenn er im Menschen wohnt, alle Ungerechtigkeit.
- Die Bibel ist der Bericht über das Handeln Gottes mit der Menschheit und der Maßstab jeglicher Lehre; die Zehn Gebote sind die Abschrift seines Charakters und die Grundlage aller dauernden Reform.
- Sein Volk, in Übereinstimmung mit Gottes Wort und unter der Leitung des Heiligen Geistes, ruft alle Menschen auf, durch den Glauben an Jesus mit Gott versöhnt zu werden.
- Die Prophetie der Bibel offenbart, dass die Weltgeschichte bald mit der sichtbaren Wiederkunft Jesu als König ihren Abschluss finden wird. Alle, die ihn als Erlöser der Welt und ihren Herrn angenommen haben, werden von ihm aus Gnaden aufgenommen.

Gemeindschrift der Internationalen Missionsgesellschaft der Siebenten-Tags-Adventisten, Reformationsbewegung Deutsche Ausgabe

Redaktion: Literaturabteilung der Deutschen Union

Redaktion und Versandadresse: Internationale Missionsgesellschaft der Siebenten-Tags-Adventisten, Reformationsbewegung, Versandstelle Schulstraße 30, D-06618 Naumburg (Saale) Tel.: (49) 3445-792922 Fax: (49) 3445-792923 eMail: info@reform-adventisten.net Internet: www.reform-adventisten.net (deutsch)

Gestaltung/Layout: I. Müller
Titelfoto: von Alain Audet auf Pixabay
Rückseite: von Ilya Lisauskas auf pexels

Bibelstellen, wenn nicht anders angegeben: Lutherbibel, revidierter Text 1984, durchgesehene Ausgabe, (c) 1999 Deutsche Bibelgesellschaft Stuttgart

Die Redaktion behält sich Kürzungen eingesandter Beiträge vor.
Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 01.1.2023
Die Zeitschrift kann auch von unserer Website heruntergeladen werden.

Das Heft wird durch Spenden finanziert.
Spendenkonto:

Vereinigte Volksbank eG
Bramgau Osnabrück Wittlage
IBAN: DE 93 2659 0025 8228 3966 01
BIC: GENODEF1OSV
(221101)

INHALT

Zum Geleit <i>D. Serban</i>	3
Dem Ziel nahe <i>K. Barath</i>	4
Die wichtigsten Aussagen <i>I. Müller</i>	10
Die Gesundheitsabteilung	
- Vorstellung <i>Dr. M. Sonnenberg</i>	16
- Bewegung <i>Dr. M. Sonnenberg, Chr. Müller</i>	18
- Gesund durch den Winter <i>Dr. M. Sonnenberg, R. Püschel</i>	19
Ein Schrei in der Nacht <i>D. Blamberg</i>	22
Erfahrungen - Gottes Wirken in unserem Alltag <i>H. Göbbels</i>	24
- Da wurde ich ein neuer Mensch <i>E. Thedford</i>	26
Konferenzbericht	28
Nachruf	30
Wahlergebnisse der Delegiertenversammlung	31

GUTSCHEIN

Wenn Sie die Zeitschrift **Der Sabbatwächter** noch nicht regelmäßig bekommen, können Sie gern ein kostenloses **Abo** bestellen. Wir freuen uns aber trotzdem über jede eingehende Spende zur Kostendeckung. **Bitte entsprechend ankreuzen!**

- Ja, ich möchte **Der Sabbatwächter** als kostenloses Abo bestellen.
- Ich möchte regelmäßig christliche Literatur kostenlos erhalten.
Diese erhalte ich postalisch oder persönlich.
- Ich möchte zu Veranstaltungen/Vorträgen eingeladen werden.

Name: _____

Anschrift: _____

Telefon/E-Mail: _____

Ort, Datum _____ Unterschrift _____

**Bitte einsenden an: Int. Missionsgesellschaft
Versandstelle, Schulstr. 30, 06618 Naumburg
E-Mail: ines.mueller@reform-adventisten.net**

Einwilligung zur Datennutzung

Ihre Adresse bzw. Telefon- und E-maildaten werden von uns elektronisch und/oder in Printform gespeichert. Ihre Daten werden nur dazu verwandt, um Ihnen christliche Schriften kostenlos zuzusenden bzw. abzugeben und Sie zu Veranstaltungen unserer Gemeinschaft einzuladen, falls Sie diesem zustimmen. Ihre Daten werden nur dem gewünschten Zweck entsprechend von unseren zuständigen Mitarbeitern verarbeitet. Sie können Ihre Einwilligung jederzeit schriftlich widerrufen. Ihre Daten werden von uns bei Nichtinanspruchnahme weiterer Angebote gemäß der Datenschutz-Grundverordnung DS-GVO innerhalb der gesetzlichen Fristen gelöscht.

Datenschutz

Unsere Gemeinschaft bzw. unser gemeinnütziger Verein speichert von jedem Mitglied personenbezogene Daten, insbesondere Name, Anschrift, Telefonnummer, E-mailadresse, Geburts- und Eintrittsdaten, zur Verwaltung und Betreuung, die von allen unseren Mitarbeitern (hauptamtlich und ehrenamtlich) zu diesen Zwecken genutzt werden dürfen. Vorliegende Bankdaten von Mitgliedern werden ausschließlich von dem gewählten Schatzmeister verwaltet. Jede darüber hinausgehende Nutzung der personenbezogenen Daten, insbesondere die Weitergabe dieser Daten an Dritte, darf nur auf Grundlage gesetzlicher Berechtigung oder mit der Einwilligung des Betroffenen geschehen. Vorliegende Einwilligungen können jederzeit widerrufen werden. In diesem Fall oder bei Ausscheiden des Mitgliedes werden seine persönlichen Daten unter Berücksichtigung der gesetzlichen Aufbewahrungsfristen gelöscht.

Persönliche Daten von Nichtmitgliedern werden nur dem gewünschten Zweck entsprechend von den zuständigen Mitarbeitern unserer Gemeinschaft verwendet. Für die Zusendung von kostenloser christlicher Literatur, dem Zusenden von Einladungen zu Veranstaltungen oder persönlichen Besuchen wird hierzu die Einwilligung der Person eingeholt. Bei Nichtinanspruchnahme weiterer Angebote werden die vorliegenden persönlichen Daten gelöscht. Dies geschieht auch, wenn von dem Widerspruchsrecht Gebrauch gemacht wird.

Die persönlichen Daten werden so gesichert, dass kein Unbefugter Zugang zu den vorliegenden Daten hat. Unsere gesamte Datenschutzerklärung finden Sie unter: www.reform-adventisten.net.

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Zu Beginn möchte ich Euch mit dem Wort Gottes aus Hebräer 10,37-38 grüßen: „*»Nur noch eine kurze Zeit, dann wird der erscheinen, der kommen soll, und sein Kommen wird sich nicht verzögern. Durch den Glauben hat ein Gerechter Leben. Doch wer sich von mir abwendet, an dem habe ich keine Freude.«* Aber wir sind nicht wie die Menschen, die sich von Gott abwenden und so in ihr Verderben rennen. Weil wir an unserem Glauben festhalten, werden wir das Leben bekommen.“ NLB

Allein Gottes Gnade und Barmherzigkeit brachte uns durch das turbulente Jahr 2022, das in wenigen Wochen vorüber sein wird. Wir können Gott nicht genug für seinen Beistand und seine unzähligen Wunder, die wir bis jetzt erfahren haben, danken. Obwohl wir immer wieder von negativen Nachrichten überrumpelt werden, können wir uns doch freuen, dass „unsere glückliche Hoffnung“, die Wiederkunft unseres Heilandes Jesus Christus, sehr bald eine Realität sein wird.

Für viele ungläubige Menschen ist die Wiederkunft Christi nur ein unpraktisches, christliches Dogma, über das gespottet werden kann:

„Ihr sollt vor allem wissen, dass in den letzten Tagen Spötter kommen werden, die ihren Spott treiben, ihren eigenen Begierden nachgehen und sagen: Wo bleibt die Verheißung seines Kommens? Denn nachdem die Väter entschlafen sind, bleibt es alles, wie es von Anfang der Schöpfung gewesen ist.“ (2. Petrus 3,3.4. Lu 17)

Manche Christen blicken mit Angst und Besorgnis auf die Erfüllung der Zeichen der Zeit und die vermeintliche Verspätung der Wiederkunft. Doch der Heiland hat uns in schwierigen Zeiten seinen Beistand und Segen verheißen: *„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 Lu 17) *„Euer Herz erschrecke nicht! Glaubt an Gott und glaubt an mich! In meines Vaters Hause sind viele Wohnungen. Wenn's nicht so wäre, hätte ich dann zu euch gesagt: Ich gehe hin, euch die Stätte zu bereiten? Und wenn ich hingehe, euch die Stätte zu bereiten, will ich wiederkommen und euch zu mir nehmen, auf dass auch ihr seid, wo ich bin.“* (Johannes 14,1-3 Lu 17)

Wenn es um die Wiederkunft Jesu geht, denken die Menschen viel zu oft nur an die apokalyptischen Szenarien davor oder den Zorn Gottes in den sieben Plagen und dass wir vor dem Richterstuhl erscheinen werden. Aber Jesus ist in diese Welt gekommen, um zu suchen und zu finden, was verloren ist. Dich und mich. Du und ich haben heute die Chance auf eine lebendige Beziehung mit ihm. Dann können wir uns über sein Erscheinen freuen und ihn mit offenen Armen und Herzen erwarten.

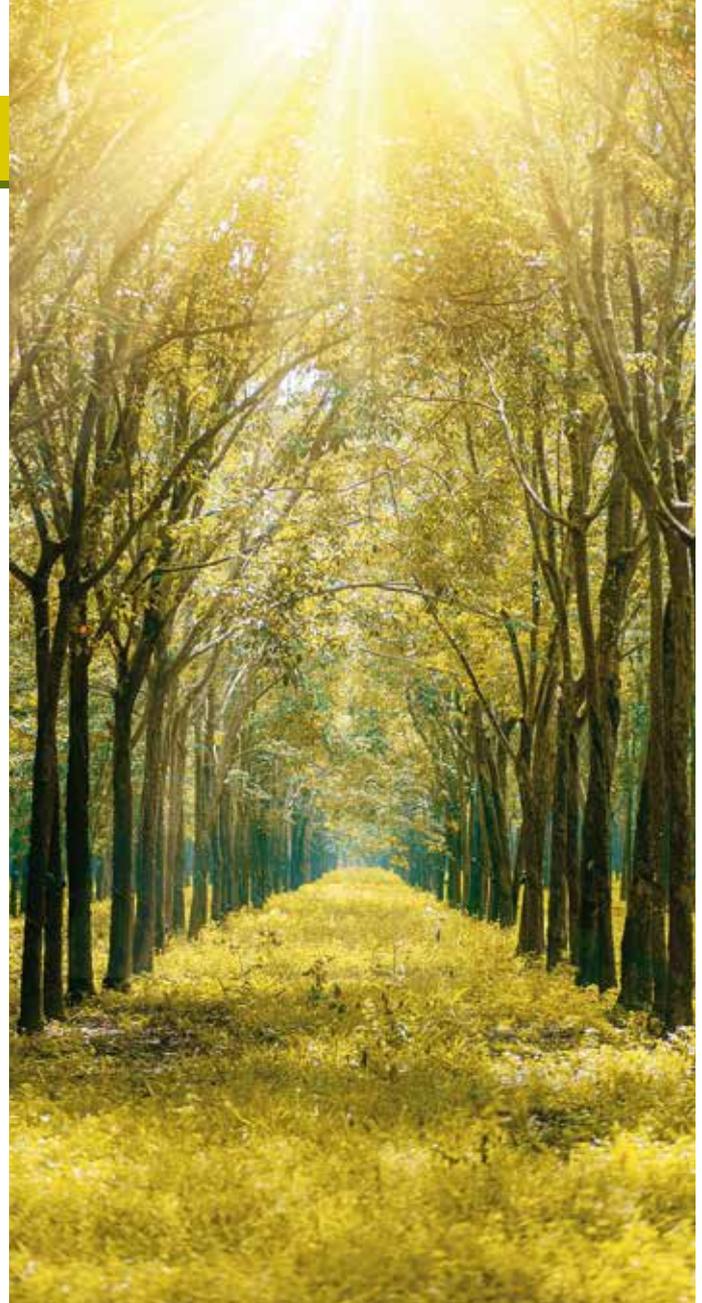


Foto von Min An auf pexels

Wenn Jesus wiederkommt, werden wir die Realität unserer Erlösung vollkommen erfahren.

Wir werden einen Ort kennenlernen, an dem wir sicher sind, an dem wir ohne Angst und Sorge leben können. Wir werden neue Erfahrungen in Gottes Gegenwart erleben. Wir werden unseren Gott sehen, der uns durch dieses Leben trug, als wir den Sinn darin nicht mehr gesehen haben. Wir werden uns ewig freuen, denn es wird keine Tränen, Leid oder Tod mehr geben. (vgl. Off. 21,1-4)

„Zu der Zeit wird man sagen: »Siehe, das ist unser Gott, auf den wir hofften, dass er uns helfe. Das ist der HERR, auf den wir hofften; lasst uns jubeln und fröhlich sein über sein Heil.“ (Jesaja 25,9 Lu 17)

Die aktuelle Weltkrise ist sowohl eine Herausforderung, als auch ein Zeichen für die nah bevorstehende Wiederkunft Christi. Die Zeit, die uns bleibt, ist eine Chance, uns darauf vorzubereiten und eine Botschaft des Friedens, der Gnade und der Hoffnung zu verkündigen. Lasst uns voller Hoffnung und Freude in die Zukunft blicken!

Gottes Segen wünscht euch
Daniel Serban, Vorsitzender der Deutschen Union

Bibelstudium

über Matthäus 24,33.42-44.

Dem

Ziel

nahe

Kurt Barath

„Wenn ihr also seht, wie alle diese Dinge passieren, dass wisst ihr, dass die Wiederkunft des Menschensohnes vor der Tür steht. ...

Deshalb haltet euch bereit, denn ihr wisst nicht, wann euer Herr wiederkommt. Macht euch eines klar: Ein Hausbesitzer, der weiß, wann der Dieb kommt, ist wachsam und lässt es nicht zu, dass in sein Haus eingebrochen wird. Ihr müsst jederzeit bereit sein. Denn der Menschensohn wird kommen, wenn ihr es am wenigsten erwartet.“

(Matthäus 24,33.42-44 NLB)

„Aber ihr seid anders, denn ihr seid ein auserwähltes Volk. Ihr seid eine königliche Priesterschaft, Gottes heiliges Volk, sein persönliches Eigentum. So seid ihr ein lebendiges Beispiel für die Güte Gottes, denn er hat euch aus der Finsternis in sein wunderbares Licht gerufen.“
1. Petrus 2,9 NLB

Da das Ziel und der Höhepunkt der Geschichte herannahen – und vielleicht näher ist, als wir denken – scheint es nur vernünftig zu sein, dass wir unser Leben dementsprechend einrichten.

Als Petrus weit in die Zukunft, auf die letzte Stunde der Zeit, blickte, gab er denen, die in diesen bedeutungsvollen Tagen leben, einige weise Ratschläge.

„Doch der Tag des Herrn wird so unerwartet kommen wie ein Dieb. Dann wird der Himmel unter schrecklichem Lärm vergehen, und alles wird sich in Flammen auflösen; und die Erde wird mit allem, was auf ihr ist, verschwunden sein. Wenn aber alles um uns her sich auf diese Weise auflösen wird, wie viel mehr solltet ihr dann ein Leben führen, das heilig ist und Gott ehrt! Ihr solltet diesen Tag erwarten und ihn herbeisehnen - den Tag, an dem Gott den Himmel in Brand setzt und die Elemente in den Flammen zerschmelzen.“ 2. Petrus 3,10-12 NLB

Für unsere Zeit könnte es wahrlich keinen aktuelleren und passenderen Rat geben! Wir sollten uns vergegenwärtigen: Furchterregend, gewaltig und erschütternd in seinen Folgen wird es sein, wenn die Grundelemente sich im Feuer auflösen werden und die Erde, und was auf ihr existiert, verbrannt werden wird.

Mit gleichem Ernst sollten wir unser persönliches Verhältnis zu Gott betrachten und überlegen, wie wir an jenem großen Tag vor ihm erscheinen werden. Wenn uns all dies bevorsteht, dann ist es wohl angebracht, dass wir uns fragen: Was für Menschen sollten wir denn sein? Wie sollten wir denn sein? Sorglos? Gleichgültig? Weltlich? Ganz gefühlsmäßig antworten wir: Nein.

Sollten wir uns unsern Leidenschaften hingeben? Sollten wir widerspenstig sein? Wiederum sagt das Gewissen: Nein. Es gibt nur eine Antwort. Da wir wissen, dass das

Ende aller Dinge unmittelbar bevorsteht und wir binnen kurzem Gott begegnen werden, müssen wir versuchen, durch göttliche Gnade „in heiligem Wandel und rechter Gottesfurcht“ dazustehen. Ein solcher Akt persönlicher Weise wird endlose segensreiche Ergebnisse zur Folge haben – sowohl für uns als auch für andere, in dieser Welt und in der Zukünftigen. Durch diese Weihe werden wir nach 1. Petrus 2,9 Menschen, die Gott als seine „Erwählten“, seine „Übrigen“ betrachtet; wir werden Menschen, die für Gott von größter Bedeutung sind. Wir werden ein Teil seines „auserwählten Geschlechtes“, seines „königlichen Priestertums“, seines „heiligen Volkes“, seines „Volkes des Eigentums.“ Alle diese alten Namen, die Gottes Volk kennzeichneten, werden dann auf uns angewandt werden. Und mit ihnen werden die verheißenen Segnungen unser sein, zusammen mit unbegrenzten Gelegenheiten für einen größeren Dienst für Gott, wie Petrus gerade in folgenden Satz sagt:

„Aber ihr seid anders, denn ihr seid ein auserwähltes Volk. Ihr seid eine königliche Priesterschaft, Gottes heiliges Volk, sein persönliches Eigentum. So seid ihr ein lebendiges Beispiel für die Güte Gottes, denn er hat euch aus der Finsternis in sein wunderbares Licht gerufen.“
1. Petrus 2,9 NLB

Die Tugenden Christi verkündigen - welch ein begeisterter Auftrag! Gewiss könnte auf keine andere Weise ein „heiliger Wandel“ besser geführt werden. Das griechische Wort, das Luther mit „Tugenden“ übersetzte, geben andere mit „Erhabenheit“ (Van Eß) „herrliche Eigenschaften“ (Albrecht) „Ruhmestaten“ (Menge) oder mit „Vortrefflichkeiten“ (Elberfelder) wieder.

Alle diese Ausdrücke sind Facetten desselben kostbaren Edelsteins, der Wahrheit. Wir sollen Jesu Tugenden, seine herrlichen Eigenschaften, seine Ruhmestaten und vor allem sine Vortrefflichkeiten verkündigen.



Bilder von Sasin Tipchai, Pete Linforth, Kranich17 auf Pixabay

Wie können wir solche Verkündiger werden?

Erstens müssen wir oft an Jesus denken und an alle die verschiedenen Zeiten seines heiligen Charakters. Wir müssen unsere Augen auf Jesus richten, in sein wunderbares Antlitz blicken und versuchen, ihn immer besser zu verstehen und seinem Beispiel immer vollkommener zu folgen.

Indem wir dies tun, werden wir die Erhabenheit seiner Güte immer stärker fühlen und ihre Schönheit, ihren Adel und ihre Kraft erahnen.

Diese Offenbarung seiner Güte wird uns auch immer besser erkennen lassen, warum Gott vor allem wünscht, dass wir in diesen letzten Stunden der Weltgeschichte seine Güte offenbaren.

1. Denke über **Jesu Liebe** nach.

Vergegenwärtige dir seine Freundlichkeit, sein Erbarmen, sein Mitgefühl und seine Zuvorkommenheit. Er erkannte die Bedürfnisse der Kranken und der Armen, der Trauernden und beeilte sich, ihnen zu helfen. Durch ihn quoll die Liebe Gottes wie ein Lebensstrom hervor, heilend, tröstend und ermunternd. Obwohl er über alle Hilfsquellen der Allmacht verfügte, begegnete er Schwachen und Entmutigten mit Zärtlichkeit. Von ihm war geweissagt worden, dass er „das zerstoßene Rohr nicht zerbrechen und den glimmenden Docht nicht auslöschen würde.“¹ Und er tat es auch nie. Sogar zu einer auf frischer Tat im Ehebruch ertappten Frau sagte er:

„So verdamme ich dich auch nicht; gehe hin und sündige hinfort nicht mehr!“ (Johannes 8,11 Lu 17)

Dem jüdischen Lehrer Nikodemus sagte der Heiland: „Denn Gott hat seinen Sohn nicht gesandt in die Welt, dass er die Welt richte, sondern dass die Welt, durch ihn selig werde.“ (Johannes 3,17 Lu) Christus kam, um zu retten, und nicht, um zu verurteilen; er kam, um Hoffnung und Ermutigung zu bringen, und nicht um Fehler zu finden.

Welch ein Maß an Güte sollten auch wir an den Tag legen!

2. Denke über **Jesu Unschuld** nach.

Nie bediente er sich gemeiner Ausdrücke. Nie betrank er sich. Nie erzählte er zweideutige Geschichten. Nie fand man ihn an unrühmlichen Vergnügungsstätten. Sogar seine schlimmsten Feinde erkannten, dass er sündlos war. Bei einer Gelegenheit schrie ein von Teufel Besessener laut: „Ich weiß, wer du bist: der Heilige Gottes.“ (Markus 1,24 Lu)

Sogar Pilatus fühlte sich zu der Erklärung gezwungen: „Ich finde keinerlei Schuld an ihn.“ (Johannes 18,38 Elb)

Wurde Jesus nicht versucht, Böses zu tun? Doch, er wurde versucht, und zwar genauso wie wir. Die Bibel sagt uns, dass er „in allem auf gleicher Weise versucht worden ist wie wir, doch ohne Sünde.“ (Hebräer 4,15 ELB)

Sollen wir auch solch eine Reinheit an den Tag legen? Gewiss. Nicht aus unserer eigenen Kraft, sondern durch die Kraft Gottes in uns. In Hebräer 2,18 heißt es: „Denn worin er gelitten hat, und versucht ist, kann er helfen denen, die versucht werden.“ Und weil er versucht wurde, doch „ohne Sünde“ blieb, sollen wir, „mit großer Zuversicht hinzutreten zu Gottes Gnadenthron, sodass wir Barmherzigkeit und seine gnadenvolle Zuwendung empfangen können. So wird die Hilfe dann gerade zur richtigen Zeit kommen.“ (Hebräer 4,16 Das Buch)

¹ vgl. Jesaja 42,3.

Christus war immer selbstlos und großmütig. Er half den Menschen nicht um einer Belohnung willen, sondern aus lauter Freude am Dienst an andern.

Diese völlig hinreichende Gnade wird uns geschenkt werden, heißt es in Judas 24, wo wir lesen, dass der Herr Jesus Christus „euch kann behüten ohne Fehl und stellen vor das Angesicht seiner Herrlichkeit unsträflich mit Freuden.“

3. Denke über Jesu Gehorsam nach.

Der Sohn Gottes lebte in beständiger Übereinstimmung mit dem Willen Seines Vaters und war mit seinen Interessen und seiner Absicht vollständig eins. „Glaubet mir“, sagte der Heiland zu seinen Jüngern, „dass ich im Vater und der Vater in mir ist.“ (Johannes 14,11 Lu)

Ein anderes Mal erklärte er: „Ich und der Vater sind eins.“ (Johannes 10,30 Lu)

Wiederum erklärte er: „So bleibet ihr in meiner Liebe, gleichwie ich meines Vaters Gebote halte und bleibe in seiner Liebe.“ (Johannes 15,10 Lu)

Sein Gehorsam war ein freudiger Gehorsam, der herzlichen Liebe entsprang. „Ich suche nicht meinen Willen, sondern des Vaters Willen, der mich gesandt hat.“ (Johannes 5,30 Lu) Sogar in Gethsemane, als ihm Marter und Tod bevorstanden, betete er: „Nicht mein, sondern dein Wille geschehe!“ (Lukas 22,42 Lu) Weil er oft die Notwendigkeit größerer geistlicher Erkenntnis religiöser Lehren betonte, dachten einige, er befürworte die Abschaffung der Zehn Gebote. Nein, sagte er „ihr sollt nicht meinen, dass ich gekommen bin, das Gesetz oder die Propheten aufzulösen; ich bin nicht gekommen, aufzulösen, sondern zu erfüllen.“ (Matthäus 5,17 Lu)

Dann fuhr er fort: „Ich sage euch in heiligem Ernst: Solange der Himmel und die Erde besteht, wird kein Buchstabe noch auch nur ein Häkchen des Gesetzes dahinfallen, bis

alles vollendet ist. Wer auch nur die geringste Weisung auflöst und so die Menschen lehrt, der wird den untersten Platz im Himmelreich einnehmen. Wer es aber tut und lehrt, der wird anerkannt sein im Himmelreich.“ (Matthäus 5,18-19 Pfäfflinübers.) Jesus machte das Gesetz herrlich und groß, ganz wie Jesaja von ihm vorausgesagt hatte.²

Mit größter Sorgfalt hielt Christus alle zehn Gebote, auch das vierte. Er feierte den Sabbat. Für ihn war der siebente Tag, den er selbst bei der Schöpfung als heilig ausgesondert hatte, der schönste Tag der Woche, und zwar nicht nur, um ihn frommer Betrachtung zu widmen, sondern - wie er den Einwohnern von Nazareth an einem Sabbatmorgen sagte - „zu verkündigen das Evangelium den Armen, zu predigen den Gefangenen, dass sie frei sein sollen, und den Blinden, dass sie sehen sollen, und die Zerschlagenen zu entlassen in die Freiheit“ (Lukas 4,18) Dieser ganze liebende, glückliche und eifrige Gehorsam war eine weitere wunderbare Seite seiner Güte, von der er wünscht, dass wir sie heute an den Tag legen.

4. Denke über Jesu Großzügigkeit nach.

Christus war immer selbstlos und großmütig. Er half den Menschen nicht um einer Belohnung willen, sondern aus lauter Freude am Dienst an andern. Wenn er schenkte, dann tat er es reichlich und geradezu verschwenderisch, wie damals, als er die 5000 speiste und 12 Körbe voll Brocken übrigblieben. Am eindrucksvollsten war die Art und Weise, wie er mit Menschen umging. Jesus begegnete ihnen mit so viel Rücksicht und Verständnis. Es war ihm immer daran gelegen, den Beweggrund zu erfahren, der einer Tat zugrunde lag. Als eine Frau zu ihm kam und ein kostbares Alabastergefäß zerbrach, das ein „ungefälschtes und köstliches Nardenwasser“ enthielt, und sie

² vgl. Jesaja 42,21.



Bild von falco auf Pixabay

das duftende Parfüm auf sein Haupt goss, kritisierten sie einige der Anwesenden. Er aber sagte: „*Sie hat getan, was sie konnte.*“ (Markus 14,8 Lu)

Jesus hatte Wohlgefallen daran, Wertschätzung zu zeigen. Wir sollten dasselbe tun, dieselbe Weitherzigkeit und dieselbe schrankenlose Güte an den Tag legen.

5. Denke über

Jesu versöhnlichen Geist nach.

Christus war immer zum Vergeben bereit. Er trug nichts nach. Nie fand sich in seinem Herzen eine Spur von Hass gegen irgendjemanden.

Als er die Geschichte vom verlorenen Sohn erzählte, schilderte er den Vater als einen, der sich von dem Augenblick an, da sein Sohn das Heim verließ, nach dessen Rückkehr sehnte. Als der Sohn in zerrissenen Kleidern und arm heimkehrte, ging ihm der Vater eilends entgegen, vergab ihm alles, vergaß alles, gab sich gänzlich seinen Gefühlen väterlicher Liebe hin. Dann kleidete er den Jüngling mit dem besten Kleid.³

Die Vergebung war vollständig, unbegrenzt, überwältigend. Als Petrus fragte: „*Herr, wie oft muß ich denn meinem Bruder, der an mir sündigt, vergeben? Ist's genug siebenmal? Jesus sprach zu ihm: Ich sage dir: Nicht siebenmal, sondern siebzigmal siebenmal.*“ (Matthäus 18,21-22 Lu) Mit anderen Worten: Er sollte unaufhörlich vergeben. Es würde nie eine Zeit kommen, wo er zu vergeben aufhören sollte.

Eines Abends, als Jesus auf der Reise nach Jerusalem war, weigerten sich die Einwohner eines samaritanischen Dorfes, ihn aufzunehmen, worauf seine Jünger ungestüm

³ vgl. Lukas 15,11-32.

den Vorschlag machten, Feuer vom Himmel fallen zu lassen, um sie zu verzehren. Niemals! sagte Jesus, „*Des Menschen Sohn ist nicht gekommen, der Menschen Seelen zu verderben, sondern zu erhalten.*“ (Lukas 9,56 Lu)

Am Kreuz, als man dem Sohn Gottes mit Nägeln Hände und Füße durchbohrte, schalt er seine Verfolger nicht, sondern flüsterte ein Gebet: „*Vater, vergib ihnen; denn sie wissen nicht, was sie tun.*“ (Lukas 23,34 Lu) Manche Ausleger sagen, das Griechische lege den Gedanken nahe, dass er dies nicht nur einmal, sondern beständig sagte. Mit anderen Worten: Während des ganzen schrecklichen Geschehens, das er über sich ergehen lassen musste, betete er fort und fort: „*Vater vergib ihnen!*“ (Lukas 23,34)

Sollten nicht auch wir solche Bereitschaft zum Vergeben offenbaren ?

6. Denke über Jesu Demut nach.

Nie war Gottes Sohn wichtigtuerisch oder von sich selbst eingenommen. Nie drängte er sich oder seine eigenen Interessen um persönlichen Gewinnes willen nach vorn. Er versuchte weder andere zu übertrumpfen noch sein Emporkommen durch Machenschaften zu begünstigen.

Als die Mutter der Söhne des Zebedäus zu ihm kam und für ihre Söhne um die höchsten Stellungen in seinem Reiche bat, antwortete Jesus: „*Ihr wisset nicht, was ihr bittet. Könnt ihr den Kelch trinken, den ich trinken werde, und euch taufen lassen mit der Taufe, mit der ich getauft werde? Sie sprach zu ihm: Jawohl! Und er sprach zu ihnen: Meinen Kelch sollt ihr zwar trinken, und mit der Taufe, mit der ich getauft werde, sollt ihr getauft werden; aber das Sitzen zu meiner Rechten und Linken zu geben steht mir nicht zu, sondern denen es bereitet ist von meinem Vater.*“ (Matthäus 20,22-23 Lu)

„Eine solche Gesinnung wohne in euch allen,
wie sie in Christus Jesus auch vorhanden war ...“
Philipper 2,5 Menge

Kurz vor der Kreuzigung, als seine Jünger einander noch immer eifersüchtig beobachteten, nahm der Heiland eine Schürze, goss Wasser in ein Becken und fing an, ihre Füße zu waschen und sagte:

„So nun ich, euer Herr und Meister, euch die Füße gewaschen habe, so sollt ihr auch euch untereinander die Füße waschen. Ein Beispiel habe ich euch gegeben, dass ihr tut, wie ich euch getan habe.“ (Johannes 13,14-15 Lu)
Welche huldvolle Güte war dies! Jesus war so sanft und demütig und schenkte uns solch ein Beispiel, dem wir in dieser großen Stunde folgen sollen.

7. Denke über

Jesu Selbstaufopferung nach.

Wir werden nie erfassen, wieviel Christus aufgab, um die Erlösung des Menschen zustande zu bringen. Der Apostel Paulus tat sein Bestes, um dies den Philippern mit folgenden Worten klarzumachen:

„Eine solche Gesinnung wohne in euch allen, wie sie in Christus Jesus auch vorhanden war; denn obgleich er in göttlicher Gestalt war, sah er doch die Gottgleichheit nicht als einen festzuhaltenden Besitz an, sondern entäußerte sich selbst seiner Herrlichkeit, indem er Knechtsgestalt annahm und in seiner äußeren Erscheinung den Menschen gleich ward und in seiner leiblichen Beschaffenheit als ein Mensch empfunden wurde; er erniedrigte sich selbst und wurde gehorsam bis zum Tode, ja bis zum Tode am Kreuz.“ (Philipper 2,5-8 Menge)

Indem wir auf ihn blicken, wie er am Kreuz hängt, sehen wir etwas Seltsames und Erstaunliches: Der Sohn Gottes stirbt für die Gottlosen. Der Schöpfer des Lichtes stirbt für sie, die im Finstern sind.

Jesus, der Inbegriff der Weisheit, stirbt für die Narren und die Unwissenden; er der Reine, Heilige und Gerechte, stirbt für die Unreinen, Unheiligen und Verdorbenen; der Eine, dessen Kraft das Universum erhält, stirbt für die Schwachen und Widerspenstigen; er, der die Liebe ist, leidet und stirbt, damit die Lieblosen, die Nichtswürdigen und die Hassenswerten gerettet werden möchten. Diese Güte geht über jedes menschliche Maß und Verständnis hinaus. Doch sollen wir diese durch selbstlose Hingabe an Gott und an unsre Mitmenschen auch andern kundtun.

Jetzt, wo es dem Ende entgegengeht und der Höhepunkt der Geschichte herannaht, sollten wir so christusähnlich sein, wie uns der Heilige Geist nur machen kann. Jeden Augenblick müssen wir beten: „Lass die Schönheit Jesu in mir sichtbar werden, lass mich durch seine Gnade beständig jede Seite seiner Güte an den Tag legen - seine Liebe, seine Unschuld, seinen Gehorsam, seine Großzügigkeit, seinen Geist der Versöhnlichkeit seine Demut und seine Selbstaufopferung.“ Tag für Tag müssen wir für unsere Sünden Vergebung erhalten, indem wir oft den Herrn bitten, uns für jenen großen Tag bereitzumachen.

Möge Gott uns in unseren neuen Vorsätzen gnädig sein, damit wir dann auch sein Willkommen hören werden: *„Kommt her, ihr Gesegneten meines Vaters, ererbet das Reich, das euch bereitet ist von Anbeginn der Welt.“* (Matthäus 25,34 Lu)
Amen.



Die wichtigsten Aussagen,

die du je gehört hast und noch hören möchtest

Foto von cottenbro auf Pexels

Ines Müller

Was unterscheidet uns unter anderem vom Tier? Die Sprache! Auf die ersten erkennbaren Worte ihres Sprösslings warten junge Eltern ungeduldig. Wenig später strapazieren das Geplapper und die vielen Fragen manchmal die elterlichen Nerven. Stimmen und Worte, Sätze und Vorträge, Notizen und Bestseller ringen um unsere Aufmerksamkeit. Zwischen 12.000 bis 16.000 Worte bilden den aktiven Wortschatz eines erwachsenen Deutschen. Etwa 100.000 passive Worte gehören dazu, die also verstanden, jedoch nicht gesprochen werden.

„In den letzten 100 Jahren wuchs der deutsche Wortschatz um ein Drittel und zählt nun ungefähr 5,3 Millionen Wörter. Das Wörterbuch der Gebrüder Grimm (1838) beispielsweise, verzeichnete damals 350.000 Stichwörter.“¹

¹ <https://connect-translations.com/at/die-welt-des-ubersetzers-blog/wie-grosst-ist-der-wortschatz-eines-ubersetzers> Aufruf: 24.11.21

Worüber wird gesprochen?

Bei einer Umfrage konnten die Teilnehmer mehrere Themen nennen.

Neuigkeiten aus dem Bekanntenkreis bilden fast für Dreiviertel der Menschen (73%) das Lieblingsgesprächsthema. Neben wichtigen Absprachen, Informationen und liebevollem Miteinander dürfen eine gehörige Portion Klatsch und Tratsch darunter vermutet werden.

In 68% des sprachlichen Austauschs geht es für viele um Preise. Da dies meist Themenfelder sind, die der Einzelne nicht ändern kann, sondern eher Aufregerpotenzial haben, finden wir hier ein Gebiet von ungesunder Zeitvergeudung.

Über ihren Alltag und das persönliche Befinden reden 66% gern. Etwas weniger wird über die Familie gesprochen, 62%. Gut die Hälfte, 58%, spricht oft über die Arbeit und genau so viel über den Urlaub. Das Wetterthema schafft es auf 43%. Lediglich ein gutes Viertel der Menschen beschäftigen sich auch mit den Sinnfragen des Lebens in ihren Gesprächen (26%).²

Das sieht auf den ersten Blick aus, als wäre der Großteil bedeutsamer Themen abgedeckt und als würde der Mund kaum stillstehen. Letzteres mag sein, doch die Menschen hüten sich offenbar auch vor *Tabuthemen*. Auch das wurde erfragt?

Worüber wird nicht gesprochen?

Wer hätte das gedacht? 64% der Deutschen schweigen sich beim Thema Sexualität aus und 61% halten sich bei ihrem Einkommen und Vermögen bedeckt. Fast die Hälfte (49%) spricht nicht über Beziehungsprobleme und Geldsorgen (48%). Über den Tod mögen auch viele nicht reden (33%). Ein Thema, von dem wir annehmen könnten, es wäre in aller Munde, verschränkt immerhin einem Viertel die Sprache: Liebe und Zuneigung zwischen Menschen. Fast jeder Fünfte (18%) möchte nicht über religiöse Überzeugungen sprechen.

Sprachforscher haben nachgezählt:

„Sie haben es schon als Kind ertragen müssen. 2100 direkt zu ihm gesprochene Wörter pro Stunde bekommt ein Kleinkind in einem gebildeten Haushalt zu hören, in Familien mit schlechtem Bildungshintergrund sind es immer noch 600. Bis zu seinem vierten Geburtstag hat ein Durchschnittskind von seinen Eltern mindestens 30 Millionen Wörter gehört. Das entspricht dem Umfang von 300 bis 500 Büchern à 300 Seiten. So also haben Sie die Sprache erlernt – indem Sie schon in der Wiege gnadenlos zugetextet wurden.“³

² vgl. <https://sz-magazin.sueddeutsche.de/gesellschaft-leben/wir-muesen-reden-77405> Aufruf: 24.11.21

³ <https://sz-magazin.sueddeutsche.de/gesellschaft-leben/wir-muesen-reden-77405> Aufruf: 24.11.21

Was möchte so mancher gern hören?

Aus dieser großen Menge an Informationen wollen wir das extrahieren, was das Wichtigste ist. Hören wir zunächst einige Angebote:

Angebot 1: „Du bekommst einen Stern im Walk of Fame.“
Über 2700 Sterne für amerikanische Stars pflastern diesen Weg der Berühmtheiten in Los Angeles. Wärest du glücklich, auch deinen Stern dort zu finden?

Angebot 2: „Du hast im Lotto gewonnen – sechs Richtige!“ Millionäre sind besonders suizidgefährdet.⁴
„... *niemand lebt davon, dass er viele Güter hat.*“
Lukas 12,15

Angebot 3: „Du bist die Schönheitskönigin 2022!“
„STERN TV machte dazu ein Experiment. Wie viele Frauen schämen sich im Bikini am Strand? Wie viele Frauen vergleichen sich ständig mit anderen Frauen und fühlen sich schlecht dabei? Das Ergebnis: ... viele. Fast alle.“⁵

Angebot 4: ... „Du hast ... Du darfst ... Du bist ... Du kannst ... Du erhältst ... Du gewinnst ...“

Mit solchen Angeboten könnten wir noch lange fortfahren. Doch was brächte es, das Unwichtige zu benennen? Sicher ist es entscheidend, Wertvolles von Wertlosem zu trennen. Deshalb sollten wir fragen: Aus welcher Quelle entspringt das, was als so bedeutsam angepriesen wird? Wohin führen diese Angebote? Was davon ist ein bleibender Wert?

Die wichtigsten Aussagen für dein Leben ...

... kommen von dem, der dir das Leben gab: Deinem Schöpfer. Über das Wort Gottes, die Bibel, schrieb der Apostel Paulus: „*Die ganze Schrift ist von Gottes Geist gegeben und von ihm erfüllt. Ihr Nutzen ist entsprechend: Sie lehrt uns die Wahrheit zu erkennen, überführt uns von Sünde, bringt uns auf den richtigen Weg und erzieht uns zu einem Leben, wie es Gott gefällt. Mit der Schrift ist der Mensch, der Gott gehört und ihm dient, allen seinen Aufgaben gewachsen und ausgerüstet zu jedem guten Werk.*“ (2. Timotheus 3,16.17. NeÜ)

⁴ vgl. <https://www.tagesspiegel.de/kultur/selbstmord-das-drama-der-milliardaere/1412438.html> Aufruf: 24.11.21

⁵ <https://www.stern.de/wirtschaft/job/laura-karasek/laura-karasek-macht-schoenheit-gluecklich--7495780.html> Aufruf: 24.11.21

Möchtest Du die folgenden Aussagen gern hören?



Foto von Andrea Piacquadro auf pexels.

**Du bist
geliebt!**

**Christus
starb für dich!**

1. Du bist geliebt!

Dein Schöpfer sagt zu dir: „... *Ich habe dich je und je geliebt, darum habe ich dich zu mir gezogen aus lauter Güte.*“ (Jeremia 31,3) Das ist die Basis unserer Existenz, die uns durch das Leben tragen möchte. Wir können es als geistliches Urvertrauen bezeichnen. Diese Liebe kannst Du dir nur von Gott schenken lassen.

„Jesus sagt: ‚Dass ihr euch untereinander liebet, wie ich euch geliebt habe.‘ ... Liebe ist ein lebendiger Grundsatz, eine beständige Macht. Die Seele wird mit Strömen reiner Liebe getränkt, die aus dem Herzen Christi fließen, wie ein Brunnquell, der nie versiegt. ... Unsere Zuneigung zueinander entspringt unserer gemeinsamen Beziehung zu Gott.“⁶

2. Christus starb für dich!

„Denn so hat Gott der Welt seine Liebe gezeigt: Er gab seinen einzigen Sohn, damit jeder, der an ihn glaubt, nicht ins Verderben geht, sondern ewiges Leben hat.“

(Johannes 3,16 Lu 17)

Mehr hätte Gott nicht geben können. Größeres hätte Jesus nicht unternehmen können. Für dich kam Gottes Sohn auf diese Welt, rief die Menschen zu sich, lebte zum Segen und als Vorbild für jeden Nachfolger und starb stellvertretend für jeden Sünder am Kreuz. Für dich ist Jesus auferstanden und sagt heute auch zu dir: „... *Ich bin die Auferstehung und das Leben. Wer an mich glaubt, wird leben, auch wenn er stirbt; und jeder, der lebt und an mich glaubt, wird in Ewigkeit nicht sterben. Glaubst du das?*“ (Johannes 11, 25.26. Sch 2000)

⁶ E.G. White, Bibelkommentar, S. 326

3. Deine Sünden sind durch Jesus vergeben!

Was auch immer du lieber aus deiner Biografie streichen würdest, wo du einen anderen Weg hättest gehen oder etwas Böses oder Törichtes hättest lassen sollen „... *Sei getrost, mein Sohn, deine Sünden sind dir vergeben.*“ (Matthäus 9,2) Mit dem Schöpfer versöhnt zu sein, kannst Du mit keinem Geld der Welt kaufen. Der Preis ist schon bezahlt:

„*Ihr wisst ja, dass ihr nicht mit vergänglichen Dingen wie Silber oder Gold aus dem sinnlosen Leben freigekauft worden seid, das ihr von euren Vorfahren übernommen hattet, sondern mit dem kostbaren Blut eines reinen, makellosen Opferlammes, dem Blut von Christus. Schon bevor es unsere Welt gab, ist er zu diesem Opfer ausgesucht worden. Aber erst jetzt, am Ende der Zeiten, ist er in Erscheinung getreten – euretwegen, die seinetwegen an Gott glauben. ...*“ (1. Petrus 1,18-21 NeÜ)

4. Du darfst glauben, den Bund mit Jesus bestätigen und gerettet sein!

„*Wer glaubt und sich taufen lässt, wird gerettet werden. ...*“ (Markus 16,16) Welchen Weg bist du bereit zu gehen, um gerettet zu werden? Wäre jetzt ein Löwe hinter dir her, würdest du um dein Leben rennen? Sicher! Hinter dir ist ein Löwe her! „*Seid nüchtern und wachsam! Euer Todfeind, der Teufel, streicht wie ein brüllender Löwe herum und sucht nach einem Opfer, das er verschlingen kann. Dem müsst ihr im festen Glauben widerstehen! ...*“ (1. Petrus 5,8.9.)

„Reue, Glaube und Taufe sind die erforderlichen Schritte bei der Bekehrung. — Brief 174, 1909. ...

**Deine Sünden
sind durch
Jesus vergeben!**

**Hab keine
Angst, denn
du bist ein
Eigentum
Gottes!**

**Dein Heiland
ist immer an
Deiner Seite!**

**Du darfst
glauben, den
Bund mit Jesus
bestätigen und
gerettet sein!**

**Du bist gesegnet
und darfst ewig
leben!**

Christus hat die Taufe als Zeichen des Eintritts in sein geistliches Reich eingesetzt. ... Ehe der Mensch in der Gemeinde seine Heimat finden kann, ehe er die Schwelle des geistlichen Reiches Gottes überschreitet, soll er den Stempel des göttlichen Namens empfangen: ‚Der Herr unsre Gerechtigkeit.‘ Jeremia 23,6.⁷

5. Hab keine Angst, denn du bist ein Eigentum Gottes!

Was dich belastet, überfordert, ängstlich oder traurig macht, Gott weiß das alles. Er ist der Herr und möchte dein Herr sein. „ ... „Fürchte dich nicht, denn ich habe dich erlöst! Ich habe dich bei deinem Namen gerufen, du gehörst mir!“ (Jesaja 43,1) „Nicht deine Gefühle und Anregungen machen dich zu einem Gotteskind, sondern die Ausführung des Willens Gottes. Vor dir liegt ein Leben der Brauchbarkeit, wenn Gottes Wille dein Wille wird.“⁸

6. Dein Heiland ist immer an Deiner Seite!

„ ... Ich bin bei euch alle Tage bis an das Ende der Welt.“ (Matthäus 28,20) Kannst du das glauben?

„Der Einfluss des Heiligen Geistes ist das Leben Christi in der Seele. Wir sehen Christus nicht, wenn wir zu ihm sprechen, doch sein Heiliger Geist ist uns an jedem Ort und überall nahe. Sein Heiliger Geist wirkt in und durch jeden, der Christus annimmt. Wer den innewohnenden Geist kennt, zeigt die Frucht des Geistes: Liebe, Freude, Friede, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Glaube.“⁹

7 E.G. White, Evangelisation, 1980, S. 286

8 E.G. White, Zeugnisse für die Gemeinde Band 5, S. 543

9 E.G. White, Bibelkommentar, S. 425

7. Du bist gesegnet und darfst ewig leben!

„ ... Kommt her, ihr Gesegneten meines Vaters, ererbt das Reich, das euch bereitet ist von Anbeginn der Welt!“ (Matthäus 25,34)

„Rechne einmal genau und ehrlich nach! Leg in die eine Waagschale Jesus, das bedeutet: Reichtum in Ewigkeit, Leben, Wahrheit und die Freude Christi an erlöstem Seelen; in die andere Waagschale leg allen Reiz und Zauber der Welt, aber auch den Verlust deiner eigenen Seele und der Seelen von Menschen, zu deren Rettung du als Werkzeug dienen könntest; in die erste Schale leg ein Leben für dich und für sie, das nach dem Maß des Lebens Gottes gemessen ist. Und nun wäge für Zeit und Ewigkeit und höre, was Christus spricht: ‚Denn was hülfte es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewönne, und nähme an seiner Seele Schaden?‘ Markus 8,36.“¹⁰

**„Wenn du Christus kennst, genügt es,
wenn du sonst nichts kennst.“**

Johannes Bugenhagen¹¹

Solche wunderbaren Zusagen, auch Verheißungen, hören wir gern. Wir halten uns in unserem Glaubensleben an ihnen fest. Deshalb lest immer wieder die Verheißungen und gebt sie anderen weiter!

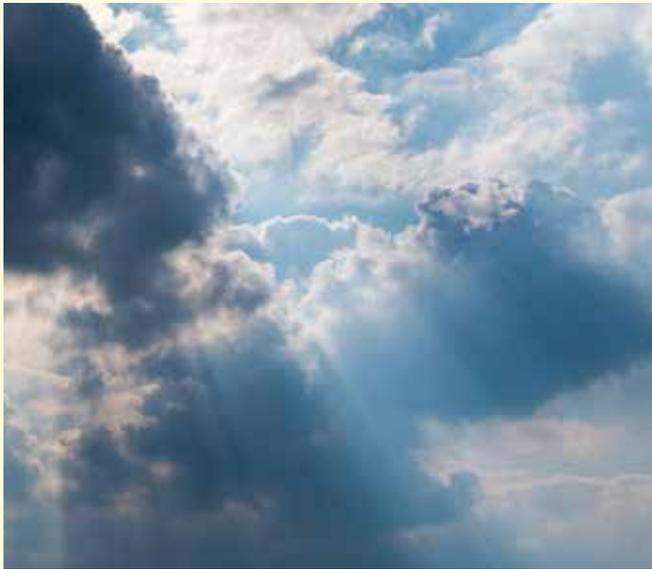
„Die Hoffnung ist nichts anders als die Erwartung der Dinge, die nach der Überzeugung des Glaubens von Gott wahrhaftig verheißen sind.“ - Johannes Calvin¹²

10 E.G. White, Christus lehrt durch Gleichnisse, 1990, S. 270

11 <https://gutezitate.com/autor/johannes-bugenhagen> Aufruf: 24.11.21

12 <https://www.gratis-spruch.de/sprueche/Calvin+Johannes/a958> 24.11.21

Welche Worte sind die schrecklichsten, die Menschen einst hören werden?



„Nicht jeder, der dauernd ‚Herr‘ zu mir sagt, wird in das Reich kommen, in dem der Himmel regiert, sondern nur der, der den Willen meines Vaters im Himmel tut. ... ‚Ich habe euch nie gekannt! Macht euch fort! Ihr habt nie auf mich gehört.“ (Matthäus 7,23 NeÜ)

„ ... Ich habe euch nie gekannt; weicht von mir, die ihr das Gesetz übertretet!“ (Matthäus 7,23 Lu 17)

„ ... Ich habe euch nie gekannt; weicht von mir, ihr Gesetzlosen!“ (Matthäus 7,23 SCH 2000)

„ ... Ich habe euch nie gekannt. Ihr habt meine Gebote mit Füßen getreten, darum geht mir aus den Augen!«“ (Matthäus 7,23 Hfa)

Bild von Rudy and Peter Skitterians auf Pixabay

Jesus wird wiederkommen, um die Seinen zu sich zu nehmen. Wer wird dazugehören?

„Es gibt bekennende Christen, die Christus nicht aus eigener Erfahrung kennen. O, diese armen, betrogenen, unvorbereiteten Seelen machen mir das Herz schwer. Wenn ich vor Versammlungen stehe und sehe die Selbstzufriedenen und Selbstgerechten und weiß, dass sie keine Anstalten machen, sich in rechter Weise für Christus einzusetzen, um ihm in Frieden zu begegnen, dann fühle ich mich so bedrückt, dass ich nicht schlafen kann. Ich stelle mir die Frage: Was kann ich diesen Seelen sagen, damit sie dahin kommen, ihren wahren Zustand zu erkennen? Das Ich nimmt ihr ganzes Leben in Anspruch. Gern möchte ich ihnen Christus so deutlich offenbaren, dass sie ihn sehen und ihre Aufmerksamkeit sich vom eigenen Ich abwendet. ...

Zu denen, die am Tag der großen Abrechnung bitter enttäuscht werden, gehören einige, die äußerlich religiös waren und scheinbar ein christliches Leben geführt haben. In ihrem Sinnen und Trachten geht es immer nur um die Eigenliebe. Sie sind stolz auf ihr sittliches Verhalten, auf ihre geistigen Anlagen, dass sie auf einem höheren Niveau als andere stehen und auf ihre Kenntnis der Wahrheit. Sie sind der Meinung, dadurch Christi Lob zu erhalten. ‚Herr‘, sagen sie, ‚wir haben vor dir gegessen und getrunken, und auf den Gassen hast du uns gelehrt‘. Lukas 13,26. ‚Haben wir nicht in deinem Namen geweissagt, haben wir nicht in deinem Namen Teufel ausgetrieben, haben wir nicht in deinem Namen viele Taten getan?‘ Matthäus 7,22.“¹³

Welche Worte sind wichtig, sie anderen zu sagen?

Die Bibel zeigt nicht nur, was wir hören dürfen, sondern hilft auch in der Wahl dessen, was wir sagen und anderen mitteilen wollen. „Wie ist jede – aber auch jede – Sprache schön, wenn in ihr nicht nur geschwätzt, sondern gesagt wird!“ – Christian Morgenstern (1871-1914)¹⁴

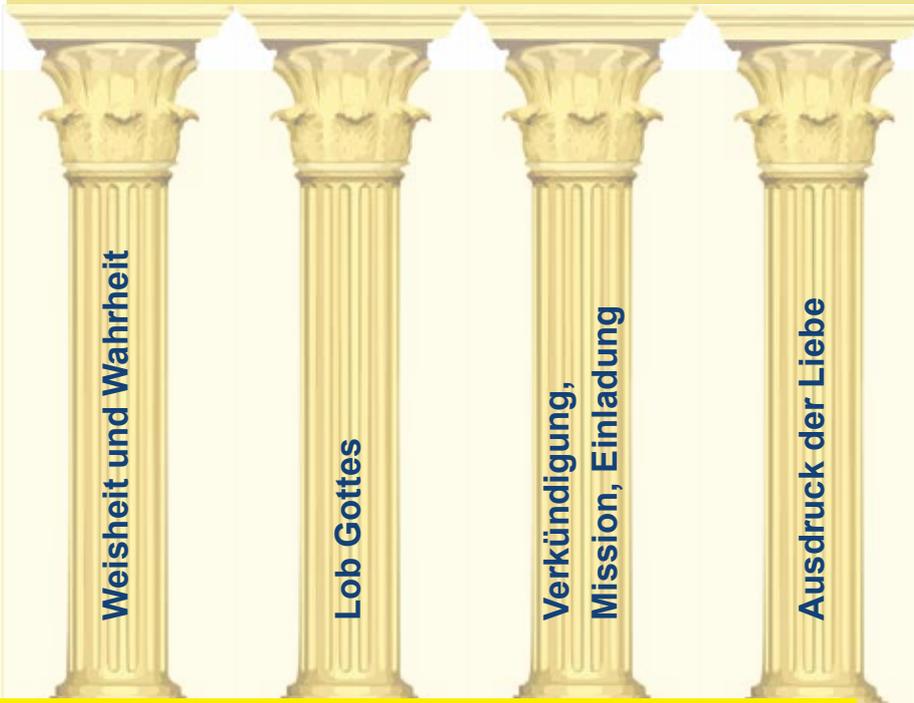
Über Jesus schrieb E.G. White: „Er selbst hat nie ein Wort der Wahrheit zurückgehalten, es aber stets in Liebe gesprochen. Er war im Umgang mit Menschen äußerst taktvoll und bedacht. Er übte freundliche Aufmerksamkeit, gebrauchte keine groben Ausdrücke, sprach nie unnötig ein hartes Wort und fügte niemals unnötigerweise Schmerzen einer empfindsamen Seele zu. Er tadelte keine menschlichen Schwächen. Furchtlos verurteilte Er zwar Heuchelei, Unglauben und Bosheit, aber Er konnte Seine scharfen Zurechtweisungen nur mit Tränen in der Stimme aussprechen.“¹⁵

¹³ E.G. White, Ausgewählte Botschaften Band 1, S. 83.84.

¹⁴ <http://www.zitate.de/autor/morgenstern%2C+christian> 24.11.21

¹⁵ E.G. White, Der Messias, 2010, S. 276

Die vier Säulen des christlichen Sprechens



Grafik von Ciker-Free-Vector-Images auf Pixabay

- Weisheit und Wahrheit

„Der Mund des Gerechten redet Weisheit, und seine Zunge lehrt das Recht.“ (Psalm 37,30) „...mein Mund redet Weisheit, und meine Lippen hassen, was gottlos ist. ...“ (Sprüche 8,7) „...ein Mund, der Vernünftiges redet, ist ein edles Kleinod.“ (Sprüche 20,15) „Tu von dir die Falschheit deines Mundes und sei kein Lästern.“ (Sprüche 4,24) „Auch ein Tor, wenn er schwiege, würde für weise gehalten und für verständig, wenn er den Mund hielte.“ (Sprüche 17,28) „Was aber ist edler als in Besitz der Wahrheit zu sein?“ Philipp Melanchthon (1497-1560)¹⁶

- Lob Gottes

„Herr, tu meine Lippen auf, dass mein Mund deinen Ruhm verkündige.“ (Psalm 51,17) „Mein Mund soll verkündigen deine Gerechtigkeit, täglich deine Wohltaten, die ich nicht zählen kann.“ (Psalm 71,15) „Ich will dem Herrn sehr danken mit meinem Munde und ihn rühmen vor der Menge.“ (Psalm 109,30) „Ich will singen von der Gnade des Herrn ewiglich und seine Treue verkünden mit meinem Munde für und für.“ (Psalm 89,2)

- Verkündigung, Mission, Einladung

„Hoch willkommen ist der Freudenbote, der mit guter Botschaft über die Berge kommt, der Frieden verkündet und Rettung verheißt, der zu Zion sagt: ‚Dein Gott herrscht als König!‘“ (Jesaja 52,7 NeÜ)

¹⁶ https://www.aphorismen.de/suche?f_autor=2592_Philipp+Melanchthon&seite=2 Aufruf: 24.11.21

„Es ist offenbar geworden, dass ihr ein Brief Christi seid, ...“ (2. Korinther 3,2) „Denn wenn du mit deinem Munde bekennt, dass Jesus der Herr ist, und in deinem Herzen glaubst, dass ihn Gott von den Toten auferweckt hat, so wirst du gerettet.“ (Römer 10,9) „Darum gehet hin und machet zu Jüngern alle Völker: Taufet sie auf den Namen des Vaters und des Sohnes und des heiligen Geistes und lehret sie halten alles, was ich euch befohlen habe...“ (Matthäus 28, 19-20)

- Ausdruck der Liebe

„Ein freundliches Wort erfreut den Menschen.“ (vgl. Sprüche 12,25) „... wie gut ist ein Wort zur richtigen Zeit!“ (Sprüche 15,23) „Ihr aber habt gehört, dass zu den Alten gesagt ist (2. Mose 20,13; 21,12): ‚Du sollst nicht töten‘; wer aber tötet, der soll des Gerichts schuldig sein. Ich aber sage euch: Wer mit seinem Bruder zürnt, der ist des Gerichts schuldig; wer aber zu seinem Bruder sagt: Du Nichtsnutz, der ist des Hohen Rats schuldig; wer aber sagt: Du Narr!, der ist des höllischen Feuers schuldig.“ (Matth. 5, 21-22) „... damit ihre Herzen gestärkt und zusammengefügt werden in der Liebe und zu allem Reichtum an Gewissheit und Verständnis, zu erkennen das Geheimnis Gottes, das Christus ist, in welchem verborgen liegen alle Schätze der Weisheit und der Erkenntnis. ...“ (Kolosser 2, 2-4)

„Sprecht weniger und lasst wahre innerliche Frömmigkeit in guten Werken sichtbar werden. Seid liebevoll und seid freundlich. Betet mehr und lest mehr in eurer Bibel. Seid eifrige Schüler in der Schule Christi.“¹⁷

¹⁷ E.G. White, Zeugnisse für die Gemeinde Band 5, S. 600



Reine Luft



Sonnenschein



Mäßigkeit



Ruhe

Die Gesundheitsabteilung der IMG der Deutschen Union

Ich grüße Euch mit dem Segen aus dem zweiten Vers des 3. Johannesbriefes:

„Ich wünsche Euch in allen Stücken, dass es Euch wohl gehe und Ihr gesund seid, wie es denn Eurer Seele wohl geht.“

Mitte des Jahres, bei den Wahlen zu den Ämtern in der Gemeinde, wurden dieses Mal die Aufgaben der Gesundheitsabteilung einem Team anvertraut. Dazu gehören Regina Püschel, Christoph Müller, Evelyn Sonnenberg und ich, Dr. Martin Sonnenberg. Jeder bringt sein Spezialgebiet mit ein, sodass wir ein breiteres Feld im Bereich Gesundheit und Medizin abdecken können.



Regina Püschel, ausgebildete Heilpraktikerin, beherrscht u.a. Naturheilkunde und wie wir bei den Gesundheits-Clips am Sabbat sehen konnten, fühlt sie sich in der Pflanzenheilkunde zuhause. In diesen Bereichen kann sie uns mit wertvollen Tipps und Anregungen unterstützen!



enorm wichtig dies auszugleichen. Bei dem was und wie wird uns Christoph beratend evt. auch demonstrierend zur Seite stehen.

Meine Frau, *Evelyn Sonnenberg*, ist meine rechte Hand in unserer Hausarztpraxis und nun auch unsere Sekretärin, die vor allem die schriftlichen und organisatorischen Aufgaben begleitet, aber auch in einer gesunden Lebensweise kompetent ist.



Christoph Müller ist langjährig als Physiotherapeut tätig und wird uns aus seinem Bereich unterstützen. Seine Hauptaufgabe wird die Motivation zur Bewegung sein.

In einer Welt, die zu Bewegungsmangel zwingt, wie z.B. die Büro- und Computerarbeit oder auf der anderen Seite zu Fehl- oder Überbelastungen, wie bei vielen körperlich tätigen Menschen, ist es



Ich selber, *Dr. Martin Sonnenberg*, bin langjährig als Allgemeinmediziner in einer Hausarzt-Praxis tätig. Damit bin ich auch Bindeglied zwischen meinen Patienten und den Spezialisten, den Fachärzten.



Bewegung



Wasser



Ernährung



Vertrauen

„Das Befolgen der physikalischen Gesetze, denen unser Körper unterliegt, wird Gesundheit, Leben und Freude zur Folge haben. Stimmt unser Wollen und Tun mit Gottes Willen und Wegen überein und folgen wir dem Wunsch unseres Schöpfers, dann wird er den menschlichen Organismus in gutem Zustand erhalten. Er wird die moralischen, geistigen und körperlichen Kräfte erneuern, so daß er durch uns zu seiner Verherrlichung wirken kann. Seine erneuernde Kraft offenbart sich ständig in unserem Körper. Wenn wir in diesem Bereich mit ihm zusammenwirken, werden Gesundheit und Glück, Friede und Einsatzfähigkeit das sichere Resultat sein.“
E.G. White, Bibelkommentar, S. 57

Die Medizin ist hierarchisch aufgebaut, das heißt, ohne eine gute basale Lebensweise und Therapie, wird auch der Spezialist scheitern oder nur noch die Katastrophen verhindern können.

Eine erst kürzlich durchgeführte Studie ergab, dass bei internistisch erkrankten Patienten 40% der Erkrankungen gar nicht erst aufgetreten wären, wenn die Lebensweise „gesund“ gewesen wäre.

Ich sehe mich noch, wie ich als junger Assistenzarzt auf einer internistischen Station zur Vorbereitung der Chefarztvisite im Kopf meine Patienten durchging. Es fiel mir auf, dass fast bei allen ihre Lebensweise mit Schuld daran war, dass sie auf meiner Station lagen.

Ein gutes Fundament entscheidet darüber, wie stabil ein Gebäude gebaut ist und wie lange es hält. Ebenso ist es mit unserem Körper. Gehen wir sorgfältig und pfleglich mit ihm um, wird er uns mehr und länger Freude machen.

Für Christen hat dies noch eine besondere Bedeutung. Unser Körper soll als Tempel für den heiligen Geist fungieren. Und ich kann mir schwer vorstellen, dass er in eine Ruine einzieht.

Dies zu vermeiden, dazu wollen wir als Gesundheitsteam mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Euer Gesundheitsteam
Dr. Martin Sonnenberg

Gesundheit ist ein hohes Gut und sie zu erhalten, eine lebenswichtige Aufgabe.

Die WHO (Weltgesundheitsorganisation) hat schon 1946 Gesundheit positiv definiert: „Gesundheit ist ein Zustand vollständigen körperlichen, psychischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Beschwerden und Krankheit.“

Aus Jakobus 1 möchte ich Vers 12-15 dazusetzen:

„Selig ist der Mann, der die Anfechtungen erduldet; denn nachdem er bewährt ist, wird er die Krone des Lebens empfangen, welche Gott verheißen hat denen, die ihn lieben. Niemand sage, wenn er versucht wird, dass er von Gott versucht werde. Denn Gott kann nicht versucht werden zum Bösen, und er selbst versucht niemand. Sondern ein jeglicher wird versucht, wenn er von seiner eigenen Lust gereizt und gelockt wird. Darnach, wenn die Lust empfangen hat, gebiert sie die Sünde; die Sünde aber, wenn sie vollendet ist gebiert sie den Tod.“

Diese etwas eigenwillige Zusammenstellung soll besagen, dass wir, selbst bei angeborenen Behinderungen, einen wunderbaren Körper von Gott bekommen haben und unsere Aufgabe ist es, diesen zu pflegen und erhalten.

Es gibt die drei großen Bereiche: Körper, Geist (Verstand) und Seele.

Sie sind alle drei eng miteinander verzahnt und der eine funktioniert nicht gut, wenn der andere leidet.



Bewegung

Bilder von Petra und Designmodul auf Pixabay

Zuerst will ich den Körper betrachten, insbesondere die Motorik. Gott hat uns als Bewegungs-Lebewesen geschaffen. Die Bewegungsempfehlungen der WHO vom November 2020 wurden nach ausführlicher Recherche abgeändert.

Gleich geblieben ist die Empfehlung, dass Erwachsene auch ältere Erwachsene, wöchentlich mindestens 150-300 Minuten eine ausdauerorientierte Aktivität mit moderater Intensität oder 75-150 Minuten mit hoher Intensität sowie an mindestens 2 Tagen muskelkräftigende Aktivität durchführen sollten. Allen älteren Personen über 65 Jahren werden Gleichgewichtsübungen bzw. Aktivitäten, die das Gleichgewicht trainieren, empfohlen. Neu ist, dass jede Bewegung zählt, auch wenn sie gering erscheint. Bewegung erhält Gesundheit und Leben. Eine australische Studie wurde nach ihrem Ergebnis betitelt: Der Tod läuft 3 Km/h. Denn wer noch schneller unterwegs sein kann, läuft dem Tod meist noch davon.

Christoph Müller, Physiotherapeut, unserem Spezialisten für die Motorik, wird uns Empfehlungen für Bewegungsübungen geben:

„Bewegung ist für den gesamten Körper tagtäglich neu sehr wichtig. Jeder Muskel und besonders die Bandscheiben brauchen eine abwechselnde Bewegung, um gut zu funktionieren. Viele Probleme entstehen durch mangelnde oder einseitige Haltung und/oder Bewegung. Wir haben unsere Wohn- und Arbeitssituation, auch die Freizeit und sogar den Urlaub, also die gesamte Umwelt, meist so gestaltet, dass wir uns immer weniger bewegen müssen.

Doch vieles von dem, was als modern und bequem empfunden wird, dient nicht unserer Gesundheit.

Kleine Tipps für den Alltag

Nimm die Treppe statt den Fahrstuhl.
Lass das Auto, wenn irgend möglich, auch mal stehen und gehe zu Fuß oder nimm dein Fahrrad.
Entscheide dich, im Bus nicht gleich zum Sitzplatz zu stürmen, sondern bleibe - gut festgehalten - stehen. Entdecke deine Umgebung neu, indem du einfach eine Station früher aussteigst und den restlichen Weg zu Fuß gehst.
Triff dich mit andern zum Spaziergehen, Wandern, Radfahren und Schwimmen.
Entdeckt am Sabbat die Schöpfung zu Fuß.
Bewege dich abwechslungsreich und nützlich in deinem Garten oder hilf anderen in ihrem.
Wenn du länger sitzen musst, strecke dich zwischen durch ganz bewusst. Drücke deine Lendenwirbelsäule nach vorn. Gehe dabei ins maximale „Hohlkreuz“ und dann in die Gegenrichtung - werde „ganz rund“. Wiederhole diese Übung ein paar Mal.
Wenn du eine sitzende Tätigkeit hast, nutze Gelegenheiten, dich zu erheben. Stehe zum Telefonieren auf. Platziere den Drucker/Kopierer so, dass du einen kleinen Weg hast, um das Gerät zu bedienen.
Bewege im Sitzen deine Zehen und hebe immer mal den Vorderfuß hoch. Wippe im Stehen, z.B. in einer Warteschlange, mit den Füßen.
Schaffe einen Ausgleich von den Bewegungen auf der Arbeit zu denen in deiner Freizeit.
Bleibe aktiv beim Spielen mit viel Bewegung mit deinen Kindern, Enkeln oder den Gemeindegemeinschaften.“

Christoph Müller

Viel Freude und mehr Gesundheit durch Bewegung wünscht
Dr. Martin Sonnenberg

Gesund durch den Winter



Foto von Yan Krukov auf pexels

Bei dem, was in der Welt los ist, kann man Angst vor dem bevorstehenden Winter bekommen. Die Energiekrise, der Ukraine-Krieg und die Umweltzerstörung mit Klimaänderungen werden unser Leben verändern und vieles davon sind Zeichen, dass Gott seine segnenden und erhaltenden Hände zurückzieht und wir unsere Sünden mehr und mehr spüren werden. Auch wenn unser persönlicher Einfluss sehr gering sein mag, sollte jeder das Seine dazutun, sei es der Erhalt unserer Umwelt oder die Hilfe für in Not geratene Menschen.

Wir sollten uns aber auch in unserem Leben auf diesen Winter vorbereiten. Nicht nur öffentliche Gebäude werden weniger geheizt, auch in privaten Wohnungen werden die Thermostate niedriger eingestellt. Wir sollten uns mit unserer Kleidung darauf einrichten. Die Kleidung sollte angepasst sein, das heißt der Temperatur und dem Wetter angemessen. Günstig ist eine zwiebelige Gestaltung, also mehrschichtig. Eine Jacke oder Pullover, den man nach Bedarf an- oder ausziehen kann. Man sollte auch für warme und trockene Füße sorgen. Dies erfüllen dickere Socken und entsprechendes Schuhwerk.

Vorsicht ist geboten, wenn man droht, langsam auszukühlen, oder einige Zeit auf einem kalten Stuhl sitzt. Während kurze Kälteanwendungen das Abwehrsystem anregen, schwächt ein längeres Abkühlen unser Abwehrsystem und es drohen Lungen- oder Harnwegsinfekte.

Um der Abwehrschwächung vorzubeugen, spielt die Ernährung eine wichtige Rolle. Viele Nahrungsmittel sind heutzutage mit Vitamin C versetzt als Stabilisator, sodass

es selten zu einem Vitamin C-Mangel kommt. In den frischen Lebensmitteln ist der Vitamin C-Gehalt allerdings im Winter erniedrigt.

Bedeutender ist der niedrige Vitamin D-Spiegel bei den meisten Menschen in unseren Breiten. Dieses Vitamin benötigt UV-Licht auf unserer Haut, um in ausreichendem Maße hergestellt zu werden. Davon haben wir im Winter zu wenig. Im Dunkeln zur Arbeit und bei Kälte dick eingekleidet, sinkt der Vitamin D-Gehalt im Blut meist auf zu niedrige Werte. Die Hauptfunktion vom Vitamin D ist zwar der Knochenaufbau; es hat in unserem Körper an die 400 Ansatzpunkte. So kann ein sehr niedriger Spiegel zu Müdigkeit und Muskelschwäche führen. Der Vitaminmangel ist auch einer der Gründe für die Frühjahrsmüdigkeit.

Die Kälte im Winter aktiviert in unserem Körper Signale, die dazu führen, Winterspeck anzusetzen, je nach Neigung mehr oder weniger. Die Nahrung ist fettreicher und während der langen Winterabende neigt man zum Naschen. Diese zucker- und fettreichen Verführungen wie Marzipan, Schokolade und Weihnachtsgebäck, welche wir ja jetzt schon kaufen können, sind wahre Energiebomben. Zudem ist unsere Lebensweise viel bequemer geworden. Hier ist Mäßigkeit angesagt, da sonst der Kampf gegen das Übergewicht im Frühjahr folgt.

Dem kann man auch mit Bewegung entgegenwirken. Spaziergänge in entsprechender Kleidung, denn wie ein Spruch sagt, gibt es kein schlechtes Wetter sondern nur falsche Kleidung.



Foto von Yan Krukov auf pexels.com



Foto von Alexander Nerozya auf pexels

Nimm dir Zeit für Gott Gerade im Winter ...

Natürlich kann man sich auch innerhalb eines Hauses betätigen, wie eine Morgen- oder Abendgymnastik. Jede Bewegung hilft, sodass es auch keine Altersbeschränkung gibt.

Durch das Erwärmen der Luft, die von außen kommt, sinkt die relative Luftfeuchtigkeit in den Räumen. Die Luft wird trocken. Durch Austrocknen der Schleimhäute werden diese infektanfälliger, welches eine Zunahme der gripalen Infekte im Winter bewirkt. Dem kann man mit einer ausreichenden Trinkmenge, Pflege der Nasenschleimhäute und kurzes, aber intensives Lüften entgegenwirken. Auf der anderen Seite hat man in den Wintermonaten abends mehr Zeit, die man z.B. zum Lesen nutzen kann. Wie wäre es da mit der Bibel?!

Dr. Martin Sonnenberg

Literaturangaben:

Banzer W (Hrsg) (2016) Körperliche Aktivität und Gesundheit, 1. Auflage, Springer; Bull FC, Al-Ansari SS, Biddle S u.a. (2020) World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Br J Sports Med 54 (24); Füzéki E, Vogt L, Banzer W (2017) Nationale Bewegungsempfehlungen für Erwachsene und ältere Erwachsene - Methodisches Vorgehen, Datenbasis und Begründung. Gesundheitswesen 79 (S 01); Physical activity strategy for the WHO European Region 2016-2025. World Health Organisation Regional Office for Europe, Copenhagen; Bundesärztekammer Rezept für Bewegung. <https://bundesaeerztekammer.de>; Kallings LV (2016) The Swedish approach on physical activity on prescription. Supplement 2, Clinical Health Promotion (6): 31-33

Wenn in unseren Breiten die Natur schläft – einige Tiere halten sogar Winterschlaf – können wir uns mit wenigen Eindrücken etwas zurückziehen, um uns über unsere persönliche Befindlichkeit klar zu werden.

Reflektion als Zeichen des Innehaltens, Erlebnisse und Erfahrungen werden überdacht. Sind Körper, Seele und Geist im Einklang? Fühle ich mich ganz mit Gott, meinem Heiland, der größten universellen Kraft, die Bibel nennt sie *den Allmächtigen*¹, verbunden?

Schon heute sollten wir entschieden beginnen, uns möglichst vor einer Fülle von schädlichen Informationen als Tagesstart zu schützen (z. B. durch Nachrichten aus den Medien). Von dort werden wir überwiegend mit Negativem konfrontiert und zum Teil sogar gezielt manipuliert. Erwie-senermaßen tut uns das überhaupt nicht gut, so in den Tag zu gehen. Wie wäre es dann besser mit einer „Stillen Zeit“ am Morgen, einer Andacht, um gleich die Weichen richtig zu stellen – nämlich hinein in Gottes Gebiet, wo wir Kraft für den Tag gewinnen.

Was unterstützt uns darüber hinaus? Wie können wir uns am besten regenerieren? Musik, die Gott lobt und zu seiner Ehre erklingt, wäre so ein Schlüssel. Medizinisch wissenschaftlich ist bewiesen, dass Musiker und da

¹ vgl. Psalm 91,1.2.

besonders Organisten, die also mit dem Geist und ihrem ganzen Körper völlig auf den harmonischen Klang fokussiert sind, die besten Resultate in Bezug auf Regeneration und Rekonvaleszenz erreichen. Falls du gerade kein begnadeter Orgelspieler bist – das macht nichts. Vielleicht möchtest du dein Herz beim (Chor-) Singen erfreuen oder tanzend bewegt werden², um praktisch mit deiner Seele zu schwingen - wie wir es in Jesaja 40,31 lesen: „*doch die, die auf den HERRN warten, gewinnen neue Kraft. Sie schwingen sich nach oben wie die Adler. Sie laufen schnell, ohne zu ermüden. Sie gehen und werden nicht matt.*“ Dann umgeben wir uns auch nebenbei mit freundlicher Geselligkeit von Gleichgesinnten. Das ist ein Anteilnahme-Rezept.

Damit uns auch bei winterlich kalten Temperaturen so richtig wohlig warm wird, empfiehlt sich ein heißer Tee. Jetzt gerade bietet sich ein guter Lymphtee an, 8 verschiedene Kräuter ergänzen sich in der Ausleitung von belastenden Substanzen aus unserem Körper; prophylaktisch, genauso sinnvoll wie bei chronischen Symptomen und automatisch stellt sich sogleich eine Wohlfühlgemütlichkeit ein!

Wissenschaftler, die unser Universum erforschen, stoßen auf Erkenntnisse, die vom Sinn her in den Bereich der Bibel führen.³ Das Universum, also auch wir, bestehe nur zu ca. 0,1 % aus Materie. Dazwischen befindet sich ausschließlich Energie – das sogenannte Vakuum, was heute als Eigenschwingung des Kosmos bezeichnet wird. Wir Menschen als Geschöpfe Gottes bestehen nicht nur aus Materie. Gott schenkte uns Intelligenz, Weisheit, Geist, Liebe. Gottes Atem rief uns ins Leben und erhält es. Wir sind nicht Verlorene in einem unergründlichen Universum. E.G. White schreibt: „An unserer winzigen Welt zeigt das gesamte himmlische Universum die regste Anteilnahme, hat doch Christus für ihre Bewohner einen unermesslichen Preis gezahlt. Er, der Welterlöser, hat Erde und Himmel durch Geistesbände verbunden; denn hier unten leben die Erlösten des Herrn. ... Noch immer besuchen heilige, himmlische Wesen die Erde ... Wir müssen die Aufgabe der Engel, die zu uns kommen, noch besser verstehen lernen. Wir sollten uns stets vor Augen halten, dass bei all unserm Tun himmlische Wesen uns helfend umsorgen. Unsichtbare Heerscharen voll Licht und Stärke sind bei den Sanftmütigen und Demütigen, die sich gläubig an die Verheißungen Gottes klammern ...“⁴ Zu unserem Bewusstsein sollte gehören, dass wir uns für Gottes Wirken öffnen, es wahrnehmen und seine Liebe erkennen.

Wir Menschen stoßen in Bereiche vor, die sich unserer Vorstellungskraft teilweise entziehen. Max Planck sagte: „Für den gläubigen Menschen steht Gott am Anfang, für

² vgl. Vgl. Psalm 30,12.

³ vgl. Ostermann, Eduard, Wissenschaftler entdecken Gott! Hänssler Verlag 2001

⁴ E.G. White, Christus lehrt durch Gleichnisse (1990), S. 122.



Foto von Dagny Walter auf Pixabay

den Wissenschaftler am Ende aller seiner Überlegungen.“⁵ Wir staunen noch immer mit den Worten des Psalmisten: „*HERR, mein Gott, du bist sehr groß; in Hoheit und Pracht bist du gekleidet. Licht ist dein Kleid, das du anhast. Du breitest den Himmel aus wie ein Zelt;*“ Psalm 104,1.2. Die Aussage aus Johannes 4,24 „Gott ist Geist“ lässt uns ebenso von einer Raum und Zeit umspannenden Macht ausgehen, wie die Tatsache, dass Jesus bei allen seinen Nachfolgern weltweit ist⁶ und Gottes Geist in allen seinen Kindern wohnt.⁷

Also sollten wir uns regelmäßig und bewusst um geistige Stärke kümmern, das heißt, unsern Glauben im Bewusstsein verankern. Das Wichtigste ist stets unser Glaube und dass wir ihn als höchste Autorität anerkennen - so wie es Gott zukommt! Bei allem, was uns bedrängt - auch krank macht – schwimmen wir in der uneingeschränkten, liebevollen Kraft Gottes, der **alles** möglich ist – vor allem, das was **wir** uns nicht vorstellen können.

Aus dieser Überzeugung resultiert eine Ruhe, innerer Friede, die uns stärken, ja völlig neu und gesund machen kann. (Volksweisheit: In der Ruhe steckt die Kraft!)

Aber auch: Wir lernen nie aus!

Mögest in deinem Herzen du so machen reichen Lebenstag in Dankbarkeit bewahren. Mit den Jahren wachse jede Gabe, die Gott dir einst geliehen, um alle, die du liebst, mit Freude zu erfüllen. In jeder Stunde, Freud und Leid, lächelt der Menschgewordene dir zu. Bleibt du in seiner Nähe! Aus Irland. Regina Püschel

⁵ <https://zitate.net/max-planck-zitate> Aufruf: 6.10.22

⁶ Vgl. Matthäus 28,20.

⁷ Vgl. Hesekeel 36,27; 1. Korinther 6,19.

Ein Schrei in der Nacht.



Kriegstraumata bei Kindern und erste Schritte zum Verstehen.

Dirk Blamberg

Es ist Nacht in einer Stadt irgendwo in Deutschland. Aleyna, ein fünfjähriges Mädchen, liegt in ihrem Bett und schläft friedlich. Doch plötzlich schreckt die Kleine auf und schreit „Mama, Mama wo bist du?“ Die Mutter kommt schnell und nimmt sie in den Arm.

Aleyna erlebte im Traum, was vor kurzem noch völlige Realität in ihrem Leben war. Denn sie und ihre Familie sind Kriegsflüchtlinge. Kriege reißen tiefe Wunden in die Herzen der Menschen. Momentan toben ca. sechszwanzig bewaffnete Konflikte auf unserem kleinen Planeten. Und jeden Tag werden dabei Menschen getötet oder verletzt. Im Falle von Aleyna haben nur sie, ihre Mutter und ihr kleiner Bruder den Krieg überlebt. Ihr Vater und ihre Schwester sind während eines Raketenangriffes auf ihre Stadt in Syrien ums Leben gekommen.

Und es sind die Bilder, Töne und selbst Gerüche, die sich wie ein brennendes Feuer in die kleine Kinderseele eingebrannt haben. Wunden, die immer wieder aufbrechen und für schlaflose Nächte sorgen. Im Falle des Mädchens sprechen wir von einer PTSD, einer Posttraumatic Stress Disorder. Die PTSD äußert sich dahingehend, dass betroffene Menschen Symptome des Wiedererlebens erleiden. Das Ereignis (Traumata) drängt sich tagsüber durch Träume oder Flashbacks auf. In den Nächten können starke Angstträume und Panikattacken erlebt werden. Dabei empfinden die Menschen eine beängstigende Hilflosigkeit und oft den Verlust der eigenen Selbstkontrolle. Parallel zu den Symptomen des Wiedererlebens können auch Vermeidungssymptome auftreten. Diese können sich

in emotionaler Apathie (Gleichgültigkeit und Teilnahmslosigkeit), gegenüber der Umwelt und anderen Menschen zeigen. Ebenso wird eine aktive Vermeidung von Situationen und Aktivitäten angestrebt, die eventuell das Trauma wieder wachrufen könnten. Desgleichen konnte bei kriegsgeschädigten Kindern beobachtet werden, dass zusätzlich eine Störung des vegetativen Nervensystems vorhanden war. Dies zeigte sich besonders durch Schlafstörungen, Reizbarkeit, Konzentrationsschwäche, eine erhöhte Wachsamkeit sowie eine ausgeprägte Schreckhaftigkeit.

Nun stellt sich die Frage, wie können wir Menschen wie Aleyna helfen, sich wieder in einer sicheren Welt zurechtzufinden?

Dazu ist es notwendig, ihnen zuallererst das wiederzugeben, was sie verloren haben: Sicherheit.

Sicherlich können wir nicht den Verlust von geliebten Menschen ersetzen, dennoch dürfen wir Nähe und Zuneigung zeigen, um den Kindern ein Gefühl von Wärme und Geborgenheit zu vermitteln. Emotionen zu erlauben, spielt in der Verarbeitung von Traumata eine entscheidende Rolle. Das Kind soll seine Gefühle zeigen, es darf wütend und traurig sein. Kinder mit Kriegstraumen sollten von Menschen betreut werden, die dem Kind vermitteln, dass es auf dieser Welt gewollt ist. In Zusammenarbeit mit medizinischen und pädagogischen interdisziplinären Fachkräften und engen Bezugspersonen können Traumata gut verarbeitet werden. Verschiedene Therapiemöglichkeiten können nur einen Teil der begleitenden Maßnahmen darstellen. Denn eines dürfen wir nie vergessen, dass Jesus



Bild von Ri Butov auf Pixabay

Christus die Möglichkeit hat, das Herz und den Geist der traumatisierten Menschen zu heilen. Indem er die Leidenden tröstet und wiederherstellt.

„Der du uns viele und unheilvolle Nöte hast sehen lassen, du wirst uns wieder beleben und uns aus den Tiefen der Erde wieder heraufführen.“ (Psalm 71,20 SCH 2000)

Wenn Gott sich einem zerbrochenen Menschen nähert, kommt er immer mit einer heilenden Botschaft. Er berührt die Seele mit seinen Schöpferhänden und baut den Hilfesuchenden wieder auf. Denken wir an den Propheten Elia, der in seiner Angst und Verzweiflung, den Tod vor Augen, in die Wüste floh und nur noch einen Wunsch auf den Herzen hatte. Er wollte sterben. Wie tief kann doch menschliche Verzweiflung sein!

Doch wie reagiert Gott nun auf Elia? Er sendet einen himmlischen Boten, der ihm Speise gibt, damit Elia sich stärken kann. Der Engel berät ihn nicht, er ist nur da und versorgt Elia mit dem Notwendigsten. Und genau so können auch wir traumatisierten Kindern begegnen.

Wir geben ihnen das was sie brauchen. Schutz, Pflege und Nähe. Drei Faktoren, die für eine Heilung der Seele unabdingbar sind. Deutlich wird dies im Psalm 34,18-20. *„Wenn jene rufen, so hört der HERR und rettet sie aus all ihrer Bedrängnis. Der HERR ist nahe denen, die zerbrochenen Herzens sind, und er hilft denen, die zerschlagenen Geistes sind. Der Gerechte muss viel Böses erleiden; aber aus allem rettet ihn der HERR.“*

Die Medizin und die Wissenschaft kommt in vielen Dingen an ihre Grenzen. Auch in der Traumatherapie findet sie oft keine adäquaten Antworten auf brennende Lebensfragen. Doch Gott kennt jede einzelne Seele auf unseren Planeten, er weiß um die Schmerzen und das Leid. Und kann, wie wir in den Psalmen gelesen haben, uns aus allen furchtbaren Situationen retten. Das wohl wichtigste geistliche Heilmittel in der biblischen Traumatherapie ist das persönliche Gespräch mit Gott. Kinder nehmen Gott als Freund wahr, dem sie grenzenlos vertrauen können. Und das gilt es zu fördern. Das gemeinsame Gebet, das authentische Mitleiden, Weinen, aber auch Lachen mit dem Kind, macht es möglich, dass eine sukzessive Heilung eintreten kann.

„Einer trage des anderen Lasten, und so sollt ihr das Gesetz des Christus erfüllen!“ (Galater 6,2 SCH 2000)

Einander helfen, ermutigen, trösten - das sind elementare Aufgaben, die Jesus Christus uns aufgetragen hat. Ich wünsche mir, dass wir unsere Augen von Gott für die Menschen in Not öffnen lassen und wir gemeinsam das wertvollste Gut, unsere Kinder, bewahren und behüten, damit auch Kinder wie Aleya morgen wieder friedlich schlafen können.

*„Noch bevor sie rufen,
werde ich antworten ...“*

Jesaja 65,24

Wie Gott in unserem Alltag wirkt

Es war ein schöner Spätsommertag in den neunziger Jahren, der mich zu einem Spaziergang einlud. In nur wenigen Minuten war ich von meiner Wohnung aus mitten in der Natur. Wohin mein Auge auch blickte, bis weit in die Ferne, sah ich, dass alle Felder bereits abgeerntet waren. Es wehte ein frischer Wind und mit ihm flogen auch schon die ersten bunten Blätter davon. Auf dem breiten Feldweg, auf dem ich mich befand, sah ich, dass es in großen Abständen immer wieder Wege gab, die zurück in die Ortschaft führten. Einen davon wählte ich aus und war bald wieder zu Hause.

Später schellte das Telefon; es war Walter: „Hast du Interesse und Zeit für einen Kurzurlaub an die holländische Nordsee? Ich habe einen großen, schönen Drachen und würde ihn dort gerne fliegen lassen.“ Nach kurzer Über-

legung sagte ich zu. Ich kannte die Gegend sehr gut, da ich schon oft dort alleine im Urlaub war. Die Gegebenheiten am Strand und die Windverhältnisse waren geradezu ideal für dieses Vorhaben! Auch reizte mich der Gedanke, es selbst einmal auszuprobieren, denn ich hatte noch nie einen großen Drachen in die Lüfte steigen lassen.....

Wir planten unsere Reise für Ende September bis Anfang Oktober. Wir hatten Glück und bekamen kurzfristig für diesen Zeitraum Urlaub. Nach ca. 3,5 Stunden hatten wir unser Ziel erreicht: Renesse, ein kleiner, sehr beliebter Urlaubsort auf der Insel Schouwen-Deuiveland. Bei dem guten Wetter wollten wir zuerst ans Meer und genossen die frische, würzige Seeluft. Bei dieser Gelegenheit schauten wir auch nach einem geeigneten Strandabschnitt für unser Vorhaben.

„Alles, was ihr bittet in eurem Gebet, glaubet nur, dass ihr's empfangen werdet, so wird's euch werden.“ Markus 11,24



Bild von montemari auf Pixabay

Das Ferienhaus befand sich in einer ruhigen, gepflegten Ferienparkanlage. Es hatte eine gute Ausstattung und es war genügend Platz vorhanden, so dass jeder von uns seinen eigenen Wohnbereich hatte.

Wir wählten einen Tag aus, an dem das Wetter und die Windverhältnisse gut waren und fuhren mit den Fahrrädern zum Strand. Oben auf dem Dünenweg stellten wir die Fahrräder ab. Es waren schon viele Menschen da, doch es gab keine Platzprobleme, der Strand war breit und lang. Wir sahen am Himmel bunte Drachen in den schönsten, leuchtenden Farben. Schon bald flog Walters Drachen mit den anderen davon. Manchmal stürzte er ab und ich lief zu der Stelle, hob ihn auf, brachte ihn zurück und der Start ging von neuem los. Nach nur kurzer Zeit gelang es ihm, seinen „Yukon-Sport-Lenkdrachen“ lange in der Luft zu halten. Er ist mit seiner Eleganz eine Augenweide am Himmel. Er sieht aus, wie ein großer Vogel mit weit ausgespannten Flügeln, die sich vom Wind treiben lassen.

Dann kam der Moment, auf den ich schon länger gewartet hatte.....er gab ihn mir in die Hand und zeigte mir den Umgang damit, besonders die Steuerung, um ihn lange in der Luft halten zu können. Einen Drachen steigen zu lassen, will geübt sein. Nur wenige bringen ihren Drachen gleich beim ersten Mal sicher und gekonnt in die Luft. Nach einiger Zeit gelang es auch mir, ihn länger in der Luft zu halten, was mich sehr freute. Wir wechselten uns gegenseitig ab. Die Zeit verging sehr schnell. Nach 17:00 Uhr fuhren wir zurück zum Ferienhaus. Als ich den Haustürschlüssel aus meiner Jackentasche nehmen wollte, war keiner da.....erschrocken sah ich Walter an und sagte: „Ich habe ihn verloren, aber wo?“ Auf dem Grundstück befand sich ein Gartenhaus, das nicht verschlossen war. Walter fand einen Rechen und fuhr zum Strand, um im Sand nach dem Schlüssel zu suchen. Ich sagte, dass ich nachkommen würde. Ich ging ins Gartenhaus und betete: „Lieber Gott, ich danke dir für den schönen Tag, für das gute Wetter und für die Freude, die du uns beiden geschenkt hast. Bitte vergib mir meine Unachtsamkeit, dass ich vergaß, den Reißverschluss an meiner Jackentasche zu schließen. Nur du weißt, an welcher Stelle der Schlüssel mir aus der

Tasche gefallen ist. Bitte zeige mir die Stelle, lass mich ihn finden. Ich danke dir schon jetzt, dass ich ihn gefunden habe. Ich danke dir, dass du mein Gebet erhört hast. Amen.“ Ich dachte an den Bibelvers in Markus 11,24:

„Alles worum ihr betet und bittet - glaubet nur, dass ihr es schon erhalten habt, dann wird es euch zuteil.“
In dem festen Glauben daran fuhr ich zurück zum Strand!

Auf dem Weg dort hin fand ich den Schlüssel nicht. Er war mir sicher beim Hin- und Herlaufen am Strand aus der Tasche gefallen. Als ich das Fahrrad oberhalb der Dünen abstellte, fiel mein Blick auf den Strand, er war, bis auf Walter, menschenleer. Ich lief auf ihn zu und fragte, ob er was gefunden hätte. Sein Suchen blieb ohne Erfolg. Ich sagte: „Lass uns runter gehen bis zum Meer, den Suchbereich einteilen in eine rechte und linke Seite und uns dann Meter für Meter hocharbeiten.“ Ich hatte die rechte Seite übernommen. In der Mitte angekommen, besprachen wir unser weiteres Vorgehen:

„Ich habe dafür gebetet, dass wir den Schlüssel finden und ich will weiter fest daran glauben, dass Gott mir die Stelle zeigt, denn ER kann das Unmögliche möglich machen!“ „Schau mal, der Sand ist ständig in Bewegung, bei jedem Schritt, denke nur an die vielen Leute, die heute hier waren. Der Wind hat ihn zugeweht und der Sand unter sich begraben!“ „Lass uns weiter suchen bis oben zum Dünenweg.“ Wir suchten weiter. Plötzlich sah ich auf der rechten Seite, im oberen Drittel unseres Suchgebietes, im Sand etwas kleines „Rotes“.....Ich lief darauf zu und schob vorsichtig mit beiden Händen den Sand zur Seite. Es war der Ferienhausschlüssel mit dem roten Anhänger auf dem sich die Hausnummer befand. Voller Freude rief ich: „Ich habe ihn gefunden!“ Ich dankte Gott der das Unmögliche möglich machte und mein Gebet erhörte! Freudig und erleichtert fuhren wir zum Ferienhaus.

Gott belohnte meinen Glauben und mein Vertrauen zu ihm. „Alles, was ihr bittet in eurem Gebet, glaubet nur, dass ihr's empfangen werdet, so wird's euch werden.“ Markus 11,24. Diesen Bibelvers sehe ich in meinem Erlebnis bestätigt und erfüllt.
Hanna Göbbels

Da wurde ich ein neuer Mensch ...

Persönliche Erfahrung mit Gott

Andrea Piaquadio auf Pexels

Als Kind wuchs ich evangelisch auf. Wir gingen in den Gottesdienst in unserer sehr kleinen Gemeinde in der Steiermark in Österreich. Ich verstand von den Predigten nicht viel und Gott schien mir ein strenger Richter. Jesus kannte ich nur als das Kind in der Krippe.

Als ich sechzehn Jahre alt war, las ich ein gewisses Buch, das mich von der Existenz eines Gottes überzeugte. Warum ich mir das so einredete, kann ich heute nicht mehr begründen, jedenfalls dachte ich das.

Jahre lebte ich so, aber meine Jugendjahre waren nicht glücklich. Ich stellte mir alles anders vor und zuletzt meinte ich, es sei mir nicht bestimmt, glücklich zu werden. Mein Beruf machte mir die größte Freude. Ich lebte in Wien, bis ich eines Tages nach zehn Jahren sehr krank wurde und den Rat erhielt, meinen Beruf zu ändern.

Das traf mich hart. Ich hatte keine Ersparnisse und die Zukunft schien mir als ein schwarzes Loch ohne Licht. Ich war für mehrere Wochen im Krankenstand und es war ein kalter Winter.

Dann eines nachts schneite es heftig. Es war Februar. Am Morgen als ich erwachte, sah ich den Aprikosenbaum vor meinem Fenster voller Schnee. Und da - ich dachte, ich sehe nicht recht - da saßen vor mir auf einem Ast zwei weiße Turteltauben, ganz zusammengerückt, ein entzückendes Bild. Sie verkörperten genau das, wonach ich

mich so sehr sehnte: Liebe und Geborgenheit. Die beiden saßen da für eine lange Zeit. Da kam es mir auf einmal in den Sinn, dass diese Szene etwas nicht Gewöhnliches war. Jemand musste die lieblichen Tauben für mich hergesetzt haben.

Da schoß es mir in den Kopf: „Ja, vielleicht gibt es doch wirklich einen Gott, viele Menschen glauben an ihn... Wenn ich nur wüsste, dass es einen Gott gibt, dann würde ich ihm immer glauben und gehorchen, ihn lieben!...“

In der Nacht hatte ich einen Traum. Eine weiße Wolke war vor mir, die tat sich auf, und ein Gesicht kam hervor und schaute mich an. Ich wusste sofort, dass es Jesus war, und rief: „Jesus!“. Da schloss sich die Wolke und ich stürmte nach vorne und rief: „Jesus, Jesus!“ Da kam das Gesicht wieder hervor und ich erwachte.

Jesus, wer war Jesus? Ich kannte keinen Jesus. Ich hatte alles vor Jahren vergessen... Im Schlaf, wenn das Unterbewußtsein frei von angelernten Gedanken ist, kann der Heilige Geist das Gedächtnis beeinflussen und die Seele erkennt ihren Schöpfer.

Zwei Tage später hatte ich einen neuen Traum. Eine weiße Gestalt stand ganz nahe bei meinen Herzen. Da stürzte ich mich auf den Boden und rief aus dem tiefsten Herzens- und Seelengrund: „Jesus, vergib mir!“ Und ich wachte auf.

„Der HERR ist mir erschienen von ferne:
Ich habe dich je und je geliebt,
darum habe ich dich zu mir gezogen
aus lauter Güte.“ Jeremia 31,3



Bild von mTreharris auf Pixabay

Ich war erschüttert. Und ich fühlte eine Wärme um mich, als hätte man mir einen warmen Mantel umgehängt und ein unglaubliches Wohlbehagen erfüllte mich. Meine Gedanken rasten: ‚Was ist das, wer ist Jesus?‘

Da wusste ich auf einmal, dass ich beten müsse. Und von dieser Nacht an betete ich. Was ich da sagte, weiß ich nicht mehr. Und drei Wochen später lernte ich meinen zukünftigen Mann kennen. Mein Leben drehte sich vollkommen herum... Ein Buch kam in meine Hände von Wilhelm Busch, dem deutschen Evangelisten, „Jesus unser Schicksal“, in dem er seine Erfahrung mit Jesus beschrieb. Da ging mir ein Licht auf und ich lernte, dass Jesus unser Freund und persönlicher Erlöser ist. Das habe ich nicht gewusst. Meine Jugend wäre anders verlaufen, hätte ich Jesus als meinen Freund gekannt.

Ich bekam einen großen Hunger nach ihm. Und ich hatte nicht einmal eine Bibel! Die bekam ich dann von meiner lieben Tante in Wien zu meiner Hochzeit. Unsere Hochzeit sollte in Canada sein. Die beiden Schwestern meines Verlobten luden uns nach Vancouver, Canada, ein. Zwei Wochen vor dem Abflug, wir lebten derzeit in Salzburg, drängte es mich, in die Kirche zu gehen. Ich wollte Gott kennenlernen und dazu geht man in den Gottesdienst. Mein Bräutigam fühlte sich nicht wohl, so ging ich alleine.

Die sehr schöne, nicht sehr große Christuskirche war nur eine kleine Distanz entfernt. Als ich eintrat, die Bänke waren alle voll, setzte ich mich in die letzte Reihe. Die Orgel spielte und es rann mir kalt über den Rücken. Die Lieder waren mir noch ziemlich bekannt und als ich sang, da liefen mir auf einmal die Tränen herunter und ich wusste nicht warum. Da schoss es mir in den Kopf: ‚Du hast ganz falsch gelebt, wie konntest du ohne Gott leben?‘ Da wusste ich auf einmal, dass ich ein Sünder war. Bei allen Liedern fielen die Tränen. Während der Predigt, es handelte sich um die Geschichte von Zachäus, saugte ich jedes Wort auf wie ein Schwamm. Es war alles wie für mich bestimmt. Am Ende der Predigt sagte der Pfarrer, dass es das Abendmahl gäbe. Ja, das wollte ich, ich musste Vergebung für

meine Sünden haben. Da dachte ich: ‚Wie weiß ich das denn, dass mir diese vergeben sind?‘

Als der Pfarrer sagte: „Wenn du deine Sünden von Herzen bereust, sind sie dir vergeben“. Da schrie alles in mir „Vergib mir, vergib mir!“ und ich wollte mich auf den Boden werfen, genau so wie in meinem Traum ein Jahr zuvor. Das ging aber wegen der Bänke nicht. Und als ich die Worte in meinem Herzen rief, da fühlte ich einen harten Schlag auf dem Kopf und wie ein elektrischer Strom durchraste es meinem Körper in jede Zelle bis in die Zehen. Mein Herz begann so laut und schnell zu schlagen, dass es mir war, es müsste zerspringen, und mein ganzer Körper schüttelte mit einer Gewalt, dass ich mich festhalten musste. Als dies vorbei war, sank ich erschöpft nieder. Ich war wie von innen nach außen gekehrt. Da wusste ich, dass es Gott gibt. Er hat mich ja berührt. Ich fühlte mich so leicht und war mir dessen bewusst: Meine Sünden waren vergeben. Beim Hinausgehen aus der Kirche fühlte ich meine Beine nicht. Ich musste auf den Boden sehen, denn ich war wie aufgehoben auf eine Wolke. Den ganzen Weg nach Hause ging das so.

Als ich dieses Erlebnis meinem Verlobten und anderen noch lange danach erzählte, ergriff mich stets ein Zittern. Bis heute ist mir das ganze Geschehen ein einzigartiges Wunder. Die Liebe Gottes zu seinen Kindern ist jenseits unseres Verstandes und er handelt mit jeder Seele so, wie es für diese richtig ist.

Von diesem Tag an wurde ich ein neuer Mensch.

Alle meine Wünsche, Ansichten und mein Streben änderten sich von diesem Tag an gewaltig. Ich hatte nur einen Wunsch, Jesus zu kennen und sein Wort zu verstehen. Und ich wollte die Wahrheit. Der Herr führte mich in allem, ich war sehr gesegnet. Ich durfte wunderbare Erfahrungen durch die Jahre hindurch machen und habe diesen großen Wunsch, bis zu meinem letzten Atemzug Jesus Christus, unserem herrlichen, persönlichen Erlöser, treu zu sein. Amen.

Edda Tedford, Canada



Mit diesem Leitwort begrüßte die Ostdeutsche Vereinigung (ODV) ihre Glaubensgeschwister und Gäste vom 3.-5.6.2022 im thüringischen Brahmenau. Ein abwechslungsreiches Programm mit Vorträgen, viel Gesang, Gebeten, Beiträgen für Kinder und Jugend, diente der Glaubensstärkung und drückte die Freude darüber aus, endlich wieder zu einer größeren Konferenz zusammen sein zu dürfen. Wer nicht dabei sein konnte, kann hier den Hauptgedanken der einzelnen Themen lesen:

Mit dem Eröffnungsvortrag – „**Auf den Spuren Jesu**“ – illustrierte Jens Müller am Gleichnis vom Barmherzigen Samariter, was es heißt, Jesus zu folgen: dem Nächsten zu dienen.

In der Sabbatanfangsandacht öffnete Ines Müller den Ruhetag mit den Jesu Worten „**Ich bin die Tür.**“ Wer durch die Tür „Jesus“ geht, kommt nicht in ein Versteck oder einen Bereich, der den Kontakt zu anderen unterbinden würde. Der Beginn des Lebens mit dem Heiland ist gleichsam der Eintritt in ein aktives Leben als „Licht“ und „Salz“ (vgl. Matth. 5,13.14.), als „Brief Christi“ (vgl. 2. Kor. 3,3) und „Botschafter an Christi statt: Lasst euch versöhnen mit Gott!“ (2. Korinther 5,20)

Nach einer lehrreichen Sabbatschule, separat auch für die Kinder und Jugendlichen, lauschten alle der Predigt von Daniel Serban unter dem Thema: „**Die Beständigkeit Gottes**“. In einer Welt, die sich laufend verändert, die Krisen und Katastrophen erlebt, die unterschiedliche Meinungen hervorbringt - bleibt Christus immer derselbe. Weil wir so einen Halt haben, müssen wir nicht hin- und hergeworfen werden - von den Umständen, von Meinungen und Spekulationen, von menschlichen Erwartungen und Ideen. Wer Christus hat, erlebt eine Konstante in seinem Leben, die ihn über die Wirrnisse der Welt hinausblicken lässt auf die Ewigkeit. Wer sich an Christus festklammern

möchte, kann nicht gleichzeitig die ganze Welt umarmen wollen. In allen unseren Angelegenheiten immer wieder auf Christus zu schauen, ist unsere einzige Sicherheit - denn Christus ist ewig, auch wenn sich hier alles ändert und letztlich alles vergeht.

Die Jugendstunde, gestaltet von Regina Püschel und der Jugend der Ortsgemeinde, führte anhand von verschiedenen Bibel- und Zeugnisstellen zur Überlegung, wie ein gesundes und verantwortlich gestaltetes Leben aussehen könnte. Um die Segnungen der Schöpfung zu nutzen, sollten wir speziell die Heilpflanzen kennen. Darüber hinaus wurde zu einem sinnvollen Lebensstil mit mehr Bescheidenheit und weniger Verschwendung aufgerufen.

„**Kleines Volk – großes Vorbild**“ hieß das Thema von Helmut Welker, das auf den von ihm im Sabbatwächter 4/21 erschienenen Beitrag über die Waldenser aufbaute und sehr interessant präsentiert wurde. Das Glaubensleben dieser treuen Christen wurde in einem Zitat zusammengefasst, das auch uns wegweisend sein möchte:

*„Wenn Ihr auf Hindernisse stoßt,
verliert nicht die Geduld,
verdoppelt euren Mut!
Nichts sei stärker als euer Glaube!
Wer an Gott glaubt, wird leben
und niemals verderben.“*
Giosué Gianavello

In seinem Vortrag „**Das Fundament der Adventbewegung**“ legte Hartmut Hauschild eindringlich und lehrreich aus, worauf wir uns heute in unserem Glaubensleben als Adventgläubige stützen. Hier wurde das Wissen über prophetische Zeitketten aufgefrischt, die auch heute bedeutsam sind.



Konferenz der Ostdeutschen Vereinigung - Glaubensgeschwister und Gäste

Über das Bibelwort „**Jeder, der den Namen des Herrn anruft, wird gerettet werden.**“ (Römer 10,13) hatte sich Adrian Dinut viele Gedanken gemacht. Sollte es so simpel sein? Der Vers im Zusammenhang, der Blick ins Alte Testament und nicht zuletzt die Aussage Jesu selbst, beantworteten diese Frage: „Verlasse alles, was du hast ... und folge mir nach.“ (nach Markus 10,21)

In der Sabbatabschlussandacht mit Jens Müller bildete das Lied, „**Immer, wenn ich dein Wort höre, Herr, erkenn ich mich**“, den inhaltlichen Rahmen. Der Text lautet weiter „**sehe dann, dass ich versage, Herr, ich brauche dich.**“. Diese Abhängigkeit von Gott, unsere Erlösungsbedürftigkeit als Sünder, die Vergebung durch Jesus Christus brauchen, führte letztlich zum Miteinander in der Gemeinde. Die Praxis, einander gegenseitig von Herzen zu vergeben, sollte zu unserem Christsein gehören.

Während die Konferenz sich am Sonntag schon fast dem Ende neigte, hieß es „**Auf den Anfang kommt es an**“. Helmut Welker führte uns zurück in die Entstehungszeit unserer Reformgemeinde. Existenziell für die Gemeinschaft als Ganzes, aber auch wichtig für den persönlichen Blick auf die Gemeinde, stellt sich die Frage: Warum gibt es eine Reformationsbewegung unter den Siebenten-Tags-Adventisten? Um Argumente von Kritikern mit der Wahrheit entkräften zu können, sollten wir die Fakten kennen. Dafür schöpfte diese Präsentation wie aus einer Fundgrube an Dokumenten und Tatsachen, die an Aktualität nichts verloren haben. Wir blicken auf eine Geschichte voller treuer Nachfolger Christi. Was macht das mit uns heute?

Helmut Welker rief zur Demut auf: „... du aber stehst fest durch den Glauben. Sei nicht überheblich, sondern fürchte dich!“ (Römer 11,20) Was immer auch andere tun oder wie sie entscheiden, wir sollten fest auf dem Fundament der Bibel stehen.

Während des Themas „**Seelsorge am Beispiel Jesu**“ analysierte Dirk Blamberg gemeinsam mit der Konferenzgemeinde verschiedene Facetten aus dem Wirken Jesu, die uns helfen, unseren Mitmenschen in- und außerhalb der Gemeinde in rechter Weise zu begegnen.

Ein Höhepunkt der Konferenz war die Einsegnung von Jens Müller zum Prediger. Wir wünschen ihm Gottes Geleit in seinem Dienst, viel Geduld und Glaubensmut sowie ein segensreiches Miteinander mit allen Geschwistern.

Ein Dankeschön allen Referenten, den Aktiven in der Kinder- und Jugendarbeit, den Musizierenden, allen, die für die reich gedeckten Tische sorgten, allen in der Vorbereitung Mitwirkenden, Hartmut Hauschild für die Bereitstellung seines Hauses und für jede helfende Hand während der Konferenz. Danke an jeden, der sich auf den teils weiten Weg nach Brahmenau machte. Die Gespräche und Erfahrungen, die geteilten Freuden und auch das Weitergeben von Gebetsanliegen stärkten einander den Glauben. Wir danken unserem himmlischen Vater für diese gesegnete Konferenz.

Die Themen dieser Konferenz sind im Internet veröffentlicht. So kann jeder auch jetzt noch von den wertvollen Inhalten profitieren. Bitte schaut unter:

Reform-Adventisten ODV – YouTube.

Die Beiträge der **Bezirkskonferenz in Berlin**, die am Sabbat, dem 24. September 2022 stattfand, werden ebenfalls auf diesem Kanal veröffentlicht.

In der Vorfreude auf ein Wiedersehen mit Euch allen grüßt
Ines Müller im Namen der ODV

Nachruf

*„Ihr seid jetzt traurig, aber ich werde euch wiedersehen.
Dann wird euer Herz sich freuen, und eure Freude
wird euch niemand nehmen“*

Johannes 16, 22



Helene Rohrer

geb. 20.1.1925 gest. 15.7.2022

Nach einem bis zum letzten Augenblick aktiven Leben hat Gott unsere Glaubensschwester Helene Rohrer im Alter von 97 Jahren zur Ruhe gelegt.

Am 20.1.1925 wurde sie in Badingen-Stendal (Brandenburg) geboren. Die meiste Zeit ihres Lebens verbrachte sie in Dortmund. Ihre Kindheit und Jugend war von schwerer Arbeit im Haushalt und in der Landwirtschaft geprägt. Gerne wäre sie Kindergärtnerin geworden, was ihr aber verwehrt blieb. Eigene Kinder hatte sie nicht und auch ihr Ehemann starb schon mit 52 Jahren. Obwohl Schwester Rohrers Träume und Wünsche auf dieser Erde nicht in Erfüllung gingen, verlor sie nie ihre Fröhlichkeit und Dankbarkeit. Sie hatte stets eine positive Einstellung gegenüber dem Leben, liebte die Natur und erfreute sich an ihr bei ihren täglichen Spaziergängen im Rombergpark.

Bei einem Aufenthalt im Kurhaus Elim kam sie mit unserer Gemeinde in Kontakt. 1998 schloss sie den Bund mit dem Herrn. Seitdem kam Schwester Rohrer jeden Sabbat zum Gottesdienst nach Iserlohn und erfreute uns mit ihrer Fröhlichkeit und ihrem Dienst. In der Seniorenwohnanlage, wo sie lebte, war sie bis zum Schluss für hilfsbedürftige Mitbewohner da. „Ich werde gebraucht“ sagte sie und war täglich für andere unterwegs.

Ohne einen Tag krank oder pflegebedürftig zu sein, legte Gott sie zur Ruhe. Über den Tod hinaus wollte sie noch anderen helfen, indem sie ihren Körper der Wissenschaft zur Verfügung stellte. „Wenn Gott die Asche der Märtyrer bei seiner Wiederkunft zusammenfügen kann, so ist es für Ihn eine Kleinigkeit, dieses auch bei mir zu tun.“ war ihre Antwort, wenn das Gespräch darauf kam.

Wir freuen uns darauf, sie am Auferstehungsmorgen begrüßen zu können.

Die Gruppe Iserlohn

Hoffnung

„Für die Gläubigen ist Christus die Auferstehung und das Leben. Durch unseren Heiland ist das Leben, das durch die Sünde verloren ging, wiedergebracht worden, denn Er hat das Leben in sich selbst und kann lebendig machen, wen Er will. Ihm ist das Recht übertragen, Unsterblichkeit zu verleihen. Das Leben, das Er als Mensch ließ, nahm Er wieder zurück, um es der Menschheit zu geben. Er sagte: ‚Ich bin gekommen, damit sie das Leben und volle Genüge haben sollen.‘ Johannes 10,10. ‚Wer aber von dem Wasser trinken wird, das ich ihm gebe, den wird in Ewigkeit nicht dürsten, sondern das Wasser, das ich ihm geben werde, das wird in ihm eine Quelle des Wassers werden, das in das ewige Leben quillt.‘ Joh. 4,14 ‚Wer mein Fleisch isst und mein Blut trinkt, der hat das ewige Leben, und ich werde ihn am Jüngsten Tage auferwecken.‘ Joh. 6,54 Der Tod ist dem Gläubigen keine sehr wichtige Angelegenheit. Jesus spricht von ihm, als sei er von geringer Bedeutung. ‚Wahrlich, wahrlich, ich sage euch: Wer mein Wort hält, der wird den Tod nicht sehen in Ewigkeit.‘ Johannes 8,51. Für die Nachfolger Christi ist der Tod nur ein Schlaf, ein Augenblick der Stille und der Dunkelheit. Ihr Leben ist verborgen mit Christus in Gott, und wenn ‚Christus, [ihr] Leben, sich offenbaren wird, dann [werden sie] auch offenbar werden mit ihm in Herrlichkeit‘. Kolosser 3,4.“ E.G. White, *Der Messias*, S. 633.

Wahlergebnisse der Delegiertenversammlung am 12.6.2022 in Mosbach

Vorsitzender der Deutschen Union:	Daniel Serban
Stellvertretender Vorsitzender:	Adrian Dinut
Schriftführer:	Gustavo Castellanos
Schatzmeister:	Helmut Köbele
Wirtschaftsreferent:	Hans-Peter Fleschutz

Diese Geschwister bilden den Vorstand der Deutschen Union.

Zum erweiterten Vorstand (früher Ausschuss) gehören zusätzlich die Vorsteher der Vereinigungen: Gustavo Castellanos (Österreich), Adrian Dinut (ODV), Daniel Serban (SDV) - diese drei sind bereits im Vorstand - sowie Edmund Blum (WDV) und Roman Zaloznii (Polen).

Die Abteilungsleiter sind Mitglieder des erweiterten Vorstands:

Gabriel Stuparu, Arthur Becker, Dr. Martin Sonnenberg, Robert Röglin, Sonja Gessner, Jens Müller, Gerhard Köbele, Ines Müller

Abteilungsleiter Mission:	Gabriel Stuparu
Stellvertreter:	Adolfo Gessner
Abteilungsleiter Jugendarbeit:	Arthur Becker
Stellvertreter:	Esteban Hunger
Abteilungsleiterin Verlag:	Sonja Gessner
Mitarbeiter im Verlagsteam:	Gabriel Cabrera, Jens Müller
Abteilungsleiter Multimedia:	Robert Röglin
Leiterin der Literaturabteilung:	Ines Müller
Abteilungsleiter Gesundheit:	Dr. Martin Sonnenberg
Mitarbeiter*innen im Gesundheitsteam:	Evelyn Sonnenberg, Regina Püschel, Christoph Müller
Leiterin der Öffentlichkeitsarbeit:	Ines Müller
Abteilung Hilfswerke:	
Leiter „Guter Samariter“:	Jens Müller
Leiter „Brücke zum Leben“:	Gerhard Köbele
Revisoren:	Miguel Cabrera
Delegaten zur Generalkonferenz 2023:	Daniel Serban, Gustavo Castellanos

Mit einem herzlichen Dank an die bisherigen Amtsträger für ihre geleistete Arbeit wünschen wir den neu gewählten Amtsinhabern Gottes Segen, Weisheit und viel Kraft für ihren Dienst.

Gustavo Castellanos, Protokollführer



„Die Wiederkunft des Herrn war zu allen Zeiten die Hoffnung seiner wirklichen Nachfolger. Die Abschiedsverheißung des Heilandes auf dem Ölberg, dass er wiederkommen werde, erhellte den Jüngern die Zukunft und erfüllte ihre Herzen mit einer Freude und Hoffnung, die weder Sorgen dämpfen noch Prüfungen schwächen konnten. Inmitten von Leiden und Verfolgungen war die ‚Erscheinung der Herrlichkeit des großen Gottes und unseres Heilandes, Jesu Christi‘, die selige Hoffnung. Titus 2,13.“

E.G. White, *Der große Konflikt* (2009), S. 258