

# AUGEN BLICK MAI

Die Zeitschrift mit den  
guten Nachrichten

Was? Das steht  
tatsächlich  
in der Bibel?

Seite 8

Carolin Schanz

Vater unser

Seite 10

Uwe Heimowski

Das Radio der

Versöhnung

Seite 12

# Besser leben



## Wie man besser leben kann



Ralf Tibusek



In meiner Kindheit haben meine Eltern in der kalten Jahreszeit noch Briketts aus dem Keller schleppen müssen, um die Wohnung zu heizen. Auf der Einfachverglasung der Fenster klebten im Winter Eisblumen. Dafür wurden im heißen Sommer feuchte Bettlaken aufgehängt, um wenigstens ein bisschen Abkühlung zu schaffen.

Täglich wurde ich zum Tante-Emma-Laden in der Nachbarschaft geschickt, um Milch in einer Tüte zu holen oder in einer Kanne. H-Milch im Tetrapack gab es noch nicht.

Briefe schrieb man auf der mechanischen Schreibmaschine. Gebacken wurde im Kohleherd. Gerechnet mit dem Abakus. Gespült mit der Hand.

Doch meine Mutter erzählte mir stolz über ihr gutes Leben. Wieviel besser es doch gewesen sei als das meiner Großeltern. Wie einfach der spätere Haushalt mit Waschmaschine, Trockner, Elektroherd, Staubsauger, Kühlschrank, Eistruhe, Dampfbügeleisen und Telefon von der Hand ginge.

Was hat sich seitdem nicht noch alles verbessert. Doch zu welchem Preis? Das fragen Kinder und Enkelkinder, wenn sie auf den Fridays-for-Future-Demonstrationen stehen oder am Abendbrottisch sitzen.

Oder wenn sie einem am 10. Mai einen Link auf das Smartphone schicken. An dem Stichtag hatten wir Deutsche das an Ressourcen verbraucht, was uns pro Kopf in diesem Jahr zur Verfügung steht. Seitdem leben wir auf Kosten anderer Menschen auf unserem Blauen Planeten.

Das bedeutet: Wir alle würden besser leben können, wenn wir privilegierte Einzelne nicht bereits jetzt besser ausgestattet leben würden als andere – was absolut ungerecht sein kann.

Doch oft wünschen wir uns ein Mehr. Ein Mehr an Reichtum. Ein Mehr an medizinischen Möglichkeiten. Ein Mehr an sozialen Kontakten. Letztendlich ein Mehr an Zufriedenheit. Und insgeheim wissen wir: Kaufen kann man Zufriedenheit nicht. Erarbeiten auch nicht.

Im Neuen Testament der Bibel spricht Jesus von der Ungerechtigkeit der Welt. Von Menschen, die andere bedrängen, die Dinge wegnehmen. Weil sie meinen, damit Zufriedenheit in ihr Leben zu bekommen. Denen hält er entgegen: „*Ich* bin gekommen, damit sie das Leben und volle Genüge haben.“

Das Versprechen lädt dazu ein, Jesus Christus zu vertrauen, der Schutz, Geborgenheit und eine neue Perspektive im Leben bietet.

Einfach gesagt. Nicht einfach zu tun. Doch wer sich darauf einlässt, kann wirklich besser leben, zufrieden leben. Ab heute.

*Ralf Tibusek*

Redakteur



## ZERSTÖRTE BEZIEHUNGEN WIEDER HERSTELLEN

**G**erade haben wir uns noch fröhlich unterhalten in dem kleinen chinesischen Schnellimbiss, da zuckt Tobias zusammen. Er runzelt die Stirn, seine Augen fixieren eine vorbeigehende Person. Der Atem geht tiefer, Messer und Gabel in seiner Hand scheint er schier zu zerdrücken.

Und dann erzählt Tobias, was ihm vor zwei Jahren mit dieser Person passiert ist. Wie die ursprünglichen Freunde aneinandergeraten sind, Tobias sich verletzt fühlt: „Manchmal träume ich von diesem Blödmann sogar!“

Ich frage nach: „Du hast eben richtige Stressreaktionen gezeigt. Wenn du jetzt so erzählst, bist du voller Wut. Den hohen Blutdruck konnte man dir regelrecht ansehen. Da wäre es gut, aus dieser Belastung auszusteigen.“

Ob er denn schon einmal – noch vor jeder Aussprache – über eine Vergebung nachgedacht hätte. Die würde ihm körperliche Entspannung bringen, seelische Freiheit, Entlastung von Herz und Kreislauf. Letztlich würde er damit eine Verbesserung der Lebensfreude herbeiführen. Das würden jedenfalls zahlreiche Untersuchungen sagen. Während wir durch fehlende Vergebung weniger in der Gegenwart leben, sondern stark mit „Nach-Leiden“ beschäftigt sind.

Wobei Vergebung nicht mit Versöhnung zu verwechseln ist. Vergebung ist sehr stark eine persönliche Willensentscheidung: Ich will mich von dem anderen nicht mehr negativ und emotional berühren lassen.

Everett Worthington, bis zu seiner Emeritierung Professor für Psychologie an der Virginia Common-

wealth University: „Die Wahrnehmung des ‚Übeltäters‘ kann trotzdem weiterhin negativ sein. Es sind die Verhaltensabsichten, Emotionen und Motivationen, die das Nichtvergeben vom Vergeben unterscheiden.“

Keinesfalls geht es darum, vergangenes Unrecht zu vergessen. Oder zu akzeptieren. Vergebung ist auch kein Synonym für Versöhnung. Denn „Versöhnung ist die Wiederherstellung des Vertrauens in einer Beziehung. Aber das bedeutet auch, dass es eine Grundlage für dieses Vertrauen geben muss“, so Prof. Worthington. Wenn wir schon wissen, dass der andere uns wieder und wieder verletzen wird, sollten wir uns abgrenzen oder den Kontakt meiden. Ob wir die Vergebung am Ende teilen, ist auch uns überlassen. Laut Worthington muss der andere an dem Prozess nämlich gar nicht beteiligt sein: „Vergabung findet in uns selbst statt. Und deshalb rate ich immer zum Vergeben. Für uns selbst kann das nämlich nur ein positives Ergebnis haben.“

Und was ist, wenn wir selbst etwas falsch gemacht haben? Jemanden enttäuscht haben, der uns wichtig ist? Oder Eigenerwartungen nicht erfüllt haben? Um einen Weg aus den Schuldgefühlen, der Scham und Reue zu finden, empfiehlt Prof. Worthington: „Als erstes können wir uns auf das konzentrieren, was uns heilig ist, und diese Dinge in Ordnung bringen. Das kann Gott sein, die Natur, die Menschen. Falls jemand verletzt wurde, sollten wir die Scherben wieder aufsammeln. Selbst wenn es sich irreparabel anfühlt, können wir versuchen, es wieder gut zu machen.“

*Ralf Tibusek*

# Tipps

## zum besseren Leben

Es ist erstaunlich, wie viele praktische Tipps fürs Leben in der Bibel stehen.

Jesus sagte in der Bergpredigt: „Behandelt andere Menschen genauso, wie ihr selbst behandelt werden wollt.“ (Matthäus 7,12) Vielleicht hat dies Immanuel Kant später angeregt, seinen kategorischen Imperativ zu formulieren: „Handle nur nach derjenigen Maxime, durch die du zugleich wollen kannst, dass sie ein allgemeines Gesetz werde.“

Im Buch der Sprichwörter gibt es auch manch guten Tipp:

„Die Ehrfurcht, mit der man dem Herrn begegnet, steht am Anfang von allem Wissen. Nur

Dummköpfe schätzen Weisheit und Bildung gering.“ (Sprüche 1,7)

Wie wichtig wäre es, bei steigenden Gewaltdelikten diese Aussage ernst zu nehmen: „Geh nicht mit, wenn dich andere auffordern: Auf, komm mit uns, wir wollen Blut sehen! Wir wollen den Unschuldigen auflauern, einfach so. Wir nehmen uns ihren ganzen kostbaren Besitz, füllen unsere Häuser mit den erbeuteten Schätzen. Lass dich nicht mit solchen Leuten ein! Setz deinen Fuß nicht auf ihren Weg!“ (Sprüche 1,11+13+15)

Bei den Diskussionen um eine angemessene Arbeitszeit gilt auf jeden Fall für solche, die nicht arbeiten wollen: „Geh und beobachte die Ameise, du Faulenzer! Nimm dir ein Beispiel an ihr, damit du klug wirst! Die Ameisen haben keine Aufseher, niemand befiehlt und niemand treibt sie an. Trotzdem sorgen sie im Sommer für ihre Nahrung und sammeln Vorräte zur Erntezeit. Wie lange willst du noch liegen bleiben, du Faulenzer? Wann kommst du end-

lich aus deinem Bett? Ach, noch ein wenig schlafen, ein wenig schlummern, ein wenig die Arme verschränken, um auszuruhen. So rückt die Armut im Eilmarsch heran. Die Not dringt in dein Haus ein wie ein Soldat.“ (Sprüche 6,6-11)

Eine Ermutigung zur Ehrlichkeit lautet: „Ein ehrlicher Zeuge bleibt bei der Wahrheit. Wer aber Lügen vorbringt, ist ein falscher Zeuge. Ein Spötter bemüht sich vergeblich um Weisheit. Doch einem vernünftigen Menschen fällt es leicht, sich Wissen zu erwerben. Geh weg von einem, der dumm ist! Bei ihm wirst du kein kluges Wort finden. Die Weisheit besteht bei einem klugen Menschen darin, über seinen Lebensweg nachzudenken.“ (Sprüche 14,5-8)

Und Paulus schreibt als Therapiemaßnahme für Menschen, die gestohlen hatten und damit von dem lebten, was anderen gehörte. Sie sollen lernen, nicht mehr von anderen wegzunehmen, sondern anderen etwas von sich abzugeben: „Wer bisher von Diebstahl lebte, der soll sich jetzt eine

*„Behandelt  
andere Menschen  
genauso, wie ihr  
selbst behandelt  
werden wollt.“*

MATTHÄUS 7,12

„... Stattdessen  
sollst du deinen  
Mitmenschen  
lieben wie  
dich selbst. ...“

3. MOSE 19,14

ehrlische Arbeit suchen, damit er auch noch Notleidenden helfen kann.“ (Epheser 4,28)

Gegen die Verrohung der Sprache, gerade auch in den Sozialen Netzwerken, könnte folgende Anweisung helfen: „Redet nicht schlecht voneinander, sondern habt ein gutes Wort für jeden, der es braucht. Was ihr sagt, soll hilfreich und ermutigend sein, eine Wohltat für alle.“ (Epheser 4,29)

In Kapitel 19 vom dritten Buch des Mose stehen sehr wesentliche Sätze, die das Zusammenleben regeln. Dabei geht es nicht nur darum, dass man sich persönlich für ein gutes Miteinander einsetzt, sondern auch um das Wissen, dass man Vieles in der eigenen Situation Gott verdankt und in Verantwortung vor ihm handeln soll. So soll die Notlage eines Mitmenschen nicht ausgenutzt werden, deshalb: „Du sollst Gehörlosen nicht mit Worten schaden. Du sollst Blinden kein Hindernis in den Weg legen. Und du sollst Ehrfurcht haben vor deinem Gott. Ich bin der Herr.“ (3. Mose 19,14)

Bei Gericht soll es nicht ungerrecht zugehen: „Du sollst den Bedürftigen nicht bevorzugen, aber auch den Mächtigen nicht begünstigen. Stattdessen soll es gerecht zugehen, wenn du für

deinen Nächsten Recht sprichst.“ (3. Mose 19,15)

„Du sollst dich nicht rächen und deinen Brüdern und Schwestern nichts nachtragen. Stattdessen sollst du deinen Mitmenschen lieben wie dich selbst. Ich bin der Herr.“ (3. Mose 19,18)

„Vor jemandem mit grauen Haaren sollst du aufstehen und einen alten Menschen sollst du ehren. Habe Ehrfurcht vor deinem Gott! Ich bin der Herr.“ (3. Mose 19,32)

„Wenn ihr in eurem Land seid und ein Fremder bei euch lebt, sollt ihr ihn nicht unterdrücken. Wie einen Einheimischen sollt ihr den Fremden ansehen, der bei euch lebt. Du sollst ihn lieben wie dich selbst. Denn im Land Ägypten seid auch ihr Fremde gewesen. Ich bin der Herr, euer Gott.“ (3. Mose 19,33+34)

„Ihr sollt nicht betrügen, weder bei Gericht noch beim Messen, Wiegen und Abmessen.

Stattdessen soll eure Waage stimmen: Verwendet die richtigen Gewichtssteine! Auch eure Gefäße sollen die richtige Größe haben: Nehmt die richtige Größe, um Getreide abzumessen! Nehmt das richtige Gefäß, um Öl abzumessen! Ich bin der Herr, euer Gott, der euch aus Ägypten geführt hat. Befolgt alle meine Ordnungen und handelt nach all meinen Anweisungen! Ich bin der Herr.“ (3. Mose 19, 35-37)

Faszinierend, wie diese alten Worte auch heute noch topaktuell sind und helfen können, nachhaltige Werte zu finden und zu leben.

Klaus Ehrenfeuchter

## BUCH DES MONATS

*Wahre Reife entsteht nicht zufällig – sie wächst. Dieses Buch zeigt, wie seelisches Wachstum und geistliche Tiefe Hand in Hand gehen.*

*Die Weisheiten der Bibel offenbaren zeitlose Werte, die unseren Charakter formen und uns helfen, sicher und gefestigt durchs Leben zu gehen. Daniela Sixt führt einfühlsam und bibelbasiert in diese Eigenschaften ein und zeigt, wie sie in unserem Alltag sichtbar werden können: in emotionaler Stabilität, klaren Grenzen, verantwortungsbewussten Entscheidungen und einem Glauben, der Gott vertraut.*



Daniela Sixt

### Gib mir ein weises Herz

208 Seiten, gebunden, 18,- €,  
SCM Hänssler, Holzgerlingen 2026  
ISBN 978-3-7751-6319-4

Zu beziehen in jeder  
Buchhandlung oder bei



www.alpha-buch.de  
Tel. 0371 5308488,  
E-Mail:  
chemnitz@alpha-buch.de



# Besser leben

Ob Sie schon einmal über einen Umzug nach Finnland nachgedacht haben? Warum? Laut dem aktuellen World Happiness Report der Vereinten Nationen ist Finnland zum neunten Mal in Folge das glücklichste Land der Welt. Deutschland ist im internationalen Vergleich lediglich auf Platz 17. Denkbar wäre auch ein Umzug nach Monaco. Dort ist die Lebenserwartung weltweit am höchsten (Frauen 88,85 / Männer 84,78 Jahre). Deutschland rangiert laut worldometers.info auf Platz 44 (Frauen 84,11 / Männer 79,62 Jahre).

Besser leben und länger leben – möglichst ewig leben, dieser Wunsch zieht sich durch die ganze Menschheitsgeschichte. Schon im Epos von Gilgamesch geht es um das Streben des Menschen nach Unsterblichkeit. Und dieser älteste literarische Text ist immerhin etwa 5000 Jahre alt.

Die aufwändige Mumifizierung der Pharaonen und die monumentalen Pyramiden sollten ihren Körper erhalten, und so den „Gottkönigen“ ewiges Leben ermöglichen. Eine dauerhafte Fortsetzung des irdischen Lebens, jedoch ohne jeden Mangel.

## Suche nach Unsterblichkeit

Qin Shi Huang war der erste Kaiser Chinas und ist bekannt für seine Terrakotta-Armee. Er war besessen von dem Wunsch, dem Tod zu entinnen. Deshalb sandte er Expeditionen in alle Himmelsrichtungen, um das „Elixier der Unsterblichkeit“ zu finden. Ein wichtiger Bestandteil sei Quecksilber-

sulfid, so informierte man ihn. Tragischerweise soll er im Alter von nur 49 Jahren 210 v. Chr. an einer Quecksilbervergiftung gestorben sein.

Die mittelalterlichen Alchemisten waren auf der Suche nach dem „Stein der Weisen“. Einer Substanz, die in der Lage sein sollte, normale Metalle in Gold und Silber zu verwandeln, alle Krankheiten zu heilen und ewig jung und unsterblich zu machen.

König Artus und seine Tafelrunde suchten nach dem Heiligen Gral. Dem Abendmahlskelch Jesu, bzw. einem Gefäß, in dem sein Blut aufgefangen wurde. Er soll dem Besitzer ewige Jugend und Glückseligkeit, Heilung und Erlösung bringen. Deshalb suchten ihn auch die Katharer, die Tempelritter, die Nazis und „Indiana Jones“.

Heute wird die Suche nach dem „ewigen Leben“ – durch Forschung, Technologie, und moderne Wis-

senschaft weitergeführt. Mit Erfolg. Zwischen 1871 und 1881 lag die durchschnittliche Lebenserwartung in Deutschland für Männer bei nur 35,6 Jahren und für Frauen bei 38,5 Jahren.

Die Bewegung des Transhumanismus hat sich zum Ziel gesetzt, den Tod, den größten Feind der Menschheit, zu besiegen. Tech-Milliardäre investieren massiv, um der Endlichkeit den Kampf anzusagen – oder sie wenigstens weit hinauszuzögern.

Nahrungsergänzungsmittel sind die neuen Lebenselixiere. Mit Biohacking, Gentherapie und KI-Diagnostik soll gegen die Endlichkeit angegangen werden. Regenerative Medizin und Organe aus dem Labor sollen die körperlichen Grenzen überwinden.

## Sehnsucht nach Ewigkeit

Die Sehnsucht nach heilem und ewigem Leben verbindet die so unterschiedlichen Bestrebungen. Woher diese Jahrtausende überdauernde Sehnsucht wohl kommt?

Wird sie durch Todesangst oder durch Lebenshunger am Leben gehalten?

„Gott hat Ewigkeit in das Herz des Menschen gelegt“, formulierte der weise Salomo vor fast 3000 Jahren. Demnach steckt in uns allen das Wissen, dass es mehr geben muss, als die paar Jahre zwischen Geburt und Tod. Deshalb die Sehnsucht nach Ewigkeit.

„Du hast uns auf dich hin geschaffen, und unruhig ist unser Herz, bis es ruht in dir.“ Die Aussage steht am Anfang der „Bekenntnisse“, in denen der einstige Playboy und spätere Kirchenvater Augustinus (354–430 n. Chr.) sein bewegtes Leben reflektiert. Recht hat er. Der Gott, der Himmel und Erde und alles Leben geschaffen hat, hat

die Lösung auf die Sehnsucht nach Ewigkeit. Bei ihm hat die Suche ein Ende.

## Ein Leben mit dem Prädikat „ewig“

Und das ist kein Etikettenschwindel bei Jesus Christus. Seine Auferstehung von den Toten ist die Referenz seiner Kompetenz. Wer an ihn glaubt, der hat das ewige Leben, so bezeugt es die Bibel. Der, der den Tod hinter sich gelassen hat, ist der Garant für das ewige Leben. Für ein Leben in Beziehung zum Ewigen. Nicht erst in ferner Zukunft, sondern heute!

Jetzt schon Kontakt zu dem, der alles Leben in seiner Hand hält.

Jetzt schon Worte des ewigen Lebens hören.

Jetzt schon Trost, Hilfe und Beistand erfahren.

Jetzt schon erleben, wie sein Friede Halt und Hoffnung gibt.

## Leben, auch wenn man sterben muss

Gottes Angebot ist alles andere als bescheiden. Es ist mehr wert, als wenn man die ganze Welt gewinnen würde. Wer sonst kann eine Garantie über den Tod hinaus geben. Und das schwarz auf weiß. Ganz ohne Kleingedrucktes. Jesus versichert: „Ich bin die Auferstehung und das Leben; wer an mich glaubt, wird leben, auch wenn er gestorben ist.“ Seine Frage ist hochaktuell: „Glaubst du das?“ Wer sein Leben Jesus anvertraut bekommt eine Beziehung, die auch durch den Tod nicht unterbrochen wird. Der in der Ewigkeit zuhause ist, bietet uns einen Platz im Himmel – für immer und ewig. Leben ohne Tränen, Leid, Schmerzen und Tod. Leben ohne Ängste, Sorgen, Zweifel und Verzweiflung. Leben pur. Ewiges Leben!

*Ernst Günter Wenzler*

„Gott hat  
Ewigkeit in das  
Herz des Menschen  
gelegt.“

SALOMO



„Du hast uns  
auf dich hin ge-  
schaffen, und unruhig  
ist unser Herz, bis es  
ruht in dir.“

AUGUSTINUS



# Was?

# Das steht tatsächlich in der Bibel?



Es gibt interessante Bibelstellen, die man nicht so in der Bibel vermuten würde.

## Wenn man mal austreten muss...

„Wenn du musst, sollst du aus dem Lager gehen. Dort kannst du dein Geschäft erledigen. Hab immer eine kleine Schaufel dabei. Grab damit ein Loch, bevor du dich hinhockst. Wenn du fertig bist, deck deinen Haufen zu.“ (5.Mose 23,13)

## Tiere in Not

„Du bemerkst ein verirrtes Tier. Das Rind oder Schaf eines anderen hat sich verlaufen. Dann darfst du nicht so tun, als ginge

dich das nichts an. Er ist doch dein Bruder. Bring es wieder zu ihm zurück!“ (5.Mose 22,1)

„Du darfst nicht tatenlos zusehen, wie das Tier deines Bruders stürzt. Sein Esel oder Rind fällt auf dem Weg hin. Dann darfst du nicht so tun, als ginge das Tier dich nichts an. Hilf ihm, es wieder aufzurichten!“ (5.Mose 22,4)

## Gebäudeschutz

„Wenn du ein neues Haus baust, sollst du ein Geländer rund um dein Dach anbringen.

Tust du es nicht, ist es deine

Schuld, wenn jemand vom Dach herunterfällt. Sein Blut lastet dann auf deinem Haus.“ (5.Mose 22,8)

## Starthilfe für entlassene Sklaven

„Einer deiner Brüder verkauft sich an dich als Sklave. Es kann ein Hebräer oder eine Hebräerin sein. Sechs Jahre soll er für dich arbeiten. Danach, im siebten Jahr, sollst du ihn als freien Menschen entlassen. Wenn du ihn als freien Menschen entlässt, sollst du ihn nicht mit leeren Händen ziehen lassen: Gib ihm reichlich mit –

von deinen Schafen und Ziegen, von deinem Korn und von deinem Wein. Womit der Herr, dein Gott, dich gesegnet hat, davon sollst du ihm etwas abgeben. Erwinnere dich daran: Du warst selber Sklave im Land Ägypten und der Herr, dein Gott, hat dich gerettet. Deshalb gebiete ich es dir heute so.“ (5.Mose 15,12-15)

### Anweisungen für Richter und Verwaltungspersonen

„Du sollst Richter und Verwalter einsetzen in allen Toren deiner Städte, in jedem Gebiet deiner Stämme. In allen Städten, die der Herr, dein Gott, dir gibt, sollen diese Richter für das Volk Recht sprechen. Ihre Urteile sollen gerecht sein. Du darfst das Recht nicht beugen. Es darf keine Rolle spielen, wen du vor dir hast. Du darfst kein Bestechungsgeschenk annehmen. Denn ein Bestechungsgeschenk macht blind. Es verschließt die Augen der klugen Menschen. Und es verdreht die Sache dessen, der im Recht ist. Du sollst der Gerechtigkeit nachjagen und nur der Gerechtigkeit! Dann wirst du leben und das Land in Besitz nehmen, das der Herr, dein Gott, dir gibt.“ (5.Mose 16,18-20)

### Das Lebensnotwendige nicht pfänden

„Du darfst keine Handmühle als Pfand nehmen, auch nicht einen Teil davon. Denn damit pfändet man die Lebensgrundlage.“ (5.Mose 24,6)

### Mindestlohn gleich zahlen

„Du sollst die Notlage eines Arbeiters, der arm und bedürftig ist, nicht ausnutzen – egal ob es einer deiner Brüder oder ein Fremder ist, der in einer Stadt deines Landes lebt. An dem Tag, an dem er für dich gearbeitet hat, zahle ihm seinen Lohn aus – ehe die Sonne untergeht! Denn er ist arm und darauf angewiesen, um zu überleben. Sonst wird er über dich vor dem Herrn klagen, vor dem du dann als schuldig gelten wirst.“ (5.Mose 24,14+15)

### Das Recht auch beim Schwachen schützen

„Einem Fremden und einer Waise darfst du ihr Recht nicht vorenthalten. Nimm auch die Kleidung einer Witwe nicht als Pfand!“ (5.Mose 24,17)

### Großzügig sein gegen Arme

„Du bringst die Ernte auf deinem Feld ein und vergisst auf dem Feld eine Garbe. Dann geh nicht wieder zurück, um sie zu holen! Lass sie für die Fremden, Waisen und

Witwen! Dafür wird der Herr, dein Gott, dich segnen – bei allem, was du tust.

Oder du hast den Olivenbaum geschüttelt, damit die Oliven herunterfallen. Such danach nicht noch die Zweige ab! Lass den Rest für die Fremden, Waisen und Witwen!

Du erntest Trauben in deinem Weinberg. Dann halte nicht noch Nachlese! Lass den Rest für die Fremden, Waisen und Witwen!

Denk daran, dass du selber Sklave im Land Ägypten warst. Deshalb befehle ich dir, dich entsprechend zu verhalten!“ (5.Mose 24,19-22)

Sicher, es gibt auch Aussagen im Alten Testament, die wir heute nicht mehr nachvollziehen können. Mir hilft es, das umzusetzen, was ich verstanden habe und was meinem Mitmenschen zum Guten hilft.

*Klaus Ehrenfeuchter*



**Mir hilft es, das umzusetzen, was ich verstanden habe und was meinem Mitmenschen zum Guten hilft.**



# Vater unser

Autorin Carolin Schanz ist dankbar für das Vaterunser, weil es ihr Worte gibt, wenn sie selbst keine mehr findet.

## Was ist das Vaterunser?

Rund 2,5 Milliarden Menschen sprechen dieses christliche Gebet der Welt als Zeichen ihrer Verbundenheit mit Gott. Jesus selbst hat dazu aufgerufen.

## Woher stammt das Vaterunser?

Das Vaterunser stammt aus der Bibel. In Lukas 11 (Parallelstelle: Matthäus 6) fragen die Jünger ihren Meister Jesus: „Lehre uns zu beten.“ Das bedeutet: „Lehre uns, mit dem Vater in Verbindung zu treten, so wie du es tust.“ Das Gebet, das Jesus lehrte, wurde bekannt als das Vaterunser. Es wird seit inzwischen zwei Jahrtausenden von Christen überall auf der Welt gebetet.

## Vaterunser – ein Gebet mit Geschichte

Wenn Jesus betete, hatte das Auswirkungen. Ein kurzes Gebet heilte Kranke, erweckte Tote, befreite Besessene und – ganz wichtig – vermehrte Essen! Aus der Verbindung zu seinem Vater gewann Jesus die Energie für seinen Alltag, aber auch die Kraft, in einen qualvollen Tod zu gehen. Mit dem Vaterunser deutet Jesus an, wie eine solche Treue möglich wird: durch das vertrauensvolle, hingeebene, regelmäßige Gespräch mit dem Vater, dessen „Wille geschehen soll“.

*Aus der Verbindung zu seinem Vater gewann Jesus die Energie für seinen Alltag.*

## Das Vaterunser – bekannt, aber selten verinnerlicht

In Deutschland können mehr Menschen das Vaterunser auswendig, als den Text der Nationalhymne. Vor allem aber gibt uns Jesus mit diesem Gebet einen Wegweiser, wie Gebet aussehen kann. Obwohl es in unseren Breiten jeder und jede aus dem Religionsunterricht oder der Kirche kennt, bleiben die Worte bei vielen unpersönlich und distanziert. Was beten Christen da eigentlich? Und was kann es mir persönlich bedeuten?

## Wie lautet das Vaterunser?

*„Vater unser im Himmel“*

Im Gebet spreche ich mit meinem Vater, bei ihm darf ich ehrlich und offen reden. Es soll ein vertrautes Gespräch sein, voller Nähe. Aber das muss ich auch zulassen.

*„Geheiligt werde dein Name.“*

Trotz dieser Nähe redet Jesus nicht gleich über sich. Er richtet den Blick zuerst auf Gott und dessen Ziele für unser Leben: dass sein Name geehrt wird, sein Reich in diese Welt kommt und sein Wille geschieht.

Was heißt es, Gottes Namen zu heiligen? Luther beschreibt das so: „Wir bitten in diesem Gebet, dass Gottes Name auch bei uns heilig werde.“ Was uns heilig ist, bedeutet uns mehr als alles andere in unserem Leben. Seinen Namen zu heiligen heißt, Gott an erste Stelle zu setzen.

*„Dein Reich komme.“*

Gottes Reich, das ist eine Welt, in der alles gut sein wird, weil er regiert und damit auch die Liebe. Diese Welt ist noch nicht Realität für uns, das wird sie erst am Ende aller Zeiten sein. Aber Gott hat uns Christen die Macht gegeben, kleine Stücke dieser Welt schon jetzt in unserem Umfeld aufzubauen. Durch Taten der Liebe. Wenn wir diese Worte sprechen, dann beten wir also, dass die Liebe in unserer Welt zunimmt. Ein schöner Gedanke.

*„Dein Wille geschehe wie im Himmel, so auf Erden.“*

Umso schwieriger sind die folgenden Worte: Dein Wille geschehe. Diese Worte hat auch Jesus kurz vor seiner Festnahme gebetet (Markus 14,36). Setzen wir Gottes Willen über unseren Willen? Nur daraus wächst Nachfolge.

*„Unser tägliches Brot gib uns heute.“*

Mein tägliches Brot betrifft nicht nur mein Essen. Hier geht es um die alltäglichen Sorgen, die mich umtreiben. Meine Leistungen, Menschen in meinem Leben, Ängste, Annahmekämpfe, Grenzen. Um all das, was meine Gedanken füllt.

*„Und vergib uns unsere Schuld...“*

Wo bin ich heute schuldig geworden? Klingt komisch. Aber ich glaube, es ist eine wichtige Frage. Sie lässt uns nicht vergessen, wer wir sind: Sünder, die Gott von ihrer Schuld befreit.

*„...wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.“*

Und gerade weil wir von dem befreit werden, was wir getan haben, ist es unsere Aufgabe, anderen das zu vergeben, was sie uns angetan haben. Nur dadurch können Verletzungen wieder zuwachsen. Bei uns und bei anderen.

*„Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen.“*

Eine starke Macht in unserem Leben sind unsere Sehnsüchte. Sie sind etwas Gutes, denn sie treiben uns an. Aber es sind auch Punkte, an denen wir empfindlich sind. Versuchung ist da, wo wir mit Sehnsüchten kämpfen und das Vertrauen zu unserem Vater in Frage stellen. Auch das sollen wir im Gebet an ihn abgeben.

*„Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit, in Ewigkeit.“*

Zuletzt dreht sich das Leben aber nicht um mich. Ich bin nur Schauspieler auf seiner Bühne. Er ist ein mächtiger und herrlicher Gott, der mich staunen lässt. Auf seine Größe zu schauen statt auf die Sorgen meines Lebens, tut mir gut.

*„Amen.“*

Was bedeutet das Wort Amen?

Amen ist hebräisch und bedeutet „So sei es“. Ich stimme den Worten zu – nicht nur mit den Lippen, sondern mit all meinem Sein. Das Vaterunser ist mein persönliches Bekenntnis, mit dem ich Gott als Gott anerkenne – mit allen Konsequenzen. Er wird es gut machen.

Das Vaterunser ist ein guter Einstieg ins persönliche Beten. Es gibt mir die Worte vor und umfasst jeden Bereich meines Lebens. Gott zeigt sich als Fürsorger meines GANZEN Lebens. Wem darüber hinaus die Worte fehlen, der findet im Internet Gebetsangebote wie amen.de, bei denen Christen stellvertretend mitbeten.

Carolin Schanz

***Das Vaterunser ist mein persönliches Bekenntnis, mit dem ich Gott als Gott anerkenne – mit allen Konsequenzen. Er wird es gut machen.***

# Honorable Othow Okoti

## und das Radio der Versöhnung



„God is taller than a tower, we need to pray“ (Gott ist größer als jeder Funkturm, wir sollten beten). Othow Okoti schaut mich mit einem jungenhaften Lächeln an. Ich hatte einen Scherz gemacht, seine Antwort war ein wenig amüsiert, aber auch sehr ernst.

Okoti betreibt eine Radiostation in Pochalla, einer Provinz im Osten des Südsudan. Sein Funkturm ist 75 Meter hoch, er erreicht die gesamte Region, in der über 100 000 Menschen verstreut wohnen. „Wenn ich einen 125-Meter-Turm bauen würde, könnte ich bis nach Äthiopien senden.“

Worauf ich erwiderte: „Und wenn es 200 Meter wären, könntest du Elon Musk erreichen, damit er erfährt, welche Auswirkungen es vor Ort hat, dass er in den USA die Entwicklungszusammen-

arbeit durch USAID eingestampft hat.“

Okoti schmunzelt, aber der tiefgläubige Mann ist überzeugt, dass dauerhafte Hilfe nur von Gott kommen kann. Und für unsere Gebete brauchen wir keine Türme.

Othow Okoti stammt aus Pochalla. Während seiner Schulzeit macht der Teenager eine Ausbildung zum Peace Champion und bringt in seiner Kirchengemeinde Jugendliche aus verfeindeten Stämmen an einen Tisch. Die Leitung der presbyterianischen Kirche ist davon so beeindruckt, dass sie ihm ein Stipendium anbietet. Er geht nach Sambia und absolviert den Studiengang „Peace Building and Reconciliation“ (Friedensbildung und Versöhnung).

werden ihm angeboten. Doch ihn bewegen die Vorgänge in seiner Heimat. Rebellen hatten sich in die Provinz zurückgezogen und die Bevölkerung mit brutaler Gewalt unterdrückt. Nach deren Abzug brachen alte Rivalitäten um die Nutzung des Landes auf. Farmer und Nomaden lieferten sich blutige Kämpfe, Kinder wurden entführt, Frauen missbraucht.

*Hier wird die Botschaft der Versöhnung gebraucht, und er hat das Rüstzeug bekommen, etwas dafür zu tun.*

*Für unsere Gebete brauchen wir keine Türme.*

### Jobs in den USA abgelehnt

Nach dem Bachelor, den er mit Auszeichnung abschließt, erhält er ein Masterstipendium in den USA. Mehrere Jobs in den Staaten

Wenn er eine Radiostation aufbauen würde und die Häuser mit kleinen Empfängern versorgt, könnte er die Menschen mit Friedensbotschaften erreichen. Oko-

ti weiß: Hier wird die Botschaft der Versöhnung gebraucht, und er hat das Rüstzeug bekommen, etwas dafür zu tun. In ihm nimmt eine Idee Gestalt an: Tatsächlich findet er Sponsoren, die seine Idee unterstützen.



## Viele haben ihn ausgelacht

Zurück in Pochalla erntet er Gelächter. Eine Radiostation? Das kann sich niemand vorstellen. Auch die Behörden verweigern die Lizenz. Doch Okoti ist keiner, der schnell aufgibt. Er kauft ein kleines Grundstück und baut ein schalldichtes kleines Haus für sein Studio. Seine Lizenz klagt er vor Gericht ein. Da laut Verfassung jeder Mensch ein Recht auf Information hat, es aber keinen staatlichen Sender in Pochalla gibt, bekommt er die Sendeerlaubnis. Als schließlich der Hubschrauber – Pochalla liegt in einem Sumpfgebiet und ist mit dem Auto nicht zu erreichen – mit den Bauteilen für den Funkturm einfliegt, kommen die Dorfbewohner aus dem Staunen nicht heraus. „Pochalla FFM 880“ geht auf Sendung.

Okoti findet Gehör, viele Menschen sprechen ihn an, erzählen ihre Geschichten. Und ihm wird schnell klar: Es kann nicht beim Radio bleiben, die konkreten Probleme der Menschen müssen

praktisch angepackt werden. Er gründet eine Hilfsorganisation, baut eine Schule und ein Schutzhaus für traumatisierte Frauen. Gelder akquiriert er in Kirchengemeinden im Ausland, Unterstützung durch USAID kommt dazu.

## Das Radio verhindert eine Panik

Okotis Traum wird Wirklichkeit. Doch dann brechen zwei neue Katastrophen über das Land herein: 2022 zerstört eine Flut die Ernte, nachdem eine lange Trockenzeit die Böden so ausgedörrt hatte, dass sie kein Wasser mehr aufnehmen konnten. Viele Menschen müssen aus ihren Hütten fliehen. Der Klimawandel ist sehr konkret in Pochalla. Während der Flut gelingt es, mithilfe des Radios eine Panik zu verhindern. Stündlich werden neueste Entwicklungen gemeldet und Hilfsmaßnahmen koordiniert.

Ein knappes Jahr später wird der Commissioner ermordet, der Landrat von Pochalla, den die

Zentralregierung in Juba eingesetzt hatte. Den Bewohnern wurden Hilfen von der Regierung versprochen. Als den Worten keine Taten folgen, kocht die Stimmung hoch.

## Ein ehrenvolle Aufgabe

Ich war im Juli 2023 in Pochalla, die Spannung war auch für uns Besucher mit Händen zu greifen. Schließlich griff ein junger Mann zur Waffe. Um eine vollständige Eskalation zu vermeiden, sichert die Regierung nun zu, dass der nächste Commissioner von der Bevölkerung gewählt werden darf. Es kommt, wie es kommen muss: Gewählt wird Okoti, jetzt ist er „The Honorable Commissioner Othow Okoti“.

Als wir ihn im Februar 2025 wiedertreffen, ist er von einer fröhlichen Schar junger Menschen umgeben. Die Atmosphäre in Pochalla ist wie ausgewechselt. Als er uns seine Geschichte erzählt, sind wir mehr als erstaunt. „Ich wollte nie Politiker werden, aber Gott hat es so geführt. Jetzt versuche ich in dieser Rolle das Beste für die Menschen hier zu erreichen.“

Was nicht leicht ist. Die neueste Herausforderung: 30 Tage vor unserem Besuch haben die USA ihre Entwicklungsbehörde geschlossen und vorübergehend alle Zahlungen eingestellt, die Zukunft vieler Hilfsprojekte ist ungewiss. Darum mein Scherz über den Funkturm und Elon Musk. Doch Okotis Antwort zeigt, dass er sich davon nicht unterkriegen lassen wird: „God is taller than a tower.“

Uwe Heimowski

*„Ich wollte nie Politiker werden, aber Gott hat es so geführt. Jetzt versuche ich in dieser Rolle das Beste für die Menschen hier zu erreichen.“*



# TRÄNENREICH

Die Gemeinde steht auf. Dreizehn junge Frauen und Männer ziehen unter den Klängen des Posaunenchores ein. Wow! Was ist aus dem einstigen neugeborenen Winzling mit angekündigter Nackenfalte geworden? „Ich kann Ihnen eine Fruchtwasseruntersuchung anbieten. Sie müssen das Kind nicht bekommen ...“ Mir laufen die Tränen übers Gesicht.

Ganz in Grün gekleidet, warte ich im Vorzimmer des OP-Saals. Mit den Worten „Sie haben es bald geschafft“ begrüßt mich der Kinderarzt. Dann der Schrei eines Babys im Nachbarraum. Die Glastür öffnet sich. Der Mediziner kommt mit einem zappelnden Wurm im Arm zurück.

Während die Hebamme den kleinen Mann versorgt, darf ich ihn im Wärmebett streicheln. Ich heule Rotz und Wasser. Ich bin nicht fähig, die Frage nach seinem Namen flüssig zu beantworten. Keine zehn Minuten später liege ich auf einem Bett. Mein Sohn wird mir auf den Bauch gelegt.

Heilige Momente. Die Zeit scheint stillzustehen. Die Augen des kleinen Mannes scheinen meine Augen zu fixieren. Sie blicken mich neugierig an nach dem Motto: Und du bist wohl mein Papa? Das Weinen wechselt in eine tiefe Zufriedenheit.

Der Arzt schaut leise vorbei. Er schießt ein Foto und flüstert: „100 Jahre früher wäre diese Geburt nicht so gut ausgegangen.“ Mein Sohn, ein Wunder. Nicht nur aus diesem Grund sprechen wir ihm

an diesem Tag den Doppelnamen zu. Joshua – Gott hilft. Johannes – Gott ist gnädig.

**MEIN SOHN, EIN WUNDER.  
NICHT NUR AUS DIESEM GRUND  
SPRECHEN WIR IHM AN DIESEM  
TAG DEN DOPPELNAMEN ZU.**

**JOSHUA – GOTT HILFT.**

**JOHANNES – GOTT IST GNÄDIG.**

Unter dem blauen Himmel, in der wärmenden Märzsonne. Dreizehn junge Menschen stehen aufgereiht neben der Kirche. In ihren Händen ein Sektglas. Die Gottesdienstbesucher nehmen sich einen O-Saft vom Tisch, flanieren gratulierend und segnend an den jungen Menschen vorüber.

Ich trete dem kleinen Menschen von damals gegenüber. Fast auf Augenhöhe. Wow, was für ein Mensch, Kerl, Original! Und wieder schießen mir Tränen in die Augen. Aus Dankbarkeit. Ich stoße mit meinem Sohn an. Auf das Leben, seine Zukunft, unsere Beziehung, seinen Draht nach oben.

*Rüdiger Jope*





## Ich sollte häufiger telefonieren

**E**rika kenne ich seit vielen Jahrzehnten. Sie ist der vielleicht glücklichste Mensch, dem ich je begegnet bin. Dabei scheint es dafür kaum einen Grund zu geben. Ihr erster Freund („Die Liebe meines Lebens“) wurde mit dem Fahrrad unterwegs zu ihr von einem abbiegenden Lkw totgefahren. Ein später adoptiertes Kind starb an Leukämie. Durch eine Autoimmunkrankheit musste Erika die EU-Rente beantragen, sitzt im Rollstuhl. Ihre behindertengerecht umgebaute Wohnung musste sie wegen Eigenbedarf verlassen. Doch wenn wir mal miteinander telefonieren, ist von Traurigkeit nichts in ihrer Stimme zu hören. Frage ich sie nach dem Warum,

lacht Erika und zitiert ihren Konfirmationspruch aus den Psalmen: „Du, Gott, zeigst mir den Weg zum Leben. In deiner Gegenwart ist Freude in Fülle und unendliches Glück an deiner Seite für immer.“ (Psalm 16,11)

Um dann zu sagen: „Ich weiß mich in Gottes Hand geborgen und bin glücklich. Was brauche ich mehr, was will ich mehr?“

Nach jedem Telefongespräch nehme ich mir vor, viel öfter bei Erika anzurufen. Es macht mir jedes Mal Mut zum Leben und Vertrauen auf Gott zu setzen.

Ralf Tibusek

Falls Sie AUGENBLICKmal ...

## AUGENBLICKMAL

Die Zeitschrift mit den guten Nachrichten

### Herausgeber:

Dr. Klaus Meiß  
Brunnen Verlag GmbH,  
Gottlieb-Daimler-Str. 22,  
35398 Gießen

Klaus Ehrenfeuchter  
Liebenzeller Gemeinschaftsverband e.V.,  
Liobastraße 11,  
75378 Bad Liebenzell

Ernst Günter Wenzler  
Süddeutscher Gemeinschaftsverband e.V.,  
Gänsäckerstraße 11,  
73730 Esslingen

### Redaktion:

Klaus Ehrenfeuchter / Ralf Tibusek,  
Tel. 0641-6059-170  
E-Mail: ralf.tibusek@brunnen-verlag.de

### Layout, Satz:

Annika Mengel, Brunnen Verlag, Gießen

**Titelbild:** stock.adobe.com

**Druck:** Weiss Druck, Monschau

**Erscheinungsweise:** 12x im Jahr

**Das Abonnement** verlängert sich automatisch um ein weiteres Jahr, wenn bis zum 31.10. keine anders lautende Mitteilung eingeht.

### Bezugspreis

Jahresabonnement € 7,80 zzgl. Versand, Einzelpreis € 1,-

### Bestellung/Zahlung:

**Liebenzeller Gemeinschaftsverband,**  
Tel. 07052-40891-0, Fax: 07052 40891-19  
E-Mail: info@lgv.org

Konto Sparkasse Pforzheim Calw  
IBAN: DE 37 666 500 850 003 301 800

### Süddeutscher Gemeinschaftsverband

Tel. 0711-54998430, Fax: 0711-54998455  
E-Mail: kontakt@sv-web.de

Konto Evangelische Bank  
IBAN: DE 03 520 604 100 000 415 014

### Brunnen Verlag

**Kundenbetreuung/Versand:**  
Tel. 0641-6059-0 · Fax: 0641-6059-100,  
E-Mail: zeitschrift@brunnen-verlag.de

Konto Evangelische Bank Kassel  
IBAN: DE77 5206 0410 0000 0022 08

Schweiz:  
SCM Bundes-Verlag (Schweiz)  
Tel. 043 288 80 10 · Fax: 043 288 80 11

Falls Sie AUGENBLICKmal nur ab und zu in die Hand bekommen, es aber gerne regelmäßig lesen würden, können Sie die Zeitschrift abonnieren. Bei der für Sie günstigsten Adresse können Sie AUGENBLICKmal bestellen – und haben monatlich Ihr druckfrisches Exemplar.

### Brunnen Verlag GmbH,

Gottlieb-Daimler-Str. 22, 35398 Gießen

### Liebenzeller Gemeinschaftsverband e.V.,

Liobastraße 11, 75378 Bad Liebenzell

### Süddeutscher Gemeinschaftsverband e.V.,

Gänsäckerstraße 11, 73730 Esslingen



## COUPON

JA, ich möchte AUGENBLICKmal abonnieren;  
Jahresbezugspreis: € 7,80 zzgl. Versandkosten.

Vorname, Name

Straße/Nr.

PLZ/Ort

Datum/Unterschrift



In der nächsten Ausgabe:

## Brennpunkte



### Das Macher Festival 2026

Vom 06. bis 09. August 2026 findet in Ferropolis – der Stadt aus Eisen (mit den großen Baggern vom Kohletagebau) in Gräfenhainichen (Sachsen-Anhalt) wieder das Macher Festival der Real Life Guys statt. Zwischen Leipzig und Berlin gelegen, bietet Ferropolis die perfekte Kulisse für ein Festival, bei dem gebaut, geschraubt, gefeiert und geschwitzt wird – zwischen alten Baggern, Wald, Wasser und Schweißgeruch.

Das Kernteam besteht aus überzeugten Christen, unter ihnen Johannes Mickenbecker. Das Macher Festival ist kein klassisches Musikfestival – sondern eine einzigartige Mischung aus: Bauplatz, Werkstatt, Open-Air-Lernraum und Festivalgelände plus Live-Musik, Talks, Sport, Natur & Community-Vibes.

Hier trifft man auf tausende Gleichgesinnte, die Lust haben zu bauen, tüfteln, ausprobieren, gemeinsam kreativ zu sein und sich mit echten Werkzeugen die Finger dreckig zu machen. Motto: „Machen statt nur feiern“

Auf dem Macher Festival ist ein geschultes Awareness-Team im Einsatz, das sich für ein respektvolles, sicheres und inklusives Miteinander stark macht. Das Team ist jederzeit da, wenn sich jemand unwohl, unsicher oder bedroht fühlt; einen übergriffigen Vorfall beobachtet; oder einfach jemanden brauchst, der zuhört und unterstützt.



Real Life Guys

### Christliche Polizisten: Der Glaube hilft bei Belastungen im Dienst

Rehe (IDEA) – Für den belastenden Polizeidienst reicht menschliches Durchhaltevermögen allein nicht aus. Vielmehr brauche es eine geistliche Grundlage, die auch in Krisenzeiten trägt. Das ist das Fazit der Veranstalter der Impulstage der Christlichen Polizeivereinigung (CPV) im Mai 2026. Polizisten aus ganz Deutschland trafen sich dazu im Christlichen Gästezentrum Westerwald (Rehe). Die Tagung stand unter dem Motto „Einfach Durchhalten!?“ und befasste sich mit der Frage, wie Einsatzkräfte mit gestiegenen Belastungen, persönlichen

Grenzen und Herausforderungen im Dienst umgehen können. Geleitet wurde die Tagung von Kriminalrat Jakob Siebentritt (München). Als Referent sprach der Jurist Daniel Facius (Bonn). Er hob hervor, wie wichtig geistliche Standfestigkeit in herausfordernden Zeiten ist. Christlicher Glaube erschöpfe sich nicht im kurzfristigen Durchhalten, sondern brauche eine tragfähige, lebendige Beziehung zu Jesus Christus.

