

### *Entbrenne nicht gegen die Böswilligen, beneide nicht die Täter der Falschheit* (Psalm 37,1 - wörtliche Übersetzung)

Psalm 37 ist ein Psalm Davids. Fast genau wörtlich zitiert sein Sohn Salomo den ersten Vers und gibt ihn als verpflichtende Regel weiter: „Entbrenne nicht gegen die Böswilligen, beneide nicht die Frevler“, Sprüche 24,19.

Wer auf gutem Weg geht und sich an Gott orientiert, sucht auch das Wohl der Mitmenschen. Die Einstellung des Gläubigen ist geprägt von Gehorsam gegenüber Gottes Geboten sowie von der Hinwendung zum Nächsten. Man lebt nicht für sich allein, sondern man ist hineingestellt in die Gemeinschaft aller Glaubenden. Ihnen ist man verbunden und für sie zuständig, wie sie es auch für uns sind.

Die Kenntnis des Willens Gottes hat das Gewissen geschärft. Mit bekümmertem Herzen nimmt man wahr, dass nicht alle dieselbe Einstellung haben wie wir. Manche wollen von Gott nichts wissen. In ihrer Nicht-Unterordnung manifestiert sich ihre Rebellion und ihre Selbstvergötzung. Sie machen sich ihre eigenen Gesetze, häufig zum Nachteil anderer Menschen. Dass ein Gläubiger hierüber Schmerz empfindet, ist verständlich. Das Verhalten der Gottlosen (= von Gott Losen) steht im Widerspruch zu dem, was man selbst als richtig erkannt hat. Es tut weh zu sehen, wie Gottes Gesetz missachtet wird.

So ist es einleuchtend, dass man Position bezieht und sich von dem schändlichen Verhalten distanziert. Wir müssen aber darauf achten, dass wir uns nicht allzu stark engagieren und dem Bösen ein solches Maß an Aufmerksamkeit zukommen lassen, dass wir an nichts anderes mehr denken können. Wir laufen Gefahr, aufgrund unserer Sittlichkeit den Fokus ausschließlich auf das Böse zu richten und uns nur noch mit dessen Bekämpfung zu beschäftigen. Vor lauter Kampf gegen das Unrecht bleibt dann keine Zeit und Kraft mehr übrig, um Gutes und Aufbauendes zu tun.

Unser Eifer könnte unser Gemüt so sehr aufwallen lassen, dass wir uns zu Richtern setzten und vielleicht überzogen

reagieren. Unsere zutreffende Einschätzung des sündigen Sachverhalts würde überlagert durch heftige Gefühle. Nicht nur die Dreistigkeit der Böswilligen kann uns irritieren. Mit unserem Gerechtigkeitsempfinden ist es unvereinbar, dass Übeltäter erfolgreich sind und ihnen alles zu gelingen scheint. Warum geht es den Gottlosen so gut, während der Gläubige Mühe und Plage hat? Wo ist Gottes Gerechtigkeit? Warum lässt Er das Böse so lange gewähren? Den Gläubigen ficht das sehr an (Psalm 73).

Es darf nicht dazu kommen, dass wir unsere Treue zu Gott als einen Nachteil wahrnehmen. Wird unsere Erregung über das Glück des Skrupellosen zu heftig, kann sich ein uneingestandener Wunsch entwickeln, so zu sein wie sie und es ihnen nachzumachen. Auch wenn sie langfristig scheitern werden, weil Gott mit ihnen ins Gericht gehen wird, bleibt ihnen doch eine genussvolle Zeit, in der sie keinen Regeln unterworfen sind und sich nicht einschränken müssen. Wir sollen darauf achten, dass in uns keine heimliche Sehnsucht nach diesem „sündigen Glück“ entsteht.

Den Gottlosen dürfen wir ihr Gelingen nicht neiden. Wenn sich in uns Neid findet, sind auch Unzufriedenheit und Undankbarkeit vorhanden. Wir sollen in Gott ruhen und dankbar sein für Seine Versorgung und Seinen Schutz, für die Geborgenheit, die Er gibt. Statt sich an Gott zu freuen, beschäftigt der aus religiösem Eifer zum Neider Gewordene sich mit denen, die er sowohl verachtet als auch bewundert. In ihm hat ein Perspektivenwechsel stattgefunden.

Die Dynamik des Neides ist in der Gesellschaft sowie in religiösen Systemen allgegenwärtig. Der erste Mord geschah aus Neid (1. Mose 4). Josefs Brüder wurden neidisch auf ihn und verkauften ihn in die Sklaverei (1. Mose 37,11; Apostelgeschichte 7,9) „Wo Neid und Streit ist, da sind Unordnung und lauter böse Dinge“ (Jakobus 3,16; Jakobus 3, 14; 4,2). Neid und Missgunst finden sich bei Christen fast genauso oft wie bei den Kindern dieser Welt.

Prof. Dr. Helmut Schoeck (Ordinarius für Soziologie) veröffentlichte 1966 das Buch „Der Neid und die Gesellschaft“, das zum Standardwerk wurde. Er schreibt über Neid und Schuldgefühl, über Ungleichheit und die dadurch ausgelösten Reaktionen, über die Abwehr von neidvollem Verhalten, Eifersucht von Gruppen etc. Nach seiner Ansicht kann es keine neidlose Gesellschaft geben, wohl aber einzelne Persönlichkeiten, die neidfrei sind. Mit biographischen Hinweisen belegt er, wie Menschen ihre neidbesetzte Haltung überwandern und davon frei wurden.

Eine ausgeprägte Neidkomponente findet sich im beruflichen Konkurrenzdenken, im wirtschaftlichen Verdrängungswettbewerb, in übler Nachrede etc. Eine öffentlich gepflegte Neidkultur nimmt soziale Besitzstände ins Visier. Der Egalitarismus ist eine Utopie, die im Kommunismus ein Sprachrohr findet. In dieser Zuspitzung kann sogar das Privateigentum abgelehnt werden.

Dem Neid können unterschiedliche Motive zugrunde liegen:

- Man gönnt jemandem etwas nicht,
- Man will es für sich haben.

Neid ist immer ein schlechter Antrieb. Die Zehn Gebote erklären ihn für unstatthaft und verlangen Neidlosigkeit: „Du sollst **nicht begehren** deines Nächsten Haus. Du sollst **nicht begehren** deines Nächsten Frau...; du sollst **nicht begehren, was deinem Nächsten gehört**,“ (2. Mose 20,17; 5: Mose 5,21).

Das Verbot der Begehrlichkeit will eine Neidfreiheit unter den Kindern Gottes bewirken. Es setzt der „menschlichen Natur“ die Werte des Himmelreichs und ein friedliches Miteinander auf Erden entgegen. Umsetzen lässt es sich nur, wenn der Mensch durch Gottes Geist erneuert ist und die Maßstäbe dieser Welt abgelegt hat. „Legt von euch ab den alten Menschen mit seinem frühen Wandel... zieht den neuen Menschen an, der nach Gott geschaffen ist in wahrer **Gerechtigkeit und Heiligkeit**“ (Epheser 4,22-24).

Hans-Joachim Heil

## Wegweiser zum Glück

Es ist ein sonniger Frühlingstag. Ich bin mit dem Auto zu einem geschäftlichen Termin unterwegs. Mein Navigationsgerät zeigt mir, dass ich gut unterwegs bin und so fahre ich etwas langsamer und genieße die wunderbare Hügellandschaft. In dieser Gegend war ich vorher noch nie. Noch ein paar Kilometer und ich bin am Ziel. Auf dem Bildschirm kann ich schon die Zielposition erkennen.

Ich komme zu einer Kreuzung, bei der ich abbiegen soll. Da sehe ich mitten auf der Straße zwei Schilder: Umleitung und Sackgasse. Wegen Bauarbeiten gesperrt! Mein Ziel ist auf dem geplanten Weg nicht erreichbar. Ich suche nach Alternativrouten, doch die Elektronik verweigert es. So nehme ich an der nächsten Kreuzung die Straße, die ich als passend vermute. Es ist eine mühsame, kurvige Strecke und nach mehreren Kreuzungen im Wald ohne Wegweiser überkommt mich ein seltsames Gefühl. Da war ich doch schon einmal. Kurz darauf habe ich Gewissheit. Ich bin wieder beim Schild „Umleitung und Sackgasse“ angekommen. Ich müsste jemanden fragen, der den Weg kennt. Das ist in dieser menschenleeren Gegend gar nicht so einfach.

Ein Bauer, den ich am Weg sehe, erklärt mir, dass ich den ganzen Hügel umfahren müsse, anders sei mein Ziel nicht erreichbar. Er erklärt mir genau, auf welche Wegweiser ich achten müsse, damit ich zum Ziel käme. An jeder Kreuzung denke ich an die Anweisungen des ortskundigen Bauern, denn ich will das Ziel erreichen. Am Ende kann ich es selber kaum glauben. Ich bin auf dem richtigen Weg und am Ziel angekommen. Die moderne Technik hatte versagt, aber die uralte Erfolgsmethode, nach dem Weg zu fragen und aufmerksam zu folgen, hatte mich ans Ziel gebracht.

Jedes Paar, das heiratet, hat ein großes Ziel vor Augen. Eine Familie gründen, gemeinsam glücklich werden, zusammen alt werden und bis dahin viele schöne Tage miteinander erleben.

Auf dem Weg dahin gibt es wechselnde Landschaften und viele Kreuzungen. Dabei finden sich immer wieder auch Wege, die in eine Sackgasse führen und alles Bemühen, alleine aus der Misere herauszukommen, führt nur im Kreis herum. Wenn wir in einer solchen Situation sind, brauchen wir einen Ortskundigen, der

uns auf die richtigen Wegweiser weist. Die Schnellstraße zum Glück für Paare gibt es leider nicht. Auf der Suche nach Wegweisern werden wir entdecken, dass viele Wege zum Ziel führen, aber nicht jeder Weg für jeden geeignet ist.

Ich möchte Ihnen sechs Wegweiser zeigen, die Sie auf alle Fälle beachten sollen.

### **Wertschätzung ausdrücken**

Jungverliebten fällt es leicht, einander zu bewundern. Falls Sie mehr als 10 Jahre verheiratet sind: Fallen Ihnen auf Anhieb fünf positive Eigenschaften des Partners ein? Sicher doch. Viel schneller können die meisten Paare 10 Merkmale des Partners nennen, die sie nicht mögen. Ständig auf diese zu schauen, führt in eine Sackgasse.

Was immer Sie an Ihrem Partner schätzen, er muss es von Ihnen hören. Wertschätzung ausdrücken ist ein wunderbarer Weg, auf dem wir gehen können. Wenn Sie sich über das Essen freuen oder dass das Auto getankt wurde, dann ist das ein guter Grund für ein Danke und ein Wort der Bewunderung.

Anerkennende, ehrliche Worte können den Partner beflügeln.

Ein Danke für die Selbstverständlichkeiten stärkt die Liebe zueinander und tut gut.

### **Miteinander lachen**

Nach einigen Jahren sehen viele Paare dieses Schild nicht mehr. Dabei war am Anfang ihrer gemeinsamen Reise das Lachen einer der schönsten Wege. Unternehmen Sie regelmäßig etwas, wo Sie miteinander lachen können?

Planen Sie gelegentlich einen Spielabend ein, gehen Sie ins Kino oder was Ihnen sonst Spaß macht.

Zum 40. Geburtstag hat mich meine Frau überredet, einen Tanzkurs zu machen. Am Anfang war es echt mühsam, die richtigen Schritte im Takt zu machen. Es war eine große Herausforderung und ein Lernen, aufeinander einzugehen. Mit der Zeit machte es uns Spaß, und heute gehören regelmäßige Tanzabende zu einem Fixbestandteil unserer Freizeit. Diese Zeit gehört nur uns beiden.

Planen Sie Zeiten, die nur Ihnen beiden gehören und in der Sie miteinander Spaß haben, fest in Ihrem Terminkalender ein. Diese Termine werden sonst nicht oft

stattfinden. Diese Termine dürfen nicht ohne das ausdrückliche Einverständnis des anderen verschoben werden.

### **Einander Unterstützung geben**

Es tut gut zu wissen: Der andere denkt an mich. In Zeiten, in denen wir uns wegen vieler getrennter Termine nicht sehen, kann ein Zettel mit der Aufschrift: „Ich denke an dich, ich liebe dich“, ein schönes Gefühl der Verbundenheit geben.

In unserer Ehe haben wir entdeckt, dass wir über die persönliche Zusage der Unterstützung hinaus eine viel größere Möglichkeit haben. Wir haben die Zusage Jesu: Ich bin bei euch alle Tage, bis ans Ende der Welt. Wir nehmen diese Zusage für uns in Anspruch und segnen einander und stellen uns jeden Tag unter den Schutz Gottes.

### **Konflikte klären**

Ungeklärte Konflikte führen eine Beziehung in unwegsames Gelände. Wie oft geht es dabei nur darum, Recht haben zu wollen? Als Paar brauchen wir Zeit, damit wir ungeklärte, belastende Dinge besprechen können. Konflikte dürfen nicht zwischen uns stehen bleiben, und was wir geklärt haben, müssen wir loslassen. Es darf nicht beim nächsten Streit wieder hervorgeholt werden. Nicht bereinigte Konflikte führen uns im Kreis, bis wir wieder vor dem Schild „Sackgasse“ stehen. Oft sind es die alltäglichen Kleinigkeiten, an denen wir uns aufreiben und uns gegenseitig das Leben schwer machen:

- Der Klodeckel ist offen geblieben,
- Die Zahnpastatube wurde vorne statt hinten gedrückt,
- Die Schuhe stehen neben der Tropftasse,
- Die Klopapierrolle wurde falsch herum aufgehängt,
- Der Geschirrspüler wurde bereits halb voll eingeschaltet.

In Summe steht ein Berg zwischen dem Paar, und man entfremdet sich.

Ist es wirklich so wichtig, sich an Kleinigkeiten zu hängen und darüber zu streiten? Was steckt dahinter?

Wissen Sie, dass eine Stunde streiten mehr Energie verbraucht als ein ganzer Arbeitstag? Wenn Sie bei einem Konflikt nicht klar kommen, dann scheuen Sie nicht, sich Hilfe von außen zu holen.

Manchmal ist es ganz schwierig, zu sa-

gen: „Es tut mir Leid, bitte verzeihe mir.“ Ebenso schwer kann es sein, zu sagen: „Ich vergebe dir.“

Diese Worte gehören zu den heilsamsten Worten einer Beziehung. Partnerschaft ohne Vergebung ist wie eine Schnittblume. Sie wird eingehen. Liebe können wir uns von Gott wieder neu schenken lassen. Er ist der Ursprung der Liebe, weil er die Liebe ist.

### **Gleichgewicht von Nähe und Distanz**

In vielen Beziehungen sucht einer Nähe und der andere braucht Distanz, damit es ihm nicht zu eng wird.

Es ist wichtig, das richtige Gleichgewicht zwischen Nähe und Distanz zu finden, so dass es für beide passt.

Karl braucht zum Beispiel nach einem harten Arbeitstag zehn Minuten für sich zum Ausspannen, um wieder aufnahmefähig zu sein. Seine Frau Susi braucht das Gespräch. Die beiden haben gelernt, wie sie mit diesen unterschiedlichen Bedürfnissen umgehen können, und machen fast täglich, wenn Karl von der Arbeit heimkommt und seine Ruhepause gehabt hat, einen Spaziergang, bei dem Susi ihm erzählen kann, was sie auf dem Herzen hat. Nach dieser Zeit sind beide zufrieden und können besser miteinander umgehen.

### **Auftanken**

Für Autofahrer ist es selbstverständlich, rechtzeitig zur Tankstelle zu fahren. Nur so kommen wir ans Ziel, wenn die Reise länger dauert. Wenn unser emotionaler Tank leer ist, werden wir uns gegenseitig das Leben schwer machen.

Tanken Sie regelmäßig Energie für sich selber und für Ihre Beziehung und planen Sie dafür Termine ein.

Für uns gehört das tägliche Lesen in der Bibel und Reden mit Gott zur wichtigsten Quelle, um Ruhe und neue Energie zu tanken. Ebenso wichtig ist ein regelmäßiger, tiefgehender Austausch als Paar. Ein bis zwei Stunden pro Woche sollen dafür reserviert werden. Planen Sie mindestens einmal im Jahr ein Ehewochenende für sich allein und ein Wochenende für ein Eheseminar. Diese Zeiten der Ruhe und des Auftankens geben wieder Kraft und neue Perspektiven für den weiteren Weg.

Gute Reise!

Helmut Malzner,  
FLM Österreich

Um gut zu leben, braucht man Geld, und um eine gute Beziehung zum Ehepartner aufzubauen, muss man seine emotionalen Bedürfnisse kennen und stillen. Dies ist für viele unmöglich, weil sie im Bereich der Gefühle gescheitert sind.

Wir haben nichts auf das Gefühlskonto deponiert, infolgedessen können wir auch nichts abheben. In jeder Beziehung muss man auf der Ebene der Gefühle investieren. Wie und in welcher Form kann man etwas auf das Gefühlskonto deponieren? Wenn Sie freundlich, ehrlich in der Beziehung sind, dem anderen Fürsorge und Respekt zeigen, wird dies auf dem Konto gutgeschrieben. Ist man dagegen lieblos, hebt man vom Konto ab.

Viele betrachten den Ehepartner als selbstverständlich und geben sich keine große Mühe. Kleine Aufmerksamkeiten, die nicht viel kosten, aber viel bewirken, werden vernachlässigt: Danke sagen, sich entschuldigen, eine Umarmung, einen Kuss etc. Dies sind Investitionen auf das Konto der Gefühle.

Wenn wir uns eine bessere Beziehung

wünschen, müssen wir etwas auf das Gefühlskonto einzahlen. Wenn es gefüllt ist, lösen sich Probleme leichter. Bei einer Auseinandersetzung weiß jeder, dass der andere ihn trotz allem liebt.

Wie kann man das Konto auffüllen?

- Zeigen Sie Liebe und Fürsorge, auch in kleinen Dingen.
- Versprechen Sie nur, was Sie auch halten können. Ihr Partner muss sich auf Sie verlassen können.
- Um etwas zu erhalten, muss man auch geben - so viel geben, wie man hofft zu bekommen.
- Entschuldigen Sie sich. Es ist nicht entwürdigend zu sagen: „Es tut mir Leid“. Im Gegenteil, es ist ein Zeichen für Reife, und Sie gewinnen den Respekt des anderen.
- Machen Sie Komplimente. Sagen Sie dem anderen, was Ihnen gefällt, und nicht nur was Ihnen missfällt. Dies sollte zur Gewohnheit werden.

Vergessen Sie nicht, wie beim Geldkonto können Sie nur abheben, was Sie zuvor auf das Gefühlskonto eingezahlt haben.

Daily Nation, Kenia

## **Einige Ideen für romantische Momente**

Mein Mann musste für eine Woche auf Geschäftsreise. Am ersten Abend fuhr ich traurig von der Arbeit nach Hause, beim Gedanken, allein zu sein. Als ich zur Eingangstür ging, sah ich einen Zettel an der Tür. Darauf stand: „Liebling, ich hoffe, du hast eine schöne Woche“. Er war von meinem Mann. Es wurde mir warm ums Herz, als ich an seine Aufmerksamkeit dachte.

Ich lächelte immer noch vor mich hin, als ich mich in die Küche begab. Ich öffnete den Schrank und fand ein anderes Zettelchen an einem Glas: „Du fehlst mir“. Im Kühlschrank klebte eines am Regal: „Dein Mann liebt dich“. Im Laufe des Abends fand ich sieben weitere Zettelchen. Eines auf dem Badspiegel, das sagte: „Schau in den Spiegel, du wirst darin eine wunderschöne Frau sehen“; am Bett klebte ein weiteres Zettelchen, auf dem er mir eine gute Nacht wünschte.

Es braucht nicht viel, um ein wenig Romantik in eine Ehe zu bringen. Roman-

tische Momente und die Erinnerung daran können eine Ehe gesund halten und mit Wärme füllen. Sie zeigen auch den Kindern und Bekannten, dass die Priorität eines Christen nicht großes Geld und teure Geschenke sind, sondern die aufrichtige Liebe zueinander.



# Von Frau zu Frau

## **Sorgen?**

### **Über die unterschiedlichen Arten, mit Sorgen umzugehen**

Sorgen werden interessanterweise nicht kleiner, wenn man sich sorgt. Es scheint eher, dass sie wachsen, wenn man sich mit ihnen beschäftigt. Sie wachsen sich buchstäblich aus und bringen immer erdrückendere Tatsachen an den Tag, um zu beweisen, dass es Grund zum Sorgen gibt. Dabei weiß man aus Studien, dass mehr als 90 % aller Befürchtungen überhaupt nicht eintreffen!

Es gibt Menschen, die eine große Kraft haben, Sorgen zu verdrängen oder ihnen durch logische Argumente den Wind aus den Segeln zu nehmen. Und auch solche soll es geben, die voller Gelassenheit auf Gott vertrauen.

Sorgen machen alt, führen zu Falten, rauben den Schlaf, nehmen uns das Gefühl der Freude, lassen uns graue Haare wachsen, können sogar krank machen! Eigentlich sollte man sie abschaffen. Sie bringen keinerlei Lösungen zustande! Aber wie geht das genau?

Sich zu sorgen scheint kein neuzeitliches Phänomen zu sein. Jesus spricht schon vor 2000 Jahren davon, dass wir das Sorgen einem überlassen sollen, der unser Versorger sein will. Und er erwähnt dabei die Sperlinge, die damals für ein paar Cent zum Kauf angeboten wurden. „Keiner fällt von ihnen vom Himmel, ohne dass Gott es weiß“ (frei übersetzt nach Matthäus 10,29). Genügt mir das? Nein, denn ich weiß nicht, ob ich der Sperling bin, der fällt!

### **Aufnahme eines Ehegesprächs**

Ausführlich und emotional schildert die Frau ihren Schmerz darüber, dass ihr Mann ihre Sorgen immer herunterspielt. Während sie redet, winkt ihr Mann mit der ihr abgewandten Hand ständig ab. Ich verstehe sehr gut, was er damit sagen will: „Meine Frau übertreibt! So tragisch ist das nicht. Eigentlich ist kein Grund zur Sorge gegeben.“

Als die Frau das Abwinken wahrnimmt, reagiert sie gereizt: „So ist das immer. Er nimmt nicht ernst, was mich bedrückt!“ „Meistens treffen deine Befürchtungen auch nicht ein“, kontert er. „Du übertreibst alles maßlos.“ Die Frau beginnt zu weinen.

„Wie reagiert Ihre Frau, wenn Sie ihr Ihre Sorgen erzählen?“, will ich wissen. „Meine Sorgen behalte ich für mich. Wenn ich mich ihr anvertraue, findet sie alles so schlimm, baut alle schlimmen Eventualitäten so aus, dass ich danach nicht mehr schlafen kann.“ „Und was würde Ihnen helfen?“ hake ich nach. „Schlaf eine Nacht darüber. Morgen sieht vielleicht alles schon anders aus.“ Das sind die Worte, die ich ihr sage, wenn sie sich vor Sorgen so fertig macht. Aber dann fühlt sie sich nicht verstanden und meint, ich würde sie nicht ernst nehmen.“

### **Sorgen werden unterschiedlich behandelt**

Der eine versucht, sie herunterzuspielen. So weit es ihm gelingt, nimmt er sie auf die leichte Schulter und wartet ab. Er beruhigt sich selbst damit. „Es wird nicht so heiß gegessen, wie gekocht wird.“ Damit lebt er leichter. Denn wenn wirklich etwas Schlimmes eintrifft, so hat er sich doch nicht mit 90 anderen Dingen belasten lassen, die nicht eintrafen.

Der andere sorgt sich zu sehr. Gedanken sind gefangen in tausend Möglichkeiten, wie das Ende dieser speziellen Sorge dann Wirklichkeit werden könnte. Er malt sie aus, ohne es zu wollen. Es ist, als würde die Sorge ihm sagen: „Arbeite weiter! Erst wenn du alles weißt, wirst du zur Ruhe kommen.“

Tatsächlich ist es für manche eine gewisse Beruhigung, alle Spielmöglichkeiten der Sorgen durchzugehen. Vielleicht suchen sie dabei das Endergebnis, damit sie, falls es so kommen sollte, besser damit umgehen könnten.

Sowohl das Verdrängen oder das „Auf die leichte Schulter Nehmen“ als auch das Gefangensein im Sorgen haben dasselbe Ergebnis:

Manche verdrängte Sorgen werden Wirklichkeit, und viele befürchtete Sorgen treffen durch Gottes Güte nie ein.

Wenn der Herr Jesus uns auffordert, uns nicht zu sorgen, meint er damit nicht nur den Sich-Sorgenden, sondern auch den, der besser mit Sorgen umgehen kann. Er will uns liebevoll darauf hinweisen, dass es einen gibt, der unsere Sorgen bewegt, der um unsere Ängste weiß und der uns seine Hand hinstreckt und sagt: „Schlag ein, ich will für dich sorgen, egal, was dir Sorgen bereitet. Ich gehe mit dir durch

alles Schwere, auch wenn der Sperling vom Dach fällt.“

Wie gut, wenn wir in Ehe und Partnerschaft bei allen Angelegenheiten liebevoll aufeinander eingehen trotz unserer Unterschiedlichkeiten und uns gegenseitig ermutigen, auf den zu schauen, der sagt, dass Er für uns sorgen will.

Dann kann der, dem es leichter fällt, sein Vertrauen in Gott setzen und zum Sorgenden sagen: „Es schmerzt mich, wie sehr du dich sorgst. Ich bete für dich, dass Gott seine Hände über dich breitet. Ich glaube für dich und mit dir, dass Gott dich durchbringt, egal wie die Sache ausgehen wird.“

Und der Ängstliche darf den richtigen Landeplatz für seine Sorgen aufsuchen und vor Gott alle seine Befürchtungen

---

Bei Gott ist  
meine Sorge in den  
besten Händen.

---

ausschütten. Wie es in Psalm 62 heißt: „Schüttet euer Herz vor ihm aus, denn Gott ist unsere Hoffnung.“ Der Ängstliche darf zum Beter werden. Er kann Gott jede einzelne Befürchtung bringen und sie ihm übergeben - wenn nötig mehrmals.

Gott will, dass wir liebevoll miteinander umgehen, dass der Sorgende erfährt, jemand nimmt mich ernst und trägt meine Sorge zu Gott. Und dass der eher Zuversichtliche weiß: Es ist Gott, der mir dieses Vertrauen und diese Gelassenheit gibt und nicht ich, weil ich so realistisch bin. Es ist Gott allein, der unser Sorgen vollständig versteht. Er will, dass wir Ihm vertrauen, die Ängstlichen und die eher Zuversichtlichen. Denn dass aus Befürchtungen keine Wirklichkeit wird, das liegt letztlich nicht in unserer, sondern in Seiner Hand.

### **Zum Nachdenken:**

Sorge ist wie ein Bumerang. Kaum haben wir ihn weggeworfen, kommt er zu uns zurück. Wir müssen ihn einem zuwerfen, der den Bumerang festhält.

### **Merke:**

Wenn Gott für mich sorgt, ist meine Sorge in den besten Händen.

Ruth Heil

## Burundi

Wir arbeiten und handeln in einem begrenzten Rahmen. Manchmal ist es schwierig, ein Projekt auszuführen, da die Umstände nicht einfach und die Türen oft verschlossen sind. Ich danke Gott, dass ich irgendwie einen „guten Draht“ zu den Ämtern habe. Doch man muss ehrlich bleiben und verantwortungsbewusst arbeiten. Aus diesen Gründen gelingt es uns nicht immer, unsere Pläne zu verwirklichen. Wir danken für Ihre Geduld und Ihr Verständnis. Am Habakuk-Zentrum gibt es 3 Schulen: die Vorschule (4 Klassen), die Grundschule (6 Klassen) und das Collège (4 Klassen).

Wir stehen vor einem Problem: Wie soll es mit den Schülern weitergehen, die den Abschluss des Collège am Ende des Schuljahres machen werden? An der Universität zu studieren ist nur für die Besten möglich, und danach gibt es fast keine Arbeitsstellen. Viel gefragter ist das Pflegepersonal. Eine Schule zur Ausbildung von Krankenpflegern und Krankenschwestern wäre sinnvoll. In dieser Branche gibt es einen Mangel. Der Staat fördert daher die Gründung dieser Schulen. FLM hat beschlossen, eine solche Schule zu eröffnen. Lehrer zu finden ist nicht schwer, weil der Staat sie bezahlt. *Wir müssen ein Gebäude und „Lehrmaterial“ zur Verfügung stellen wie Thermometer, Stethoskop, Zentrifuge, Messzylinder, Blutdruckmesser, Sterilisationsschrank etc.*

In einem Raum bieten wir Massage und Krankengymnastik für behinderte Kinder an. Es gibt den Kindern und den Eltern Hoffnung, denn in Afrika ist eine Behinderung eine große Last.

In dem Ort Gisirtye wird eine neue Vorschule eröffnet. Es fehlt noch die offizielle Erlaubnis nach der Kontrolle durch den regionalen Direktor des Schulwesens.

Bei der letzten Jahresversammlung wurde auch beschlossen, den alten Leuten zu helfen, die mittellos dastehen, weil sie keine Familienangehörigen haben, die sie versorgen können. Der Erste, der davon profitiert, ist Ngereza Athanase, ein alter blinder Mann, der vor kurzem seine Frau verloren hat.

Wir beten, dass Gott die Bewohner unseres Landes beschützt. Es gibt noch Unruhen. Menschen werden hie und da getötet, und nachts wird viel geraubt. Angst herrscht unter der Bevölkerung.

FLM hat einen wichtigen Mann verloren. Er wurde nach den Gemeindewahlen im Juni ermordet. Er hatte eine Frau und ein kleines Mädchen. Wir fragen uns, warum Gott solche Dinge zulässt.

Manassé Nduwimana

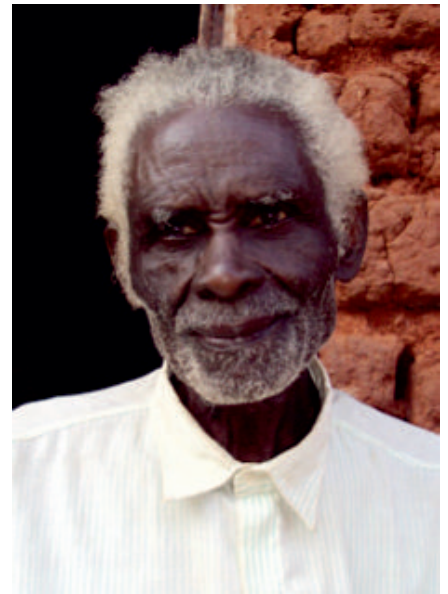
**Wer hilft durch eine Geldspende, Material für die Schule zu kaufen?**



Bei einem Seminar



Mme Rose, eine Lehrerin



Ngereza Athanase

## Kamerun

*Die FLM-Arbeit begann langsam im Nord-Westen Kameruns (anglophoner Teil des Landes) unter der Verantwortung von Pastor Gideon Nchinda. Er schreibt:*

„Im Laufe der Zeit hat sich die Arbeit entwickelt. Die Wichtigkeit, die FLM den christlichen Werten in der Ehe und Familie gibt, erweckt das Interesse von Gemeindeleitern, Ehepaaren und Alleinstehenden. Diese Themen werden nämlich in den Gemeinden nur selten erwähnt. In Douala, Bamenda und Limbe zum Beispiel wird zu 90 % über Themen, die

das Glaubensleben betreffen, gepredigt. Nur etwa 4 % der Predigten betreffen Ehe und Familie. Wir werden mit immer mehr Problemen konfrontiert, die die Ehen und Familien zerstören: Anschuldigung von Hexerei, Kinderlosigkeit, Polygamie, schlechte Angewohnheiten und Tabus, Vernachlässigung der Kinder etc.

Der Freundesbrief von FLM ist ein gutes Werkzeug in der Arbeit. Wir haben den letzten Rundbrief an Pfarrer, Ehepaare und Singles verteilt. Was wir nicht erwartet hatten, ist, dass darauf viele Anfragen

für Seelsorge an uns gerichtet wurden. Wir hatten alle Hände voll zu tun.

## „Freue dich des Weibes deiner Jugend“ (Sprüche 5, 18)

Dies war das Thema einer Tagung, die in einer Baptistengemeinde in Babungo stattfand. Die Teilnehmer waren nicht nur Leute aus dieser Gemeinde, sondern auch Presbyterianer und Katholiken. Das häufigste Problem, dem man begegnet, ist das Erkalten der Liebe zwischen den Ehepartnern im Lauf der Zeit und mit zunehmendem Alter. Zweck der Tagung war, die Leidenschaft in den Ehen wieder zu entfachen und die Paare zu ermuntern,

### Ehe bedeutet Arbeit, nicht Ausruhen

Gottes Wort zu befolgen und Dinge zu tun, die das Miteinander fördern.

Und wo anders als in Gottes Wort kann man „Inspiration“ zu diesem Thema finden? Ironischerweise empfiehlt ein König, der viele Frauen hatte, in Sprüche 5 (Vers 18) den Gläubigen, sich an der Frau seiner Jugend zu erfreuen. Wir erklärten den Teilnehmern aber gleich, dass er damit keine „junge Frau“ meint, sondern die Frau, die sie in ihrer Jugend geheiratet haben. Eheleute können ihre Beziehung vertiefen, indem sie die emotionalen und materiellen Bedürfnisse des anderen kennen und die Interessen des Partners höher als die eigenen stellen. Es ist sehr bereichernd und segensreich, die Bedürfnisse des anderen zu stillen.

Die Ehe kann man mit einem Haus vergleichen, das mit der Zeit, ob man es will oder nicht, reparaturbedürftig wird. Einige Besitzer verkaufen dann ihr Haus, andere, weil es einen großen Wert für sie hat, reparieren es und halten es in Ordnung. Und genau das sollte man in einer Ehe tun. Eine Ehe bedeutet Arbeit und nicht Ausruhen. Wenn man sich nur ausruht, geht die Ehe kaputt.

Pastor Nchinda Gideon

## Liberia

Wir sind dankbar für die Gebete im letzten Jahr. Zu wissen, dass in Deutschland Geschwister an uns denken, gibt uns neuen Mut. Wegen des jahrelangen Krieges sind viele Familien zerstört worden. Unsere Hauptaktivität ist es, Seminare zu halten und Beratung anzubieten. Viele, die getrennt waren, haben sich versöhnt. Auch Eltern, die ihre Kinder oder das außerehelich geborene Kind des Partners verstoßen hatten, haben eingesehen, dass es falsch war, und haben diese Kinder wieder nach Hause geholt. In vielen Familien gibt es Probleme mit Stiefkindern. Viele Ehepartner wurden während des Krieges getötet, und der Überlebende hat wieder geheiratet.

Ein anderes Problem ist der Umgang mit den angeheirateten Verwandten. Oft versucht die Schwiegermutter, sich in die Ehe der Kinder einzumischen. Wir zeigen den Paaren, was sie in einem solchen Fall tun können. Es braucht viel Zeit, um die Probleme mit der angeheirateten Familie zu lösen. Neu ist, dass Paare, meist die Frauen, sich trauen, das Thema „Sexualität“ anzusprechen. Viele Frauen haben den Eindruck, nur „Objekte“ zu sein. Die Männer wissen nicht, dass eine Frau Zuwendung braucht und dass sie geliebt und nicht nur begehrt werden will. Die Männer staunen, wie sich die Haltung der Frau ändert, wenn sie mehr auf sie eingehen.

William Kettor



Liberia: Wasser, eine Mangelware



In dem Dorf



Gideon Nchinda und seine Familie

## Unsere Konten

Wer für die Arbeit von FAMILY LIFE MISSION auf diese Konten eine Spende einzahlt, erhält eine Zuwendungsbescheinigung, die beim Lohnsteuerjahresausgleich bzw. für die Einkommenssteuererklärung verwendet werden kann.

Sparkasse Hanauerland Kehl, 00-016 635 (BLZ 664 518 62) IBAN: DE 96 6645 1862 0000 0166 35 SWIFT-BIC: SOLADES1KEL

PSA Karlsruhe 1861 97-751 (BLZ 660 100 75)

Schweiz: PostFinance, das Gelbe Konto 85-285074-4 · IBAN: CH4209000000852850744, BIC POFICHBEXXX

Österreich: Handels- und Gewerbebank, 4840 Vöcklabruck, 4250015-0900 (BLZ 42830) (für die internationale FLM-Arbeit)

IBAN: AT114283042500150900, BICVBOEATWWVOE

Sparkasse Kremstal Pyhrn, 0400-003604 (BLZ 20315) (nur für FLM-Österreich)

**FAMILY LIFE MISSION, Postfach 1965, D-77679 Kehl/Rhein**, Tel.: 0 78 51 / 48 30 45 + 48 30 46, Fax: 0 78 51 / 48 30 47, E-mail: FLM.INT@t-online.de

Homepage: [www.FLM-INT.de](http://www.FLM-INT.de) · Verantwortlich für den Inhalt: Volker Gscheidle. Nachdruck nur mit schriftlicher Erlaubnis gestattet.

© Family Life Mission · Gesamtherstellung: Fides Druck und Medien, 77743 Neuried · [www.fides-druck.de](http://www.fides-druck.de)