

## HOURLY OF POWER VOM 13.07.2008

### Begrüßung (RAS):

Guten Morgen! Willkommen in der Crystal Cathedral. Ich weiß, dass Sie heute hier sind, weil Gott Sie hier haben wollte. Einige hier denken vielleicht, sie wären hier, weil ihre Mutter es wollte und das mag auch sein. Jedenfalls weiß ich, dass es einen weitaus wichtigeren Grund gibt, warum Sie heute hier sind und ich bin überzeugt, dass Sie, wenn Sie heute die Worte hören werden, die Gott Ihnen zu sagen hat, lachen werden und weinen werden. Sie werden aufgebaut, motiviert und angespornt. Wir haben die kraftvolle, wunderbare Gelegenheit uns hier zu versammeln und die Elektrizität des Lebens zu spüren, die hier ist, und durch die Liebe Gottes frei wird.

Ich möchte Ihnen die Gelegenheit geben, einander die Liebe auszudrücken, die Gott uns füreinander gegeben hat. Gehen Sie aufeinander zu und sagen Sie: Gott liebt sie, und ich auch. Tun Sie das bitte jetzt. Geben Sie einigen die Hand und sagen Sie: Gott liebt Sie, und ich auch.

Es erfüllt mich mit großer Freude, danke, Ihnen anzukündigen, dass meine Frau Donna heute die Predigt hält. Es ist eine große Ehre, sie heute bei uns zu haben und ihre sehr positive Botschaft zu hören.

### Gebet (RAS):

Lieber himmlischer Vater, wir danken Dir, dass Du ein Gott bist, der uns liebt. Du kümmerst Dich um uns. Du bist ein Gott, der heute eine besondere Botschaft an uns richtet. Wir kommen zusammen, Hand in Hand, Herz an Herz und Seele an Seele und wissen, dass Du hier bist. Wir wissen, Du bist hier, weil Du es versprochen hast. Und wir vertrauen Deinem Wort für immer und ewig. Amen.

### Bibellesung – Psalm 33, 1-9 – (RAS):

Ich lese heute aus unserer neuen Power for Life Bible vor, die nur in der Crystal Cathedral erhältlich ist. Wenn Sie mögen, schlagen Sie bitte Ihre Bibel beim Psalm 33 auf. In der Power for Life Bible ist das die Seite 575. Ich lese das wunderbare Wort Gottes. Hören Sie diese Worte.

Singt dem Herrn, Ihr seine Gerechten. Es ist recht, dass die Aufrichtigen ihn preisen. Preist den Herrn mit der Harfe, spielt ihm auf der zehnsaitigen Leier. Singt dem Herrn ein neues Lied spielt ihm schön und jubelt ihm. Denn das Wort des Herrn ist gerecht und wahr. Er ist treu, in allem was er tut. Der Herr liebt das Recht und die Gerechtigkeit. Die Erde ist voll seiner beständigen Liebe. Durch das Wort des Herrn wurden die Himmel geschaffen und die Schar der Sterne durch den Hauch seines Mundes. Er sammelt das Wasser der Meere in Krügen und die Tiefen in seiner Tenne. Alle Welt fürchte den Herrn und alle Völker sollen sich ihm beugen. Er spricht und es geschieht, er befiehlt und es steht da. Das Wort Gottes ist wahr, real und zuverlässig.

### Interview Dr. Robert A. Schuller (RAS) mit Marian Himmaren (MH):

RAS: Heute darf ich Ihnen eine Frau vorstellen, deren Leben auf tragische Weise erschüttert wurde und die auf besondere Weise Heilung erlebt hat. Vielleicht erinnern Sie sich noch daran, wo Sie waren, als Sie von dem Massaker an der Virginia Tech hörten. Die Welt sah am 16. April 2007 schockiert zu, wie 30 unschuldige College Studenten, Mitarbeiter und Lehrer auf dem Campus der Technischen Universität von Virginia erschossen wurden. Aus Gründen, die nie

genau bekannt werden oder erklärt werden können, entschloss sich ein junger Mann, eine ganze Gemeinschaft zu töten und die Ausläufer davon erschütterten die ganze Welt. Mein heutiger Gast, Marian Hammaran, verlor bei diesem tragischen Ereignis ihre einzige Tochter Caitlin. Heute ist sie hier, um davon zu berichten, wie die Kraft Gottes ihr die Stärke verlieh weiter zu machen und stärker zu werden. Bitte begrüßen Sie mit mir Marian Hammaran.

Es ist ein bisschen mehr als ein Jahr her.

MH: Das stimmt.

RAS: In diesem Jahr haben Sie einiges durchgemacht. Vielleicht fangen wir dieses Interview am besten an, indem wir auf den tragischen Tag zurückkommen. Wie haben Sie erfahren, was passiert war?

MH: Mein Mann und ich hörten es in den Nachrichten. Ich war auf dem Weg zur Arbeit und als ich ankam, hatte er schon im Büro angerufen und gesagt, dass etwas passiert war. Gleichzeitig hatten schon einige ihrer Freunde bei uns angerufen und gefragt, ob wir etwas von ihr gehört hätten.

Wir schickten uns jeden Morgen gegenseitig eine SMS und irgendwann fand sie es etwas nervig, dass ihre Mama ständig nachfragt, ob alles in Ordnung ist. Ich sagte ihr, wir wissen, dass Du beschäftigt bist und dass Du Dein Leben führst. Schick einfach nur eine SMS zurück in der „OK“ steht. Das machte Sie aber auch nicht, und ich sagte, dann schick mir wenigsten ein „O“ und so kommunizierten wir miteinander. Aber an diesem Tag kam überhaupt keine SMS und das war ungewöhnlich für sie. Ihre Freunde, die auf demselben Campus waren, konnten sie auch nicht erreichen und auch das war sehr ungewöhnlich. Uns war bald bewusst, dass es ein Problem gab.

RAS: Dass etwas Schlimmes passiert war.

MH: Ja.

RAS: Was haben Sie in diesem Moment gebetet? Hofften Sie, sie hätte ihr Handy verloren?

MH: Genau das. Ich hoffte, man hätte sie so schnell aus dem Gebäude gebracht, dass sie es in der Eile nicht mitgenommen oder verloren hatte. Der Tag ging weiter und wir wurden uns über die Bedeutung dieses Kommunikationsverlustes klar. Wir hofften nur noch, dass Sie auf irgendeiner Trage im Krankenhaus lag.

RAS: Aber das war nicht geschehen.

MH: Nein.

RAS: Wie wurden Sie informiert?

MH: Wir wussten nichts. Mein Mann und ich ahnten es schon, als wir auf dem Weg von New York zur Universität waren. Wir sahen, wie Kinder vom Gelände in verschiedene Krankenhäuser gebracht wurden und sprachen mit der Polizei. Aber niemand bestätigte unsere Vermutung bis wir in der Universität ankamen. Das war gegen halb Elf am Abend. Wir waren um Elf morgens in New York losgefahren und am Abend um Halb Elf wurden wir von der Polizei informiert.

RAS: Ich habe gelesen, dass Sie, als ein Polizist und ein Geistlicher auf Sie zukamen schon wussten was passiert war.

MH: Oh ja, richtig.

RAS: Seitdem haben Sie viele Gefühle durchgestanden. Was war das erste, was Sie empfanden?

MH: Das erste, was einem Gott gibt ist eine Art Taubheitsgefühl. Man muss irgendwie tun, was nötig ist, also ist man erstmal wie betäubt. Kurz danach wird man wütend. Sehr wütend auf Gott. Wir hatten Caitlin dazu erzogen, ihr Leben von Gott leiten zu lassen und es in Gottes Hand zu legen. Manchmal war sie etwas besorgt über ihren nächsten Schritt im Leben. Dann sagten wir ihr immer, überlass das ruhig Gott. An diesem Punkt sagte ich zu Gott: Wo warst Du? Wir

haben ihr beigebracht, Dir zu vertrauen und dass Du Dich um sie kümmerst. Auf dem inneren Rahmen ihres Laptops hatte sie ein kleines Gebet aufgeklebt das lautete „Herr lass heute nichts geschehen, dass Du und ich nicht gemeinsam bewältigen können.“ Ihr war es klar. Sie war sehr stark in ihrem Glauben.

RAS: Unter Ihren Gefühlen war also auch Zorn. Wie haben Sie diesen Zorn vor Gott geäußert.

MH: Ich glaube ich klang oft wie ein sehr wütender LKW-Fahrer. Manchmal kamen mir eigenartige Worte über die Lippen einfach aus Wut. Ich fühlte mich völlig vernachlässigt, von ihm alleine gelassen.

RAS: Verlassen?

MH: Genau, richtig. Kleine Dinge, wie zum Beispiel ins Einkaufszentrum zu gehen, fielen mir schwer. Meistens kaufte ich ja für Katie ein und sie sah immer so süß in den Sachen aus. Einfach nur einkaufen zu gehen, war sehr, sehr schwer. Bald nachdem wir nach New York zurückgekehrt waren, war ich in einem Buchladen und mir wurde irgendwie klar, dass ich verstehen musste, was passiert war. Ich musste wissen, wo Gott war, wissen wo Caitlin war. Dabei stolperte ich über ein Buch von Anthony Destefano mit dem Titel: Zehn Gebete, die Gott immer mit Ja beantwortet. Zuerst ging ich recht zynisch an das Buch heran. Es enthält zwei Kapitel über Leiden und darüber, wie Gott Gnade schenkt, das hat mich irgendwie angesprochen und zurückgebracht. Ich meine – ich war eine Christin, aber ich glaube, wir haben das, was Christ sein wirklich bedeutet nicht ausgelebt, im Bezug auf unsere Beziehung zu Gott. Dieses Buch brachte mich also zurück zu unserem Herrn. Mitten in der Lektüre dieses Buches und meinen sehr ernstesten Gesprächen mit Gott, saß ich eines Tages in unserem Garten und war sehr zornig. Aber plötzlich, während ich weinte überkam mich eine Ruhe und in dieser Ruhe hörte ich Gott, der zu mir sagte: Du willst an Caitlin heran, aber zuerst musst zu mir kommen. Bevor Du zu Caitlin kommst, musst du durch mich. Ich glaube, da habe ich eine 180 Grad Wendung vollzogen, in meinem Zorn und Verstehen.

RAS: Das war es, was Sie letztlich zur Umkehr brachte?

MH: Ja. Das waren zwei wirkliche Aha-Erlebnisse. Absolut.

RAS: Das Aha-Erlebnis war also, dass Sie nur mit Caitlin's Verlust klarkommen, wenn Sie zu Gott kommen. Das haben Sie erkannt. Haben Sie dadurch Frieden gefunden?

MH: Absolut. Ich spürte einerseits Frieden, andererseits wollte ich noch mehr erfahren. So wurde das Ganze zu einer Reise. Es ist eine Reise des Glaubens, der Hoffnung, eine Reise der Vergebung und das ist eine beschwerliche Reise.

RAS: Erklären Sie die Reise der Vergebung. Wie geht das. Wenn Sie Vergebung sagen, denke ich sofort an diesen jungen Mann, der all die jungen Leute umgebracht hat. Sprechen Sie von Vergebung für Ihn?

MH: Genau. Jetzt wo ich die Umstände kenne, glaube ich den Schülern, Mitarbeitern und Lehrern ist an diesem Tag das Böse begegnet. Wirklich. Aber wenn jemand so krank ist, wie kann man da auf ihn zornig sein? Sicher ist man zornig über ihr Tun, aber wenn man ansieht, wie es ihm erging, glaube ich nicht, dass er eine Wahl hatte.

RAS: Sie haben ihm also vergeben?

MH: Ja, absolut.

RAS: Was hat das bei Ihnen bewirkt? Körperlich und psychisch, dass Sie ihm vergeben konnten?

MH: Es ist wirklich befreiend. Man wird frei dazu, alle anderen Gefühle hinter sich zu lassen. Die Familien, die immer noch wütend sind stecken manchmal fest darin. Aber es ist wirklich sehr befreiend.

RAS: Wie haben Sie das geschafft? Was haben Sie unternommen um in der Lage zu sein, so zu vergeben?

MH: Ich glaube dass ich einfach begriffen habe, dass er sehr, sehr krank war. Er war sehr krank.

RAS: Er war ein kranker junger Mann. Und die Erkenntnis, dass er selbst viele Bedürfnisse hatte, die nie erfüllt wurden, half Ihnen.

MH: Genau. Und es täte niemandem gut, am Groll festzuhalten.

RAS: Haben Sie sich schon an seine Familie gewandt und das ausgedrückt?

MH: Nein, noch nicht.

RAS: Vielleicht wissen sie es ja jetzt.

MH: Sie haben ja auch ein Kind verloren.

RAS: Sie haben auch ein Kind verloren. Das stimmt. Und ich bin sicher, dass sie sich extrem gedemütigt gefühlt haben und sich geschämt haben. Zusätzlich zu ihrer Trauer und allem anderen. Was glauben Sie, ist die wichtigste Lektion, die wir aus Ihrer Erfahrung lernen können?

MH: Die wichtigste Lektion in Kurzform: Hoffnung und Glauben zu haben. Und Niemanden als selbstverständlich zu betrachten. Wenn es hart auf hart kommt, braucht man Hoffnung und Glauben. Ich kann nur bezeugen, dass der Grund dafür, dass mein Mann und ich das durchgestanden haben und immer noch stark sind, das Wirken Gottes war.

RAS: Als Sie ganz unten waren, war Gott da.

MH: Richtig.

RAS: Und das obwohl Sie ihn angeschrien haben, geschimpft und geflucht haben. Und ich glaube ich würde genau das Gleiche tun. Ich glaube, das ist ein Teil des natürlichen menschlichen Umgangs damit, wenn wir normal sind. Manchmal können wir es nicht einmal wirklich in Worte fassen, aber die Worte sind in unserem Herzen und im Verstand. Gott wusste, was Sie zu dieser Zeit durchgemacht haben und hat Sie durchgetragen.

MH: Ja.

RAS: Ich möchte Ihnen danken Marian für Ihre Stärke. Das Sie gekommen und heute vor uns gestanden sind und über dieses tragische Erlebnis geredet haben. Sie sollen wissen, dass wir für Sie beten.

MH: Danke.

RAS: Und ich möchte Ihnen die Bibel schenken, aus der ich heute vorgelesen habe.

MH: Vielen Dank.

RAS: Nehmen Sie sie mit. Hier drin stehen Dinge von denen ich sicher bin, dass sie Sie stärken und Ihnen Kraft geben. Ich möchte gerne noch für Sie beten:

Lieber himmlischer Vater, wir danken Dir für Marian. Wir danken Dir für das Leben, das Du ihr und ihrem Mann geschenkt hast. Wir danken Dir für das Geschenk, dass Du ihnen gemacht hast, durch ein Baby, an dem sie so viele Jahre Freude hatten. Sie haben sie jetzt dir überlassen, dass Du sie in deinen Armen hältst und bewahrst, bis sie wieder eines Tages zusammenkommen. Wir lieben Dich Herr für alles. Amen.

MH: Amen.

RAS: Marian. Gott liebt Sie, und wir auch.

MH: Danke.

Predigt "Die Kraft des Friedens" von Donna Schuller:

Ich hatte vor kurzem am Sonntag zwischen den Gottesdiensten viel Spaß. Eigentlich war es nach dem Gottesdienst und vielleicht haben Sie mich ja

gesehen. Ich bin etwas über das Gelände gelaufen und habe mich eine Weile mit einigen von Ihnen unterhalten. Sehen Sie, was dabei herauskam.

(VIDEO ROLL IN)

DONNA: Ich wollte Sie fragen, was Ihnen Sorgen macht, sie sehr beschäftigt oder vielleicht Stress bereitet?

FRAU: Ich erwarte in einer halben Stunde Gäste, wir müssen eine halbe Stunde fahren, ich muss mich noch umziehen, weil meine Hose schmutzig ist und meine Tochter muss gewickelt werden. Sie ist außerdem voller Matsch und ihr ist heiß. Das ist zurzeit mein Problem.

MANN: Ich komme ursprünglich aus Nigeria und bin alleine hier. Ich mache mir immer wieder Sorgen, ich bete ständig, dass Gott meine Familie zu Hause weiter beschützt und dass sie sicher sind, bis ich wieder heimkomme.

FRAU: Ich denke, beschäftigt zu sein, bestimmt sehr mein Leben. Die Schule. Und ich spiele auch noch Basketball. Das nimmt mich auch in Anspruch. Und das Geld für die Universität. Das ist gerade schwierig.

FRAU: Im Augenblick sind es meine Kinder. Ich habe eine Tochter, 32 Jahre alt und sie leidet unter Herzproblemen. Am Freitag hatte sie ein Dauer-EKG und wir warten jetzt auf die Ergebnisse um herauszufinden, was die Herzprobleme verursacht.

FRAU: Ich stelle manchmal meine Berufung, meine Funktion und mein Lebensziel in Frage.

FRAU: Ich möchte wirklich, was ich tue, am Besten für Gott tun. Das ist wahrscheinlich meine größte Sorge. Sicher zu gehen, dass ich wirklich mein Bestes gebe.

KIND: Jede Menge Mathe.

DONNA: Oh, eine Menge Mathematik. Viele Mathehausaufgaben oder nur in der Schule?

KIND: In der Schule und zu Hause. Ständig.

FRAU: Ich bilde mich leidenschaftlich gerne weiter. Und ich werde bestimmt wieder auf die Abendschule gehen. Gerade frage ich mich, wohin ich gehen sollte, welche Fächer ich wählen soll, ob sich das mit meiner Ehe verträgt und meiner Arbeit. Das ist eine ziemlich schwere Frage für mich.

MANN: Mir macht die allgemeine Weltsituation Sorgen. Alles, was um uns herum passiert und die negativen Dinge, in die die Leute verwickelt sind. Das ist es wohl. Für mich persönlich – nein – denn ich glaube an Jesus.

(END OF VIDEO ROLL IN)

DS: Herzlichen Dank an alle, die sich beteiligt haben. Einige sehe ich heute hier. Ich finde das sehr interessant. Ich bin jetzt seit 24 Jahren Pastorenfrau und ich glaube, die Leute nehmen an, dass ich, weil ich ja Pastorenfrau bin, keinen Grund habe, mich zu sorgen, gestresst zu sein oder nervös oder zu irgendeiner Art von besorgter Regung. Und bis zu einem gewissen Grad stimme ich dem auch zu. Ich bin vielleicht besser darin, diese Dinge zur Seite zu legen und dem Herrn abzugeben und weiterzumachen. Auf der anderen Seite sollen Sie wissen, dass es mir genau wie jedem anderen auch geht. Ich sage Ihnen mal, was mir gerade Stress bereitet.

Zum einen gehen zwei unserer Kinder gerade aufs College, das ist sehr teuer. Wir haben also finanzielle Herausforderungen. Noch etwas, das mir sofort einfällt, ist, dass eine unserer Töchter in Kürze heiratet. Das ist positiver Stress, ebenso wie Kinder am College, aber so ist es. Noch mal. Da ist die Aufregung, die die Hochzeitsvorbereitungen mit sich bringen und der finanzielle Druck. Das sind nur ein paar Dinge, die mir sofort einfallen.

Wissen Sie, wir bekommen von Zeit zu Zeit diese E-Mails. Bekommen Sie auch solche sogenannten Junk-Mails? Manche davon löscht man und manche nicht. Ich bekomme eine Menge solcher Mails. Meistens verwende ich E-Mails zu Arbeitszwecken und für die Gemeinde. Ich habe also nicht die Zeit, mir alles durchzulesen. Aber kürzlich kam eine, bei der mir die Betreffzeile ins Auge stach, weil ich mich darauf vorbereitete, über die Kraft des Friedens zu sprechen. Darin stand, wie man Frieden und Ruhe im Leben erreicht. Ich lese sie Ihnen kurz vor. Eine Dame schrieb diese E-Mail und darin stand:

Vor kurzem sah ich eine Talkshow. Der Moderator sprach darüber, dass man auch dadurch inneren Frieden erlangt, wenn man die Dinge zu Ende bringt, die man begonnen hat und die dann liegen geblieben sind. Das klang gut, also las ich weiter. Weiter schrieb sie: Ich sah mich also im Haus um, nach allem, was ich angefangen, aber nicht zu Ende gebracht hatte.

Bevor der Tag zu Ende war, hatte ich eine Flasche Weißwein geleert, den Rest Bailey's ausgetrunken, eine Packung Kekse geleert, den Rest meiner alten Prozac Tabletten geschluckt, den übrigen Käsekuchen und einige Chips verzehrt und alle Schokoladenreste vernichtet. Ich fühlte mich großartig. Als ich das las, lachte ich auch und es ist auch wirklich witzig. Auf der anderen Seite ist es auch tragisch, weil manche Leute tatsächlich so leben. So finden sie Frieden.

Und ich gestehe, es ist vielleicht ein momentaner Friede. Es fühlt sich toll an, wenn man Schokolade isst, oder? Danach fühlt man sich ein bisschen schlecht und es gibt eine Menge anderer Beispiele. Manche Leute trinken exzessiv. Übermäßige Mengen Alkohol. Andere nehmen Drogen und sind abhängig. Diese Leute achten nicht auf ihren Körper, als Tempel des heiligen Geistes, wie die Bibel es uns sagt. Sie leben kein friedvolles Leben. Vor diesem Hintergrund, möchte ich Ihnen gerne erzählen, wie ich Frieden und Trost finde und Stress abbaue. Wir beziehen uns wieder auf die Power for Life Bible. Das ist eine neue Bibelausgabe der Crystal Cathedral. In Deutsch wird es dieses Jahr nur das neue Testament geben. Es ist die Übersetzung nach „Hoffnung für alle“. Am Anfang jedes Buches der Bibel steht ein Hinweis auf das Ziel des Buches und den Fokus. Das Ziel des Philipper -Briefes ist die Aussage von Paulus in der er uns ermutigt, uns in allen Umständen zu freuen. Dabei ist es wichtig, an eines zu denken: Paulus war im Gefängnis, okay? Er war im Gefängnis in Rom. Ich weiß, einige die das hören, sitzen wirklich im Gefängnis. Mir ist aber auch klar, dass es Gefängnisse gibt, die man nicht anfassen kann, in die wir uns von Zeit zu Zeit selbst stecken. Zum Beispiel das Gefängnis der Selbstzweifel, der Traurigkeit und der Sorge. Für manche ist es etwas Konkretes wie etwa das Gefängnis von Drogen und Alkohol. Aber eines weiß ich: Paulus kam frei.

Paulus lehrt uns und wieder ist der Fokus dieses Buches darauf, dass Gott das gute Werk, das er in uns begonnen hat auch vollendet und das Er mit allem aufwartet, was nötig ist, um seine Pläne in unserem Leben zu verwirklichen. Hören Sie, was Paulus aus dem Gefängnis schreibt: „Freut Euch im Herrn, allezeit. Noch einmal sage ich, freut Euch. Lasst Eure Sanftmut überall kundwerden. Der Herr ist nahe. Sorgt Euch um nichts, sondern in allen Dingen bringt Eure Anliegen vor Gott im Gebet, mit Flehen und Danksagung. Und der Friede Gottes, der höher ist, als alle menschliche Vernunft, wird Eure Herzen und Sinne bewahren in Jesus Christus. Und schließlich Brüder und Schwestern, was immer wahr ist, edelmütig und gerecht, was immer rein ist und lieblich, was verehrungswürdig ist, das was wohlklingend ist, lobenswert, darüber denkt nach.

Lasst Eure Sanftmut überall kundwerden, lesen wir im Vers 5. Seid sanft. Seid sanft zu euch selbst, zu anderen und zu Gottes Schöpfung. Was meine ich, mit sanft zu sich selbst?

Wenn Sie so wie ich sind, sind Sie vermutlich Ihr eigener schärfster Kritiker. Ich weiß, wie hart ich zu mir selbst bin. Ich muss mir immer wieder selbst sagen, nimm es locker Donna, entspann Dich, ruh dich aus, tu Dir was Gutes. Ich bin meine schärfste Kritikerin. Sein Sie also gut zu sich. Eine Art, wie ich das umsetze, ist, dass ich versuche, morgens langsam aufzuwachen.

Wenn der Wecker klingelt oder wie ich ihn manchmal nenne, das Gelegenheitsglöckchen, ist das an manchem Morgen echt hart. Normalerweise springe ich richtig aus dem Bett. So hat Gott mich gemacht. So bin ich eben. Robert wird Ihnen bestätigen können, dass ich das Bett schon gemacht habe, während er noch schlief. Ernsthaft.

Nachdem wir frisch verheiratet waren, habe ich eine Menge davon überwunden und tue das jetzt nicht mehr. Aber das ist meine natürliche, Gott gegebene Neigung, mein Wesen. Ich habe gelernt, sanft zu sein. Wenn das Aufwachen drei, vier oder Minuten dauert, ist es ideal. Ich strecke mich gerne, bevor ich aufstehe. Ich denke gerne darüber nach, was ich heute vor habe und spreche ein kurzes Gebet zu Gott. Ich bin gerne sanft zu mir selbst. Wie ich morgens aufwache, hat mich wirklich sehr verändert. Ich versuche mich richtig zu ernähren, treibe Sport und ermutige Sie auch dazu, so schwierig es auch sein mag. Aber es hilft wirklich. Atmen Sie. Viele von uns atmen nicht richtig. Das erste, das wir aufgeben, wenn wir völlig überanstrengt sind, ist richtig zu atmen. Wenn Sie mal darauf achten, werden Sie mir Recht geben. Wenn man Angst hat, vergisst man entweder zu atmen und holt dann ein paar Mal tief Luft und atmet dann ein paar Minuten gar nicht mehr richtig, oder nach ein paar tiefen Atemzügen keucht und schnauft man nur noch. Und das nicht, weil man körperlich erschöpft ist. Ich mache Ihnen Mut zu atmen.

Atmen Sie das herrliche, herrliche Leben ein, das Jesus Ihnen gegeben hat und atmen Sie all den Stress und die Sorgen aus. Bei mir hat das funktioniert. Ich bin sehr pragmatisch.

Sein Sie sanft anderen gegenüber. Es ist schon erstaunlich, was man alles zu sehen bekommt, wenn man ein bisschen durch die Gegend läuft. Ich werde nie vergessen, wie mein Mann und ich letzte Ostern spazieren gingen. Wir liefen die Strasse hinunter. Wir selbst haben keine Kinder mehr zu Hause und so beschäftige ich mich immer damit, zu beobachten, was die Kinder der anderen so treiben. Ich kann es kaum erwarten eigene Enkelkinder zu haben, aber soweit sind wir noch nicht. Ich sah mich jedenfalls um und sah eine Frau, wie sie aus dem Haus rannte. Vor dem Haus waren etliche Kinder und spielten, schaukelten, bastelten an ihren Rädern, was Kinder eben so machen. Und sie schrie: Kommt rein. Kommt sofort rein jetzt, Johnny und Bobby! Wir färben Ostereier zum Kuckuck und zwar jetzt! Die Ostereier sind fertig! Rein jetzt! Wir färben Ostereier! Das wird lustig!

Ich dachte, meine Güte. Es erinnerte mich daran, so wie wenn man einen Spiegel vorgehalten bekommt, dass ich selbst wohl auch oft grob war, als unsere Kinder klein waren. Da ist man schon mal genervt. Aber es ist doch interessant, wie man mitten im Versuch, den Kindern ein schönes Erlebnis zu verschaffen, so unsanft mit ihnen umgeht. Wir unser heutiger Gast Marian sagte: Wir wissen nicht, wann unser letzter Tag mit unserem Kind, dem Partner oder den Freunden sein wird. Ich möchte Sie ermutigen, auf diese Weise die Menschen zu betrachten und sanft und freundlich zu sein. Sein Sie sanft zu Gottes Schöpfung. Was meine ich damit?

Wie Sie wissen, war vor kurzem der „Tag der Erde“. Ich werde jetzt keine große grüne Botschaft verkünden, auch wenn ich finde, dass vieles davon einfach wunderbar ist, aber dafür haben wir heute keine Zeit. Aber soviel dazu: Meine Mutter hat mich erzogen. Heute schaue ich zurück und erkenne, dass meine Mutter mich mit einem starken ökologischen Bewusstsein erzogen hat. Ich meine, ich habe mein ganzes Leben lang recycled. Auf jede erdenkliche Weise. Ich glaube, das lag einfach daran, dass meine Mutter in solcher Armut aufwuchs und dass es so zu einem Teil von ihr wurde und ich habe es einfach übernommen und dann weitergegeben.

Lassen Sie mich nur ein paar Beispiele nennen, was Sie tun können. Ich werde nicht groß ins Detail gehen, einfach nur ein paar simple Arten aufzeigen, wie Sie sanft zur Erde sein können. Erstens: Recyclen Sie. Wir recyceln Weihnachtskarten. Meine Mutter und ich haben das immer so gemacht, seit ich klein war. Es ist eine Art Handwerksprojekt, aber so habe ich das nie empfunden, es gehörte einfach dazu. Wenn die Absender nichts darauf geschrieben haben, reißt man die Vorderseite der Weihnachtskarte ab. Daraus macht man dann kleine Geschenkanhänger, die man an die Geschenke hängt und passend zum Papier gestaltet. Ich klinge wie Martha Stewart, nicht wahr? Aber das ist der einzige Martha Stewart-Anteil, den ich habe. Ich bin nicht so geschickt. Aber das ist etwas sehr einfaches, das wir tun können.

Eine andere Sache sind all die Tüten, die man bekommt, entweder im Imbiss oder vielleicht zu Weihnachten oder sie bekommen eine Tüte im Buchladen. Das sind Baumwolltaschen. Nehmen Sie all diese Taschen, von denen Sie nicht wissen, was Sie damit anfangen sollen und legen Sie sie in den Kofferraum ihres Autos. Beim nächsten Mal, wenn Sie zum Einkaufen fahren, brauchen Sie nicht die Tüten aus dem Supermarkt zu nehmen. Das sind ganz einfache Sachen. Und wenn Sie ein bisschen wie ich sind, vergessen Sie die Taschen im Kofferraum, stehen an der Kasse und sagen, einen Augenblick, warten Sie kurz, ich bin gleich wieder da. Versprochen. Dann rennen Sie zu Ihrem Auto, öffnen den Kofferraum, holen sich die Taschen und gehen wieder rein. Aber es funktioniert.

Das Dritte, von dem ich glaube, dass es wirklich einfach ist um sanft zur Schöpfung zu sein, ist die Lichter und Fernseher auszuschalten bevor man das Schlafzimmer, das Wohnzimmer oder das Haus verlässt. Schalten Sie Ihr Radio aus. Ich weiß es nicht, aber ich glaube, dass Frauen besser darin sind, Geräte auszuschalten als Männer. Ich habe keine Ahnung, wie bei Ihnen ist. Aber schalten Sie sie ab. Das ist so einfach. Seien Sie also sanft. Seien Sie sanft zu sich selbst, zu anderen und zu Gottes Schöpfung. Weiter im Vers 6 sagt uns Paulus, wir sollen mit Danksagung beten. Seien Sie dankbar. Seien Sie dankbar dafür, wo Sie sind und was Sie haben. Als ich kürzlich die Straße hinunter fuhr, sah ich einen jungen Mann der ein T-Shirt trug, mit der Aufschrift „Friede ist eine Einstellung!“. Es war ein einfaches T-Shirt und ich dachte mir: Wow, das ist toll. Das ist eine tolle Botschaft. Ich dachte ein bisschen weiter darüber nach und dachte, es kann heißen: Frieden ist eine Einstellung oder auch Gebet ist eine Einstellung. Ich glaube wirklich, dass es eine Einstellungssache ist, in allen Dingen zu allen Zeiten dankbar zu sein.

Vor einigen Jahren habe ich einen Kurs besucht, in dem der Professor sagte, dass eine unserer Hausgaben wäre, eine Dankesliste zu erstellen. Die Note hängt davon ab, wie lang sie ist. Schreiben Sie eine Dankesliste. Das wird Ihnen helfen, dankbar zu sein. Wissen Sie, ich trage dieses Kostüm heute nicht zufällig, sondern aus einem Grund. Vielleicht können die Kameralleute die Knöpfe hier aus der Nähe zeigen, deswegen trage ich es nämlich. Diese Knöpfe gehörten meiner

Großmutter, die letztes Jahr aus Furcht vor ihrem Einhundertersten Geburtstag gestorben ist. Das ist interessant, weil ich glaube, dass sie ursprünglich meiner Urgroßmutter gehörten. Meine Großmutter war eine großartige Schneiderin. Vor diesem Hintergrund denke ich immer, wenn ich an diesem Kostüm heruntersehe an die letzten beiden Jahre ihres Lebens und daran, wie dankbar ich bin, dass sie mich gelehrt hat, stehen zu bleiben und den Rosenduft zu genießen. Ich weiß, das ist ein Klischee, aber ich meine es ernst. Ich holte meine Großmutter immer in dem Heim ab, wo sie lebte und machte mit ihr einen Spaziergang mit dem Rollstuhl um das Gebäude. Das war für Sie der Höhepunkt des Tages. Sie setzte ihren kleinen Hut auf, nahm ihre kleine Brille, damit sie keinen Sonnenbrand bekam und spazierten herum. Ich dachte immer, Okay, ich habe eine Stunde Zeit oder anderthalb, und fahre meine Oma durch die Gegend, aber ich muss auch wieder zurück. Ich muss wieder an die Arbeit, zum Einkaufen, das Abendessen machen.

Und natürlich, wie Gott es nun mal wollte, sagte meine Großmutter etwas wie: „Warte, warte Donna. Warte mal Schätzchen. Halt hier an. Sieh dir die Blumen an. Sind die nicht herrlich?“ Und ich saß da und sagte: Ja Oma, sie sind wunderschön.“ Wir hielten an und ich pflückte für sie Blumen. Sie nahm sie und wir rochen gemeinsam daran. Dann gingen wir etwas weiter und sie sagte: Warte, warte, sieh mal die Vögel. Hör wie sie singen. Sie diese Vögel nicht herrlich? Wow Oma, ja sie sind so schön. Ich nehme mir nicht die Zeit, die Vögel zu bestaunen. Es gibt so viele wunderschöne Dinge. Sehen Sie sich dieses Gebäude an. Es ist unglaublich. Wir haben eine wunderschöne Kirche, ein wunderschönes Gelände.

Alles im Leben kann man entweder so betrachten, dass man seine Schönheit sieht, oder eben negativ. Ich möchte Sie deshalb ermutigen, dankbar zu sein, für das, was Sie haben. Eine andere Art, Dankbarkeit zu zeigen ist, indem man gibt. Sie können Geld verschenken, Sie können Zeit verschenken, indem Sie freiwillige Dienste übernehmen. Der großartige Bischof Fulton Sheen sagte einmal: Die beste Art, Monotonie im Leben zu vermeiden ist, für andere da zu sein.

Und ich glaube das. Und ich glaube wirklich, dass Gott möchte, dass wir so leben. Für andere da zu sein, fängt in der eigenen Familie an. Wir haben schon darüber gesprochen, zu Hause sanft mit den Kindern umzugehen. Aber wenn Sie den inneren Drang verspüren, und sich mehr wünschen, dann gibt es eine Menge großartiger Gelegenheiten. Hier in der Gemeinde und regional auf dem Missionsfeld. Gerade letzte Woche habe ich mit einer Gruppe Frauen das House of Hope besucht. Das ist eine Übergangsunterkunft für Frauen und Kinder, die sonst keine Heimat haben. Und ich muss Ihnen sagen, ich war nicht nur erfüllt, ich floss über vor Dankbarkeit, als wir wieder fuhren. Es war fantastisch. Ich gehe wieder hin. Und es gibt eine Menge solcher Gelegenheiten, jeden Tag.

Wenn Sie interessiert sind, kontaktieren Sie jemanden. Wenn Sie angefangen sich regional einzubringen, ermutige ich Sie, das weltweit zu tun. Wir sind eine weltweite Gemeinde. Wir senden auf der ganzen Welt. Wir – Robert und ich – gehen nach China. Wir haben ein China Projekt, an dem Sie sich beteiligen können. Wenn Sie interessiert sind, werden wir Ihnen sagen, was Sie für die Menschen in China tun können. Die Chinesen stellen ein Sechstel der Weltbevölkerung dar. Wir tragen die Verantwortung, ihnen die Gute Nachricht zu bringen und das Evangelium von Jesus Christus in China zu verkündigen. Ein riesiges Volk braucht uns. Sie brauchen das gute Wort von Christus. Daran können Sie sich beteiligen. Nepal. Die Gemeinde meines Sohnes, The Gathering ist am 18. Juni nach Nepal aufgebrochen. Sie haben dort medizinische Hilfe geleistet.

Drei meiner Kinder sind dabei. Mein Sohn, seine Frau und Anthony unser Jüngster sind in Nepal. Wenn Sie gerne wissen möchten, wie Sie diese Missionsreisen unterstützen können, kann ich Ihnen jetzt schon sagen; Es gibt viele junge Leute, die gerne mit wollen, es sich aber nicht leisten können. Sie schreiben täglich Briefe an ihre Tanten, Onkels, Freunde und Nachbarn um bei einer Missionsreise dabei sein zu können. Das ist erstaunlich. Wollen Sie dankbar sein? Sie werden von Ihren Missionsreisen zurückkehren, mit Berichten vom Wirken Jesu, die Sie unfassbar finden werden.

Weiter im Vers 8: Seien Sie achtsam. Im Vers 8 sagt Paulus: Denkt über das Gute nach. Was immer lieblich, verehrungswürdig, exzellent und rühmlich ist darüber denkt nach. Seien Sie achtsam. Achten Sie darauf, was Sie sich ansehen, bevor Sie zu Bett gehen.

Wenn Sie einen schlechten Tag haben, achten Sie darauf, welche Musik Sie im Auto hören. Umgeben Sie sich selbst mit angenehmen Menschen. Diese Bibel, jede Bibel ist voll von Menschen voller Kraft. Sie hatten die Kraft nicht aus sich selbst heraus. Das waren oft ganz gewöhnliche Menschen, wie Sie und ich.

Aber Sie gaben ihrem Leben ein kraftvolles Ziel und das machte sie zu kraftvollen Menschen. Umgeben Sie sich also mit kraftvollen Menschen. Jeder, mit dem Sie eine Beziehung pflegen bringt Sie entweder näher zu Gott, oder weiter weg von ihm. Ich weiß nicht, ob Sie das schon einmal gehört haben, aber ich glaube fest daran.

Zurück zu Marian. Es ist so ergreifend, als sie vom Verlust ihrer Tochter erzählte. Ich habe zwei Töchter. Ich kann mir das nicht einmal im Ansatz vorstellen. Aber eines, was ich sie laut und deutlich sagen hörte, war, dass sie davon sprach, nicht zornig zu werden. Eine weitere Möglichkeit, achtsam mit unseren Haltungen und Einstellungen umzugehen, ist keinen Groll zu hegen, nicht zornig zu bleiben oder andere zu hassen. Ich weiß nicht, ob Sie diesen Satz kennen.

Ich habe gehört, zornig zu bleiben und Groll zu hegen ist, wie wenn Sie Gift trinken und erwarten, dass der andere stirbt. Achten Sie also bitte darauf, dass Sie Ihren Zorn und ihren Groll loswerden.

Im Vers 9 lesen wir weiter: Tut das. Paulus schreibt: Was ihr von mir gelernt habt, das tut. Haltet durch. Übung macht den Meister. Das haben Sie bestimmt schon mal gehört. Vor langer Zeit suchte ein Mann nach dem vollkommenen Bild des Friedens. Nachdem er nichts fand, das ihn zufrieden stellte, schrieb er einen Wettbewerb aus, um sein Meisterwerk zu erstellen. Diese Herausforderung regte die Vorstellungskraft der Künstler aus nah und fern an und die Bilder kamen von überall her. Schließlich kam der Tag der Entscheidung. Die Juroren enthüllten eine friedliche Szene nach der anderen unter dem Jubel und Beifall der Zuschauer.

Die Spannung stieg. Als der Preisrichter ein Gemälde enthüllte, verstummte die Menge. Ein spiegelnder sanfter See reflektierte üppige grüne Birken unter dem sanften rot des Abendhimmels. Am dem grasigen Ufer weidete eine Herde Schafe ungestört. Sicher würde dieses Bild gewinnen. Der Mann enthüllte ein weiteres Gemälde und die Menge hielt den Atem an, vor Überraschung. Das sollte Frieden sein? Ein ungestümer Wasserfall stürzte eine felsige Wand hinab. Die Menge konnte fast die kalte Gischt auf der Haut spüren. Gewitterwolken drohten in Blitz, Wind und Regen auszubrechen. Mitten im Donnerrollen und bitterer Kälte klammerte sich ein dürre Baum an die Felsen am Rande des Wasserfalls. Einer der Äste streckte sich den wilden Wassern entgegen, als versuchte er, die volle Kraft dieser Urgewalt zu spüren. Ein kleiner Vogel hatte sein Nest in der Astgabel dieses Baumes gebaut. Zufrieden und völlig ungestört durch die wilde

Umgebung brütete er. Mit geschlossenen Augen und den Flügeln über ihre bald schlüpfenden Jungen gebreitet war er der Inbegriff des Friedens, der alle irdischen Bedrohungen übersteigt.

Seid sanft, seid dankbar, seid achtsam und ausdauernd. Und schließlich lesen wir im Vers neun das Versprechen: Und der Gott des Friedens wird mit Euch sein. Danke.

Segen (RAS):

Und nun möge die Macht unseres Herrn Jesus Christus Eure Herzen und Sinne erfüllen mit seinem bleibenden Frieden. Heute, Morgen und für immer. Amen.