



Beherzt: D. Togni.

Augen für die Anderen

David Togni (27) aus Jenins GR geht dankbar und mit offenen Augen durch die Welt. Die klare Botschaft seines Modelabels «Love Your Neighbour» trägt er nicht nur auf der Brust. Er lebt sie ganz bewusst in seinem Alltag und unterwegs. Über Tognis Motivation lesen Sie auf **Seite 16**.

Danke – Merci – Grazie!

Dankbarkeit ist ein Schlüssel zu mehr Zufriedenheit, Gesundheit und Freude. Sie hebt unseren Blick und öffnet uns die Augen für all das Schöne und Gute, das unser Leben bereichert.

Wer mit einer dankbaren Grundeinstellung lebt, der tut sich selber Gutes. Dinge, für die wir danken können, finden sich überall – seien sie auch noch so klein wie ein romantisches Abendrot oder das Lächeln eines Kindes.

Dankbarkeit hält uns auch gesund. Die körpereigenen Glückshormone setzen in unserem Gehirn positive Prozesse in Gang. Wir schütten weniger Stresshormone aus, und das Risiko für Herz-Kreis-

lauf-Erkrankungen sinkt.

Unser Leben und alles, was wir auf dieser Welt geniessen dürfen, verdanken wir Gott. Dies weiss auch Stephan Wehner. Einst ein knallharter Discoboss, sagt der Altenpfleger heute voller Dankbarkeit: «Gott hat mein Leben von Grund auf erneuert.» (**Seite 7**)

Mehr über diesen Gott, der auch Sie beschenken möchte, lesen Sie auf den **Seiten 11-14**.



Geläutert: Josef Müller.

Ex-Ganove findet das Glück

Er nahm sich, was er kriegen konnte. Ex-Steuerberater Josef Müller (68) hat sein kriminelles Leben in ein Buch gepackt. Lesen Sie, was für ihn heute wahres Glück bedeutet. **Seite 16**.



Befreit: Brandy Allison.

Starke Stimme

In jungen Jahren war ihr Leben geprägt von Minderwert und Drogenkonsum. Heute singt die Amerikanerin Brandy Allison (32) dankbar und kraftvoll von dem, der ihr Freiheit und Frieden schenkte. **Seite 16**.

Auch für die dunklen Zeiten dankbar

Anderen stets gefallen wollen und dabei sich selbst vergessen: Dies führte bei Tabea Germann (31) zur Flucht in die Magersucht. Auch der tragische Verlust ihres Partners erschütterte ihr Leben. Aufgrund ihres Vertrauens auf Gott kann die gelernte Hôtelière-Restauratrice heute dankbar auf die schweren Zeiten zurückblicken.

Seite 5



PRO MENSCHENLEBEN
LIFESCHÜTZEN

Aus Überzeugung:
JA zum Leben!

www.prolife.ch

Mehr über Gott erfahren

Gott liebt Sie. Er hat einen einzigartigen Plan für Ihr Leben! Es lohnt sich, mehr über ihn zu erfahren. Folgende Angebote stehen Ihnen dazu zur Verfügung.

Senden Sie mir kostenlos folgende Angebote zu:

- Bibel
- Bibellesehilfe mit Erläuterungen
- DVD über das Leben von Jesus
- Bibelfernkurs für Kinder
- Bibelfernkurs für Erwachsene

Jesus.ch-Print Leserservice

Fragen & Gebet

Haben Sie Fragen zum Glauben, suchen Sie Rat in einer schwierigen Lebenssituation oder wünschen Sie, dass für Sie gebetet wird? Ihre Anliegen werden vertraulich behandelt.

Glaubenskurs & Kirche finden

Wir helfen Ihnen gerne bei der Suche eines Glaubenskurses (z.B. AlphaLive) oder einer Kirche/Gemeinde in Ihrer Nähe.

Hausbesuch & Nachbarschaftshilfe

Wünschen Sie den Besuch eines Pfarrers/Pastors oder einer Seelsorgerin oder benötigen Sie praktische Hilfe? Wir vermitteln Ihnen gerne eine Person.

Um obenstehende Angebote zu nutzen, nehmen Sie mit uns Kontakt auf:



E-Mail
fragen@jesus.ch



Telefon
0848 737 737



Webseite
www.jesus.ch/print

Oder senden Sie nebenstehenden Talon an:

LiveNet, Aareckstrasse 6, 3800 Interlaken, Fax 033 533 77 12

- Ich habe das Gebet auf Seite 13 gesprochen und Jesus in mein Leben eingeladen.
- Ich glaube schon länger an Gott und möchte in meinem Glauben vorankommen

Meine Kontaktdaten:

Vorname, Name: _____

Strasse: _____

PLZ, Ort: _____

E-Mail: _____

Tel: _____

Sprache: _____

Alter: _____

Werbung

WÄLTI HOLZBAU AG
SIGNAU 034 497 13 03

HOLZKONSTRUKTIONEN | TREPPENBAU | PARKETTARBEITEN | SPEZIELLE HOBELWAREN

WÄLTI HOLZBAU AG, DORFSTRASSE 7, 3534 SIGNAU

LENZ Solar- und Wärmetechnik

energiesparend
umweltschonend
www.lenz.ch

Der Natur und dem Budget zuliebe!

Sonnenenergie

- Solaranlagen (Warmwasser)
- Photovoltaikanlagen (Strom)
- Spezialanfertigungen
- Schwimmbadaufheizung

Gesunde, behagliche Strahlungswärme

- Wandheizsysteme
- Heizleisten
- Kompaktfussbodenheizung
- Pellets, Holz, Wärmepumpe, Gas, Öl

Besuchen Sie unsere Ausstellung.

H. Lenz AG, Solar- und Wärmetechnik, Hirzenstrasse 2, CH-9244 Niederuzwil
Telefon 071 955 70 20, Fax 071 955 70 25, info@lenz.ch, www.lenz.ch

Editorial

Einfach mal «weiss» sehen!



Manuela Herzog, Redaktorin.

Meine Mutter hat mir als Kind mit einem simplen Blatt Papier bleibenden Eindruck hinterlassen. Sie zeichnete einen schwarzen Punkt in die Mitte des Blatts und fragte mich: «Was siehst du?» Ich antwortete: «Einen schwarzen Punkt.» Es folgte eine wichtige Lektion in Sachen Wahrnehmung. Meine Mutter gab mir Recht. Sie wies mich aber auch auf die weitaus grössere, weisse Fläche des Papiers hin. Ich verstand: Es kommt immer darauf an, mit welcher «Brille» ich die Dinge betrachte. Ich selbst kann entscheiden, ob ich schwarz oder weiss sehe.

Kürzlich habe ich «weiss gesehen» – weisse Kittel. 24 Stunden nach meiner Operation plagten mich noch immer Übelkeit und Schwindel. Ich sah schwarz und wurde mürrisch. Als ich jedoch

die Geschichten meiner Bettenachbarn vernahm, wurde mir bewusst, wie gut es mir ging. Beide hatten eine lange Leidenszeit hinter und Nachoperationen vor sich. Dankbarkeit stieg in mir auf, dass der Eingriff gut verlaufen war, dass ich keine Schmerzen hatte und bald wieder nach Hause konnte.

Meine Dankbarkeit musste ich nicht ans Schicksal richten, das es wieder mal gut gemeint hat mit mir. Oder an eine diffuse Kraft im Universum. Nein, ich habe einen direkten Adressaten: Es ist Gott im Himmel, Schöpfer der Erde und des Weltalls und von allem, was atmet. Er hat mich und auch Sie geschaffen und freut sich unbändig, wenn er uns sieht (Seite 15). Gott verfolgt einen massgeschneiderten Plan mit unserem Leben. Er versorgt uns mit allem, was wir brauchen und weiss, wonach unser Herz sich sehnt. Mit ihm leben wir in und aus der Fülle.

Ich wünsche Ihnen Augen für diese Fülle - und für das Weiss in Ihrem Leben. Und ich wünsche Ihnen ein weites, weiches Herz. Denn: «Man sieht nur mit dem Herzen gut.»

Impressum

jesus.ch-print erscheint vierteljährlich als Ergänzung zur Internet-Plattform www.jesus.ch

Verlag:
Livenet
Every Home for Christ
Aareckstrasse 6
3800 Interlaken
print@jesus.ch
Tel: 0848 77 77 00
Fax: 033 533 77 12

Auflage: 80'000

Spendenkonto zugunsten der Verteilung von Jesus.ch-Print:
PC 60-136885-1

Herausgeber:
Der Verein Livenet ist eine überkonfessionelle Organisation und wird ideell von der Schweizerischen Evangelischen Allianz (SEA) mitgetragen.

Redaktion:
Manuela Herzog (mhe.)
Florian Wüthrich (fw.)

Weitere Autoren:
Andreas Boppert (ab.)
Miriam Hinrichs (mh.)

Gestaltung:
OHA Werbeagentur GmbH
Oliver Häberlin

Abo: siehe Seite 18 oder www.jesus.ch/print

Besuchen Sie uns auch online:

www.jesus.ch
www.lebenshilfe.net
www.livenet.ch



facebook.com/www.jesus.ch



twitter.com/www_Jesus_ch

Inhalt



Titelthema

Seite 4. Dankbarkeit als Lebensstil

- Seite 5. Tabea Germann: Aus der Magersucht befreit
- Seite 6. Rolf Lindenmann: «Dankbarkeit öffnet Perspektiven»
- Seite 7. Stephan Wehner: Harter Kerl mit weichem Kern
- Seite 8. Bildmeditation
- Seite 9. Medientipps



Basics

Seite 11. Schönheit, wohin das Auge blickt

- Seite 12. Stolz zerstört Harmonie
- Seite 13. Das grösste Geschenk annehmen
- Seite 14. Gottes Geschenke entdecken



Ratgeber

Seite 15. Dankbarkeit ganz praktisch: 6 Impulse



Magazin

Seite 16. David Togni: Modedesigner mit Herz

- Seite 17. Ernst Bachmann: Unterwegs für Gott und die Menschen



Kolumne & Abo

Seite 18. Boppis Welt

- Seite 19. Wettbewerb/Ortspatenschaft
- Seite 20. Infos/Kontakte/Tipps für Leser

Ansichtssache

Herausfordernde Umstände in unserem Alltag können wir unterschiedlich betrachten. Hierzu einige Denkanstösse von Detlef Kratzmann. Er sagt: «Ich bin dankbar für ...»



- die Steuern, die ich zahle, weil das bedeutet, ich habe Arbeit und Einkommen.
- die Hose, die ein bisschen zu eng sitzt, weil das bedeutet, ich habe genug zu essen.
- das Durcheinander nach der Feier, das ich aufräumen muss, weil das bedeutet, ich war von lieben Menschen umgeben.
- den Rasen, der gemäht, die Fenster, die geputzt werden müssen, weil das bedeutet, ich habe ein Zuhause.
- die laut geäusserten Beschwerden über die Regierung, weil das bedeutet, wir leben in einem freien Land und haben das Recht der freien Meinungsäusserung.
- die Parklücke, ganz hinten in der äussersten Ecke des Parkplatzes, weil das bedeutet, ich kann mir ein Auto leisten.
- den «MusicStar»-Kandidaten im Fernsehen, der falsch singt, weil das bedeutet, dass ich gut hören kann.
- die dreckige Wäsche und den Bügelberg, weil das bedeutet, dass ich genug Kleidung habe.
- die Müdigkeit und die schmerzenden Muskeln am Ende des Tages, weil das bedeutet, ich bin fähig, hart zu arbeiten.
- den Wecker, der morgens klingelt, weil das bedeutet, mir wird ein neuer Tag geschenkt.

Quelle: lebenistmehr.de

Dankbarkeit als Lebensstil

Wer die positiven Dinge wahrnehmen und schätzen kann, wer dankbar ist, dem geht es gut. Ja sogar Schwierigkeiten und Herausforderungen im Leben lassen sich positive Aspekte abgewinnen, wenn wir bereit sind, sie zu sehen.



Jeden Tag gibt es unzählige Möglichkeiten, dankbar zu sein. Aber ist uns das überhaupt bewusst? Danken ist elementar für ein glückliches, schönes Leben. Wie oft spielt Danken in unserem Alltag eine Rolle?

Kritik ade

Tatsächlich tendieren wir eher dazu, kritisch zu sein. Man braucht nicht lange, um aufzuzählen, was stört, was fehlt oder was nicht so gut läuft. Obwohl wir auch die positiven Dinge in unserem Leben sehen, taucht innerlich gern ein «Aber» auf. «Mein Mann und ich passen schon gut zusammen, aber...», «Eigentlich habe ich einen tollen Job, aber...». Als würden wir es uns nicht erlauben, einfach mal unbeschwert und glücklich zu sein.

Ansichtssache

Nehmen Sie zum Beispiel zwei Freundinnen, die gemeinsam eine Wanderung unternehmen. Danach erzählt die eine: «Es war wunderbar!» Sie schwärmt von der aufblühenden Natur, der

guten Luft und dem herrlichen Ausblick. Bis die andere meint: «Aber diese glitschigen Wege! Schau mal meine Schuhe an! Zudem bin ich fix und fertig.» Eine negative Haltung bremst Lebenslust aus und erstickt aufkeimende Freude. Undankbarkeit macht unser Leben mühsam und schwer. Dagegen ist Dankbarkeit wesentlich für den inneren Ausgleich und für Zufriedenheit. Aber jeder entscheidet selbst, ob er sich lieber negative oder positive Dinge auflisten mag.

Konsequentes Dranbleiben

Dankbarkeit kann man einüben. Man muss nur lernen, umzudenken. Fangen Sie an, Ihr Augenmerk auf die positiven Dinge zu richten. Machen Sie sich bewusst, wie gut es Ihnen geht. Wie reich Ihr Leben ist. Dass es andere gibt, die Sie unterstützen, die es gut mit Ihnen meinen, die freundlich zu Ihnen sind. Lassen Sie abends im Bett den Tag noch einmal Revue passieren und überlegen Sie dabei, wofür Sie Gott danken können. Fragen Sie sich auch in schwierigen

Situationen: «Wofür kann ich jetzt danken?» Sie werden ganz bestimmt etwas finden – und wenn es auch nur die Tatsache ist, dass Sie atmen dürfen. Das Phänomen dabei: Ihre dankbare Einstellung hilft Ihnen, Licht am Ende des Tunnels zu sehen. Lassen Sie Dankbarkeit zu einer Gewohnheit werden. Trainieren Sie sie. Es wird Ihr Leben zum Guten verändern.

Anderen danken

Wer dankbar ist, tut nicht nur sich selbst etwas Gutes. Auch für andere ist ein Dankeschön wie ein kleiner Lichtblick. Dank zeigt Respekt, Anerkennung, Zuneigung und Wertschätzung. Vergessen Sie dabei nicht die Menschen, die ihnen besonders nahe stehen. Es tut so gut, wenn einer sagt: «Danke, dass ich bei dir sein kann, wie ich bin.» Oder: «Ich bin so dankbar, dass du für mich da bist.» Übrigens: Auch Gott ist immer für Sie da und freut sich über jeden Moment, den Sie in Dankbarkeit verbringen. Mehr dazu lesen Sie auf den Seiten 11-14. (mh.)

Tabea Germann: «Ich bin dankbar – auch für die dunklen Zeiten»

Anderen stets gefallen wollen und dabei sich selbst vergessen: Dies führte bei Tabea Germann (31) zur Flucht in die Magersucht. Auch der tragische Verlust ihres Partners erschütterte ihr Leben. Aufgrund ihres Vertrauens auf Gott kann die gelernte Hôtelière-Restauratrice heute dankbar auf die schweren Zeiten zurückblicken.



Tabea Germann wird 1984 als Tochter eines Lokführers und einer Pflegefachfrau in Basel geboren. Mit ihrer jüngeren Schwester erlebt sie eine unbeschwertere, glückliche Kindheit. Ihre Eltern und Grosseltern erzählen ihr viel von Gott, und Tabea nimmt auch an kirchlichen Aktivitäten teil. «Ich war ein braves, angepasstes Kind und in der Schule sehr ehrgeizig», sagt sie. Auch in der Pubertät bleibt Tabea pflegeleicht. Doch mit 16 wendet sich das Blatt, und es beginnt eine zehnjährige Leidenszeit.

Alles unter Kontrolle? Auf einmal dreht sich bei der jungen Frau alles nur noch ums Essen – oder ums Hungern. Innerhalb eines halben Jahres verliert Tabea 20 Kilo. «Ich war stets darauf aus gewesen, anderen zu gefallen. Die Magersucht war für mich Mittel und Zweck, selbst zu bestimmen, was ich tue und lasse. Ich allein hatte die Kontrolle», erklärt Tabea. Doch im Griff hat sie damals bald gar nichts mehr. 40 kg bringt sie mit ihren 1,75 m noch auf die Waage. Ihre Periode bleibt aus, die Haut wird fahl, die Augen leer, das Haar dünn. Ihre Ausbildung an der Diplommittelschule muss Tabea abbrechen – die Kraft zum Treppensteigen fehlt.

Die unsichtbare Hand. Der Kinder Glaube, der sie immer begleitet hatte, reicht in dieser schweren Zeit nicht mehr aus. Trotzdem gibt Tabea Gott nie ganz auf. Ein Kärtchen mit einem ermutigenden Bibelvers trägt sie durch die dunklen Jahre. Er steht in den Psalmen, im Kapitel 63, Vers 9 und lautet: «Du fällst nie tiefer als in Gottes Hand. Seine starke Hand hält dich ganz fest.» Unterstützt durch Therapien schafft es Tabea, die Diplommittelschule abzuschliessen und startet mit 20 die Ausbildung an der Hotelfachschule. Drei Jahre später trifft sie auf ihre erste grosse Liebe. Werni ist fünf Jahre jünger und steckt in der Lehre zum Koch. Als sogenannter «Durchdiener» absolviert er nach der Rekrutenschule seine gesamte Dienstpflicht und ist zuletzt Hauptfeldweibel in Payerne.

Knall auf Fall. Inzwischen arbeitet Tabea als stellvertretende Leiterin Hotellerie/Gastronomie in einem Alters- und Pflegeheim in Muttenz BL. Eines Tages steht die Mutter von Werni mit der Militärpolizei vor der Türe. Tabea erfährt, dass ihr Liebster nicht mehr am Leben ist. Aus unerklärlichen Gründen sei Werni in der Nacht auf dem Waffenplatz mit 50 km/h in eine Wand gefahren und auf

der Stelle verstorben. Tabea, die auch heute die genaue Todesursache nicht kennt, sagt: «Das hat mir den Boden unter den Füssen weggezogen. Werni war mein ein und alles. Ich hatte sonst nicht viele Freunde.»

Trauer und Zweifel. Tabea ist 26, als diese tiefschürfende Phase von Trauerbewältigung und Selbsterkenntnis beginnt. Sie kann den «liebenden Gott» nicht mehr verstehen. Trotzdem besucht sie sporadisch Gottesdienste. Dabei wird ihr ein Lied des US-Sängers Matt Redman zum Schlüsselerlebnis: «Er singt darin, dass Gott uns im Leben Dinge oder Menschen schenkt, dass er sie uns manchmal aber auch wieder nimmt. Frei übersetzt heisst es dann: ‚Mein Herz entscheidet sich, dich (Gott) dennoch zu ehren. Ich habe damals Gottes bedingungslose Liebe zu mir, seine Weisheit und seinen Weitblick neu verstehen und schätzen gelernt.»

Von innen her erneuert! Was ihre Magersucht betrifft, sieht Tabea Germann nach bald zehn Jahren Licht am Ende des Tunnels: «Als wir in der Therapie aufhörten, nur in meiner Vergangenheit herumzustochern und die Zukunft ins Visier nahmen, ging es aufwärts.

Die Magersucht war nur die Spitze des Eisbergs. In der Tiefe verbarg sich ein riesiger Klotz, ein Sehnen nach Anerkennung und Liebe. Einfach mehr zu essen brachte gar nichts. Die Erneuerung musste von innen her beginnen. Heute weiss ich, Gott hat mich wunderbar geschaffen. Ich darf sein, wer und wie ich bin, ohne jemandem etwas beweisen oder eine besondere Leistung erbringen zu müssen.»

Reich beschenkt! Gott schenkt auch neue Chancen und neue Beziehungen. Das erfährt Tabea im Herbst 2013. Zu diesem Zeitpunkt begegnet sie Jonas. Er ist Ingenieur in Mikro- und Medizinaltechnik. Am 2. Mai 2015 haben die beiden geheiratet.

Tabea, die heute bei der Organisation Livenet (Herausgeberin dieser Zeitung) in der Kommunikation arbeitet, sagt rückblickend: «Ich bin Gott unendlich dankbar, auch für die schweren und dunklen Zeiten in meinem Leben. Er hat mir so viel geschenkt und mich vollständig geheilt. Das grösste Geschenk ist für mich mein Ehemann. Durch Jonas spüre ich Gottes Liebe und Geborgenheit hautnah. Jonas hilft mir, vertrauensvoll zu leben – auch was meine Beziehung mit Gott anbelangt.» (mhe.)

«Bohnensturz» statt «Kassen- sturz»

Dies ist die Geschichte einer Frau, die bis ins hohe Alter zufrieden lebte. Sie strahlte Freude am Leben aus und verliess das Haus nie, ohne sich eine Handvoll Bohnen einzustecken.



dreamstime.com

Sie tat dies nicht, um die Bohnen zu kauen oder auszusäen. Nein, sie nahm sie mit, um die schönen Momente des Lebens bewusster wahrzunehmen. Für jede Kleinigkeit, die sie täglich erlebte, zum Beispiel einen fröhlichen Schwatz auf der Strasse, ein köstliches Brot, einen Moment der Stille, das freundliche Lächeln eines Menschen, eine Tasse Kaffee, eine wohltuende Begegnung, einen schattigen Platz in der Mittagshitze, das Zwitschern eines Vogels, eine gelungene Arbeit: Für alles, was die Sinne und das Herz erfreute, liess sie eine Bohne von der rechten in die linke Jackentasche wandern. Manchmal waren es gleich zwei oder drei. Abends sass sie dann zuhause und zählte die Bohnen in der linken Jackentasche. So führte sie sich vor Augen, wie viel Schönes ihr an diesem Tag widerfahren war und freute sich. Und sie dankte Gott dafür. Auch an einem Abend, an dem sie nur eine einzige Bohne zählte, war der Tag gelungen. *Verfasser unbekannt.*

«Dankbarkeit öffnet Perspektiven»

Es geht im Leben um eine dankbare Grundeinstellung. Diese lässt sich einüben. Sie befähigt uns, im Unmöglichen Möglichkeiten zu sehen. Berater Rolf Lindenmann äussert sich im Interview dazu.



dollarphotoclub.com

jesus.ch-print: Herr Lindenmann, macht Dankbarkeit Sie glücklich?

Rolf Lindenmann: Ja, mich macht sie glücklich. Allerdings nicht im Sinne eines Hochgefühls, also gesteigerten Emotionen, die wie eine Seifenblase im nächsten Moment wieder zerplatzen. Ich behalte die Bodenhaftung. Vielmehr ist es für mich ein Glücksbewusstsein, ein inneres Wissen, dass es richtig ist, dankbar zu sein. Und diese Überzeugung, meine dankbare Grundhaltung, gibt mir ein gutes Gefühl.

Welche Auswirkungen hat Dankbarkeit auf Wohlbefinden und Seele?

Mir persönlich weitet die Dankbarkeit den Horizont. Wenn ich mir bewusst mache und bin, was ich alles empfangen habe und selbst in der Lage zu tun bin, dann eröffnen sich mir neue Perspektiven. Dann sehe ich offene Türen, Kräfte in mir werden freigesetzt, ich kann kreativ werden und handeln. Das stärkt meine Seele und mein Selbstvertrauen und macht mich wiederum dankbar. Es ist eine Wechselwirkung.

Wem soll ich danken?

In erster Linie Gott. Er hat Himmel

und Erde, uns Menschen und die Tiere erschaffen. Er hält alles in seiner Hand. Ihm ist nichts unmöglich. Durch seine Liebe und Grosszügigkeit kann er auch aus schwierigen Umständen Gutes werden lassen. Aber auch Menschen in meinem Umfeld verdienen Dank: meine Eltern, meine Familie, meine Lehrer, mein Chef. Dankbarkeit hat mit Wertschätzung zu tun. Wer Gott danken lernt, der lernt, den Menschen zu danken – auch in kleinen Dingen. Es ist alles eine Frage der Perspektive.

Weshalb soll ich Gott danken? Was hat er mit meinem Leben zu tun?

Ich verstehe Gott als meinen Schöpfer, als meinen Freund und Begleiter, der mich durch Jesus Christus, seinen Sohn, von allem befreit hat, das mich bindet oder von ihm trennt. Er ist immer für mich da. Was ich habe und bin verdanke ich ihm; auch die Beziehung, die er mit mir sucht, seine Liebe, sein Wohlwollen und seine Vergebung. Er bringt mich immer wieder auf Kurs und trägt mich durch schwierige Zeiten hindurch.

Was ist, wenn es mir schwer fällt, zu danken?

Es ist wichtig, klagen zu dürfen, sich selbst und Gott einzugestehen, dass man nicht mehr weiter weiss. Und dann darf ich ihm im Glauben trotzdem danken, aus der Einsicht heraus, dass Gott es gut mit mir meint, dass er mich begleiten und führen wird. Es hängt von meiner Einstellung ab. Bin ich etwa dankbar für die fortschrittliche Zahnmedizin in unserem Land – oder ärgere ich mich über meine dicke Backe und die noch dickere Rechnung? Dankbarkeit lässt sich trainieren. Und das lohnt sich. Je öfter wir uns in Dankbarkeit üben, desto besser können wir mit widrigen Umständen umgehen. Ein Vers aus der Bibel in Psalm 103, Vers 2 kann uns helfen: «Lobe den Herrn meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat.» *(mhe.)*

Rolf Lindenmann (75), Dr. phil., Biologe, ist als Coach und Berater tätig. Er lebt in Grüt im Zürcher Oberland.



Stephan Wehner: «Vom Discoboss zum Altenpfleger»

Alkohol und Gewalt prägen seine Zeit als erfolgreicher Discoboss. Als alles nur noch bergab geht, ergreift Stephan Wehner (44) die Flucht. Innert einer Woche trifft er auf drei Menschen, die ihm dieselben drei Worte sagen – Startschuss für eine 180-Grad-Wende.



Stephan Wehner wird 1971 als Sohn eines Zimmermanns in Bayreuth D geboren. In der Schule macht er das Nötigste, zieht mit 15 von Kneipe zu Kneipe. Er lernt Kaufmann, wittert später in einem Inserat die Chance seines Lebens: Gesucht wird ein Betriebsleiter für den originellsten «Tanztempel» der Region. Stephan meldet sich und wird mit 24 Jahren Chef von 50 Angestellten – ein gnadenloser Discoboss, der unter dem Umsatzdruck auch mal die Fäuste fliegen lässt.

Aufstieg und Fall. Zwischen Beats und Baileys lernt Stephan seine Liebste kennen, heiratet und wird Vater. Seine Frau arbeitet mit in der Diskothek. Die Nacht wird zum Tag; füreinander fehlt die Zeit. Ein paar Jahre fließt das Hochprozentige und das Geld, doch dann hockt Stephan finanziell und privat auf dem Trockenen. Er erzählt: «Wir hatten eben erst meinen 30. Geburtstag gefeiert und uns halb tot gesoffen, als ich erfuhr, dass meine Frau einen Anderen hat.» Wut und Verzweiflung steigen in ihm auf. Er beschliesst, sich ganz totzusaufen und schluckt Schlaftabletten.

Besondere Begegnungen. Doch er wird gefunden, landet im Spital. Wieder nüchtern, will Stephan nur noch weg. Kurz darauf steht er mit Destination «Irgendwo» am Flughafen. Aber an diesem Tag hebt keine Maschine ab. Er nimmt sich ein Hotel in der Stadt und geht auf Shopping-Tour. Auf dem Marktplatz erzählt ein Mann von Gott. Tags darauf spaziert ein anderer mit Bibelversen bestückt durch die Fussgängerzone. Beide Male redet Stephan mit den Männern. Von jedem hört er die Worte: «Du brauchst Jesus.» Stephan Wehner wird stutzig. Gott, Jesus und die Bibel sind für ihn keine Fremdworte, aber was hat Jesus mit seinem Leben zu tun?

Persönliche Bankrotterklärung. Total pleite fährt er nach einer Woche wieder nach Hause, hofft, er könne seinen Betrieb und die Ehe noch retten. Fehlanzeige! In seinem Stolz verletzt, sucht sich Stephan eine Wohnung. Ein Hausmeister führt ihn durch eine leere Bleibe und beginnt plötzlich aus seinem Leben zu erzählen. Er berichtet von Alkoholexzessen und Gewalt, auch gegen seine Frau. «Ich war baff. Mir war, als redete er von

mir», sagt Stephan. Er vertraut sich dem Mann an. Dann fallen dieselben Worte: «Du brauchst Jesus» – beide sinken auf die Knie. Als der fremde Mann betet, muss Stephan hemmungslos weinen: «Ich hatte allen anderen die Schuld an meinem Elend zugeschoben; auf einmal begriff ich, dass ich selbst dafür verantwortlich war.»

Neues Leben und Land. Der Hausmeister nimmt Stephan mit in seine Kirchgemeinde. Stephan versteht, dass Jesus am Kreuz für seine Vergehen gestorben ist, dass er frei sein und leben soll. Er erinnert sich: «Ich bekannte Jesus den ganzen Mist, den ich gebaut hatte und lud ihn ein, mein Leben zu gestalten.» Stephans Umgang und Ton werden friedlicher und freundlicher. Er beginnt, in seinem Leben aufzuräumen, entschuldigt sich bei vielen Menschen für sein falsches, liebloses Verhalten. Der Versuch, seinen Betrieb in ein christliches Tanzlokal umzuwandeln, scheitert. Im Januar 2002 meldet er Konkurs an. Stephan lernt Altenpfleger und absolviert sein Praktikum in der Schweiz. Exakt sieben Jahre nach der Begegnung mit dem

Hausmeister heiratet er seine jetzige Frau, die Schweizerin Renata.

Helfen mit viel Herz. Mit ihrer dreijährigen Tochter Avital wohnen sie heute in einem alten Hotel im Simmental BE. Tisch und Leben teilt die Familie mit drei Frauen aus schwierigen Lebensumständen. «Gott hat mir ein Herz geschenkt für Menschen, die auf der Schattenseite des Lebens stehen», sagt Stephan. Um genügend Zeit für Notleidende zu haben, hat er sein Pensum als Altenpfleger reduziert. Die Arbeit mit den Frauen ist ein Zweig der El-Rafa-Stiftung, finanziert durch Spendengelder und mit den Einnahmen der Brockenstube, die Wehners 2014 eröffnet haben. Rückblickend stellt Stephan fest: «Ich kann nur staunen und bin Gott zutiefst dankbar. Er hat mein Leben von Grund auf erneuert. Ich hatte alles verloren. Heute habe ich eine Arbeit, die mich erfüllt, eine liebe Frau, die mich unterstützt. Ich bin frei vom Alkohol, und Gott hat mir zu meinem aufgeweckten Sohn (Stephan jr., 18) eine wunderbare Tochter geschenkt. (mhe.)

TV-Portrait mit Stephan Wehner auf



www.wunderheute.tv

Dankt dem Herrn,
denn er ist gut zu uns,
seine Liebe hört niemals auf!

Die Bibel, 1. Chronik, Kapitel, 16, Vers 34



Werbung




Das Haus der Bibel
GUTSCHEIN 20%
oder eine
GRATISBIBEL
Gültig bis am 31.10.2015
einlösbar in der Filiale Zürich (nicht online),
nicht kumulierbar, nicht für Gutscheine
einlösbar.
Bäckerstrasse 10 | 8004 Zürich
044 201 29 41 | www.hausderbibel.ch/zh



Spezialangebot: Huwa Pic 812
nur **CHF 1'680.-**



Sanftes Waschen –
Ihrer Wäsche zuliebe

R. HUNZIKER AG
Waschmaschinenfabrik
5728 Gontenschwil
Tel. 062 773 11 70
www.huwa.ch

Medientipps

Reif für ein Wunder

Fredy Staub

Profibooks CH, 120 Seiten, Fr. 9.90



Wunder gibt es immer wieder. Doch wie kann ich mehr Wunder erleben? Lohnt es sich, weiterhin auf das eine Wunder zu hoffen, nach dem ich mich seit langem sehne? Wie können wir uns auf Wunder vorbereiten? Treffen Wunder so ein, wie wir sie uns ausmalen? Und wie gehen wir damit um, wenn die ersehnten Wunder nicht eintreffen? Fragen über Fragen. Pfarrer Fredy Staub liefert Antworten – realistisch, optimistisch und christlich. Ein Buch, das Sie ermutigen wird!

Bestellen: www.shop.livenet.ch

SCM Bundes-Verlag (Schweiz): FASZINATION BIBEL



FASZINATION BIBEL beinhaltet wertvolle Hintergrundinformationen und berührende Erfahrungen mit dem Jahrtausende alten Buch und zeigt die Bibel aus neuen Blickwinkeln. Eine Zeitschrift, die aus der Bibelmüdigkeit heraus in die faszinierende Wirklichkeit von Gottes Wort führt.

Erscheint viermal pro Jahr im Abo. Kostenlos testen unter www.faszination-bibel.ch oder im Onlinekiosk www.bundes-verlag.ch.

Fernsehen

Fenster zum Sonntag, die TV-Sendung zu aktuellen Themen aus christlicher Sicht. Reguläre Sendezeiten: Sa 17:15 SRF zwei und 18:30 SRF info, So 12:00 SRF zwei und 17:45 SRF info.
www.sonntag.ch, www.tv.erf.ch

Radio

Radio Life Channel, das christliche Radio der Schweiz. Empfang via Kabel, Satellit Astra, Internet und DAB+
www.lifechannel.ch



Beratung

Suchen Sie Lebenshilfe oder haben Sie Fragen zum christlichen Glauben? Gerne können Sie sich an eine Beraterin oder einen Berater wenden.



Schreiben Sie uns an
fragen@jesus.ch oder
rufen Sie an unter
Tel. 0848 737 737.

Ihre Anfrage wird
vertraulich behandelt.

Vor-Ort-Berater finden:
www.beratungsverzeichnis.ch

Mehr entdecken – auf dem Webportal www.jesus.ch

Dienstleistungen von Jesus.ch

Magazin & News: Aktuelles und Ermutigendes lesen

Informationen: Mehr über den christlichen Glauben erfahren

Erlebt: Faszinierende People-Stories

Ratgeber: Hilfreiche Texte und Dossiers

Videos: Tausende von inspirierenden Clips

Kirche finden: Adressverzeichnis mit Umkreissuche

E-Mail-Beratung: Wir beantworten Ihre Fragen

Newsletter: Das Beste von Jesus.ch via E-Mail erhalten

Community: Forum, Chat, Ihre Gebetsanliegen

Stellenmarkt: Jobs suchen und finden

Kostenlose E-Mail-Adresse: IhrName@jesus.ch

Klein- und Kontaktanzeigen: Von Haus bis Heirat



Vielfältiges Angebot
auf www.jesus.ch.

Ermutigung per SMS

Möchten Sie einen ermutigenden Bibelvers per SMS erhalten? Senden Sie ein SMS an die Nummer **939** mit folgenden Befehlen:

Täglicher Bibelvers: START BIBEL T

Bibelvers alle zwei Tage: START BIBEL 2

Wöchentlicher Bibelvers: START BIBEL W

Kosten pro SMS: 20 Rappen.



Ermutigend: Bibel-SMS von Jesus.ch.

Weitere Infos:

www.jesus.ch/sms

WWW.JESUS.CH/DIE4PUNKTE

Entdecke das Leben!

jesus.ch

GOTT KENNENLERNEN ' ERLEBNISBERICHTE ' MAGAZIN ' RATGEBER

PROMENSCHENLEBEN **LIFE**SCHÜTZEN

Ist Ihnen auch nicht egal, wie Ihre Prämiegelder eingesetzt werden?

60'000 Pro Life-Mitglieder setzen ein unübersehbares Zeichen und stehen für das Leben ein. Wir bieten eine Krankenkassenlösung, die Sinn macht und unterstützen unsere Mitglieder bei Prämieinsparungen und mit finanziellen Beiträgen.

Aus Überzeugung: JA zum Leben!



Jetzt kostenlose Beratung anfordern:

info@prolife.ch
0848 870 870

www.prolife.ch

Schönheit, wohin das Auge blickt

«Dankbare Menschen entdecken überall Geschenke», sagt ein bekanntes Sprichwort. Ein Job, der uns erfüllt, ein schönes Zuhause, ein liebevoller Partner an unserer Seite, Kinderlachen – all dies ist nicht selbstverständlich. Unser ganzes Leben ist ein grosses Geschenk, und auch unser Körper ist ein wahres Wunderwerk.

Haben Sie schon einmal überlegt, wie gewaltig Sie von Ihrem himmlischen Vater beschenkt wurden? Denken Sie an Ihre vielen Begabungen, Dinge zu kreieren, zu gestalten oder anderen Menschen zu helfen. Sehen Sie die vielen Möglichkeiten, das Leben zu geniessen: sei es ein hervorragendes Abendessen, ein aufbauendes Gespräch mit einem guten Freund oder ein überwältigender Sonnenuntergang. All diese Dinge und Begebenheiten bereichern unser Leben ungemein. Und es sind allesamt Geschenke unseres liebenden Schöpfers.

Wunderbar geschaffen

Doch nicht nur das Leben um uns herum, auch uns selbst hat Gott grossartig gemacht und reich be-

schenkt. Denken Sie allein an den Sehsinn: Sind Sie sich bewusst, wie viele Milliarden Schaltungen Ihr Gehirn in Zusammenarbeit mit den Augen leisten muss, um diesen Text lesen zu können? Das menschliche Auge funktioniert raffiniert – als Kombination aus Fotoapparat, Filmkamera und Belichtungsmesser. Es hat eine Autofokus-Einrichtung, Weitwinkel sowie Zoomlinse und liefert vollfarbige Sofortbilder. Die Vorgänge sind so komplex, dass noch nicht einmal die Wissenschaft sie bis ins Detail erklären kann. Sogar Darwin staunte, als er das Auge begutachtete und kam mit seiner Evolutionstheorie ziemlich ins Wanken: «Die Annahme, dass das Auge mit all seinen unnachahmlichen Einrichtun-

gen: die Linse den verschiedenen Entfernungen anzupassen, wechselnde Lichtmengen zuzulassen und sphärische wie chromatische Abweichungen zu verbessern, durch die natürliche Zuchtwahl entstanden sei, erscheint, wie ich offen bekenne, im höchsten Grade als absurd.» Ihr ganzer Körper, Ihr Leben ist ein Wunderwerk Gottes, einfach genial!

Zum wunderbaren Leben, das Gott uns geschenkt hat, gehört etwas Wesentliches: Er hat den Menschen erschaffen, um mit ihm in einer persönlichen, liebevollen Beziehung zu leben.

Gott interessiert sich für Sie

Ihr Schöpfer möchte mit Ihnen

leben, Ihr Gegenüber sein, Ihnen Gutes tun. Und durch seine Freundschaft mit Ihnen möchte er Ihr Leben ganz erfüllen. Eine solch innige Beziehung hatte er schon mit den ersten Menschen: Gott selbst spazierte abends mit ihnen durch das Paradies und unterhielt sich mit ihnen über das, was sie beschäftigte. Nichts stand zwischen ihnen, sie lebten im tiefsten Vertrauen zueinander. Doch dann geschah etwas, das dieses Verhältnis zerstörte.

Lesen Sie weiter
auf Seite 12 ...



« Die Werbung auf vielen Kanälen suggeriert uns heute, dass wir viel besser leben würden, wenn wir dies und jenes hätten oder nutzen würden. Das beeinflusst unsere Wahrnehmung. Was uns fehlt, wird ständig betont, und wir werden unzufrieden. Stetig die Dankbarkeit im Alltag steigern zu lernen, wird meine Sicht und mein Erleben des Alltags revolutionieren.»

Georges Morand



Stolz zerstört Harmonie

Gott schuf uns Menschen als Gegenüber. Er wünscht sich eine persönliche Beziehung zu seinen Geschöpfen – so wie mit Adam und Eva, mit denen er einst durchs Paradies spazierte und an ihrem Leben Anteil nahm. Doch das war den ersten Menschen leider nicht genug.

Gott, unser Schöpfer, wünscht sich nichts sehnlicher als eine persönliche Beziehung mit uns. Er möchte wie ein Vater für uns sorgen und immer für uns da sein. Dies erlebten auch Adam und Eva, die ersten Menschen, die Gott schuf. Das Paradies bot ihnen ein Leben in Fülle und in enger Gemeinschaft mit ihrem Schöpfer. Doch sie wollten mehr, sie wollten so mächtig sein wie Gott. Getrieben von Stolz und Egoismus übertraten sie den geschützten Rahmen und zerstörten damit die Harmonie. Gott musste sie fort-schicken. Dabei blutete ihm das Herz. Und es zerreisst ihn noch heute vor Kummer, die Menschen getrennt von ihm leben zu sehen. Deshalb dachte er sich einen Plan aus, wie er die zerbrochene Beziehung wiederherstellen kann.

Jesus starb für uns

Gott schickte seinen einzigen Sohn Jesus Christus auf diese Welt. Jesus starb einen grausamen Foltertod am Kreuz. Dabei sind wir es, die aufgrund unserer Trennung von Gott und unserer Fehlritte im Leben den Tod verdient hätten. Jesus starb für uns, damit wir leben dürfen. Er räumte damit alles aus dem Weg, das uns hindert zu Gott zu gelangen. Aus purer Liebe zu uns hat er die Verbindung zum Vater im Himmel wiederhergestellt.

Doch wie finden wir den Weg zurück zu Gott? Wie können wir die ausgestreckte Hand Gottes ergreifen?

Das erklären wir Ihnen gerne auf der nächsten Seite.

Trotz unserem Stolz und unserem Egoismus hat Gott uns nicht aufgegeben. Seine Liebe zu uns ist grösser!

Jesus Christus wurde von Gott auf diese Welt gesandt, um unser von Versagen geprägtes Leben zu erneuern, damit wir wieder eine Beziehung zu unserem Schöpfer haben können. Und Jesus kam auch, um uns aus dem Hamsterrad von Leistung und Erfolg zu befreien.

Egal, wie oft wir versprechen, uns zu bessern, oder wieviel Geld wir für gute Zwecke spenden – nichts ersetzt unsere persönliche, innige Beziehung zu Gott. Nur darin kann Gott durch seinen Geist und seine Kraft unser Leben positiv prägen.



« Dankbarkeit ist für mich ein Schlüssel in meinem Leben: Es ist eine Fokusänderung von Unzufriedenheit und Bitten hin zu einer dankbaren Einstellung; anstatt immer mehr zu wollen, einfach einmal dankbar zu sein für das, was ich habe. Dankbarkeit ist ein Wert, dessen Kraft oft unterschätzt wird. Deshalb beginne ich meine Gebete immer mit danken.»

Dominic Prétat

Das grösste Geschenk annehmen



Mit Gott versöhnt können wir ein sinnvolles Leben führen – ein Leben in der Fülle und in enger Gemeinschaft mit ihm. Doch um dieses – Gottes grösstes Geschenk – zu erhalten, sind unsere Zustimmung und unser Glaube gefragt.

Gott hat uns als sein Gegenüber geschaffen, mit einem freien Willen und einer einzigartigen Persönlichkeit. Er hat alles getan, dass Schuld, Versagen und Egoismus uns nicht von ihm trennen müssen, denn Jesus Christus hat dies stellvertretend für uns am Kreuz getragen und bezahlt. Wir sind «aus Gnade» gerettet – aber diese Rettung und Wiederherstellung einer Beziehung mit Gott will «durch Glauben» angenommen werden.

Ein freiwilliges «Ja»

Gott möchte uns nicht nur von unseren negativen Prägungen

und unserer Schuld befreien. Das ist der erste Schritt. Vielmehr möchte er unserem Leben eine neue Richtung und einen neuen Inhalt schenken. Gott wünscht sich nichts sehnlicher, als dass wir seine unbändige Liebe zu uns erwidern. Er möchte, dass wir ihm unser Herz öffnen. Dazu drängt er uns nicht, sondern wartet geduldig auf unser «Ja». Liebe ist so – sie sucht gegenseitige, freie Zustimmung.

Ein konkreter Schritt

Wenn Sie die Vergebung Ihrer Schuld annehmen, Gott ihr Herz öffnen und ein Leben mit ihm be-

ginnen wollen, dann können Sie das jetzt tun. Sie dürfen Gott einfach ansprechen. Die Worte im grünen Kasten können Ihnen dabei helfen.

Willkommen in Gottes Familie!

Wenn Sie in diesem Sinne Jesus in Ihr Leben aufgenommen, wenn Sie Gottes grösstes Geschenk angenommen haben, dann gehören Sie nun zu Gottes Familie. «Die ihn aber aufnahmen und an ihn glaubten, denen gab er das Recht, Kinder Gottes zu werden», sagt die Bibel (Johannes-Evangelium, Kapitel 1, Vers 12). Gott und Sie – eine neue Bezie-

hung, ja man könnte sagen eine Liebesgeschichte beginnt jetzt. Es ist wie eine «neue Geburt» – Gott hat Ihre Schuld vergeben und öffnet Ihnen die Tür zu einer Zukunft und Freundschaft mit Jesus. Etwas Neues wurde geboren, das jetzt wachsen will.

Je mehr Sie jetzt mit Ihrem himmlischen Vater und Jesus Christus leben, reden und Beziehung pflegen, desto mehr Erneuerung und Veränderung werden Sie in Ihrem Leben erfahren. Seien Sie gespannt, welche wunderbaren Geschenke Gott für Sie noch bereithält.

«Gott – ich danke dir, dass ich mit dir reden kann. Ich habe bisher ohne dich gelebt. Und ich habe Dinge getan, die nicht gut und nicht richtig waren. Vergib mir meine Schuld. Ich glaube, dass Jesus für mich bezahlt hat. Ich möchte von heute an mein Leben dir anvertrauen. Bitte nimm mich an und lass mich lernen, wie ich Jesus nachfolgen und mit dir leben kann. Amen.»

Wie Sie diese Geschenke entdecken können, lesen Sie auf der nächsten Seite.



« Mein grösster Dank gilt Gott, mit dem ich eine persönliche Beziehung haben darf. Ich weiss ihn in jeder Lebenssituation an meiner Seite und habe erlebt, wie er mich in schweren Zeiten begleitet und getröstet hat. Ihm kann ich voll vertrauen, er schenkt mir Frieden und Hoffnung. Das macht mich gelassener und erfüllt mich mit tiefer Dankbarkeit.»

Tina Sames

Gottes Geschenke entdecken

Herzlichen Glückwunsch! Sie haben das grösste Geschenk, die Einladung von Gott, sein Kind zu werden, angenommen (Gebet auf Seite 13). Ihr himmlischer Vater möchte Sie mit noch viel mehr beschenken. Drei wesentliche Punkte werden Ihnen dabei helfen, Ihr neues Leben zu gestalten und zu entdecken, welche Gaben und Geschenke Gott für Sie bereithält.



1. GEBET

Mit Gott reden

Gott freut sich darüber, wenn Sie jeden Tag mit ihm reden. Er interessiert sich für jedes Detail Ihres Lebens. Sprechen Sie mit ihm über Ihre Familie, Ihre Arbeit, Ihre Freuden, Ihre Sorgen und Ihre Wünsche. Bekennen Sie ihm ohne Angst, wenn Sie irgendwo schuldig geworden sind, und danken Sie ihm, dass er Ihnen all Ihre Fehltritte vergeben hat. Ihr Gespräch mit Ihrem himmlischen Vater muss nicht zu einer bestimmten Zeit oder einem festen Ort stattfinden – aber beides kann Ihnen helfen, vor ihrem Schöpfer zur Ruhe zu kommen und seine Stimme zu hören. Im Gebet will Gott Sie beschenken, mit seinem Frieden, mit Trost und mit Rat – darum beten Sie regelmässig.

 www.jesus.ch/gebete

2. BIBEL

In der Bibel lesen

Gott möchte Ihnen mitteilen, was er auf dem Herzen hat. Das kann er auf unterschiedlichen Wegen tun. Ganz besonders können Sie seine Gedanken beim Lesen der Bibel vernehmen. Dadurch werden Sie Gottes Wesen immer besser verstehen und seinen guten Plan für Ihr Leben erkennen. Beginnen Sie am besten mit einem der Evangelien, z. B. dem Lukasevangelium. Danach können Sie den Römerbrief lesen, in dem Sinn und Ziel unseres Lebens sehr anschaulich beschrieben wird. Der Heilige Geist selbst wird Sie beim Lesen von Gottes Wort begleiten und Ihnen helfen, immer mehr auf Sie massgeschneiderte Schätze darin zu entdecken.



www.jesus.ch/bibel



3. GEMEINSCHAFT

Gemeinschaft erleben

Als Menschen, die Gott lieben und nach seinen Vorstellungen leben möchten, brauchen wir andere Christen. Gott möchte nicht, dass wir als Einzelkämpfer durchs Leben gehen, sondern mit anderen Christen liebevolle Beziehungen pflegen. Er wünscht sich, dass wir voneinander lernen, gemeinsam auf ihn hören, einander begleiten und die Nachricht von seiner Liebe zu den Menschen weitertragen. Darum: Schliessen Sie sich einer christlichen Kirche oder Freikirche an. Auch darin möchte Gott Sie beschenken. Wir helfen Ihnen gerne bei der Suche nach einer Kirche. (fw.)

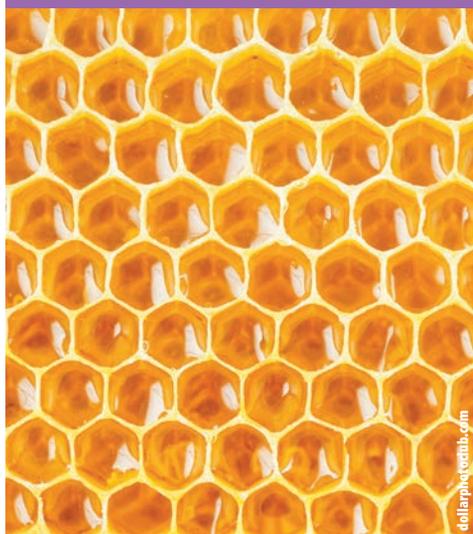


www.jesus.ch/kirchfinden

Dankbarkeit ganz praktisch: 6 Impulse

Nörgler und Erbsenzähler gibt es genug. Machen Sie einen Unterschied und begegnen Sie sich selbst, Ihrem Alltag und Ihren Mitmenschen mit einer neuen, dankbaren Einstellung. Entdecken Sie all das Gute in Ihrem Leben.

ERNÄHRT: Mehrmals täglich haben wir das Vorrecht, uns an einen reich gedeckten Tisch zu setzen. Ob Honig, Hühnchen oder Holundersirup – viel zu oft nehmen wir alles als selbstverständlich hin. Betrachten Sie die einzelnen Köstlichkeiten einmal ganz genau. Und dann danken Sie Gott für die fleissigen Bienen, für die Arbeit des Hühnerzüchters und für die Holundersträucher in Ihrem Garten.



VERSORGT: Weichspüler mit Meeresbrise oder Apfelfrische? Handy in Silber oder in Gold? In unserer Wohlstandsgesellschaft stehen wir oft vor der Qual der Wahl, während andere Menschen auf der Welt nicht einmal ihre Grundbedürfnisse decken können. Treten Sie Ihre nächste Shopping-Tour in diesem Bewusstsein an. Danken Sie Gott für diese überreiche Versorgung.



BELIEFERT: Ob Regen, Schnee oder Sonnenschein: Ihr Postbote rückt jeden Tag aus, um Sie zu beliefern. Nicht immer freuen wir uns über unsere Post. Aber ganz sicher freut sich der Postbote oder die Postbotin über ein Dankeschön für seine Dienste. Das kann persönlich sein oder mit einem Kärtchen am Briefkasten. Fügen Sie diesem doch einen kleinen Schokoladengruss hinzu.



BEGABT: Susanne singt, dass einem die Augen feucht werden, Mario ist der perfekte Reiseleiter, Heidi hat für alle ein offenes Ohr, und Paul bringt jeden PC zum Laufen. Gott hat alle Menschen mit ganz besonderen, individuellen Gaben ausgerüstet. Danken Sie ihm für Ihre eigenen Talente und freuen sie sich auch über die Fähigkeiten, die er anderen Menschen geschenkt hat.



INGEBETTET: In der Familie finden wir Halt, Geborgenheit und Sicherheit. Freunde freuen sich mit uns und sind für uns da, wenn wir sie brauchen. Sagen oder zeigen Sie Ihren Eltern, Ihrem Ehepartner, Ihren Kindern und Freunden wieder einmal, wie gern Sie sie haben. Überraschen Sie sie mit ihrem Lieblingsmenü, einem Blumenstraus, Kinobesuch oder dicken Kuss.



ANGENOMMEN: «Oh Graus! Schon wieder ein graues Haar. Und auf diesen Pickel könnten wir heute auch verzichten.» Wie unbarmherzig wir doch oft mit uns selbst umgehen. Gott, der uns einzigartig geschaffen hat, denkt ganz anders über uns. In der Bibel in Zefanja, Kapitel 3, Vers 17 steht: «Er jubelt laut, wenn er dich sieht.» Danken Sie Gott dafür, und kleben Sie sich diesen Vers an Ihren Spiegel! (mhe.)



«Love Your Neighbour»:

Ein Modelabel mit Mehrwert

Kleinunternehmer David Togni (27) aus Jenins GR geht dankbar und mit offenen Augen durch die Welt. Die Botschaft seines neuen Modelabels «Love Your Neighbour» trägt er nicht nur auf der Brust, sondern lebt sie nach dem Vorbild von Jesus mit Hand und Herz.

«Liebe oder Hass – du machst den Unterschied». So beschreibt David Togni sein Lebensmotto. 2012 wurde daraus eine Vision und kurz darauf das Modelabel «Love Your Neighbour». Die Geschäftsidee kam dem gebürtigen Schaffhauser in einem Traum; glasklar hatte er das Konzept vor Augen und machte sich am nächsten Morgen an die Umsetzung.

Mehrs Mode. Heute zählen neben T-Shirts, Pullovern und Jacken auch coole Kappen und Beutel zu seiner Kollektion. Unterschiedlich designt, bleiben die Worte auf der Ware stets dieselben: «Love Your Neighbour» – «Liebe deinen Nächsten». Dem einstigen Finanzberater geht es nicht primär um Profit oder darum, hippe Produkte unter die Leute zu bringen. «Love Your Neighbour» soll den



Modedesigner David Togni.

Foto: mario.togni.ch

Blick weg von sich selbst hin zum Nächsten lenken und ein Lebensstil werden.

Nächstenliebe leben. David Togni lebt seine Vision mit grosser Leidenschaft. Es ist sein Glaube an Gott, der ihn antreibt: «Diese endlose, unverdiente Liebe, die er mir schenkt, möchte ich weitergeben. Mein Herz schlägt für Menschen auf der Schattenseite des Lebens, ganz besonders für Obdachlose.» David Togni gelingt es, diesen Menschen ein Stück ihrer Würde zurückzugeben. Er hört ihnen zu, beschenkt sie materiell, (jedes fünfte T-Shirt spendet er einem Obdachlosen) und bietet ihnen Gebet an.

Wunder sehen. Während er für sie betet, erlebt er immer wieder, dass Gott Menschen berührt und

manche sogar heilt – sei es eine Krankenheilung oder tiefe Traurigkeit, die einem befreiten Strahlen weicht. Manch anderen würden diese Wunder wurmen, denn David Togni selbst hat seit seinem 23. Lebensjahr keine Nacht mehr durchschlafen können. Er leidet unter massiven chronischen (Rücken-)schmerzen.

Vertrauen ist gefragt. «Natürlich bitte ich Gott, dass er auch mich heilt,» sagt David Togni. «Aus irgendeinem Grund hat er es noch nicht getan. Aber ich weiss und vertraue ihm, dass er den richtigen Zeitpunkt kennt. Er hat einen guten Plan für mein Leben.» (mhe.)

Quellen: ERF Medien / Livenet



www.loveyourneighbour.ch

Wertvoll

Als Kind fühlte sie sich ungeliebt, wurde später drogenabhängig. Dann erlebte Brandy Allison (32) Gottes verändernde Liebe und singt heute begeistert davon.



ppd

Sie war Papas Prinzessin und fühlte sich dennoch ungeliebt. Brandy Allison wurde depressiv. Um irgendwo dazuzugehören, begann die Amerikanerin Drogen zu konsumieren. Als Allison mit 17 ihre erste Liebe traf und bald heiratete, schien es aufwärts zu gehen. Doch dann verunglückte Josh tödlich, und Allison stürzte ins Bodenlose. In ihrer Verzweiflung spürte sie, dass nur Gott ihr helfen konnte. Noch auf der Notfallstation vertraute sie ihm ihr Leben an, das ein

einzigster Scherbenhaufen war. Daraufhin erlebte sie einen nie gekannten Frieden. Schritt für Schritt heilte Gott ihren Schmerz und befreite sie von ihrer Sucht. Heute singt Brandy Allison mit starker Stimme über ihren Weg zu und mit Gott. Dazu sagt die Künstlerin: «Echte Annahme kann nur Jesus schenken. Nicht meine Fehler oder meine Vergangenheit bestimmen meinen Wert. Ich bin ein geliebtes Kind Gottes.»

Quelle: cbn.com/brandyallison.com

Ex-Ganove

Sex, Drogen, Mafia-Kontakte und jede Menge Kohle – Das Leben des Millionenbetrügers Josef Müller (59) war ein Krimi. Im Gefängnis fand der Deutsche zu Gott.



ppd

Ein Autounfall fesselt Josef Felix Müller seit seinem 18. Lebensjahr an den Rollstuhl. Doch das hinderte ihn nicht an einem Leben auf der Überholspur. Als Millionenbetrüger wird der einst nimmersatte Steuerberater der Schönen und Reichen in die Geschichte eingehen – allerdings als ein geläuterter. Denn während seiner fünfjährigen Haftstrafe fand der Deutsche zum Glauben an Gott. «In der dunkelsten Zeit meines Lebens hat mich dort das

Licht erreicht», sagt Müller. Heute ist er ohne Geld und Luxus glücklicher denn je: «Jetzt habe ich Gott, das ist viel mehr Wert als alle Kohle dieser Welt!» Müllers Autobiografie «Ziemlich bester Schurke» bietet Hochspannung pur. Und im Oktober 2015 erscheint bereits sein nächstes Werk: Mit «Go! – Das Leben will dir Beine machen» möchte Josef Müller Menschen ermutigen, sicher und selbstbewusst ein von Gott erfülltes Leben zu führen.

Bücher à Fr. 26.80 bestellen unter



www.shop.livenet.ch

Ernst Bachmann:

Gottes Liebe weitertragen – in Wort und (Trak)tat

Mit grossem Engagement setzt Ernst Bachmann aus Thierachern BE sein Herzensanliegen um: Menschen auf der Strasse anzusprechen, um ihnen die Liebe und den Segen von Gott weiterzugeben. Traktate wirken hierbei nachhaltig, ist der selbständige Unternehmer überzeugt.

Pro Tag mindestens drei Traktate verteilen, um so die Liebe Gottes in die Welt zu tragen. Diesen Vorsatz fasste Ernst Bachmann im Dezember 2014. Seither hat er mehrere Tausend der kleinen «Papier-Bo-ten» verteilt – allein in den ersten 14 Tagen waren es 500 Stück. Doch für Bachmann zählt nicht die Menge, es geht ihm um die Menschen: «Mit einem Traktat kann ich von meinem Glauben erzählen und die wichtigste Botschaft der Welt weitergeben.»

Gottes Wunsch ist auch seiner. Seine Motivation bezieht Ernst Bachmann aus der Bibel, aus dem ersten Timotheus-Brief, Kapitel 2, Vers 4: «Gott will, dass alle Menschen gerettet werden.» Dieser Herzenswunsch des Schöpfers ist zu seinem eigenen geworden. Auch das Buch «Was du im Himmel nicht mehr tun kannst» (zu bestellen



Ernst Bachmann in Aktion.

im Livenet-Shop), hat ihn inspiriert.

Berührende Begegnungen. Seien es kiffende Jugendliche, denen Ernst Bachmann sagt, wie wertvoll sie seien oder Politiker und Prominente, denen er ein Traktat in die Hand drückt – sein Einsatz wirkt nach. «Einige Menschen haben sich auch schon für den christli-

chen Glauben entschieden», freut er sich. Für die Detailhandelsangestellte Salome Keller bedeutete die Begegnung mit Bachmann einen Neuanfang: «Als ich das Traktat las, kamen mir die Tränen», sagt die 18-Jährige. «Ich spürte so etwas wie eine Stimme vom Himmel und habe mit Gott wieder klare Verhältnisse geschaffen.»

Gleichgesinnte gesucht. Ernst Bachmann, der sein Engagement mehrheitlich positiv erlebt, hat auch schon seine Frau «angesteckt». Wenn sie das Haus verlässt, nimmt sie stets ein paar Verteilschriften mit. Bachmann möchte alle Christen ermutigen, es ihm gleich zu tun. Er zitiert den Bibelvers aus dem Matthäus-Evangelium, Kapitel, 10, Vers 32: «Wer sich vor den Menschen zu mir bekennt, den werde ich auch vor meinem Vater im Himmel bekennen.»

Gemeinsam unterwegs. Jesus.ch/Livenet hat insgesamt 200'000 Traktate drucken lassen. Auch Sie können «Die grossartigste Geschichte aller Zeiten» bei uns bestellen und Menschen in ihrer Umgebung Hoffnung und Perspektive vermitteln. ((Quelle: ideaSpektrum Schweiz, Livenet)

Traktat bestellen:

www.shop.livenet.ch



Umdenken

In einer Gesellschaft, die immer mehr hat und immer mehr fordert, tut danken Not. Das «Jahr der Dankbarkeit», das am Bettag 2015 startet, möchte dafür sensibilisieren.

Am Sonntag, den 20. September 2015, hierzulande Eidgenössischer Dank-, Buss und Bettag, fällt der Startschuss für ein neues Projekt, das ein Jahr lang zum Umdenken einlädt. Dahinter steckt ein breites Partner-Netzwerk von Christen zahlreicher Kirchen, Gemeinden und Verbänden aus Deutschland, Österreich und der Schweiz. Sie alle möchten die Dankbarkeit als zentralen christlichen Wert 365 Tage lang ins Zentrum rücken und ein Klima der Dankbarkeit fördern.



Das «Jahr der Dankbarkeit» ermutigt, im zwischenmenschlichen, privaten Bereich intensiver zu leben: in Ehe und Familie, aber genauso im Büro, in der Nachbarschaft oder im Sportverein. Die Initiative bietet dabei eine Plattform zum Erfahrungsaustausch und liefert Ideen und Tipps für praktische Aktionen, die alleine oder in der Gruppe realisiert werden können. Dazu ist auch ein Ideenheft erschienen, das über die Website bezogen werden kann.



www.jahr-der-dankbarkeit.net

Berühmt

Das Magazin Time zählt ihn zu den 100 einflussreichsten Persönlichkeiten: Boxprofi Emmanuel Pacquiao (36) erklärt, welche Bedeutung Jesus Christus für ihn hat.

Emmanuel «Manny» Pacquiao wächst in armen Verhältnissen auf der Insel Mindao im Süden der Philippinen auf. Früh muss er anfangen zu arbeiten, um seine Mutter finanziell zu unterstützen. Mit zwölf Jahren beginnt er zu boxen und zeigt Talent. Dass er einmal in sieben Gewichtsklassen Weltmeister würde, ahnt damals noch niemand. Pacquiao wird als Box-Champion immer berühmter, gewinnt einen Titel nach dem anderen. Alkohol, Partys, Glücksspiel



– «Manny» lebt, als gäbe es kein Morgen, doch innerlich geht er zugrunde. In einem Traum hört der Filipino Gottes Stimme. Pacquiao beginnt in der Bibel zu lesen und findet zu einer persönlichen Beziehung mit Jesus. Heute sagt der Profiboxer: «Gott hat mich mit allem gesegnet. Er hat meinem Leben Sinn gegeben. Für mich ist es an der Zeit, seinen Namen gross zu machen und nicht meinen. Das ist die Aufgabe meines Lebens.»

Quelle: christiantoday.com / godreports.com



Boppis Welt

Eine Frage der Perspektive

Mein Alltag ist oft ein Wechselbad aus Dankbarkeit und Enttäuschung. Manchmal springen sie wie eine hyperaktive Ampel zwischen Grün und Rot hin und her. Dankbar. Frustriert. Dankbar. Enttäuscht. Dankbar. Ernüchtert. Dankbar. Undankbar... Meine Töchter schlafen am Abend gleich ein. Dankbar. Eine wacht aber plötzlich wieder auf und schreit. Gereizt. Und meine Dankbarkeit zieht sich schneller zurück als die Gummihaut eines Ballons nach dem Nadelstich. Irgendwie schaffe ich es, dass die Tochter wieder schläft. Dankbar. Da klingelt das Telefon, das dummerweise in ihrem Zimmer liegt. Genervt. Sie ist wach, aber am Telefon ist ein Freund mit einer tollen Nachricht. Dankbar. Leider stirbt der Akku des Telefons ... ein einziges Wechselbad.

Was ich weiss, aber irgendwie doch nicht ganz auf die Reihe kriege, ist der Fakt, dass Dankbarkeit eine Frage der Perspektive ist. Ich bin undankbar und gereizt nach der letzten Nacht, weil meine Tochter Windpocken hat, was mich nicht schlafen lässt. Aber: Dass meine Töchter Windpocken haben, ist ja nur möglich, weil ich

Kinder habe. Und das ist ein wundervolles Geschenk! Ich rege mich darüber auf, heute zwei Stunden bei unserem hauseigenen Informatiker verbracht zu haben, um Computer-Probleme zu lösen – anstatt dankbar zu sein, dass wir hauseigene Informatiker haben, die meine Probleme lösen. Einer motzt, dass er so wenig verdient und vergisst dabei, dass er in der glücklichen Lage ist, arbeiten zu können und zu dürfen. Eine ist traurig, weil ihre beste Jugendfreundin im Alter von dreissig Jahren heiratet und nach Singapur auswandert – ohne die vielen Jahre zu sehen, die sie gemeinsam haben durften. Natürlich müssen wir uns nicht aus allem Frust, aus aller Trauer, aus allem raus in Dankbarkeit flüchten. Aber ich ahne doch ein bisschen, was die Bibel in 1. Thessalonicher, Kapitel 5, Vers 18 wohl meint, wenn sie sagt: «Seid dankbar in allen Dingen!»

In Äthiopien, wo ich einmal ein paar Tage in den Slums verbracht habe, gibt es ein Sprichwort: «Tadle Gott nicht, weil er den Tiger erschaffen hat. Danke ihm dafür, dass er dem Tiger keine Flügel verlieh.» Ich glaube, dass wir beim Anblick von «Problem-Streifen» sehr oft sofort absorbiert sind und so die positiven Aspekte der Angelegenheit komplett übersehen. Stellen Sie



Gott sei Dank, hat er Tigern keine Flügel verliehen!

sich doch einmal eine Liste zusammen mit allem, wofür Sie dankbar sind. Sie werden sehen: Plötzlich wird das Leben bunt! (ab.)

Mehr über Gott, der unserem Leben Farbe schenkt, erzählt Andreas«Boppi» Boppart auf

www.die4punkte.com



jesus.ch-print jetzt bestellen!

Ja, ich möchte jesus.ch-print bestellen:

- Ich abonniere 4 Ausgaben pro Jahr als **Print-Partner**: CHF 20.– (inkl. Versand).
- Ich werde **Livenet- & Jesus.ch-Partner** (Jahresbeitrag CHF 120.–) und erhalte 4 Mal pro Jahr jeweils 1 Exemplar von Jesus.ch-Print als Mitgliederzeitung kostenlos (weitere Vorteile, siehe www.livenet.ch/partner/).

jesus.ch-print zum Selberlesen und Weitergeben:

- 4 Ausgaben pro Jahr, jeweils 2 Exemplare: CHF 25.– (inkl. Versand)
- 4 Ausgaben pro Jahr, jeweils 4 Exemplare: CHF 35.– (inkl. Versand)
- 4 Ausgaben pro Jahr, jeweils 10 Exemplare: CHF 45.– (inkl. Versand)
- 4 Ausgaben pro Jahr, jeweils 20 Exemplare: CHF 96.– (inkl. Versand)
- 4 Ausgaben pro Jahr, jeweils 50 Exemplare: CHF 162.– (inkl. Versand)
- 4 Ausgaben pro Jahr, jeweils 100 Exemplare: CHF 264.– (inkl. Versand)
- 4 x pro Jahr, jew. ____ Exemplare: CHF 0.30 pro Exemplar (zzgl. Versand)

Rechnungsadresse:

Vorname, Name: _____

Strasse: _____

PLZ, Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Talon bitte einsenden an:

Livenet, Aareckstrasse 6, 3800 Interlaken, Fax: 033 533 77 12
oder online bestellen unter www.jesus.ch/print
 Geschenkabos können Sie ebenfalls online bestellen.

Wettbewerb

Mitmachen und gewinnen!

1. PREIS

GUTSCHEIN VOM HOTEL PALADINA, PURA TI

2 Personen à 4 Nächte*

www.paladina.ch

(*andere Buchungen gemäss max. Wert des Gutscheins möglich)



2. PREIS

DAS IPAD MINI MIT WIFI



3.-5. PREIS

3x1 BÜCHERGUTSCHEIN IM WERT VON CHF 30.-

www.medienshop.livenet.ch



Teilnahme unter: www.jesus.ch/print

Patenschaft



Ihr Ort: Möchten Sie eine Patenschaft übernehmen?

jesus.ch-print wird - neben dem Abo- und Mitgliederversand - auch in verschiedenen Ortschaften an alle Haushalte verschickt. Und zwar dort, wo eine oder mehrere Personen die Verteilung sponsern.

Möchten Sie, dass jesus.ch-print in Ihrem Ort verteilt wird? Oder würden Sie die Zeitung gerne selber an Freunde, Bekannte, Arbeitskollegen oder Nachbarn verteilen? Dann melden Sie sich bei uns unter print@jesus.ch / Tel. 033 533 77 70 oder über www.jesus.ch/print. Oder «adoptieren» Sie Ihre Strasse / ihr Quartier unter www.adoptiere.ch

Sie können die Verteilung von jesus.ch-print mit einer Spende unterstützen. Konto: Christus für alle Schweiz, 3000 Bern, PC: 60-136885-1. SMS-Spende: Senden Sie eine SMS an die Nummer 339 mit dem Text: CFA Betrag. Beispiel: CFA 30 (senden an 339). Herzlichen Dank!

Werbung

Fachhändler für Naturbettwaren

Massivholzbetten in über 60 Designs

fanello-Lattenrost und Naturlatexmatratze

Schurwollduvets, Kissen und Betauflagen

Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich beraten!



Spycher-Handwerk

Huttwil



www.kamele.ch

Schaukarderei

- Naturfaserkleider

- Jurtenübernachtung

- Betriebsführungen

062 962 11 52



Schöne Ferien im Tessin!



Hotel Centro Paladina
CH-6984 Pura, Schweiz

www.paladina.ch

+41(0) 91-611 20 00
mail@paladina.ch

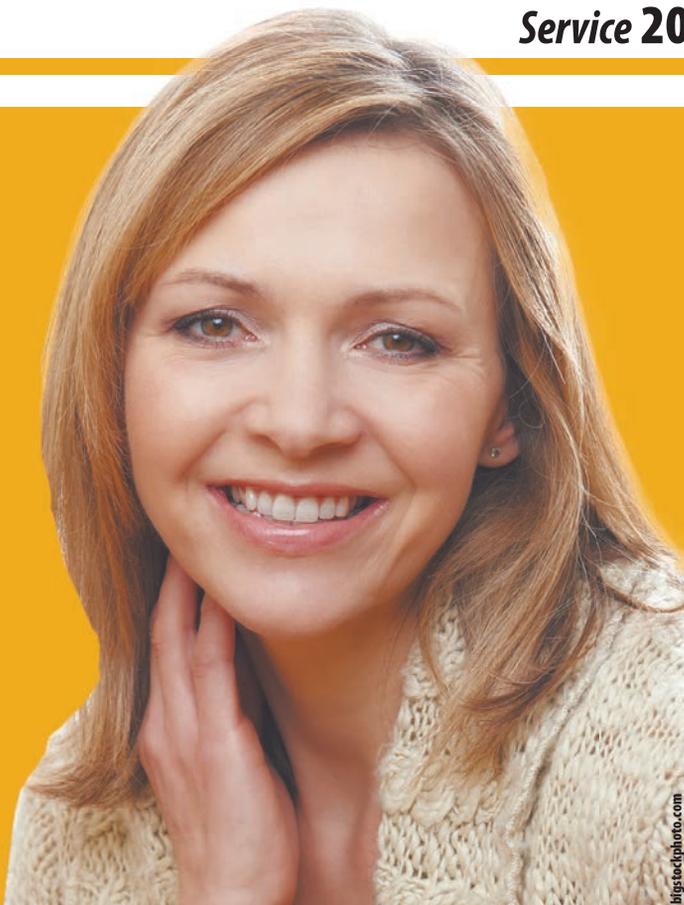
Ein Ferienzentrum der Stiftung Gotthilt

Mehr über Gott erfahren

Gott liebt Sie. Er hat einen guten Plan für Ihr Leben und wünscht sich eine persönliche Beziehung mit Ihnen. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, wie Sie mehr über diesen Gott herausfinden können.

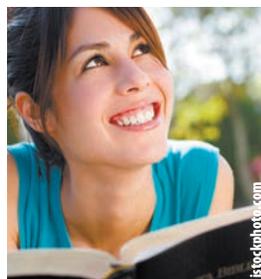
Die nachfolgenden Angebote stehen Ihnen kostenlos zur Verfügung.

Wir freuen uns, von Ihnen zu hören!



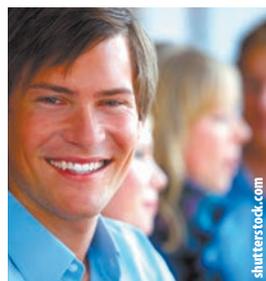
Fragen & Gebet

Haben Sie Fragen zum Glauben, suchen Sie Rat in einer schwierigen Lebenssituation oder wünschen Sie, dass für Sie gebetet wird? Sie können uns Ihre Anliegen jederzeit mitteilen. Diese werden vertraulich behandelt.



Bibel und Bibellesehilfe

Haben Sie keine eigene Bibel und möchten mehr über Gott erfahren? Gerne schenken wir Ihnen eine. Ebenfalls kostenlos können Sie die Bibellesehilfe «mittendrin» mit Erläuterungen anfordern.



Glaubenskurs und Kirche finden

Es gibt eine grosse Vielfalt an Kirchen und Gemeinden mit ganz unterschiedlichen Glaubensstilen. Gerne beraten wir Sie bei Ihrer Suche nach einer Gemeinde oder einem Glaubenskurs in Ihrer Nähe. Siehe auch: www.jesus.ch/kirchefinden



Film «More than Chocolate and Cheese»

Der imposante Film erzählt vom christlichen Ursprung der Schweiz. Auf der DVD ebenfalls enthalten ist der preisgekrönte Spielfilm «Jesus», der in 24 Sprachen übersetzt wurde und unzähligen Menschen geholfen hat, Jesus besser kennenzulernen.



Hausbesuch & Nachbarschaftshilfe

Wünschen Sie den Besuch eines Pfarrers/Pastors oder einer Seelsorgerin, oder benötigen Sie praktische Hilfe? Wir vermitteln Ihnen gerne eine Person aus Ihrer Nähe. Diese wird zuerst mit Ihnen telefonisch Kontakt aufnehmen, um mehr über Ihre Bedürfnisse zu erfahren.



Bibelfernkurs

Gott hat seinen Willen und seine Pläne in der Bibel offenbart. Deshalb ist es bereichernd und wichtig, sich mit dem «Buch der Bücher» auseinanderzusetzen. Für Erwachsene und Kinder ist je ein Glaubenskurs mit Worterklärungen kostenlos erhältlich.

Um diese Angebote zu nutzen, nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf:

Talon: siehe Seite 2 | Mail: fragen@jesus.ch | Tel.: 0848 737 737 | Web: www.jesus.ch/print