



*Hoffnung: Glauben
beginnen, Gott
finden – aber wie?*



*Missbrauch: «Ich
muss mich nicht
mehr schämen ...»*



*Manila: Arbeit statt
Almosen, Hoffnung
in den Blechhütten.*



**«Meine Wunden sind nicht alle
geheilt, aber ich habe Frieden gefunden.»**

06

● Tipps

● Erfahrungen

● Inspirationen

besser leben

Lebensqualität ist kein Zufallsprodukt. Sie hängt massgeblich davon ab, wie wir unser Leben gestalten und wie wir mit dem Schicksal umgehen.



besser läbe sammelt für Sie Tipps, Erfahrungen und inspirierende Texte.

In wechselnder Form wird ganzheitliche Lebensqualität gefördert. Alltagsbewältigung und Gottvertrauen gehören zusammen. Der christliche Glaube hilft, das Leben gelassener und sinnvoller zu gestalten. Leben Sie besser! Lassen Sie sich von unseren Texten inspirieren.

*Mit freundlichen Grüßen
Hans Ueli Beereuter*

Die sieben Themen von besser läbe

Fit fürs Leben

- 1. bewegen** Im bewegten Körper lebt ein frischer Geist.
- 2. ernähren** Gute Ernährung ist die Grundlage der Gesundheit.
- 3. entspannen** Anspannung braucht Entspannung.
- 4. annehmen** Vergangenheit und Schicksal lassen sich nicht verdrängen.
- 5. loslassen** Loslassen befreit. Loslassen verbindet.
- 6. hingeben** Wer nur für sich lebt, verpasst das Leben.
- 7. vertrauen** Ohne Vertrauen wird das Leben zur Qual. Gott begleitet.



Glauben beginnen, Gott finden – aber wie?

Genial! Du hast dich entschieden diesen Text zu lesen. Gott finden wollen viele Menschen. Sie suchen und suchen, aber sie haben nicht wirklich Erfolg. Warum? Weil sie ganz entscheidende Informationen nicht kennen.

Gott ist eine Person mit echten Gefühlen.

Du darfst mich nicht falsch verstehen, Gott ist kein Mensch. Aber er hat Ideen, Gefühle, Kummer und Freuden

wie wir. Er ist für uns nicht sichtbar, aber er lebt. Er kann an allen Orten gleichzeitig gegenwärtig sein. Das ist für unseren Verstand kaum zu fassen. Aber Gott ist eben Gott.

Gott will eine echte Beziehung zu dir haben.

Gott leidet. Er ist sehr traurig, weil so viele Menschen den Kontakt zu ihm abgebrochen haben. Oft nicht bewusst. Die meisten Menschen haben ihn

gar nie kennen gelernt. Sie wissen nur instinktiv, dass es ein 'Höheres Wesen' gibt. Aber mehr wissen sie nicht. Sie sind wie Scheidungskinder, die ihren Vater nie getroffen haben. Das Resultat ist eindeutig: Beide leiden an Liebesmangel.

Die Bibel beschreibt, wie intensiv Gott immer wieder den Kontakt zu den Menschen sucht. Traurig an den vielen Berichten ist

Erzählt:
Michaela Jost*
Zugehört und
aufgeschrieben:
Hans Ueli Beereuter

** Name zum seelischen
Schutz geändert*



Meine Wunden sind nicht alle geheilt, aber ich habe Frieden gefunden.

Er hat mich an der Hand genommen und ist mit mir in den nahen Wald gegangen. Immer wieder. Ich war noch ein Kind. Er ein junger Mann. Er lebte nur etwa 50 Meter von unse-

rem Haus entfernt. Wie oft es geschehen ist, weiss ich nicht mehr genau. Erst viele Jahre später, als ich vernahm, dass er sich das Leben genommen habe, drangen die Bilder von

die Tatsache, dass Gottes Suchen oft erfolglos bleibt. Die Menschen wollen nichts von ihm wissen. Deshalb finde ich es so genial, dass du diesen Text liest. Du gibst dir und Gott eine Chance!

Gott gibt nicht auf.

Das beeindruckt mich immer wieder, wenn ich in der Bibel lese. Er liebt uns sehr. Immer wieder hat er Männern und Frauen den Auftrag gegeben, seine Liebe den Menschen mitzuteilen. Manchmal scheint er beinahe zu verzweifeln, weil ihn die Menschen immer wieder vergessen.

Aber der grösste Beweis seiner Liebe ist Jesus. Er ist Gottes Sohn. Dennoch ist er Mensch geworden wie wir. Die Bibel sagt es so: «Gott liebt die Menschen so intensiv, dass er seinen einzigen Sohn hergab. Nun wird jeder, der sein Vertrauen auf den Sohn Gottes setzt nicht für immer verloren gehen, sondern ewig leben.» Jesus verliess den Himmel. Er liess sich nicht hindern, uns zu lieben. Er liebte uns mit der letzten Konsequenz. Deshalb liess er sich wehrlos töten, als die Menschen nicht ver-

stehen wollten, dass er uns Gottes Liebe lehren wollte. Jesus starb auch für dich. Echt! Gott liebt uns alle so total stark, dass er keinen von uns verlieren will.

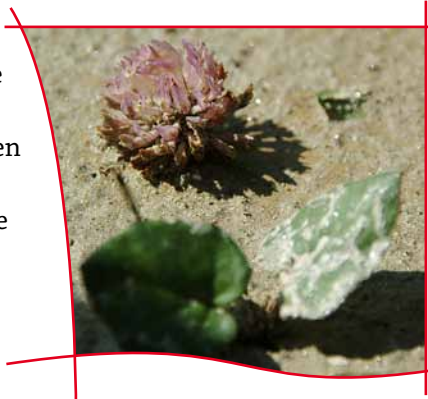
Aber warum musste Jesus sterben?

Das ist eine berechnete Frage. Ich sehe das so: Gott liebt uns wirklich über alles. Aber er ist auch absolut gerecht. Deshalb hat egoistisches und gottloses Handeln Konsequenzen. Wir haben ihn durch unser gleichgültiges oder gar rebellisches Verhalten sehr, sehr enttäuscht.

damals an die Oberfläche: sein Gesicht, seine Hand, die mich hält, die Hilflosigkeit, die Angst ... Die Erinnerungen sind auch heute noch bruchstückhaft. Zu lange waren sie in mir versteckt. Zu lange wollte sich meine Seele mit Vergessen schützen.

Ich wusste immer, dass

etwas geschehen war, damals. Deshalb wollte ich auch nie mehr in unser Dorf zurück, das ich mit 17 verlassen hatte. Als sich dieser Mann auch noch mit einer Frau aus unserer Familie verheiratete, wurde mein Schmerz noch grösser. Aber erst jetzt – Jahrzehnte später – brachen die Bilder aus der inneren Verbannung heraus. Sein Tod war eine riesige Erleichterung für mich. Erst-



mal konnte ich über diese alten Erlebnisse sprechen. Psychischer und körperlicher Missbrauch machen hilflos. Scham und Schuldgefühle verschliessen die Tür des Bewusstseins. Heute kann man über alles reden: Alkoholprobleme, Drogensucht, Geldnot ... Aber wer würde mir glauben, wenn ich all das erzählte, was mir geschehen ist? Wer könnte ertragen zuzuhören, welche

*Dieses Schamgefühl
hüllte mich ein. Es
nahm mich gefangen.
Es lähmte meine Seele,
machte mich depressiv,
panisch und ängstlich.*

Qualen ein Mädchen, eine Frau ertragen muss, wenn sie von jemandem immer und immer wieder benutzt wird, um seine eigenen Sehnsüchte und Triebe zu befriedigen?

Mein Vater war alkohol-abhängig. Er vernachlässigte uns. Er schlug uns. Wir waren früh auf uns gestellt. Alle vier Kinder aus erster Ehe zählten bei ihm nichts. Auf diesem

Hintergrund konnte der Missbrauch noch viel leichter geschehen. Dieser Mann aus meiner Kindheit war auch nicht der Einzige. Es geschah immer wieder, dass Männer mich ausnutzten und ausnutzen liessen. Ich musste auch abtreiben. Oft fühlte ich mich ohnmächtig und allein. Nach meiner Flucht ins Ausland war ich jahrelang unterwegs. Ich lernte tüchtig zu arbeiten, konnte Verantwortung übernehmen, war attraktiv und fröhlich. Äusserlich jedenfalls. Drinnen in meiner Seele war eine grosse Leere. Da war nichts. Kein Halt, keine Sicherheit. Kein Selbstwert. Dieses innere Loch war kaum auszuhalten. Ich hätte schreien können. Ich hätte sterben können. Ich litt und war unglaublich einsam.

Ich konnte meinen seelischen Schmerz mit niemandem teilen. Auch später nicht mit meinem Mann. Zwei Ehen sind zerbrochen. Nun bin ich wieder ganz allein.

Eine innere Unruhe be-gleitete mich ständig. Ich war hyperaktiv, machte überall mit, half vielen Menschen. Ich habe in den vergangenen Jahren fast alles erlebt: Ich war beliebt und verachtet. Ich war reich und arm. Ich hatte viele Freunde und war allein. Woher meine grosse Unruhe kam, wusste ich nicht. Oft hatte ich Panik- und Angstzustände. Ich schämte mich (unbewusst) für all das, was an und mit mir geschehen war. Dieses Schamgefühl hüllte mich ein. Es nahm mich gefangen. Es lähmte meine Seele,

machte mich depressiv. Meine Seele war zutiefst im Inneren krank und verletzt. Ich fühlte mich wertlos, ungeliebt, traurig. Jeden Tag holten mich diese Gefühle irgendwann ein und überrollten mich wie eine ins Tal donnernde Lawine.

*Es sind nicht alle
Wunden restlos
geheilt, aber ich
habe Frieden.*



Freunde Gottes sollten wir sein, aber wir haben ihn einfach übersehen und vergessen. Wir haben uns so benommen, als ob Gott nicht existieren würde. Das hat ihn zutiefst verletzt. Dennoch hat er nicht aufgegeben. Jesus starb, damit wir nicht für unsere Gottlosigkeit sterben müssen. Er hat die ganze Trennung mit allen Folgeerscheinungen auf sich genommen. Sein Tod bedeutet unser Leben!

Kann ich nicht glauben!

Das ist verständlich. Aber Gott wollte eine

Brücke schlagen. Er gibt dir eine Chance, die kaputte Beziehung wieder aufzubauen. Dafür hat er sich für die 'Radikalkur Jesus' entschieden: Jesus stirbt. Er übernimmt die volle Verantwortung für alle Gottlosigkeit der Menschen und gibt ihnen damit die Gelegenheit, wieder Freunde Gottes zu werden.

Wenn du die Chance nutzen willst.

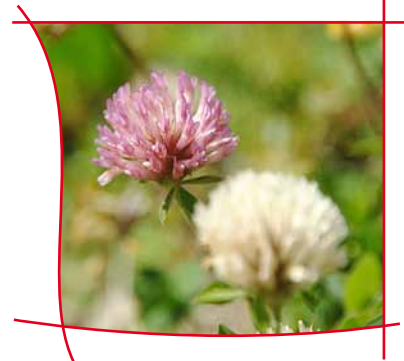
Was Gott da getan hat, ist mehr als eine Geste. Er hat alles gegeben, was er hatte, damit du sein Freund werden kannst. Du

brauchst nur zu antworten: «Ich will von nun an mit dir, Gott, leben.» Du kannst mit ihm reden, ihm alles sagen, was dich beschäftigt. Aber sag ihm vor allem, dass du bereit bist, dein Leben von nun an mit ihm zu teilen. Die folgenden Worte können dir bei diesem ersten Gebet als Freund Gottes eine Hilfe sein: «*Gott, ich habe bisher ohne dich gelebt. Ich habe dich glatt übersehen, wie wenn es dich nicht geben würde. Das tut mir leid. Ich brauche Vergebung für diese Schuld. Ich kann meinen Fehler nicht wie-*

Dass ich über allem einmal Frieden finden würde, konnte ich mir damals nicht vorstellen. Aber ich habe Frieden gefunden. Im Glauben, durch die Hilfe meines Seelsorgers, aus Gottes grosser Liebe! Gott holte mich ein und heilte mich. Heute kann ich sagen: «Ich war lange Jahre nicht bei Gott, aber Gott war mit mir.» Er war immer bei mir, das habe ich erkannt. Er hat mich mit all meiner Scham und eigenen Schuld geliebt. Immer! Es ist nicht so, dass ich heute ganz schmerzfrei über der Sache stehe. *Es sind nicht alle Wunden restlos geheilt, aber ich habe Frieden.* Heute, wenn ich dies alles erzähle, spüre ich zwar die Schmerzen meiner Wunden und Narben, aber ich habe einen tiefen inneren Frieden in mir. Ich weiss,

dass ich von Gott geliebt und in seinen Augen wertvoll bin. Nur deshalb kann ich so offen über meine Erlebnisse sprechen. Früher blieben die Erinnerungen schwach und unbewusst. Dennoch bestimmten sie mein Leben. Jedes Mal, wenn sie wie

Ich war lange Jahre nicht bei Gott, aber Gott war mit mir!



kurze, schmerzvolle Blitze an die Oberfläche zu dringen versuchten, erloschen sie sogleich wieder. Mehr konnte ich nicht ertragen. Mehr wollte ich nicht ertragen. Das an mir Geschehene musste sofort wieder in die Dunkelheit des Unbewussten zurück. Doch dort bewirkte es diese grosse Unruhe und Leere, von der ich schon sprach.

Die Heilung begann mit einem besser läbe. Darin standen wertvolle Gedanken einer Beraterin zum Thema Missbrauch. Sie zeigte Schritte der Heilung auf: *Sich erinnern, sich bestätigen, die Schuld, Verantwortung und Verzweiflung ansehen – trauern über die nie gestillten Bedürfnisse, über die verlorene Kindheit – sich veröhnen mit sich selbst, mit Gott,*

mit Personen, die uns unrecht getan haben, mit denen, die es geschehen liessen – Wiederherstellung und Fest der Freude.

Die Beraterin zeigte auf, dass es Hoffnung gibt. Heilung war etwas, das sie vielfach erlebt hatte. Sie sagte: «Jesus sieht dich in deinem ganz persönlichen Schmerz.» Es dauerte noch einige Zeit, bis auch ich kompetente Hilfe und einen Weg aus der inneren Zerrissenheit fand. Ich war normal und krank gleichzeitig. Nach aussen lebte ich ein ganz normales Leben, innerlich war ich völlig zerbrochen. In der Seelsorge lernte ich, dass Jesus alles heilt und vergibt: *Das was uns angetan wurde und das was wir getan haben.* Jesus hat alles vergeben. Alles! Ich hatte vorher

In der Seelsorge lernte ich, dass Jesus alles heilt und vergibt: Das was uns angetan wurde und das was wir getan haben.



schon oft von Vergebung gehört, aber zutiefst in mir hatte ich es nicht verstanden. Die Gewissheit der Vergebung fehlte mir, bis ich sie mit Hilfe des Seelsorgers erkannte. Heilung ist ein Weg, ein Prozess. Ich habe nach 27 Jahren meinen Vater besucht. Er hat vor seiner Familie gesagt: «Ich habe euch so oft geschlagen!» Er hat Reue gezeigt. Ich habe ihm vergeben. Vergebung ist so wichtig. All die Jahre habe ich ihm die Schuld für meine Misere gegeben. Ich wollte ein-

fach nicht akzeptieren, dass er uns so vernachlässigt hat. Aber es war so. Niemand kann Geschehenes rückgängig machen. Doch Rebellion und Anklage helfen nicht weiter. Ich steckte all die Jahre in einer Sackgasse. Ich fand keinen Weg aus meiner inneren Leere. Erst als mir bewusst wurde, dass Gott mich im Leib meiner Mutter geschaffen hat, wie es die Bibel sagt, konnte ich mich annehmen. Gott hat mich gewollt. Gott hat mich geliebt. Gott war ich nie gleichgültig, nie!

der gut machen. Ich will aber dein Angebot annehmen und alles, was mich von dir trennt, deinem Sohn Jesus übergeben. Komm in mein Leben. Ich will von nun an dein Freund sein. Sei du mein Gott. Du weisst am besten, was für mich gut ist.»

Und nun?

Auch wenn es zu einfach tönt, du gehörest jetzt zu Gott! Er ist nun dein Freund, dein Begleiter, der dir das wirkliche Leben zeigt, und dein Vater, der dich über alles liebt. Wenn du dein Vertrauen auf die Vergebung durch

Jesus gesetzt hast, bist du erbberechtigt. Ewige Gemeinschaft mit Gott ist dir zugesichert. Alles, was Gott besitzt, gehört jetzt auch dir. Und Jesus wird dich beschützen. *«Niemand wird sie aus meiner Hand reissen!» hat er gesagt.*

Du brauchst Freunde.

Menschen, die Gott nicht länger ignorieren wollen, brauchen Freunde. Diese sind dann wie Schwestern und Brüder. Sie gehören alle zum selben Vater. Sie unterstützen einander. Sie machen einander Mut, wenn das Leben schwer ist.

Suche dir Menschen, die zu Gott gehören. Wenn du niemanden kennst, sende uns ein Mail. Wir vermitteln dir gerne eine Adresse in deiner Nähe.

Lass dich nicht irritieren.

Nicht alle Freunde werden deinen Entschluss verstehen. Auch bei dir selber kann sich schnell wieder Gleichgültigkeit einschleichen. Aber denk daran: Gott hat dein Gebet sehr ernst genommen. Du gehörest nun zu ihm! Es braucht einige Zeit, um diese Beziehung zu vertiefen. Lies oft

in der Bibel. Das Lukas-Evangelium eignet sich besonders gut für den Anfang. Gott gibt nicht auf, auch wenn du nicht so treu bist, wie du sein möchtest. Er liebt dich!

Geniale Links Bibellesen online bibelservers.ch

Radio mit Musik und
Glaubenthemen
lifechannel.ch

TV mit Reportagen
aus christlicher Sicht
sonntag.ch

Christliche Bücher
bibelpanorama.ch

Gute Magazine
bv-media.ch

Weitere gute Links
dersurftipp.ch

Willst du uns deinen Entscheid mitteilen?

Du kannst uns ein Mail senden, wenn du dich für ein Leben mit Gott entschieden hast. Dann sind wir deine Zeugen. Vielleicht hast

du auch Freunde oder Verwandte, die an Jesus glauben. Erzähl ihnen, dass du nun ein Freund Gottes bist, damit sie sich mit dir freuen können.

Text: Hans Ueli Beereuter

Wir schenken dir/Ihnen eine Bibel

Die Bibel ist ein Buch mit vielen Erfahrungsberichten. Sie schildert, was Menschen mit Gott erlebt haben. Sie weckt und stärkt den Glauben.



Haben Sie keine
gut verständliche
Bibelübersetzung?

Dann schenken
wir Ihnen gerne ein
Neues Testament
mit Psalmen.

Telefon 041 754 99 10
textlive@laendli.ch



Ich schäme mich nicht mehr für das, was an mir geschehen ist.

Gott hat mich zu sich gezogen. Er liebt mich uneingeschränkt. Ich muss nicht länger um die verlorene Liebe meines Vaters trauern oder die Menschen anklagen, die mir Leid zufügten. Es ist so unendlich gut, an Gott zu glauben. Er hat gesagt: *«Ich bin dein Gott! Liebe deinen Gott, liebe mich!»*

Es ist für mich ein grosses Wunder und Geschenk, zu wissen, dass Gott nichts unmöglich ist. Ich habe viel erlebt. Gott hat viel vergeben und geheilt. Ich bin ihm sehr dankbar. Er hat alles, wirklich alles gesehen, was passiert ist. Ich kann mit ihm über alles reden im Gebet. Ich schäme mich nicht mehr für das, was an mir geschehen ist. Ich kann dadurch Schweres besser verstehen und anderen Menschen mehr Liebe geben. Er hat mir vergeben, deshalb will und kann auch ich vergeben. Die Erinnerungen können noch schmerzen. Aber ich habe das Geschehene angenommen. Es ist nicht alles weg, auch nicht vergessen. Aber ich habe Frieden gefunden. Frieden in Gott! ■

e.r.l.e.b.t

Wieso sollte ich zu Gott beten?

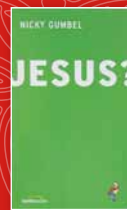
Es ist doch erstaunlich: Untersuchungen haben ergeben, dass fast alle Menschen beten. Egal, ob religiös oder nicht – hier gibt es kaum Unterschiede. Spätestens dann, wenn es uns wirklich schlecht geht, schicken wir ein Gebet in Richtung Himmel.



Weiterlesen unter «Glauben praktisch»,
textlive.ch; Quelle: jesus.ch

Geschenk: Grundlagen des Glaubens

Nick Gumbel vermittelt die Grundlagen des christlichen Glaubens kurz, prägnant und einladend. Themen wie: Worum geht's eigentlich? Warum brauchen wir Jesus? Was sollen wir mit Jesus? Warum kam er? usw. werden behandelt.



Wir schenken besser läbe Lesern ein persönliches Exemplar. Telefon: 041 754 99 10

Lebensqualität fördern.
Sozial handeln.



asatrade.ch

Erzählt: Ingrid Hofmann
Zugehört und aufgeschrie-
ben: H.U. Beereuter



Fragen wirken manchmal Wunder. Dann jedenfalls, wenn Antworten gefunden und auch gehandelt wird.

schwürde der Slumbewohner gestärkt werden kann. Und sie wussten: Dies kann nicht durch Spenden und Geschenke aus der Schweiz geschehen, jedenfalls nicht nachhaltig.

Arbeit statt Almosen

Verkauf von Produkten aus Hilfsprojekten



Am Anfang der Kooperative KK auf den Philippinen stand der Gedanke: «Wie kann armen Menschen in den Slums von Manila Arbeit gegeben werden? Wie kann auf einfache Weise und ohne grosse Vorinvestitionen eine Wertsteigerung erreicht werden?» Ingrid und Rolf Hofmann aus Zofingen wollten einen Weg finden, wie Lebensqualität und Men-



Was aus diesen Fragen und Gedanken entstanden ist, beeindruckt: Viele Familien in den Slums von Manila leben heute von der Herstellung qualitativ hochwertiger Recycling-Taschen, die grösstenteils in der Schweiz verkauft werden. Leere Getränkebeutel werden von den Müllsammlern einge-



sammelt. Dann werden sie – meist von der ganzen Familie – gewaschen, getrocknet, in Streifen geschnitten und zu Taschen, Etais, Geldbeuteln usw. geflochten und genäht.

Fair für beide Seiten bedeutet: Preise sind nicht willkürlich. Sie werden unter Berücksichtigung des Arbeitsaufwandes und eines angemessenen Lohnes errechnet.



Aber es ist nicht bei den Taschen geblieben: Leiterinnen wurden ausgebildet. Kinder

können in die Schule. Frauen haben mit dem erarbeiteten Geld und Kleinkrediten eigene Geschäfte eröffnet. Aus einem Gesundheitsfonds haben viele neue Zähne bekommen. Die meisten Slummütter verlieren ihre Zähne durch Mangelernährung während der Schwangerschaft. Ingrid Hofmann litt mit den Frauen: «Sie öffneten ihren Mund kaum, weil sie ihre schlechten Zähne verbergen wollten.» Der Unterschied bei einem späteren Besuch war frappant: «Die Frauen strahlten uns mit ihren neuen, weissen Zähnen entgegen. Man spürte

ihre Dankbarkeit. Sie hatten wieder Würde und Schönheit zurückbekommen. Sie plauderten fröhlich in der Runde. Sie waren zutiefst glücklich.»



Würde finanziert aus der Recycling-Wertschöpfungskette. Erarbeitet mit den eigenen Händen. Motiviert durch den Glauben an Jesus Christus. Denn Hofmanns haben aus erlebtem Glauben gehandelt:

«Jesus möchte die Würde der armen Menschen erhalten und stärken!»

Was hat Ihre Lebensqualität geprägt?

Wir interessieren uns!

Senden Sie uns Ihre Erfahrungen zu einem oder mehreren der 7 Punkte auf Seite 2 als kurze Texte oder Tipps. (Per E-Mail oder als Kopie. Manuskripte werden nicht zurückgesandt.) Falls wir Ihren Text veröffentlichen, erhalten Sie eine Mitteilung. Bitte Adresse und Telefon angeben.

Impressum

Redaktionsleitung:
Brigitte und Hans Ueli Beereuter
Herausgeber:
TextLive, Ländli, 6315 Oberägeri
Aboservice:
Fon 041 754 99 10, Fax 754 90 77
E-Mail: textlive@laendli.ch,
E-Shop: textlive.ch
TextLive ist ein Arbeitszweig des
Diakonieverbandes Ländli



Worte, die
mein Leben
prägten

*Keiner
lasse den Mut sinken.*

Bibel: Jeremia 18,19

*Christus hat uns nicht vom
Schmerz erlöst, aber von
der Verzweiflung.*

Josef Sellmair

Haben die Aussage eines Menschen oder Worte eines Buches auch Sie besonders berührt und geprägt? **Senden Sie uns Ihr 'Lieblingswort'** mit einer kurzen Bemerkung zum Einfluss auf Ihr Leben. Vielen Dank!

Bestellnummer: BL 1506

besserläbe 06

TextLive
Gottes Liebe sichtbar machen

Überreicht von:





e.r.l.e.b.t

Geplatze Lebensträume

Lebensträume platzen, ein Unfall ereignet sich, das Geld reicht nirgends hin, Beziehungen brechen auseinander. Die wenigsten Menschen bleiben von Lebenskrisen verschont. Wie kann das Leben weitergehen und eine Krise zur Chance werden?

*Trailer anschauen und DVD bestellen: «Glauben praktisch»,
textlive.ch, Quelle: fensterzumsonntag.ch*

Loslassen ist das Wichtigste

Was tun mit Sorgen? «Man kann sie im Gebet an Gott abgeben», meint Helga Anton. Für sie war es aber auch ein langer Lernprozess.

Wie hilft Gebet gegen Sorgen?

Wie lerne ich loszulassen?

*Weiterlesen unter «Glauben praktisch»,
textlive.ch; Quelle: jesus.ch*



e.r.l.e.b.t

Es begann mit Schokoladepudding

«Wir hatten im Kindergottesdienst einen hochintelligenten Pfarrer. Da er bei den Erwachsenen kaum Erfolg hatte, konzentrierte er sich mit grosser Hingabe auf die Kinder.» So beginnt der Lebensrückblick von Helmut Matthies.

Weiterlesen unter: *«Glauben praktisch»*, textlive.ch;

Quelle: jesus.ch

Wenn das Herz streikt

Hand aufs Herz: Hören Sie auf die Signale aus Ihrem Innersten? Leben Sie gemäss Ihrer persönlichen Überzeugung? Salomo rät im biblischen Buch der Sprüche: «Mehr als alles hüte dein Herz, denn aus ihm strömt das Leben.»

Sendung online sehen: *«Glauben praktisch»*, textlive.ch; Quelle: fensterzum-sonntag.ch