

## LEBEN

Den »Grundwasserspiegel von Wohl« anheben

## **KINDER**

Fribos Dachboden Zahnpasta

## **GESUND**

Meine Gedanken und ich ...





- → SATELLIT ASTRA (19,2° 0st) Frequenz: 11244 MHz hor. Symbolrate: 22.000 | FEC: 5/6 Kennung: »Hope TV«
- → KABEL

  Vodafone deutschlandweit und
  einige regionale Kabelnetze
- → **DVB-T2** über simpliTV in Wien, Tirol und Vorarlberg
- → IP-TV
  D: Freenet TV connect
  CH: Swisscom TV M, L,
  TV Air free, TV Air Mobile
- → STREAMING BOXEN Apple TV, Fire TV, Roku
- → WEB UND APP hopetv.de Hope Channel App Podcasts für iOS und Android



## **Hope**Podcasts

## → MEDIATHEK & APPS







Spotify

und andere Podcast-Apps



## **Hope**Service

→ Sandwiesenstrasse 35 D-64665 Alsbach-Hähnlein info@hopemedia.de

Kostenlose Rufnummer aus Deutschland, Österreich und der Schweiz: 0800/46 33 68 64

Internationale Rufnummer: Tel. +49 (0) 6257 50 653 30

## → FOLGEN SIE HOPE TV AUF:

- Hope TV Menschen
- Hope TV Bibel
- Hope TV Natur & Gesundheit
- Hope TV Kinder
- Hope TV deutsch
- hope\_tv\_deutsch

# Du wirst gebraucht!

ich über den Egoismus des Menschen auszulassen, mag verständlich sein, aber es bringt nicht viel und wirft alle in einen Topf. Das wäre unfair. Laut dem »Bericht zum freiwilligen Engagement in Österreich« leistet fast die Hälfte der Bevölkerung wöchentlich Freiwilligenarbeit. Ihr Einsatz liegt bei ca. 14 Millionen Stunden und findet in Katastrophenhilfs- und Rettungsdiensten sowie den Bereichen Soziales, Gesundheit bis hin zu Sport und Kultur statt.

Es gibt eine Fülle an Möglichkeiten, sich im Dienst der Gesellschaft zu engagieren. Ob man sich in den zahlreichen organisierten Freiwilligendiensten, Nachbarschaftshilfen oder wo sonst auch immer einbringt – es ist eine tragende Säule in unserer Gesellschaft. Je mehr sich in diesen unbezahlbaren Dienst einreihen, desto lebenswerter wird es auf unserem doch arg geschüttelten Planeten. Wer »Freiwillige Hilfe« im Internet sucht, wird ziemlich sicher etwas finden, was ihn selbst erfüllt und anderen eine unschätzbare Hilfe ist.

Ermutigen Sie sich selbst und andere dazu ein Licht zu sein, anstatt über die Dunkelheit zu klagen, auch wenn wir dadurch letztendlich unseren Planeten nicht retten können. Gott hat uns aber eine neue Welt versprochen, auf der genau diese Prinzipien gelten und Jesus hat eindrücklich gezeigt, wie wir schon hier und heute ein Stück Himmel auf Erden erleben bzw. »austeilen« können.

Ihr

## **Pierre Intering**

Chefredaktion Hope Magazin

## Inhalt

- **4** THEMA Kreuzundquer über die Jahre
- 8 SENDUNG Herausforderung Jesus
- 11 KINDER Fribos Dachboden Zahnpasta
- 12 LEBEN

  Den »Grundwasserspiegel

  von Wohl« anheben
- 17 BIBEL
  Was ist meine Aufgabe
  in dieser Welt?
- **18** JESUS Bedingungslos
- 19 KURSE Fribo
- 20 GESUND

  Meine Gedanken

  und ich ...
- 24 LESEN Schabbat Schalom
- 25 KOLUMNE
  Es gibt nichts Gutes.
  Außer man tut es.
- 6 ÜBER UNS



# Kreuzundquer über die Jahre

viel mehr als

nur eine Suppenküche

## ANGEFANGEN HAT ALLES VOR MEHR ALS

30 JAHREN mit einer persönlichen Lebenskrise. Rudi, der Initiator und noch immer Motor unserer Suppenküchenarbeit, hätte den Heiligabend eigentlich allein verbringen müssen. So zog er kurzerhand durch die Innenstadt Hannovers und lud Menschen von der Straße ein. Mit fünf Taxis und seinem eigenen PKW fuhren sie in die Adventgemeinde Fischerstraße, bestellten Pizza und Getränke und erlebten ein unglaubliches Weihnachtsfest. Sein Herz war berührt. Die Menschen und ihre Lebensgeschichten haben ihn seitdem nie wieder losgelassen.

In der örtlichen Adventgemeinde gab es schon zuvor eine gut besuchte Suppenküche, die nun von Rudi übernommen wurde. Seitdem werden jeden Mittwochnachmittag von November bis März wöchentlich bis zu 70 Gäste beköstigt. Beim Weihnachtsessen sind es auch mal 90 – da geraten wir an unsere Grenze und es heißt »ausgebucht woder vielleicht doch noch ein Essen to go?

## **WOZU DAS GANZE?**

Mit unserer Suppenküche bieten wir zuallererst den Ärmsten in unserer Stadt eine warme Mahlzeit an. Meist sind das zwei unterschiedliche Suppen, um die es einen regelrechten Wettstreit unter den Köchen gibt. Diejenige, die zuerst aufgegessen wurde, ist die beste, und heimst das meiste Lob ein. Hier gilt nicht das Motto »Viele Köche verderben den Brei«, nein, durch das gemeinschaftliche Kochen wird erst die richtige Würze mit hineingebracht. Jede Suppe

wird frisch zubereitet, vor Ort das Gemüse geschnippelt. Die Küchenarbeit ist wohl von all unseren Aktivitäten am herausforderndsten. Hier muss richtig angepackt werden - vom Großeinkauf mit mehreren Einkaufswagen, dem Zubereiten der Speisen, Tischdecken, Verteilen des Essens und einem riesigen Abwasch. Da wird jede Hand gebraucht und es kann auch mal laut zugehen. Eifersüchteleien, Neid und (meist) kleinere Auseinandersetzungen, die Angst zu kurz zu kommen – all das taucht auch bei uns auf und will sensibel und gut gehändelt werden. Da war es teilweise sogar erholsam, als zu Coronazeiten die Besucherzahlen mehr als halbiert wurden. Plötzlich so leise, so friedlich, Doch: kein Nachteil ohne Vorteil.

## SPEISE FÜR LEIB UND SEELE

Neben der leiblichen Speise ist uns die Speise für die Seele wichtig. Angeregt durch die etwa zehnminütigen christlichen Impulse für alle Gäste äußerten einige den Wunsch, sich intensiver mit der Bibel auseinanderzusetzen. Schnell war ein Bibelkreis geboren sowie etwas später auch unsere gästeorientierten Gottesdienste.

Neben Rudi und mir, seiner Ehefrau, holten wir noch ein paar unserer Freunde mit ins Boot: Heike und Lutz, Marianne und Markus, Maja, Jutta und Joachim und zuletzt noch Lena. Wir bilden das Kernteam und haben den gemeinnützigen Verein kreuzundquer – Verein für ein christliches Miteinander e. V. gegründet. Wir sind über die Jahre zu einer lebendigen Keimzelle

herangewachsen, in der einer den anderen kennt und wir uns ergänzen. So manche Krise haben wir gemeistert, Durststrecken überwunden und uns gegenseitig gestärkt. Gemeinsam legen wir unsere Jahresaktivitäten fest und planen nach Bedarf auch ganz schnell mal um. Es gibt die Suppenküche, die Lebensmittelausgabe, manchmal auch eine Kleiderausgabe, den Bibelkreis, Gottesdienste, besondere Aktionen wie Ausflüge – vorzugsweise Bus- und Bootsfahrten, da unsere Gäste meist nicht so gut zu Fuß sind.

# EINMAL IM MONAT: KREUZUNDQUER-GOTTESDIENST

Einmal im Monat über das ganze Jahr hinweg finden am Samstagnachmittag unsere kreuzundquer-Gottesdienste statt, die wir auch über die Corona-Krise hinweg fast ununterbrochen anbieten konnten. Sie sind zwar besonders auf unsere Gäste ausgerichtet, doch hier ist jeder willkommen. Hier steht Gottes Liebe im Mittelpunkt, das menschliche Miteinander, gegenseitige Achtung und Wertschätzung und was Gott damit zu tun hat. Wir versuchen, ansprechende Mottos zu finden wie »Wozu? - Weshalb? - Warum?«, »Mach mal Pause«, »Schau mir in die Augen, Jesus« oder »Highway to Heaven«. Jedes Thema wird durch ein Anspiel, eine erzählte Geschichte, einen Videoclip oder eine gemeinsame Aktion veranschaulicht. Auch für passende Musik ist gesorgt, wenn neben Klavier und Gitarre die Percussion-Instrumente an unsere Gottesdienstbesucher ausgeteilt werden. Die Vorbereitung ist jedes Mal ein kreativer Prozess mit Freude und Spaß, mit lebhaften Gesprächen und meist zahllosen Ideen. Auch viel Gebet ist dabei.

## EIN BUNTER KREIS AN HELFERN UND UNTERSTÜTZERN

Diese Arbeit ist von uns als Team natürlich nicht allein zu schaffen. Es gibt so viele, die uns unterstützen. Da sind zunächst einmal diejenigen, aus dem Kreis der Gäste, die zu uns stießen, als wir in einem Jahr so wenige Helfer waren, dass wir einen Aufruf gestartet haben. Und nun sind 10–15 »Gäste« regelmäßig und zuverlässig mit dabei – und haben einen kleinen Vorteil. Sie dürfen bei der Lebensmittelausgabe als erstes auswählen.

Viele Rentner/innen sind unter uns, der ein oder andere Pastor und auch junge Leute haben uns tatkräftig unterstützt. Genauso auch ein paar Mädchen, die im Rahmen ihres Religionsunterrichts (ähnlich der Konfirmation) etwas ganz Praktisches tun wollten. Und dann ist da noch der Student aus der Nachbarschaft, der eigentlich nur ein Paket abholen wollte und jetzt mitmacht, wann immer er kann. Nicht zu vergessen der Gastwirt, der seit vielen Jahren unser Weihnachtsessen spendiert – 100 Portionen Gänsekeulen, Rotkohl und Klöße vom Feinsten. Ein echtes Geschenk des Himmels!

Ein weiteres Geschenk ist die Unterstützung eines ehemaligen Sozialarbeiters, der neben einem offenen mitfühlenden Ohr ganz professionelle Lebensberatung anbietet – zum Beispiel bei Auseinandersetzungen mit Behörden, Gerichten oder bei Wohnungslosigkeit.

Durch Rudis Verbindungen als Zahnarzt steht in den Wintermonaten außerdem einmal im Monat das hannoversche Zahnmobil vor der Tür, das von der Zahnärzteschaft Hannover initiiert wurde. Hier werden auch Patienten behandelt, die keine Versicherungskarte vorweisen können.

Wir nutzen alle Fähigkeiten, die sich uns bieten, denn unser Motto lautet: jede/r kann mithelfen nach eigener Begabung und eigenem Vermögen.

## IMMER WIEDER IST BESONDERE KREATIVITÄT GEFRAGT

Als wir im März 2020 wie alle sozialen Einrichtungen ebenfalls schließen mussten, hatten wir die Idee des Gabenzauns, der über mehrere Wochen täglich mit gut gefüllten Lebensmittelbeuteln bestückt und bewacht wurde, um Missbrauch vorzubeugen. Im Januar dieses Jahres kam die Idee auf, die Bedürftigen vor Ort aufzusuchen. Der Probelauf mit Einkaufstrolleys, ausgedientem Kinderwagen und geliehenem Bollerwagen öffnete unsere Augen für die Not der Menschen im Stadtzentrum Hannovers. Wir kamen an Orte tiefsten Elends, wir

sahen in Gesichter, die vom Leben auf der Straße, von Alkohol und Drogen gezeichnet waren. In Erinnerung blieben aber vor allem Menschen, deren Augen trotz ihrer Not voller Dankbarkeit leuchteten. Diese Aktion wollten wir unbedingt weiterführen und so besorgten wir Bollerwägen und ließen uns Westen mit unserem Kreuzundquer-Logo bedrucken. Mittlerweile sind wir »die Gelbwesten von Hannover« und stadtbekannt. Die Menschen kommen auf uns zu oder laufen uns sogar hinterher, um auch eine Tüte abzubekommen. Überall schauen wir in freundliche Gesichter und erleben so viel Dankbarkeit. Auch bei den Ordnungskräften. Und manche, die diese Aktion mitbekommen, drücken uns sogar Geld in die Hand.

Große Unterstützung erhalten wir auch von Spendern aus der Adventgemeinde und von Freunden. Ohne sie und ohne alle fleißigen Helfer/innen wäre diese Arbeit nicht möglich. Ihnen allen gilt unser Dank. Von Herzen danken wir Gott, der uns reich beschenkt mit Ideen, Ausdauer, Freude und Gemeinschaft.

Wir haben erfahren und erleben es noch, wie herausfordernd aber auch erfüllend es ist, sich für andere einzusetzen, und dass ein nettes Wort, eine warme Mahlzeit und ein offenes Herz Menschen berührt und verändert.



**GUDRUN HAAG,** Jahrgang 60, engagiert sich gern sozial und kirchlich, verheiratet, 3 Söhne, 3 Schwiegertöchter und 5 Enkelkinder. kreuzundquer – Verein für ein christliches





#### MEDIATHEK

### Alle bisher veröffentlichten Folgen

- finden Sie auch in der Mediathek unter
- hopetv.de/mediathek, auf dem YouTube-Kana
- »Hope TV Bibel« und im laufenden Programm:
- montags, 20:15 Uhr auf Hope TV.

#### HOPE TV PROGRAMM

Aktuelles Programmheft kostenlos anfordern unter **hopetv.de/tv/service** oder als PDF herunterladen.



## UNERMÜDLICHER EINSATZ FÜR ANDERE

Tatsächlich lässt sich auch im Hinblick auf die Frage nach der Relevanz des christlichen Glaubens für die Gesellschaft im Johannesevangelium einiges finden. So berichtet Johannes zum Beispiel von dem »ersten Zeichen«, das Jesus auf einer Hochzeitsfeier tat. Durch sein Eingreifen sorgte er dafür, dass die Hochzeitsgesellschaft genug zu trinken hatte; er nahm Anteil am Gelingen des Festes und förderte das Zusammenkommen und Feiern von Menschen.

Gleich im Anschluss an diese Erzählung dokumentiert Johannes, dass Jesus den Jerusalemer Tempel während der Feierlichkeiten des Passahfestes besuchte, welches an die Befreiung der Israeliten aus der ägyptischen Sklaverei erinnerte. So unterstreicht Jesus, wie wichtig die Identifikation mit den Traditionen und Gebräuchen seines Landes ist. Gleichwohl unterlässt er nie, immer auf den ursprünglichen Kern der Traditionen hinzuweisen, wenn diese nur noch rein formal zelebriert werden oder sich artfremde Gewohnheiten hinzumischten.

Auch über das soziale Engagement von Jesus wird durch Johannes berichtet, denn dessen hingebungsvoller Einsatz für die Kranken und Benachteiligten der Gesellschaft seiner Zeit war bemerkenswert.

Allein diese Beispiele zeigen, in wie vielen Bereiche des gesellschaftlichen Lebens Jesus präsent ist – »Stoff« genug, um für sich selbst im eigenen Leben und Umfeld kreative Anregungen zu finden und aktiv zu werden.

# DER MENSCHGEWORDENE GOTT - DIE WOHL GRÖSSTE HERAUSFORDERUNG

Reduziert auf diese Themen könnte man das Johannesevangelium auch als reine Sozial-kritik lesen. Wenn da nicht die größte aller Herausforderungen bliebe: Johannes stellt Jesus als den menschgewordenen Gott vor, der jeden Menschen einlädt, ihm täglich zu vertrauen und mit ihm zu leben – und der dem Menschen auch über den Tod hinaus ewiges Leben anbietet. Ist das nicht absolut faszinierend und fast unglaublich?

Wenn Sie mögen, stellen Sie sich dieser Herausforderung und seien Sie alle 14 Tage immer montags um 20:15 Uhr dabei – vielleicht wird es ja die Entdeckung ihres Lebens!

## MARCEL WIELAND

10

Redakteur und Produzent bei Hope Media



Autsch, ich habe Zahnschmerzen. Ich kann kein Holz mehr essen. Kannst du dir das vorstellen? ICH, Fribonius Maximilian Balthasar von Einzahn, kann kein Holz essen!!

Und jetzt macht Dominik mir einen Termin bei Frau Glück, seiner Zahnärztin. Ein bisschen, aber nur ein klitzekleines bisschen, Angst habe ich ja schon. Aber zum Glück ist Dominik dabei, wenn sie mich untersucht.

Und jetzt muss ich dir noch was super Tolles erzählen: es gibt jetzt für alle Kinder einen Bibelkurs mit mir. Jahaaaaa. Du und ich können uns Briefe schreiben. Du musst dich unbedingt ganz schnell anmelden, damit wir Brieffreun-

de werden können. Am besten schaust du dir mit Mama und Papa diese Seite hier an: hopekurse.de/kurse/fribos-dachboden.

Ich freue mich schon so sehr auf deinen Brief!

Oh, ich höre Schritte, die Zahnärztin kommt ... Bis bahaaallld.

11





## SENDETERMINE AUF HOPE TV

• 10. Sept., 18:00 Uhr: »Die Zahnärztin kommt« mit

• Frau Glück, Ralf und Andrea, Wilma, Dominik und mir

24. Sept., 18:00 Uhr: »Unsere Haut«
 mit Carla, Dominik und mir

**15. Okt., 18:00 Uhr: »Unser Körper**« mit Carla, meiner Pfadfindergruppe, Dominik und mir

29. Okt., 18:00 Uhr: »Ich pflanze einen Baum«

mit Wilma, Dominik und mir



## **ZAHNPASTA**



- Kokosfett
- Xylit
- · Teelöffel
- Esslöffel
- Rührschüssel
- · Leeres Marmeladenglas mit Deckel

## Los geht's!

- Lagere das Kokosfett bei Raumtemperatur, damit es weich genug zum Verarbeiten ist. Bei 25 Grad fängt das Kokosfett an flüssig zu werden.
- 2. Gib 2 Esslöffel Kokosfett in eine Rührschüssel.
- 3. Gib 2 Teelöffel Xylit hinzu.
- Verrühre alles miteinander und fülle es zum Aufbewahren in das Marmeladenglas.





Frank Heinrich kann man gut und gerne als jemanden bezeichnen, der ein leidenschaftliches Herz besitzt. Viele Jahre aktiv in der Heilsarmee, arbeitet der CDU-Politiker nun seit mehr als zehn

»Arbeite, als wenn alles Beten nichts hilft – und bete, als wenn alles Arbeiten nichts hilft.« Jahren im Deutschen Bundestag – beispielsweise im Ausschuss für Menschenrechte und humanitäre Hilfe. Zuhause in Chemnitz hat er mit »Business

trifft Afrika« eine Möglichkeit geschaffen, internationale, wirtschaftliche Partnerschaften aufzubauen und zu pflegen. Im Interview beschreibt er, woher seine Leidenschaft für Menschen rührt, und auch wo der beherzte Einsatz für andere an seine Grenzen stößt.¹

Herr Heinrich, das Thema »soziales Engagement« zieht sich wie ein roter Faden durch Ihren Lebenslauf. Würden Sie dies als Ihre Passion bezeichnen?

Ja, zumindest Teile davon würde ich tatsächlich als Passion bezeichnen. Wenn ich bestimmte Ungerechtigkeiten sehe, kann ich nicht anders, als alles mir Mögliche in die Waagschale zu werfen. Ich begann schon sehr früh, mich ehrenamtlich in einem Café zu engagieren, in dem insbesondere auch Randgruppen willkommen waren. Ich hörte sehr früh von einer Statistik, die deutlich machte, dass wir in Deutschland an Heiligabend die höchste Selbstmordrate hatten. Offensichtlich fühlt sich »Einsamkeit« an diesem Abend besonders heftig an. Da konnte ich einfach nicht mehr ruhig zu Hause sitzen und sehr oft »opferten« ich und auch meine Familie gerne unseren Heiligen Abend, um zumindest eine Chance für die Einsamsten zu eröffnen. Da war natürlich die Heilsarmee später ganz nah dran und wir haben viele andere motiviert, dies mit uns zu tun.

Dazu kam das Engagement meiner Eltern und damit verbundene Reisen hinter den damaligen »Eisernen Vorhang«. Wir trafen Menschen mit Mut und Not. Humanitäre Notsituationen und Verfolgung waren alltäglich und das prägte mich natürlich als Teenager. Freunde,

die ohne juristische Nachvollziehbarkeit im Gefängnis saßen, waren auch der Anlass für mein erstes praktisches politisches Engagement, weil ich mit anderen vor die Botschaft Rumäniens zog, um für die Freilassung zu demonstrieren.

Sie haben von der Heilsarmee in die Politik gewechselt – und ein Buch darüber geschrieben. Würden Sie kurz beschreiben, wie es zu diesem – von außen betrachtet – harten Bruch kam?

Das haben Sie ganz richtig beschrieben: »Von außen«. Für mich war es auf gewisse Weise die logische Fortsetzung des Engagements. Auf anderen Wegen als bisher, aber immer noch geprägt von der Sehnsucht »Menschen ohne Stimme« eine solche zu verleihen. Ich werde immer wieder gefragt, ob ich denn so überhaupt etwas erreichen kann und ob ich manchmal vermisse, mit dem einzelnen Gegenüber zu arbeiten. Ja, ich liebe Menschen und brauche den direkten Kontakt; und den habe ich mir - wenn auch auf kleinerer Flamme - erhalten, indem ich weiterhin in Chemnitzer Projekten beteiligt bin. Allerdings sehe ich es jetzt noch mehr als meine Aufgabe an, eher dabei zu helfen, den »Grundwasserspiegel von Wohl« heben zu helfen; und da ist Politik natürlich ein Bereich, der hier an den Strukturen verändert und in meinen beiden Ausschüssen - »Menschenrechte und humanitäre Hilfe« sowie »Arbeit und Soziales« - kann ich hier direkt mitwirken.

Sich leidenschaftlich für andere einzusetzen, birgt auch Gefahren für sich selbst, die eigene Familie. Halten sich

# Opfer zu bringen und Erfolge zu erleben in Ihrem Leben die Waage?

Das muss ja jeder für sich ausbalancieren. Und es stimmt, sowohl durch die zeitlichen und inhaltlichen Belastungen meines Jobs als auch all die Nöte und die gravierenden Menschenrechtsverletzungen, die mir zu Ohren kommen, ist es manchmal schon grenzwertig und »ohnmächtigend«. Da reicht auch allein die Leidenschaft nicht aus. Ich selber muss immer wieder - auch in enger Abstimmung mit meiner Familie und Freunden - zu einem gesunden und hygienischen Lebensstil finden, sonst ist mein Tank irgendwann leer und ich kann trotz aller Sehnsucht nicht mehr das tun, was mir von Herzen wichtig ist; also lieber ein Leben lang »kontrolliert leidenschaftlich« als »feurig-ausbrennend« für nur wenige Jahre.

Ihr Wahlkreis Chemnitz ist für manche Ihrer Themen – wie beispielsweise die internationale Entwicklungszusammenarbeit – sicher kein einfaches Pflaster. Was würden Sie Menschen raten, die sich engagieren wollen, aber mit vielen Mauern konfrontiert sehen?

Zum einen sollte man klar wissen, was man will, dies gut und ehrlich kommunizieren und dem dann zielgerichtet mit Herz und Hand folgen. Gute Leiter erkennen Widerstände schon früh und kalkulieren diese mit ein. Zudem sollte man schon sehr früh Partner suchen und einbeziehen; damit meine ich nicht nur Mitarbeiter, sondern auch andere Menschen und Organisationen, die im gleichen Bereich unterwegs sind. Große Ziele sind



Deine Daten werden nur für den Versand des Buches verwendet und anschließend gelöscht. Verarbeitung der kostenlosen Bestellung und Versand über die Advent-Verlag GmbH, Lüneburg.

Pulverweg 6 | D-21337 Lüneburg | Geschenkbuch@Ja-Jesus.de



selten allein erreichbar, allerdings weiß ich, was ein »leidenschaftliches Herz« alles bewegen kann. Einstein wird folgendermaßen zitiert: »In der Konzentration ist der durchschnittlich begabte Mensch dem durchschnittlich begabten Genie weit überlegen.« Soll heißen, wenn wir mit klarer Prioritätensetzung und Fokussierung – in aller Fehlerhaftigkeit – unterwegs sind, werden wir weit kommen.

Als Christ spielt da meine Beziehung mit Gott eine große Rolle. Aber nicht, wieviel ich bete, sondern vielmehr, wie sehr ich verstanden habe, dass mir kein Zacken aus der Krone bricht, wenn was schief geht und ich meinen Wert nicht aus meinem Tun ableite. Trotzdem gilt natürlich: »Arbeite, als wenn alles Be-

ten nichts hilft - und bete, als wenn alles Arbeiten nichts hilft.«

Seit über 10 Jahren sind Sie im Bundestag aktiv. Würden Sie das politische Umfeld im Rückblick als den besseren Weg bezeichnen, um Ihre Ziele zu erreichen, als wenn Sie beispielsweise in einer sozialen Organisation gearbeitet hätten?

Ich hatte tatsächlich einige Momente, in denen mein Verzweiflungsgrad kurz vorm Handtuchwerfen war. Doch das Bestimmende ist die Überzeugung, mit tiefem Frieden kleinere und größere Schritte mitprägen zu dürfen. Im Moment ist es äußerlich und innerlich mein Traumjob. Trotz großer und ohnmächtig-machender Lasten. Und ob es am Schluss mehr gebracht hat, müssen andere beurteilen, da bin ich ganz offen.

## Woher stammt der Wunsch – oder war es eine Entscheidung? –, sich unter den vielen Ländern auf der Erde für Afrika einzusetzen?

Zum einen lag es mir auf dem Herzen. Vielleicht auch, weil es der momentan noch »schwächste« Kontinent ist. Dazu kam aber dann die Anfrage meiner Fraktion, dies als Fachpolitiker im Speziellen zu tun – was ich selbstverständlich von ganzem Herzen angenommen habe.

## Vielen Dank für das Gespräch!

Das Interview führte Nicole Spöhr



### ZUR PERSON FRANK HEINRICH

Geboren am 25. Januar 1964 in Siegen; evangelisch; verheiratet; vier Kinder. Theologiestudium, Sozialpädagogikstudium, Ausbildung zum Heilsarmeeoffizier; 1997 bis 2009 Leiter der Heilsarmee Chemnitz; 2002 bis 2009 Leiter der Heilsarmee. Jugendarbeit in den neuen Bundesländern und Berlin. 1998 Gründung der Schwarzenberger Tafel; 2001 bis 2008 Gründungsmitglied und Vorstandsmitglied des Vereins »JumiZu« (Jugend mit Zukunft); 2008 bis 2013 Gründungsmitglied und Vorsitzender des Vereins »Tellerlein-Deck-Dich« e.V.; seit 2010 Vorsitzender des Vereins »Perspektiven für Familien e.V. /Haus Kinderland«; seit 2013 Gründungsmitglied und Vorstandsvorsitzender des Vereins »Gemeinsam gegen Menschenhandel e.V.«. 1992 bis 1996 Mitglied der Ökologischen Demokratischen Partei (ÖDP); seit 2007 CDU-Mitglied. Seit 2009 Mitglied des Deutschen Bundestages.

16

# Die Bibel gefragt

# Was ist meine Aufgabe in dieser Welt?

In unserer heutigen Welt – auch in der westlichen Gesellschaft – hat Not viele Gesichter: Es gibt nach wie vor bittere Armut, Krankheiten, Ungerechtigkeit, soziale Kälte, Einsamkeit, seelische Probleme und vieles mehr. Was ist angesichts dieser Situation die Aufgabe gläubiger Menschen? Haben sie Verantwortung für ihre Umgebung? Diese Frage scheint so leicht zu bejahen zu sein, aber tatsächlich macht der zunehmende Individualismus in unserer Zeit auch vor Christen nicht Halt. Viele Menschen sind es gewöhnt, zuerst an sich zu denken und erst in zweiter Linie anderen Gutes zu tun. Wir haben nun einmal wenig Zeit und Ressourcen für Wohltätigkeit, oder?

## **SELBSTLOS HELFEN WIE TABITA**

In der Bibel begegnet uns Tabita, eine Frau, die das anders sah und anders lebte. Über sie wird berichtet, dass sie »viele gute Werke tat und reichlich Almosen gab« (Apostelgeschichte 9,36). Tabita war von Herzen engagiert und wollte selbstlos helfen. Solche Menschen werden auch heute gebraucht. Ohne ehrenamtliche Helfer müssten karitative Organisationen ihre

Die Bibelzitate sind – falls nichts anderes vermerkt ist – der *Neues Leben Bibel*, © 2016 SCM Hänssler im SCM-Verlag, Holzgerlingen, entnommen.

wertvolle Arbeit einschränken oder gar einstellen. Gläubige Menschen, die sich an der Bibel orientieren, sehen die Not in ihrer Umgebung und nacken mit an

ihrer Umgebung und packen mit an. Das beste Vorbild für den selbstlosen Einsatz im Sinne der Nächstenliebe ist Jesus Christus. Er lebte nicht für sich, sondern für das Wohl und die Rettung anderer. Jesus half immer dort, wo es nötig war. Was ihm die Kraft dazu gab, war seine Liebe zu den Menschen. Und diese Liebe können wir jederzeit von ihm erbitten, damit auch wir selbstlos werden und anderen gerne Gutes tun. Jesus identifiziert sich auch heute noch mit den Notleidenden, wenn er in Matthäus 25,40 sagt: »Was ihr für einen der Geringsten meiner Brüder und Schwestern getan habt, das habt ihr für mich getan!« Mit Jesus Gutes tun, gibt dem Leben einen tiefen Sinn, den wir in einer egoistischen Gesinnung niemals finden können.

CLAUDIA FLIEDER

Haben auch Sie Fragen zur Bibel?
Dann schreiben Sie uns eine E-Mail an
post@hopemagazin.info



# Bedingungslos

Es gehört zu den tiefsten menschlichen Sehnsüchten, bedingungslos geliebt zu werden. Und es macht krank, wenn man sich die Liebe einer anderen Person ständig verdienen und erarbeiten muss.

In der Bibel gibt es mehrere griechische Begriffe, die man mit »Liebe« übersetzen kann: Eros beschreibt die romantische Anziehungskraft, während philia die freundschaftliche oder familiäre Verbindung meint. Diese Formen der Liebe gründen sich auf Eigenschaften oder Verhaltensweisen des Gegenübers, die für den Liebenden einen Wert oder Nutzen darstellen. Man liebt eine Person, weil sie schön, klug, witzig oder zuverlässig ist. Oder weil man mit ihr bluts- oder herzensverwandt ist.

Wenn Jesus von Liebe gesprochen hat, verwendete er den Begriff *agape*, die bedingungslose, selbstlose Liebe. »Liebe deinen Nächsten, wie dich selbst« (Markus 12,31) oder »liebt eure Feinde« (Matthäus 5,44). Jesus selbst hat perfekt verdeutlicht, was diese Art von göttlicher Liebe bedeutet, indem er am Kreuz gestorben ist. »Wir haben die wahre Liebe daran erkannt, dass Christus sein Leben für uns gegeben hat.« (1. Johannes 3,16, NLB)

Damit definiert Jesus die vollkommene Liebe als eine Haltung, die bereit ist, das eigene Leben für das Wohl eines anderen einzusetzen, selbst dann, wenn diese Person es augenscheinlich nicht verdient hat. Man könnte also sagen: Liebe heißt, einer anderen Person bedingungslos Wert zuzuschreiben – wenn nötig auf eigene Kosten.

Jesus hat das gelebt. Menschen, die von anderen als wertloser Abschaum betrachtet wurden, hat er sich liebevoll zugewandt, und sogar für die, die ihn ans Kreuz gebracht haben, bat er um Vergebung.

Eindrücklicher konnte Gott sein Wesen nicht demonstrieren als durch das Leben und Sterben von Jesus. Bedingungslos geliebt zu werden ist eine tiefe, oft unerfüllte, menschliche Sehnsucht. Gott schreibt uns Wert zu – auf seine eigenen Kosten! Und er lädt uns ein, uns von dieser Liebe heilen und verändern zu lassen.



ANDREAS PFEIFER ist Pastor und wohnt mit seiner großen Familie in der Nähe von Nürnberg.





Die Bibel ist voller Schätze, die es zu entdecken gilt. Warum nicht mit Fribonius Maximilian Balthasar von Einzahn, dem Holzwurm, der eine eigene Kindersendung auf Hope TV hat? Seit Juni gibt es einen Bibelkurs für Kinder im Alter von 5-8 Jahren zur TV-Sendung.

Der Kurs besteht aus sieben Heften. In diesen Heften entdecken die Kinder zusammen mit Fribo nicht nur Schätze der Bibel, sondern sind auch selbst gefordert, zu rätseln, zu backen und zu malen. Dabei vertiefen sie spielerisch ihr Bibelwissen und intensivieren ihre Beziehung zu unserem großen und liebevollen Gott.

- → Begleitet werden die Kinder von Fribo und einem Hope-Studienbegleiter.
- → Den Kurs können die Kinder in Deutschland, Österreich und der Schweiz machen.
- → Fribo und seine Freunde freuen sich auf jede neue Brieffreundin und jeden neuen Brieffreund!

## Die Themen von Fribos Kinder-Bibelkurs sind:

- 1. Mein Lieblingsbuch: Die Bibel
- 2. Mein Freund Jesus
- 3. Ein fribotastisches Wort: Glück
- 4. Meine Familie
- 5. Freundschaft
- 6. Streiten und vertragen
- 7. Beten





hopekurse.de



# Meine Gedanken und ich ...

## Wer lenkt wen?

Vor einiger Zeit reiste ich nach Thailand. Die große Freude wurde bereits am dritten Abend getrübt: Ich bekam Halsschmerzen. Selbstverständlich ging ich besonders früh ins Bett, um meinen Körper durch den Schlaf zu stärken. Aber so schnell war nicht an Schlaf zu denken ... »Was ist, wenn mein Halsweh morgen früh nicht weg ist? Könnte ich gar eine Mandelentzündung bekommen?« Meine Gedanken hielten mich vom Schlafen ab. »Jetzt an etwas Positives denken!«, ermutigte ich mich selbst. Es war ein regelrechter

Kampf darum, ob ich meine Gedanken lenke oder meine Gedanken mich im Griff haben. Irgendwann schlief ich dann doch ein ...

## WAS GEDANKEN ALLES BEWIRKEN KÖNNEN

Nicht umsonst sprechen wir immer wieder von den »Self-fulfilling prophecies«, den sich selbst erfüllenden Vorhersagen. Wir meinen damit, dass unsere Erwartungen an ein Ereignis, also unsere Gedanken vor einem Ereig-



MEHR INFOS UNTER: dvg-online.de/12-prinzipien

nis, das Ereignis selbst beeinflussen können. Ich erwarte zum Beispiel den Besuch unserer Nachbarin. Ich mag sie gern und bin mir sicher, dass wir uns gut unterhalten werden. Allein aufgrund meiner Erwartung (und meines daraus folgenden Verhaltens) ist die Wahrscheinlichkeit hoch, dass mich ein interessanter Nachmittag erwartet. Wenn ich jedoch eine zähe Unterhaltung erwarte, könnte es gut sein, dass meine Befürchtung Wirklichkeit wird.

Mit unseren Gedanken »steht und fällt« alles, oder sagen wir mal vieles. Unsere Gedanken gehen unseren Worten und Taten voran.

Unsere Gedanken sind frei, es liegt jedoch in unserer Hand, sie in positiver Weise zu lenken. Wir können unser Sein und Können in unseren Gedanken analysieren und entsprechende Schlüsse ziehen. In unseren Gedanken bilden

sich unsere Meinungen und Überzeugungen, unser Glaube und unsere Weltsicht. Wir können positive oder negative Gedanken wälzen, Dingen auf den Grund gehen und Neues entdecken. Unsere Gedanken

sind frei, es liegt jedoch in unserer Hand, sie in positiver Weise zu lenken.

## DER WUNSCH, SICH GUT ZU FÜHLEN

Interessanterweise ist es tief in uns Menschen verankert, dass wir uns gut fühlen wollen. Wir tragen mit unseren Gedanken dazu bei, dass wir unser Wohlbefinden aufrechterhalten können.

Stellen wir uns Leon vor: Er kommt mit einer sehr guten Note nach Hause. Selbstverständlich erzählt er seiner Mutter sofort von seinem tollen Erfolg und betont dabei, wie fleißig er gelernt habe und wie gut er doch in Mathe sei. Einige Tage später bringt er wider Erwarten eine schlechte Note in Mathe heim. Die Begründung hierfür: Der Lehrer sei unfair und der Test sei schwer verständlich gewesen.

Wer kennt das nicht? Wenn wir eine Aufgabe gut gemacht haben, finden wir die Erklärung schnell bei uns selbst (Fleiß, Begabung etc.), haben wir jedoch keinen Erfolg oder unterlaufen uns Fehler, neigen wir zu Gründen, die außerhalb von uns liegen, erklären uns dies also durch die (ungünstige) Situation oder so-

gar durch die Fehler anderer. Forscher haben in vielen Untersuchungen herausgefunden, dass wir sowohl Erfolge als auch Misserfolge für uns jeweils möglichst günstig auslegen, um unseren Selbstwert nicht in den Keller sausen zu lassen. Zu unserem Vorteil ist dieses, nennen wir es vorsichtig »positive Denken« oft, da wir uns den Umständen weniger ausgeliefert vorkommen.

Ich bin mir sicher, dass jeder von uns mit solch einem Denkmuster in Berührung gekommen ist. Auch wenn wir uns kurzfristig damit behelfen können, ist es doch wertvoll, zu erleben, dass unser Selbstwert letztendlich nicht von unserer Leistung oder der Meinung anderer abhängig sein muss, sondern wir diesen auf verlässlicherem Grund aufbauen können. Ein gesunder Selbstwert kann z. B. in der Familie, in guten Freundschaften und im Glauben an Gott gefunden werden. Dies kann uns in vielen Lebenslagen helfen.

# UNREALISTISCHER OPTIMISMUS UND DER GLAUBE AN EINE GERECHTE WELT

Zurück nach Thailand. Mich erwischte dann tatsächlich eine Mandelentzündung. Das Fieber plagte mich, und ich musste das Bett hüten. »Morgen bin ich sicher wieder fit«, sagte ich mir an jedem Abend. Zugegeben, irgendwann hatte ich mit meinem Optimismus recht, aber leider nicht gleich am ersten Tag. Da überrascht es nicht, dass es in der Psychologie den Begriff des »unrealistischen Optimismus« gibt. Damit ist die Annahme gemeint, dass Gutes einem selbst



Aus der Gesundheitszeitschrift Leben & Gesundheit, mit freundlicher Genehmigung des Advent-Verlages Schweiz

22

lug-mag.com



häufiger widerfährt als anderen Menschen und Unerfreuliches eher anderen als einem selbst. Oder man spricht auch vom »Glauben an eine gerechte Welt«, bei welchem Menschen davon ausgehen, dass Gutes nur guten Menschen widerfährt und Schlechtes nur schlechten Menschen geschieht.

Dies bringt uns in ein Dilemma. Zum einen sind diese Sichtweisen – sozusagen die »rosarot gefärbte Weltsicht« – fehleranfällig, erweisen sich aufgrund der Wahrscheinlichkeit als unzuverlässig und sind im »Fall des Falles« unbefriedigend. Zum anderen können uns diese Sichtweisen die Befürchtungen für den Moment nehmen und unterstützen unser positives Denken.

# POSITIVE GEDANKEN SIND ANGENEHMER, ABER ...

Nicht nur, dass positive Gedanken angenehmer sind, sie können uns auch in der Realität zum Vorteil werden, wie wir an den Beispielen gesehen haben. Gleichzeitig kennen wir alle die Wahrheit: Auch wunderbare Menschen ereilt ein Schicksalsschlag, und alle positiven Gedanken können einen Streit manchmal nicht abwenden. Wir erleben täglich, dass es in unserer Welt Ungerechtigkeit gibt und dadurch viel Leid entsteht.

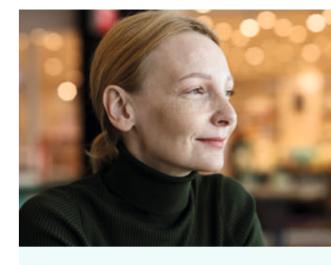
Da sehen wir morgens beim Frühstück in den Nachrichten einen Bericht über ein schlimmes Ereignis oder ein furchtbares Verbrechen. Es geht uns einfach nicht mehr aus dem Kopf, wir sind betroffen, traurig, und unser Tag wird von den Gedankenwolken regelrecht verdunkelt. »Wieso sollen wir positiv denken, wenn wir dann doch enttäuscht werden? Am besten, wir befürchten immer das Schlimmste, so können wir nicht böse überrascht werden.« Wenn wir solche Schlussfolgerungen ziehen und diese negativen Gefühle in unseren Gedanken besonders lange oder intensiv verbleiben, könnte eine Depression entstehen. Das wünscht sich keiner.

## DIE GEDANKEN LENKEN – BEWUSST POSITIV DENKEN

In der Behandlung von Depressionen versucht man, den Patienten einen Ausweg aus dem Negativ-Kreislauf zu zeigen und sie beim Umdenken – von negativ zu positiv – zu unterstützen.

Man stelle sich zum Beispiel einen vor Kurzem pensionierten Mann vor, der nach einem erfolgreichen Berufsleben in eine Sinnkrise, eine Depression, rutscht. Heute besucht er seine Tochter mit Schwiegersohn. Stolz zeigt ihm die Tochter den Gemüsegarten und fragt nach einigen Pflegetipps. Beim Heimfahren denkt er: »Sie hätten eine bessere Zeit gehabt, wenn ich nicht da gewesen wäre. Meine Tochter führt nun ihr eigenes Leben und braucht mich nicht mehr.« Er könnte sich jedoch bewusst für eine positive Denkweise entscheiden und folgenden neuen Gedanken formen: »Auch wenn mich meine Tochter nicht mehr so wie früher braucht, ist sie gerne mit mir zusammen und fragt mich immer noch um Rat.«

Mir ist bewusst, dass dieses Beispiel sehr schlicht erscheint und es nicht in jeder Situation so leicht ist, einen neuen und ausgeglichenen Gedanken zu finden. Es soll jedoch veranschaulichen, dass es kein Krampf sein muss, sich positive Gedanken zu machen. Wir können uns auch jeden Tag zwei Bereiche unseres Lebens aussuchen, für die wir dankbar sind und über die wir uns freuen. Schlimme Meldungen in den Medien müssen nicht die Hauptrolle in unseren Gedanken einnehmen. Zum einen können wir Bemühungen starten, die Welt in unserer Reichweite für die Mitmenschen angenehmer zu gestalten. Zum anderen dürfen wir uns auf Positives konzentrieren. Wir können uns in Gedanken mit der Dankbarkeit, der Freude und der Hoffnung auf eine »bessere Welt« beschäftigen.



»Beginne jeden Morgen mit einem guten Gedanken!« CARL HILTY (1833–1909)

»Man kann zwar kein neues Leben beginnen, aber täglich einen neuen Tag.« HENRY DAVID THOREAU (1817–1862)

»Auch aus Steinen, die einem in den Weg gelegt werden, kann man Schönes bauen.« JOHANN WOLFGANG VON GOETHE (1749–1832)

»Konzentriert euch auf das, was wahr, anständig und gerecht ist. Denkt über das nach, was rein, liebenswert und bewunderungswürdig ist, über Dinge, die Auszeichnung und Lob verdienen.« PAULUS VON TARSUS, PHILIPPERBRIEF



23

JUDITH LEITNER

Personalberaterin, Psycholgie BSc, liebt ihre beiden kleinen Kinder, ihren tollen Mann und ist Hobbygärtnerin

# Schabbat Schalom

## Liebe Judith, du moderierst die beliebte Hope TV-Sendung Schabbat Schalom und hast nun ein Buch zur Sendung geschrieben. Wie entstand die Idee für das Buch?

Naja, Fernsehen ist eher ein flüchtiges Medium. Ein Gedanke wird schnell vom nächsten überlagert. Darum kam die Frage auf, wie man einen Teil der 250 Episoden, die über die letzten Jahre entstanden sind, in einer Form festhält, die zum Nachdenken einlädt.

## Was ist das Außergewöhnliche an deinen Texten und Geschichten?

Außergewöhnlich sind sie auf den ersten Blick nicht. Sie begegneten mir mitten im Alltäglichen. Eine Doku über Riesenspinnen, ein Artikel über Zwillingsgeburten, ein Konflikt im Freibad. Was ich erlebe oder erlese erinnert mich oft direkt an Gott. In meinem Kopf entsteht diese Verbindung zwischen dem Sichtbaren und dem Unsichtbaren – und schon lerne ich etwas Neues. Im Grunde hat dies eine jahrtausendalte Tradition. Jesus konnte gefühlt jede Lebenssituation (verlorene Gegenstände, gerichtliche Auseinandersetzungen etc.) mit dem Reich Gottes verknüpfen. Seine assoziative Fähigkeit fasziniert mich enorm.

## Was inspiriert dich beim Schreiben?

Alles, was in mir eine starke Emotion weckt – positiv oder negativ. Warum ekel ich mich so vor dieser Romanfigur? Warum berührt mich diese freundliche Ärztin so? Mittlerweile strecke ich natürlich ganz bewusst meine Fühler aus ... Und immer, wenn mich etwas beschämt, entsetzt, tief erfüllt – spreche ich mit Gott darüber. Und schon entwickelt sich eine weitere Geschichte.

# Was möchtest du deinen Lesern vermitteln und ihnen mit auf den Weg geben?

Also, die Themenvielfalt ist ja beinahe unbegrenzt. Aber am meisten würde ich mich freuen, wenn meine Leser erkennen können: Gott ist in absolut jedem Winkel unserer Welt und unseres Daseins zu finden. Nichts ist zu trivial, alles hat eine geistliche Komponente.

24



Paperback, 160 Seiten Format: 18 × 18 cm Preis: 16,90 Euro/ 19,90 CHF

## NÄHERE INFOS UND BESTELLMÖGLICHKEITEN:

## **Deutschland:**

advent-verlag.de

## per Mail an:

bestellen@advent-verlag.de

### Österreich:

toplife-center.com

## per Mail an:

bestellungen@toplife-center.com

## **Schweiz:**

advent-verlag.ch

## per Mail an:

info@advent-verlag.ch

## JUDITH FOCKNER

ist Theologin und Religionspädagogin. Seit 2017 schreibt und moderiert sie die Hope TV-Sendung »Schabbat Schalom«. Mit ihrem Mann Sven und ihren beiden Söhnen (Jan, 11 und Ben, 9) lebt die gebürtige Wienerin zurzeit in Hessen.

# Es gibt nichts Gutes. Außer man tut es.

»WEISS JEMAND ZUFÄLLIG. WO TIM BENDZKO GERADE IST? Der wollte doch kurz die Welt retten?!«, hörte ich letztens jemanden witzeln. Im Song des Berliner Sängers geht es darum, wie uns immer ein Haufen Ausreden einfallen, warum gerade irgendwas nicht geht. »Nur noch 148 Mails checken« und »die Welt retten« waren zwei davon. Leider hat Bendzko die Welt inzwischen nicht gerettet: Neben weltweiten Krankheiten schlagen Klimaschützer Alarm, Forscher sehen die Artenvielfalt in Gefahr und Soziologen bangen um die Gerechtigkeit in der Welt. Ich weiß gar nicht, wo ich zuerst anfangen soll: Mülltrennung mach ich. E-Auto ist angedacht. Aber waren nicht auch die Wale und Hunde wichtig? Und was ist mit den Kindern in Afrika? Engagieren könnte ich mich auch gegen Menschenhandel, für verfolgte Christen und für die Gleichstellung von Männern und Frauen. Alles superwichtig. Jetzt und sofort. Ȇberforderung!«, rufe ich. Was kann ich da schon ausrichten? Bringt doch eh nix! Doch! Es bringt schon etwas. Dank Erich Kästner wissen wir nämlich: »Es gibt nichts Gutes, außer: Man tut es.«

## **WOFÜR BRENNT MEIN HERZ?**

Da hilft es, sich ein paar Fragen zu stellen: Wofür brennt mein Herz? Welches Thema motiviert mich? Und wie kann ich da in irgendeiner Form Ungleichheit, Ungerechtigkeit oder Benachteiligung entgegenwirken? Wie stelle ich es an, dass erstmal jemand anderes und nicht nur ich profitiere?



Wissen Sie, was bitter ist? Sozial und ökologisch verantwortlich zu handeln, ist ein Thema so alt wie die Menschheit selbst. Laut Bibel gab Gott den ersten Menschen explizit die Aufgabe, für diese Erde zu sorgen, sie zu bebauen und zu bewahren (1. Mose 1,28 & 2,15). Das haben wir dann ausgenutzt und den Planeten gegen die Wand gefahren. Und jetzt haben wir den Salat.

Sind Sie und bin ich heute bereit, wieder neu die gottgewollte Verantwortung zu übernehmen? Erfinden wir keine Ausreden wie im Lied »Nur noch kurz die Welt retten«. Nein, retten wir die Welt lieber wirklich. Jeden Tag ein bisschen. Denn, es gibt nichts Gutes, außer man tut es.

**RENÉ WALTER,** Teamleiter PR & Marketing bei Hope Media, wollte mit dieser Kolumne die Welt retten. Hat gemerkt, dass Sprüche klopfen allein nichts bringt und er jetzt erstmal selbst tätig werden muss.

# **Hope**Magazin

Jetzt auch im Abo!

4x im Jahr



## Ihr Begleiter für den Alltag -

mit Themen, die ins Leben sprechen, inspirieren und Hoffnung schenken.

Weitere Infos zum Hope Magazin sowie die kostenlose PDF-Ausgabe unter:

hopemagazin.info

Schreiben Sie uns unter: post@hopemagazin.info

Hat Ihnen diese Ausgabe gefallen? Dann schließen Sie gleich ein Jahresabo ab!

**Jahresabo in Deutschland:** EUR 24,– | 4x pro Jahr je 5 Hefte direkt unter advent-verlag.de oder per Tel. +49 41 31 98 35 02 bestellbar

**Jahresabo in Österreich:** EUR 24,– I 4x pro Jahr je 5 Hefte direkt unter toplife-center.com oder per Tel. +43 1 22 94 000 bestellbar

**Jahresabo in der Schweiz:** CHF 8,– | 4x pro Jahr je 1 Heft direkt unter shop.advent-verlag.ch oder per Tel. +41 33 511 11 99 bestellbar

DAS HOPE MAGAZIN erscheint viermal im Jahr und entsteht durch eine Kooperation des Advent-Verlags Lüneburg, dem TOP LIFE Wegweiser-Verlag in Wien und dem Medienzentrum Hope Media in Alsbach-Hähnlein, die sich hier kurz vorstellen.

## Über den TOP LIFE Wegweiser-Verlag

1948 gegründet, setzt sich das christliche Verlagshaus zum Ziel, Literatur und andere Medien zu den Themen Gesundheit, Familie und Glauben herauszugeben. Hinter TOP LIFE steht ein wegweisendes Konzept zu einem gesunden und glücklichen Leben. Weitere Infos unter: toplife-center.com



## Über **Hope Media** (eine Stimme der Hoffnung seit 1948)

Hope Media ist ein europäisches Medienzentrum. Es vereint den christlichen Fernsehsender Hope TV, das Hope Bibelstudien-Institut sowie Hope Podcasts und die Hope Hörbücherei. Ziel aller Angebote ist es, auf die Hoffnung – Hope – aufmerksam zu machen, die Jesus Christus den Menschen schenkt. Weitere Infos unter: hopemedia.de

## Über den Advent-Verlag

Das Herzstück des Verlags sind christliche Bücher, Zeitschriften und Studienmaterialien. So sorgt das Redaktionsteam z. B. für das jährliche Andachtsbuch und die monatliche Gemeindezeitschrift Adventisten heute. Weitere Infos unter: advent-verlag.de

### IMPRESSUM

Herausgeber: Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten in Deutschland & Kirche der Siebenten-Tags-Adventisten in Österreich - Redaktion: Pierre Intering (Chefredaktion Österreich), Nele Kunkel, Nicole Spöhr (Chefredaktion Deutschland) Layout: Julia Klaushardt - Produktion & Druck: Strube Druck & Medien GmbH, Stimmerswiesen 3, D-34587 Felsberg - Bildnachweis: Zinkevych – gettyimages.de (Cover), brusinski (S. 23), Bibadash – shutterstock.com (S. 11), bakhistudio (S. 12), Gerald Foerster (S. 8, 10), Johannes Feldmann (S. 11, 19), Timm Ziegenthaler (S. 16), Susanne Domaratius-Enders (S. 16), Privat (S. 3, 7, 23), Hope Media-Archiv (S. 24). Die Online-Version vom Hope Magazin lässt sich als PDF unter hopemagazin.info herunterladen. Das Hope Magazin erscheint 4-mal pro Jahr in Deutschland, Österreich und der deutschsprachigen Schweiz.

## Bestellcoupon

Bitte schneiden Sie den Coupon aus und schicken ihn an:

Advent-Verlag GmbH Pulverweg 6, 21337 Lüneburg

oder an: TOP LIFE Wegweiser-Verlag Prager Straße 287, 1210 Wien

Ja, ich möchte ein Jahres-Abonnement für 24 Euro abschließen und bin damit einverstanden, dass mir 4x im Jahr je 5 Hefte des Hope Magazins zugesendet werden



#### BITTE SCHREIBEN SIE IN DRUCKBUCHSTABEN.

VORNAME, NAME

STRASSE, HAUSNUMMER

PLZ, WOHNOR

LAND

TELEFON ODER E-MAIL

DATUM UNTERSCHRIE

Ich bin einverstanden, dass meine Daten für die Bestellung und den Versand des Hope Magazins zweckgebunden gespeichert und weitergegeben werden. Diese Einwilligung kann ich jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen.



## Unterstützen Sie das Hope Magazin!

Wir freuen uns über Ihre einmalige oder regelmäßige Spende. Herzlichen Dank.

Name **Hope Media Europe e. V.** IBAN **DE39 5088 0050 0171 8101 00** BIC **DRESDEFF508** Verwendungszweck **Hope Magazin** 



AM LEBEN INTERESSIERT

