



Süddeutscher  
Gemeinschafts**Verband**

Jahrgang 24 | Heft 47 **November 2021**

# FRAU *aktiv*

Material für die Frauenarbeit  
im Süddeutschen  
Gemeinschaftsverband



*Strahlkraft*



„ Manche Menschen  
erlebt man nur wenige Sekunden  
und man ist von ihrer Ausstrahlung völlig fasziniert.  
Sie geben einem Kraft, ohne es zu wissen. „

Begegnungen mit strahlenden Menschen wünschen wir uns. Und glücklicherweise haben wir sie auch immer wieder. Begegnungen mit Menschen, die Ruhe ausstrahlen und Gelassenheit, Liebe, Zuversicht. Begegnungen mit Menschen, die erfüllt sind von Gutem und anderen daran Anteil geben. Begegnungen mit Menschen, die offensichtlich aus einer Quelle schöpfen, die nicht versiegt.

Jesus beschreibt das in Lk.6,45 mit den Worten „Wovon das Herz voll ist, geht der Mund über“. Was in uns steckt, blitzt aus allen Knopflöchern. Im Guten wie im Bösen. Wenn ein Mensch ganz frisch verliebt ist, strahlt er vor Glück. Und auch wenn jemand von Sorgen und Angst gebeutelt wird, sieht man ihm das an.

Nun sagen Psychologen und Coaches – durchaus zu Recht –, dass man an seiner Ausstrahlung arbeiten kann. Im Internet gibt es unzählige Tipps und Empfehlungen über das Geheimnis einer positiven Ausstrahlung. Zwei interessante Links sind unten gelistet\*. Nicht, weil sie das Geheimnis wirklich lüften könnten, sondern weil sie Einblick geben, wie wir auf andere wirken und auch, wie wir darauf Einfluss nehmen können. Das kann gut sein – oder auch gefährlich.

Denn auch da gilt: Wir strahlen aus, was in uns steckt. Jesus spricht in Lk.6,43+44 von den Früchten, an denen man einen Baum erkennt. Und auch bei einem Menschen ist an den Früchten, an seiner Ausstrahlung erkennbar, was in ihm steckt. Womit ist unser Herz gefüllt?

Was erleben Menschen, die uns begegnen? Was strahlen wir als Kinder Gottes aus? Was erfüllt unser Herz und unser Leben? Mühe und Stress und die ständige Sorge, nicht zu genügen? Hartherzigkeit und Erbsenzählerei, um nur ja alles richtig zu machen? Furcht, von Menschen nicht geliebt zu werden oder nicht dazu zu gehören? Gnade und Barmherzigkeit? Freiheit? Friede und großes Glück?

\* [www.karrierebibel.de/charisma](http://www.karrierebibel.de/charisma)  
[www.sekundeins.at/blog/charisma-das-geheimnis-starker-ausstrahlung](http://www.sekundeins.at/blog/charisma-das-geheimnis-starker-ausstrahlung)

### Hallo liebe Leserinnen,

Das Schönste für mich ist es immer wieder, auf unseren Zeltlagern miterleben zu dürfen, wie Mädchen strahlen, wenn sie ihr Leben und ihr ganzes Sein Jesus anvertrauen. Wie bei Mose, von dem berichtet wird, dass sein Angesicht strahlte, wenn er Gott begegnet ist (2.Mo.34). Oder auch bei Stephanus (Apg.6,15).

So ist es heute noch – wenn wir Jesus begegnen, werden wir strahlen. Das Leuchten seines Antlitzes über uns widerspiegeln. Und, gleich einer Solarzelle, wird unser Herz erfüllt von seiner Liebe.

Am deutlichsten ist das vielleicht beim ersten Mal sichtbar. Aber es kann jedes Mal so sein, wenn wir es wieder tun – unser Leben und unser ganzes Sein in das Licht seiner Gegenwart legen. Wenn wir Jesus begegnen, werden wir strahlen. Über's ganze Gesicht. Aus allen Knopflöchern. Mit erleuchteten Augen des Herzens, die erkannt haben, zu welcher Hoffnung wir berufen sind (Eph.1,18).



Stefanie Rau  
SV-Bezirk Esslingen

## INHALT

### ERLEBT

- 3 Sita
- 8 Lebe mit einer neuen Ausstrahlung
- 9 Auf die Beine gebracht
- 13 Strahlkraft

### BIBLISCHER IMPULS

- 4 Spiegelung

### THEMATISCHER IMPULS

- 6 Mond oder Sonne?
- 10 Epignosis: Herzwissen
- 14 Die Welt braucht deine Stimme!

### MEDIEN-TIPPS

- 12 Impressum

Zu den ersten Dingen, die ich im neuen Frau aktiv Heft lese, gehört das Impressum.

Denn mit jedem Erscheinen einer Ausgabe, beginne ich zu überlegen, was ich in der nächsten schreiben könnte. Dieses Mal stand da „Strahlkraft“. Mich überfiel kurz ein Anflug von verzweifeltem Black-out.

„Da fällt mir nichts ein, blödes Thema“ waren die ersten Gedanken.

Mein Mann war mir in diesem Fall auch keine Hilfe. Auf die Frage, was ihm zum Thema Strahlkraft einfiel, sagte er nur: „Atomenergie“. Und so tat ich, was ich eigentlich von Beginn an hätte tun sollen – ich fragte meinen himmlischen Vater, ob er eine Idee hätte. Die Antwort kam prompt.

Vor meinem inneren Auge sah ich eine kleine Lady aus Nepal, Sita.

Sita, eine Frau mit wunderschöner, karamellfarbener Haut, schwarzen Augen, die grauen Haare hochgesteckt. Eine schöne Frau. Mitte 70. Als ich sie zum ersten Mal traf, trug sie einen bunten Sari und darüber eine dicke Strickjacke. Es war Spätwinter in Nepal und am Abend, bei nur 23 Grad musste man sich schon warm einpacken. Sita war die nepalesische Großmutter meiner Tochter, die für neun Monate in Nepal war und mit ihr zusammenarbeitete. Sie hatte uns zum Essen eingeladen.

Als erstes fielen mir die strahlenden Augen auf. Augen, aus denen mir Jesus entgegenblickte. Sie hatte noch nichts gesagt, aber es war eine Ausstrahlung, die mich umwarf. Ein Blick voll Güte. Ein Blick, geprägt von der Liebe zu unserem gemeinsamen himmlischen Vater und den Menschen. Da standen sich zwei Frauen gegenüber, die sich noch nie gesehen hatten und es war von Anfang eine Verbindung da. Sita begrüßte uns und wir bekamen einen gemusterten Schal umgehängt. Noch heute hängt er in meinem Büro.

Sie ließ uns in der Obhut ihres Mannes. Er hatte Mühe zu gehen. Die Parkinsonkrankheit machte ihm zu schaffen. Außerdem waren ihm seine Beine gebrochen worden. Er war lange in Indien als Missionar unterwegs gewesen, hatte 200 Gemeinden gegründet und war dafür mehrmals ins Gefängnis gekommen und misshandelt worden. Jetzt, mit über 80 Jahren, war er ein Mann, der immer noch für Jesus brannte. Während seine Frau das Essen vorbereitete machte er mit uns eine Spontanbibelarbeit.

Dann wurde das Essen serviert und es war grandios. Mehrere Gänge mit viel Liebe zubereitet. Eigentlich hatte ich mir, nachdem ich den Fleischmarkt in Pokhara gesehen hatte, fest vorgenommen, in diesem Urlaub streng vegetarisch zu leben. Aber bei Sita aß ich Hähnchen, wusste ich doch, dass es eine besondere Ehre war, Fleisch zu bekommen. Sie erzählte von ihrem Leben und ihrer Arbeit. Im hohen Alter hatte sie noch eine Arbeit unter Frauen begonnen. Bei ihr konnten Frauen aus Bergdörfern die Grundbegriffe des Nähens lernen und wurden gleichzeitig im Glauben unterrichtet. Nach ein paar Monaten gingen die Frauen wieder in ihre Bergdörfer zurück. Sie hatten ein Handwerk, das ihnen ihren Lebensunterhalt sicherte und waren im Glauben gestärkt worden.

Als es Zeit war zu gehen, betete Sita noch für uns. Sie meinte, Europäer würden manchmal das nepalesische Essen nicht vertragen und hätten anschließend Durchfall. Deshalb wolle sie noch für uns und unsere Gesundheit beten. Ich hatte die nächsten vier Tage Verstopfung!

Sita strahlte Schönheit aus. Eine Schönheit, unabhängig von gängigen Schönheitsidealen. Die Schönheit der Liebe zu Gott. Zufriedenheit und Gelassenheit. Da waren Wärme und Interesse an Menschen. Sie hatten kein einfaches Leben und doch war das Ja zu ihrem Weg. Und trotz des Alters eine unbändige Lebensfreude und Neugier. Die Kraft, die sie hatte, setzte sie für Jesus ein.

Sie hatte sich meiner Tochter angenommen und sie unterstützt. Sie war ihre nepalesische Großmutter geworden. So was beruhigt sehr, wenn man wieder zurückfliegt und die Tochter in der Ferne lässt.



Regina Autenrieth  
SV-Bezirk Ulm

Illustration: © Designed by macrovector/freepik

Sita





# Spiegelung

Spiegelung

*Wir alle aber spiegeln mit aufgedecktem Angesicht die Herrlichkeit des Herrn wider, und wir werden verwandelt in sein Bild von einer Herrlichkeit zur andern von dem Herrn, der der Geist ist. 2. Kor. 3,18*

Heilw' der der Geist ist' 2' kor 3'18  
 Herrlichkeit zur andern von dem  
 verwandelt in sein Bild von einer  
 der Herrlichkeit wider' und wir werden  
 verwandelt in sein Bild von einer  
 Herrlichkeit zur andern von dem  
 Herrn, der der Geist ist.

*Immer mehr von dir, immer mehr,  
 immer mehr sein wie Du, immer mehr ...*

Dieses Lied von Lothar Kosse aus dem Jahr 1991 habe ich seinerzeit häufig gesungen. Ein Lied, das die Sehnsucht ausdrückt, Gottes Wesen immer mehr widerzuspiegeln. Diese Sehnsucht wird im Lied als hoffnungsvolles Gebet formuliert, denn wir können sein Wesen nicht selber in uns hervorbringen. Es ist und bleibt ein Geschenk, etwas, nach dem wir uns nur ausstrecken und das wir nur empfangen können. „Denn die Liebe Gottes ist ausgegossen in unsere Herzen durch den Heiligen Geist, der uns gegeben ist.“ (Rö.5,5)

Ich frage mich, wie sehr wir diesen Zusagen Glauben schenken oder wie stark sie in uns als Gewissheit leben. Versuchen wir nicht oft, mehr oder weniger krampfhaft, eine „christliche“ Ausstrahlung zu haben? Kann ich darauf vertrauen, dass er immer da ist, wo ich bin, in jeder Begegnung, an jedem Ort, und dadurch sein Wesen aus mir herausstrahlt, eben weil er in mir lebt? Ich glaube, das könnte viel verändern...

Die Strahlkraft, die Jesus verbreitet hat, als er hier auf der Erde war, muss eine geradezu magnetische Wirkung gehabt haben. Große Menschenmengen strömten zu ihm, um ihn zu hören. Menschen haben seine Nähe gesucht, wollten ihn berühren. Etwas an ihm muss so ganz anders gewesen sein als das, was sie kannten.

Es muss die Liebe seines Vaters gewesen sein, die er ausstrahlte. In ihr war er geborgen. Aus dieser inneren Geborgenheit heraus redete und handelte er. Außerdem strahlte er diese unerschrockene Unangepasstheit aus. Er hatte keine Angst vor Auseinandersetzungen, fand darin immer klare Worte. Diese Stärke und Klarheit muss unglaublich attraktiv gewesen sein. Was die Menschen aber sicher am meisten anzog, war, wie er jeden Menschen, mit dem er zusammentraf, annahm und nicht verurteilte, wie er mit den Worten einlud: Kommt her zu mir, alle ihr Mühseligen und Beladenen! Und ich werde euch Ruhe geben (Matt.11,28 Elberfelder).

Es stellt sich die Frage, wie es Realität werden kann, dass sein Wesen, seine Ausstrahlung in mir zunehmen. Kann ich das selber wahrnehmen? Oder nehmen das nur die anderen wahr? Dazu fällt mir der Ausspruch von Johannes dem Täufer ein: „Er muss wachsen, ich aber muss abnehmen.“ (Joh.3,30 Luther 2017). Wir können es als Gebet umformulieren: Herr Jesus Christus, nimm mehr Raum in mir ein. Lass mehr von dir sichtbar werden.

König David beschreibt es so „Die auf ihn sehen, werden **strahlen vor Freude** und ihr Angesicht wird nicht schamrot werden.“ (Ps.34,6 Luther 2017). Zwei Merkmale nennt David, die in Menschen sichtbar werden, die auf IHN sehen. Offenbar sind das Merkmale, die man am Gesicht ablesen kann. Das finde ich sehr interessant. Wir wissen ja, dass wir deutlich mehr über unsere Mimik als über unsere Worte von uns mitteilen. „Sie strahlen vor Freude und ihr Angesicht wird nicht schamrot werden“, sagt David. Das bedeutet meines Erachtens nicht, dass ich immer fröhlich dreinschaue. Ich zumindest tue das nicht. Es kann auch nicht heißen, dass ich nicht auch mal rot werde, wenn mir etwas peinlich ist. Ein Strahlen vor Freude kommt von innen, aus dem Herzen, aus einem Herzen, das von Beschämung geheilt wurde, das göttlichen Trost erfahren hat.

Was „auf ihn sehen“ bedeutet, mache ich mir gerne an Sonnenblumen deutlich. Ich finde es beeindruckend, wie sie ihre „Gesichter“ zur Sonne drehen. Das können wir auch tun. Im Aaronitischen Segen heißt es: **Er lasse sein Angesicht leuchten über dir**. Wir können uns bildlich vorstellen, dass wir sozusagen im Lichtkegel Gottes stehen. Im Praktischen versuche ich es so umzusetzen: Ich meditiere Abschnitte aus den Evangelien, manchmal über mehrere Tage immer wieder den gleichen Abschnitt, versuche mich ganz in die Situation hineinzubegeben und zu beobachten, wie Jesus redet und handelt. Ich bitte ihn: Lass mich dir ähnlicher werden in deiner Sanftmut und deiner



Foto: © caroline-veronez/unsplash  
 Illustration: Designed by Freepik



Matthäus 5,14

*Ihr seid das  
 Licht der Welt –  
 wie eine Stadt  
 auf einem Berg,  
 die in der Nacht  
 hell erstrahlt,  
 damit alle es  
 sehen können.*



Psaln 34,6

*Die auf ihn  
 sehen, werden  
 strahlen vor  
 Freude und ihr  
 Angesicht wird  
 nicht schamrot  
 werden.*



Sprüche 4,18

*Aber der Pfad  
 der Gerechten ist  
 wie das glänzende  
 Morgenlicht,  
 heller und heller  
 erstrahlt es bis  
 zur Tageshöhe.*

Es ist wohltuend, Menschen zu begegnen, die unangeregt auf schwierige Situationen und Menschen reagieren. Man kann beobachten, wie sich ihre Gelassenheit auf andere überträgt. Das nenne ich positive Strahlkraft.

Während meiner langjährigen Mitarbeit bei Team F. Neues Leben für Familien darf ich immer tiefer verstehen lernen, was es heißt, mit sich selbst und anderen, sowie mit der eigenen Geschichte versöhnt zu leben. Versöhnt zu leben ist für mich zum Schlüssel für den Frieden meiner Seele geworden. Diesen Frieden möchte ich ausstrahlen und wünsche mir, dadurch andere Menschen zu segnen.

Gerne teile ich das folgende Gebet, das in mir entstanden ist, während ich diesen Artikel schrieb:

*„Jesus Christus,  
 ich will dein Licht verbreiten,  
 deine Gegenwart in mir feiern,  
 meinem Gegenüber Wärme schenken,  
 die Menschen mit deinen Augen sehen,  
 erst einmal lernen, sie wirklich anzusehen,  
 nicht durch sie hindurch oder über sie hinweg.  
 Lass dein Wesen in mir aufstrahlen  
 immer wieder, immer mehr.“*



Regina Kunze  
 SV-Zentrale

Klarheit. Oder ich gehe einfach nur in die Stille und bitte den Heiligen Geist, mir Jesus und das Kreuz vor Augen zu malen, um seine Hingabe besser verstehen zu können. Ich bete auch darum, dass er mein Herz von falschen oder verzerrten Bildern befreit, die ich vielleicht noch von ihm habe.

Wenn ich mich der Sonne aussetze, spüre ich ihre Strahlkraft. Ihre Wärme, ihre Strahlen dringen richtig in mich ein. Genauso möchte ich mich Gottes Licht und seiner Wärme aussetzen.

Gerhard Teerstegen hat es in seinem Lied: „Gott ist gegenwärtig“ so gebetet:

Du durchdringst alles; lass dein schönstes Lichte, Herr, berühren mein Gesichte. Wie die zarten Blumen willig sich entfalten und der Sonne stille halten, lass mich so still und froh deine Strahlen fassen und dich wirken lassen.

Wie die Sonne bewirkt, dass Blüten sich öffnen, kann Gottes Gegenwart bewirken, dass sich unser Herz in seinem Lichtkegel öffnet. Geöffnete Blüten verbreiten Schönheit und Farbigkeit. Geöffnete Herzen auch.

Menschen mit Strahlkraft strahlen Wärme aus, sie schaffen eine Atmosphäre, in der andere sich wohl fühlen, in der sie einfach sein dürfen. Ich bin gerne in der Nähe von Menschen, die authentisch sind, die also echt sind, zu sich selber stehen können mit ihren Stärken und Schwächen, die ihre Masken ablegen und sich verletzlich zeigen.



*Mir ging es wie vielen anderen Christen auch: Seit Jahren lebte ich mit Jesus und hatte ihm gedient, aber die anfängliche Leidenschaft und Begeisterung war abgeflaut. Das Herz brannte nicht mehr. Alltagstrott und Routine hatten sich eingeschlichen. Meine Beziehung zu Gott wurde förmlich, nüchtern, pflichtorientiert. Offensichtlich war das Feuer der ersten Liebe erloschen ...*

*Aber genau das wollte ich nie! Von Anfang meines Christseins an war mir der Vers aus Offenbarung 2,4 wichtig: „Aber ich habe gegen dich, dass du die erste Liebe verlassen hast.“ Immer wieder fragte ich mich sehr ernsthaft: Wie kann das Feuer der ersten Liebe wieder entfacht werden?*

## Mond oder

# Sonne?

Ich beschäftigte mich näher mit dem Text und dem ganzen Brief, den Johannes im Auftrag Jesu an die Gemeinde in Ephesus geschrieben hat (Offb.2,1-7). Dabei fiel mir auf, dass diese Gemeinde fast überall vorbildlich war. Da wurde gearbeitet und gedient, es herrschten Disziplin und Ordnung. In schwierigen Umständen blieb man standhaft und hielt durch. Jeder bemühte sich aufrichtig und brachte sich aktiv ein. Demgegenüber steht als einziger Tadel die Aussage, dass die Gemeinde die erste Liebe verlassen hat. Dass dieser Mangel allerdings äußerst gewichtig ist, sehen wir in Vers 5: „Bedenke nun, wovon du gefallen bist, und kehre um und tue die ersten Werke! Sonst komme ich rasch über dich und werde deinen Leuchter wegstoßen, wenn du nicht zu mir zurückkehrst!“

Gott richtete an diese Gemeinde einen leidenschaftlichen Appell, von Herzen umzukehren – zurück zur ersten Liebe. Ohne Umkehr wäre die Gemeinde in Gefahr, ihre Leuchtkraft, ihre göttliche Ausstrahlung zu verlieren. All das Gute, das Gott über dieser Gemeinde ausgesprochen hatte, konnte offensichtlich den Mangel, das Defizit, nicht ausgleichen. Immer deutlicher wurde mir: Ich musste diese Frage für mich persönlich klären: Was ist die erste Liebe? Und: Wie komme ich dahin zurück?

### Endlich kapiert: Sonne oder Mond?

In einer Zeit der Krise und geistlichen Neuausrichtung stellte mir Gott ein einfaches Bild vor Augen.

Wir sagen umgangssprachlich: Der Mond „scheint“. Aber eigentlich stimmt das gar nicht. Er „scheint“ nicht, sondern er „reflektiert“ – nämlich jenes Licht, das er von der Sonne empfangen hat. Der Mond hat kein eigenes Licht. Wie sehr er sich auch anstrengen mag, er kann kein Licht produzieren. Für sich allein ist er dunkel und kalt. Wenn er sich aber den Strahlen der Sonne aussetzt und diese weitergibt, leuchtet er hell in der Nacht.

Mir dämmerte es allmählich – ich bin ganz offensichtlich nicht die „Sonne“ – ich muss Liebe und Licht und Strahlen nicht selbst produzieren oder durch vertiefte Anstrengungen verstärken. Ich gleiche vielmehr dem Mond. Früher oder später komme ich immer an die Grenzen meiner Liebesfähigkeit. Gott ist die Sonne, der Ursprung der Liebe. Ohne seine wärmenden Strahlen herrscht in mir Dunkelheit und Kälte. Ich kann wahre Liebe nicht durch eigene Bemühungen und Werke hervorbringen! Ich bin als Gegenüber dafür geschaffen, sie aufzunehmen. Ich brauche beständig die göttliche „Bestrahlung“ seiner Liebe. Je mehr und intensiver ich davon empfangen, umso mehr werde ich befähigt, diese weiterzugeben.

Was also ist die erste Liebe? Es ist die Liebe Gottes, die Liebe des Vaters, offenbart in Christus, seinem Sohn. Es ist die Liebe, die uns zuerst liebt. Es ist die Liebe, die wir empfangen dürfen. „Wir lieben, weil er uns zuerst geliebt hat.“ (Joh.4,19). Also gilt: Seine Liebe ist die erste Liebe! Je mehr wir lernen, diese Liebe zu empfangen, umso mehr werden wir befähigt, ihn, uns selbst und andere zu lieben. Weil wir Geliebte sind, können wir diese Liebe auch weitergeben.

### Zurück zu ihm selbst

In unseren Beziehungen überfordern wir uns häufig. Unsere Partnerschaften und Ehen sind oft überfrachtet von unrealistischen Vorstellungen und Erwartungen. Der andere soll mir alles geben, wonach sich mein Herz im Tiefsten sehnt. Dadurch mache ich den anderen unbewusst zur „Sonne“ meines Lebens, zum Prinzen bzw. zur Prinzessin. Ich erwarte die erste Liebe, die bedingungslose und vollkommene Liebe von ihm. Oft sind Enttäuschung und Entfremdung die Folge und die Ehekrise nur eine Frage der Zeit. In Wirklichkeit ist auch der andere immer nur ein Mond. Zwei „unbeschiedene“ Monde zusammen aber machen die Sache nicht besser. Im Gegenteil, es kann noch kälter und dunkler werden.

Gott ist und möchte die erste Liebe sein – die wahre Quelle des Lebens. Demgemäß ist jede menschliche Liebe – inklusive der Liebe eines Ehepartners – bestenfalls die zweite Liebe. Je mehr wir auf der Ebene der ersten Liebe von Gott empfangen, desto besser können menschliche Beziehungen und Partnerschaften auf der Ebene der zweiten Liebe gelingen.

### Leistung oder Beziehung?

Zurück zum Sendschreiben an die Gemeinde in Ephesus. Die Christen dort hatten die erste Liebe verloren. Das kindliche Sich-beschenken-Lassen war verloren gegangen, das Leben aus dem Empfangen der Liebe Gottes, die vertraute Beziehung zum Herrn. Sie hatten die Quelle verlassen!

Stattdessen bewegten sie sich mehr und mehr auf der Ebene des Tuns und der eigenen Leistung. Ihre Treue und Standfestigkeit waren vorbildlich. Die Gläubigen kämpften mit unermüdlichem Einsatz und zeigten große Leidenschaft. Das Gemeindeleben funktionierte. Doch sie waren in großer Gefahr. Gottes Zurechtweisung in dieser Situation zielt

also nicht auf noch mehr Mühe und Arbeit, nach dem Motto: „90 % bei euch sind okay, aber wenn ihr euch noch ein bisschen mehr anstrengt, könnt ihr die 100 % erreichen!“ Ihr Problem war nicht auf der Seite der Leistung, sondern der Beziehung, nicht auf der Seite des Gebens, sondern des Empfangens.

Der Ruf zur Umkehr in Offenbarung 2,5 („Bedenke nun, wovon du gefallen bist, und kehre um“) bedeutet einen Ruf zurück zum kindlichen Empfangen der ersten Liebe, zurück zum Vaterherzen Gottes, zurück zu einer Liebesbeziehung mit Jesus, zurück zu ihm selbst!

Gott ist mein Herz und meine Beziehung zu ihm wichtiger als mein Tun und mein Dienst. Zuerst will er uns mit seiner Liebe sättigen – und immer wieder will er das tun. Wir können nur geben, was wir zuvor empfangen haben! Wenn wir auf Dauer aus leerem Herzen und eigener Anstrengung dienen, werden wir müde und brennen aus. Beschenkt mit der ersten Liebe, wird unser Leben dagegen immer mehr zu einem Ausdruck unserer innigen Beziehung mit ihm.

### Geliebte können lieben!

Ich begriff immer mehr, dass hier die Ursache und Quelle liegt: Erst Geliebte können wirklich lieben! Unser Leben und Dienen steht und fällt mit dieser ersten Liebe von Gott selbst. Sie ist der Fels in der Brandung. Wir brauchen sie so dringend wie die Luft zum Atmen. Sie entfacht in uns das Feuer für ein leidenschaftliches und hingeebenes Leben mit Gott. Je mehr wir diese Liebe empfangen, umso mehr können wir sie weitergeben.

Manfred Lanz: Mond oder Sonne  
In: Aufatmen 2/2010, SCM Bundes-Verlag, Witten,  
www.aufatmen.de



Foto oben: © freepik,  
Foto unten: © drew-tilk/unsplash



Als ich mit sieben Jahren Jesus in mein Herz eingeladen hatte, war die erste Zeit voller Freude für mich. Nach und nach wurde der Weg mit Gott aber immer beschwerlicher. Doch ich war überzeugt, den richtigen Weg zu gehen. Als ich dann Mitte zwanzig war und Menschen zu Jesus führen wollte, hatte ich keine Erfolge, im Gegenteil. Immer wieder sagten sie: „Ich habe schon ohne Jesus genug Probleme.“ Ich klagte dem Herrn meine Not und fragte ihn: „Was ist das Problem?“ Er meinte nur: „Die Verpackung stimmt nicht!“

Und sofort war mir klar, dass es mit mir und meiner Ausstrahlung zu tun hatte. Ich habe ihn daraufhin gebeten, an der Verpackung zu arbeiten und mich von allem zu befreien, was seinem Wirken entgegenstand. Es dauerte einige Jahre, bis meine Ausstrahlung sich so verändert hatte, dass andere Menschen das haben wollten, was ich hatte. Während dieser Zeit lernte ich, in ständiger Verbindung mit Jesus und seinem Wort zu leben, und ich bin immer noch damit beschäftigt, denn der Feind möchte uns permanent ablenken und unseren Blick von Jesus wegziehen.

## Lebe mit einer neuen Ausstrahlung

David hatte eine besondere Wirkung und Anziehungskraft auf Menschen; sie wollten ihm gerne folgen. Menschen aus verschiedenen Gesellschaftsschichten verließen und riskierten alles, um in Davids Armee zu dienen. „Jeden Tag stießen weitere Männer zu David, bis er über ein riesiges Heer verfügte, groß wie das Heer Gottes.“ (1.Chr.12,23)

Was war sein Geheimnis? David war bestimmt ein lebendiger, charismatischer und respektabler Führer. Aber die Antwort liegt tiefer. Ich denke, dass die Menschen letztlich dadurch angezogen waren, dass Gott mit David war.

„Da kam der Geist über Amasai und sagte: „Wir gehören zu dir, David! Wir stehen auf deiner Seite, Sohn Isais. Friede und Wohlergehen dir und Friede allen, die dich unterstützen, denn dein Gott hilft dir!“ Da nahm David sie auf und machte sie zu Anführern seiner Truppen.“ (1.Chr.12,19)

Amasai und andere Männer konnten sehen, dass Gott David half, dass er ihn unterstützte. Und das veranlasste sie dazu, sich ihm anzuschließen.

Alles verändert sich, wenn Gott mit dir ist; die Menschen um dich herum können sein Wohlwollen auf deinem Leben sehen. Sie fühlen sich angezogen von Leuten, bei denen sie Veränderung durch das Wirken des Heiligen Geistes erkennen und auf denen sie die Kraft Gottes spüren.

Mose hatte eine besondere Ausstrahlung, nachdem er Zeit mit Gott verbracht hatte. Sein Gesicht war so strahlend, dass er einen Schleier benötigte:

„Mose verhüllte sein Gesicht mit einem Tuch. Doch jedes Mal, wenn er das Heiligtum betrat, um mit dem Herrn zu reden,

nahm er das Tuch von seinem Gesicht, bis er wieder herauskam. Dann teilte er den Israeliten mit, was der Herr ihm befohlen hatte, und sie sahen wieder das Leuchten auf seinem Gesicht. Danach verhüllte er sein Gesicht wieder mit dem Tuch, bis er erneut hineinging, um mit dem Herrn zu sprechen.“ (2.Mo.34,33-35)

Auch Petrus und Johannes beeindruckten die jüdischen Leiter mit ihrer besonderen Ausstrahlung, obwohl sie doch „einfache“ Männer waren:

„Die Mitglieder des Hohen Rats waren erstaunt, wie furchtlos und sicher Petrus und Johannes sprachen, denn sie konnten sehen, dass sie ganz einfache Männer ohne besondere Bildung waren. Außerdem wussten sie, dass diese Männer dem engsten Kreis um Jesus angehört hatten.“ Apg.4,13

Gibt es bei dir Anzeichen, dass du mit Jesus unterwegs bist? Dass du Zeit mit ihm verbringst? Dass er dein Freund ist?

Gib dich nicht mit oberflächlicher Religion zufrieden! Begib dich immer wieder in Jesu Gegenwart. Sprich mit ihm, höre auf seine Stimme und gehorche. Hab Gemeinschaft mit ihm und lies in seinem Wort. Erlaube ihm, dich in seiner Gegenwart zu verändern, sodass andere diese Veränderung bemerken. Es geht nicht darum, dass Menschen auf dich aufmerksam werden – sie sollen den Vater im Himmel sehen. Deine Ausstrahlung weist auf ihn hin; sie wollen dann das bekommen, was du hast!

Maria Luise Prean-Bruni: „Komm in deine Bestimmung“ Seite 149ff | 2014, SCM R.Brockhaus im SCM-Verlag, www.scm.edien.de

Foto: © julia-caesar/unsplash

## Auf die Beine gebracht

### EINE BEGEGNUNG MIT FOLGEN.

Er sitzt unbeachtet auf den Stufen am Bahnhofsvorplatz. Wenn Menschen ihn ansehen, kann er diese Mischung aus Verachtung und Furcht spüren. Er ist einer von den offensichtlichen Wracks, die sich auf solchen Plätzen einfinden. Wenig Hoffnung – worauf auch?

In einiger Entfernung tauchen ein paar Menschen auf, die sich zusammenstellen und singen. Er hat Zeit, also hört er hin. Auf einmal wird er ganz Ohr, denn da spricht jemand in seiner Sprache. Auf Russisch hört er von Gott, von Jesus, von guter Botschaft für Menschen im Abseits, von Vergebung und Neuanfang. Die Worte dringen tief ein in sein Inneres, berühren Wunden seiner Seele. Sehnsucht lebt auf. Der Mann rappelt sich auf und geht auf den Sprecher zu. Auf Russisch spricht er den Christen an. Dieser fällt aus allen Wolken. Sollte Gott tatsächlich seine wenigen Sätze gebraucht haben? Als er zuvor vom Pastor aufgefordert wurde, in Russisch zu sprechen, war er ungläubig zurückgetreten: „Warum das denn? Hier und jetzt?“ Doch dann hatte er sich einen Ruck gegeben. Und jetzt? Jetzt steht vor ihm ein Mensch, den diese kurze Rede „auf die Beine gebracht hat“. Ein Mensch, der zutiefst nach Gott fragt. Mitten auf dem betriebsamen Bahnhofsvorplatz wird aus dem Gespräch der beiden Männer nun ein Neuanfang, ein Heilwerden, ein Start mit und für Jesus, den Retter der Welt.

Mich erinnert diese Geschichte an Gottes Einsatz in Bethlehem. Mit Verachtung und Furcht wurden die Hirten damals angesehen. Das emsige Leben im Ort lief an ihnen weitgehend vorbei. Doch dann kommt ganz überraschend die Gegenwart Gottes gerade zu ihnen – und leuchtet ihr Dasein aus. Worte werden gesprochen. Worte, die in ihnen zünden. Worte, die sie auf die Beine bringen: „Euch ist heute der Retter geboren!“ Sie gehen und sehen. Es ist wirklich wahr! Unbeachtet von vielen, aber ganz klar für sie. Und dann werden sie zu Botschaftern des Weihnachtsgeschehens, verbreiten das Wort. Gehört, gesehen, erlebt. Sie starten eine Bewegung, die bis heute anhält.

Eine Bewegung von „Wortverbreitern“, von „Goodnewsern“ (Gutbotschaftern). Menschen, die einen „Mutausbruch“ wagen, sich auf den Weg zu anderen machen – und z. B. am Bahnhofsvorplatz in Deutschland eine kurze Rede in Russisch halten und erleben, dass diese alte Weihnachtsbotschaft auch heute Menschen „auf die Beine bringt“, sie in die Gegenwart Gottes führt. Gerne möchte ich den Hirten folgen, aus der Jesusbegegnung heraus ein Wortverbreiter sein. Russisch kann ich nicht, als wirksamer Bahnhofsvorplatzredner sehe ich mich auch nicht. Aber die Weihnachtswirklichkeit zur Sprache bringen – das möchte ich. Und wenn ich zumindest die Worte anderer gebrauchte, z. B. durch ein Buch oder eine Weihnachtskarte, die ein gutes Wort von Gott enthält.

Traugott Hopp: Auf die Beine gebracht  
In: ethos 12/2019, Schwengeler Verlag AG, www.ethos.ch

Foto oben: © kai-pilger/unsplash  
Foto unten: © Leroy Skalstad/Pixabay  
Illustration: © freepik



## Epignosis:

## Herzwissen

ÜBER DEN UNTERSCHIED ZWISCHEN  
BIBLISCHEM KOPFWISSEN  
UND ECHTER OFFENBARUNG

Gott begegnen, das kann man nicht machen. Gottes Stimme hören, das wird einem geschenkt. So sitze ich hier, vor mir aufgeschlagen das einzige Buch, das mich auf meiner Reise begleitet: das Neue Testament. Meine Augen gleiten über eine Seite. „Am nächsten Morgen ging Jesus wieder weiter.“ Meine Aufmerksamkeit sinkt in diesen Satz, der plötzlich einer Tür gleicht, die sich nach innen öffnet. An diesem Abend erfuhr ich, was es heißt, dass Gott mich durch sein Wort anspricht.

Was ist mit diesem Satz, dass er mich festhält? Hier sitze ich, müde, am Ende der Welt im Wasserpfeifendampf und lese von Jesus. Von dem Mensch gewordenen Gott, der zu Fuß geht. Von dem Mensch gewordenen Gott, der staubige Wege zwischen unbedeutenden Weilern im Nahen Osten zurücklegt, um zum nächsten kleinen Anwesen zu gelangen. Weil dort einige Menschen leben, fünf oder neun Familien. Ungewaschene Kinder und Ziegen auf der Straße. Ackernde Männer und stillende Frauen, ungebildet. Und „am nächsten Tag ... wieder“. Das alles war keine einmalige Aktion. Kein solidarischer und publikumswirksamer Besuch eines Stars im Katastrophengebiet. Es war nur ein weiterer Tag. Ein weiterer beschwerlicher Fußmarsch. So wie jeden Morgen.

Was geschieht mit mir, während ich dort sitze? Ich verstehe es nicht. Plötzlich ist dieser Mensch gewordene Gott mir so nah. *Jesus, wer bist Du, dass Du zu Fuß in staubige, unbedeutende Ortschaften wanderst, um mit einer Handvoll weiterer Menschen zu sprechen? Du, durch den alles erschaffen war ... Du, vor dem jedes Knie sich beugen wird ... von dem ich lese, dass die Fülle der Gottheit in ihm ist?!* Und während der Muezzin auf dem viel zu laut abgespielten Band krächzend aus dem Lautsprecher von einem Gott erzählt, der kein Menschsein kennt, begegne ich eben diesem Mensch gewordenen Gott, als sei er ein alter Bekannter, der sich an den Tisch des Fremden in der syrischen Wüste setzt. Ich verstehe plötzlich mehr – nein, ich fühle plötzlich mehr, was Liebe bedeutet. Ich fühle mich wie jemand, der gerade einer Person begegnet ist. Und während mir Tränen in die Augen steigen, wiederhole ich „am nächsten Morgen ging Jesus wieder weiter ...“ *Du gehst wieder weiter ... Jesus, Du gehst so weit, bis Du unbedeutende Menschen findest, denen Du begegnen willst ... Jesus, Du gehst so weit, um mich zu finden.*

## Begegnung am Ende der Welt

*Irgendwo in der syrischen Wüste, Herbst 1999: Manche Momente des Gebets vergisst man nie. Zum Beispiel diesen, als die Nacht über die Wüste hereinbricht. Überraschend schnell wird es kalt, ich fröstele. Ich bin müde von einem anstrengenden Tag. Der lärmende Busbahnhof in Damaskus. Dann die stundenlange Busfahrt. Eine Panne. Warten am Straßenrand, umgeben von weißem Sand, Geröll und staubiger Hitze. Nun ist es spät. Ein alter Geländewagen poltert vorbei, neben mir blubbern die Wasserpfeifen der alten Männer. Der Geruch von Kardamom, süßem Wasserpfeifenrauch und Benzin. Das Leben macht die Lichter aus und ich sitze am Ende der Welt in einem Cafe.*

## Erleuchtete Augen

Ich habe unterscheiden gelernt an diesem Abend zwischen Wissen und Begreifen. Denn ich hatte diese Bibelstelle schon öfter gelesen. Und doch hatte sich an jenem Abend in der Wüste etwas verändert. Ich werde diese Bibelstelle nie wieder mit denselben Augen lesen wie zuvor. Ich habe unterscheiden gelernt zwischen Kopfwissen und Herzwissen. Und ich habe gelernt, dass ich viel zu viel vom ersten und noch viel zu wenig vom zweiten habe.

Die Sprache des Neuen Testaments kennt zwei Ausdrücke – „Gnosis“ und „Epignosis“ –, die in den deutschen Übersetzungen mit „Erkenntnis“ wiedergegeben werden. Und doch bedeuten sie nicht dasselbe. „Gnosis“ meint eine gewisse intellektuelle Einsicht oder Erkenntnis. Eine solche kann positiv sein, kann aber auch aufgeblasen machen (1.Kor.8,1). Paulus verwendet darüber hinaus auch das Wort „Epignosis“, also das Wort Gnosis verstärkt durch das Präfix „epi“, das eigentlich „über“ oder „an“ bedeutet. Bei dieser Art von Erkenntnis handelt es sich um etwas, das nicht in erster Linie mit intellektuellen Fähigkeiten zu tun hat, sondern mit Offenbarung. Es bedeutet, dass es einen Gott gibt, der etwas von sich selbst zeigt. Bei rein verstandesmäßiger Erkenntnis ist das Ausschlaggebende der Verstand der erkennenden Person. Bei Epignosis jedoch ist es entscheidend, dass Gott etwas offenbart.

„Deshalb höre auch ich, nachdem ich von eurem Glauben an den Herrn Jesus und von eurer Liebe zu allen Heiligen gehört habe, nicht auf, für euch zu danken, und ich gedenke eurer in meinen Gebeten, dass der Gott unseres Herrn Jesus Christus, der Vater der Herrlichkeit, euch gebe den Geist der Weisheit und Offenbarung in der Erkenntnis seiner selbst.“ Eph.1,15-17  
Das Wort, das Paulus an dieser Stelle verwendet, heißt Epignosis. Was kennzeichnet diese Art der Erkenntnis?

**1.** Erkenntnis „seiner selbst“ – d.h., dabei wird Gott selbst erkannt, nicht nur irgendwelche interessanten Fakten. Erstaunlich, dass eine solche Erkenntnis offensichtlich im Rahmen des für Menschen Möglichen liegt!

**2.** Erkenntnis geschieht durch den „Geist der Weisheit und Offenbarung“ – vom Heiligen Geist vermittelt, nicht vom menschlichen Intellekt allein.

**3.** Erkenntnis, die sich offensichtlich nicht einfach in Worte kleiden lässt. Sonst könnte Paulus schreiben: „Ich möchte euch Erkenntnis von Gott vermitteln, deshalb erkläre ich euch jetzt

alles, was in diesem Zusammenhang wichtig ist.“ Paulus glaubt, dass man solche Erkenntnis nur von Gott erbitten kann.

„Er erleuchte die Augen eures Herzens, damit ihr wisst, was die Hoffnung seiner Berufung, was der Reichtum der Herrlichkeit seines Erbes in den Heiligen und was die überragende Größe seiner Kraft uns, den Glaubenden, ist, nach der Wirksamkeit der Macht seiner Stärke.“ Eph.1,18-19

Wow, irgendwie klingt das alles ganz schön kompliziert und groß. Doch sehnen wir uns nicht gerade danach? Erleuchtete Augen zu haben? Die riesige Herrlichkeit von dem zu erkennen, was wir in Jesus erben können? Die Größe seiner Kraft? Die unermessliche Hoffnung, die in ihm ist?

Ich glaube, dass Gott möchte, dass wir einen Zugang zur Bibel finden, durch den vieles von dem, worum Paulus hier bittet, für uns real wird. Gott will unsere Herzen erleuchten, er will uns große Dinge zeigen. Ich glaube, dass Gott regelmäßig auf ganz persönliche Weise zu uns durch sein Wort sprechen möchte, so wie er es zum ersten Mal in der Wüste mit mir getan hat.

Theoretisch weiß jeder Christ, dass Jesus am Kreuz für uns gestorben ist und dass Jesu Blut uns vor Gott gerecht macht. Aber unser Leben ist meistens trotzdem davon geprägt, dass wir uns super fühlen, wenn wir es richtig gemacht haben und niedergeschlagen sind, wenn wir es falsch gemacht haben. Tief in unserem Inneren gibt es eine Stimme, die sagt: „Gott mag dich nur, wenn Du immer gut und christlich lebst.“ Und wenn wir unseren hohen Idealen nicht gerecht werden, vermuten wir tief im Inneren, dass Gott enttäuscht von uns ist. Ist das nicht erstaunlich? Hätten wir wirklich verstanden, dass Jesus für uns am Kreuz gestorben ist und Gott uns bedingungslos liebt – müsste unser Leben, müsste unsere Gefühlswelt dann nicht völlig anders aussehen?

Fortsetzung &gt;



Es ist eine Sache, zu wissen, was Afrika ist. Und eine andere, schon einmal dort gewesen zu sein. Wir alle kennen die Botschaft Jesu Christi. Doch kennen wir sie wie ein Land, über das wir viel gelesen haben, oder waren wir selbst dort? Das Verwirrende ist: Ob man schon einmal in Afrika war oder nicht, unterscheidet sich nicht an den Sätzen, die man sagen kann. „Afrika ist ein Kontinent“ und „in Afrika leben Elefanten“ sind wahre Sätze, egal, ob man wirklich weiß, wovon man spricht. Wir haben gelernt, religiöse Sätze dieser Art zu bilden. Sätze, die unser Leben nicht verändern und unser Herz nicht berühren. Kopfwissen.



### Nicht übertragbar – aber ansteckend

Im Laufe der Jahre konnte ich immer wieder Erfahrungen wie jene in der Wüste machen: Gott erleuchtet meine Augen für eine bestimmte Bibelstelle, er lässt mich plötzlich etwas erkennen, was ich bei den fünfzig vorigen Malen nicht erkennen konnte. Bei solcher Offenbarung (Epignosis) wird aus Kopfwissen Herzwissen. Folgendes fiel mir dabei auf:

#### 1. Epignosis ist nicht übertragbar.

So wie die törichten Jungfrauen im Gleichnis das Öl für ihre Lampen selbst kaufen und nicht von den Gefährtinnen leihen können, so kann man sich nur selbst seine eigene Epignosis erfahren.

Ich erlebe es immer wieder. Am Telefon erzählt mir ein Bekannter begeistert, was er Neues in der Bibel entdeckt hat. „Verstehst du? Christus lebt in mir!“ erläutert die enthusiastische Stimme mir Galater 2,20. Nun, ich kenne diese Stelle auch, doch die Begeisterung mag nicht überspringen. Das ist seine Epignosis – ich muss meine eigene finden!

#### 2. Epignosis ist ansteckend.

Nichts ist so ansteckend wie ein Mensch, der Gott begegnet ist. Es gibt ein geheimnisvolles Sinnesorgan im Menschen. Dieses Sinnesorgan nimmt wahr, ob man Authentisches berichtet oder Angelesenes. Ich habe es in der Jugendarbeit immer wieder erlebt:

Zuhörer haben ein exzellentes Gespür dafür, ob ein Leiter, ein Prediger oder Elternteil wirklich lebt und wirklich glaubt, was er/sie sagt oder nicht. Die Augen beginnen zu leuchten.

#### 3. Epignosis ist nicht machbar.

Ein persönliches Erlebnis mit der Bibel ist nicht produzierbar. Und doch gibt es Dinge, die mich in eine Position bringen, in der ich offen bin:

**Zeit.** In den seltensten Fällen begegnet mir Gott in den ersten Minuten mit dem Wort Gottes. Es bedarf (zumindest bei mir) normalerweise mindestens 30 Minuten, um abzuschalten und bei Gottes Wort anzukommen.

**Fasten und Gebet.** Durch einen von Fasten und Beten geprägten Lebensstil beweist man Gott nicht, dass man es ernst meint. Sondern er verändert das Herz und macht es aufnahmebereit. Ich kann nicht genau sagen, woran es liegt. Doch wer fastet, verspürt nach und nach mehr Hunger nach dem Wort Gottes. Und: Gott liebt es, ihn zu stillen.

**Beim Lesen der Bibel das Gespräch mit Gott suchen.** Wann immer du zu einer Aussage kommst, die dir etwas über Gott sagt, die dich also einlädt, etwas zu glauben, oder zu einer Aussage, die dich auffordert, etwas zu tun, dann mach eine Pause und sprich mit Gott darüber. Du wirst merken, wie diese simple Methode hilft, das Wort Gottes in dein Herz einzuschreiben. Es passiert unglaublich viel mehr, als wenn man nur biblische Information konsumiert. Sehr hilfreich ist es auch, wenn du deine Ideen und Gebete in ein Heft schreibst. Du wirst beeindruckt sein, wenn du nach drei Monaten überprüfst, was mit deinem Herzen passiert ist.

Dr. Johannes Hartl: Epignosis: Herzwissen  
In: Aufatmen 2/2013, SCM Bundes-Verlag,  
Witten, www.aufatmen.de

Foto: © kiwihug/unsplash

Wenn Du dieses Wort hörst:

# Strahlkraft

– was verbindest Du damit?  
Wer kommt Dir dann  
in den Sinn?

Als ich ungefähr 25 Jahre alt war, half ich bei einer Hochzeit in der Küche. Stundenlang wurde vorbereitet, angerichtet, gespült. Ihr kennt das ... Ich kannte niemanden von den anderen. Aber eine Frau war besonders. Nicht sonderlich extrovertiert oder unterhaltsam, sondern angenehm ruhend in dem ganzen Gewirbel. Anderen zugewandt. In Gesprächen, die ich so am Rande mitbekam, weise – und irgendwie strahlte sie, ohne dauernd zu lächeln.

Wie beschreibt man einen Menschen, der Strahlkraft hat? Noch heute (und das war vor 15 Jahren) ist mir die Art dieser Frau vor Augen und wenn ich in Küchen mit-helfe, denke ich an sie.

Später las ich einen Artikel, den die Frau mit Strahlkraft, der ich in dieser heißen Küche zwischen schmutzigen Tellern begegnet bin, geschrieben hatte. Ich wusste nicht, dass sie schrieb und Referentin war. In dem Artikel ging es um ihre Nähe zu Gott und um ihre Art, diese Nähe zu Gott in ihrem Alltag zu leben. Ich dachte: „Genau das hat man ihr abgespürt!“. Ein geredet sein, Gottesnähe, ausgehender Segen.

Hat man Strahlkraft? Ist es etwas, das man besitzen kann? Ich würde sagen: eher nicht. Es ist etwas, das durch Reifeprozesse entsteht. Ein Reifeprozess, der unter den liebenden Augen Gottes stattfindet.

• Dort, wo man die eigenen Schwächen nicht vertuschen muss oder unfähig bleibt, sich mit ihnen auseinanderzusetzen. Sondern wo man über sich dazu lernt und lernt, seine Grenzen zu umarmen.

„Herr, schenke meinen Grenzen Frieden.“ Ps.147,14

• Dort, wo man sich mit Werten auseinandersetzt. In Krisenzeiten und guten Zeiten. An wem oder was orientiere ich mich? Was soll in meinem Leben zum Ausdruck kommen? Im Alltag von Menschen mit Strahlkraft drücken sich ihre Werte aus. Nicht durch Worte, sondern durch ihre Art zu leben.

• Dort, wo Dankbarkeit spürbar ist. Eine 80jährige Frau mit Strahlkraft sagte mal zu mir: „Ich lass die Perlen meines Lebens immer wieder in meinen Gedanken aufleuchten.“ Was für ein wunderschöner Satz und wie wertvoll, sich der Fülle des eigenen Lebens bewusst zu sein. Und sich eben nicht leiten zu lassen von all den Dingen, die nicht da sind, wo wir Defizite spüren, uns etwas anderes wünschen. Dankbar zu sein mit all den unerfüllten Wünschen.

Aber vielleicht sind diese gedanklichen Ansätze wieder viel zu sehr ein „Tun“, ein „machen wollen“. Die bekannteste Bibelstelle zu einer Person, von der Strahlkraft ausging, ist wohl in 2. Mose zu finden. Da heißt es: „Er wusste aber nicht, dass sein Gesicht leuchtete, weil er mit dem Herrn gesprochen hatte.“ 2.Mo34,29. Mose hatte eine Begegnung mit Gott und strahlte aus, was von Gott kommt.

„Ich will Dich segnen und Du sollst ein Segen sein.“ So heißt es an anderer Stelle. Mit Gott Beziehung leben, fernab von Gemeinde und Veranstaltungen, sondern persönlich und echt. Um die eigene Quelle wissen und diese Beziehung bewusst gestalten. Das verbindet die Menschen mit Strahlkraft, die ich kenne und in deren Gegenwart ich gerne bin. Strahlkraft kommt aus der Verbindung mit dem, dessen Liebe Glanz in dieser Welt ist. Aus einem Gebet, das nach dem Amen nicht endet.

An dieser Stelle möchte ich gerne Christina Brudereck zitieren:

„Beten braucht ein paar Tugenden. Regelmäßigkeit, Pünktlichkeit, Ausdauer. Beten ist ein Stück Arbeit. Er braucht die Rituale, feste Zeiten, verbindliche Verabredungen, gewisse Punkte im Alltag. Dann wird die Meditation, das Schweigen zu einer Übung, die nach dem Morgen weitergeht durch den Tag. Jede Stunde ist sozusagen eine Verlängerung des Gebetes, und die Übung der Aufmerksamkeit und der inneren Ansprechbarkeit geht weiter im Alltäglichen.“ (Ankommen wo ich geborgen bin)

Vielleicht denkt jemand beim Wort Strahlkraft an Dich.



Lissy Schneider  
SV-Bez. Schorndorf

## IMPRESSUM

**Herausgeber:**  
Süddeutscher Gemeinschaftsverband e.V.  
(innerhalb der ev. Landeskirche)  
Kreuzbacher Straße 43c  
70372 Stuttgart-Bad Cannstatt  
Tel. 0711 / 54 99 84 10  
Fax 0711 / 54 99 84 55  
E-Mail: zentrale@sv-web.de

**Redaktionsteam:**  
Stefanie Rau, Diane Mittenentzwei  
+ SV-FrauenArbeitsTeam

**Grafische Gestaltung:**  
Bärbel Schneider, 89143 Blaubeuren

**Auflage:** 1200 Exemplare  
**Bezugspreis:** kostenlos  
**Erscheinungsweise:** 2x jährlich  
**Thema der nächsten Ausgabe:** Versöhnung  
**Bestellungen/Adressänderungen an:**  
Stefanie Rau, Julius-Motteler-Str. 2, 73728 Esslingen,  
Tel. 0711 / 316 48 83 | Stefanie-Rau@gmx.de

**Bankverbindung:**  
SV-Förderstiftung Stuttgart

**Projekt-Nr. 90013 Frau aktiv**  
IBAN: DE85 5206 0410 0000 4199 40  
BIC: GENODEF1EKT

**www.sv-web.de**

## Lesenswerte Bücher zum Thema

Außerdem findest du auf unserer Website passend zum Thema des Heftes weiteres Bonusmaterial.

Schau doch mal rein:  
[www.sv-web.de/leben-erleben/frau-aktiv](http://www.sv-web.de/leben-erleben/frau-aktiv)



Sue und Larry Richards  
**Alle Frauen der Bibel: ihre Geschichte, ihre Fragen, ihre Nöte, ihre Stärke**  
Brunnen-Verlag

Eva-Maria Admiral  
**Schön ohne aber: Wie wir von Körperhass zu Körperliebe finden**  
SCM Hänssler

Dania König  
**Deine Seele will leuchten: In der Weihnachtszeit Wundern begegnen**  
Gerth Medien

Esther Chang mit Eugene Bach  
**Die Schmugglerin des Lichts: Strahlen der Hoffnung im finstersten Land der Welt**  
Brunnen-Verlag

Elke Mölle  
**Erfüllt: Entdecke das Leben für das du gemacht bist**  
**Erfüllt – das Kleingruppenmaterial: Gemeinsam das Leben entdecken, für das wir gemacht sind**  
SCM R.Brockhaus

Illustration: © Designed by Freepik

## MEDIEN-TIPPS



# Die Welt braucht deine Stimme!



**E**s war der Geburtstag meiner Freundin Sally. Zu diesem Anlass hatte sie zum Karaoke-Abend eingeladen. Das klang für mich aber nach Spaß, schrägen Tönen und einem grölenden Publikum. Nun also sollte ich das alles zum ersten Mal live erleben. Und ich war vorbereitet.

Aufgewachsen mit den Tanzfilmen der 80er-Jahre liebe ich die Serie „Fame“. Wenn ich das Titellied höre, dann ist es um mich geschehen. Ich muss laut mitsingen und mache die merkwürdigsten Tanzbewegungen. Mit meiner Nichte und meinem Neffen bin ich dazu schon oft durchs Zimmer getanzt. Auch mein Mann weiß von meiner Begeisterung für dieses Lied, und als ich an dem Abend aufgeregt ankündigte, dass ich dazu Karaoke singen würde, meinte er etwas besorgt: „Aber bitte, blamier dich nicht total.“ Keine Ahnung, was er damit meinte.

Ich traf in dem gemütlich beleuchteten Gewölbekeller der Karaoke-Bar ein. Im Hintergrund lief irgendein bekannter Popsong, der mit gefühlvoller Stimme vorgetragen wurde. Ich umarmte und beglückwünschte meine Freundin und fragte sie aufgeregt: „Und? Wann beginnt die Karaoke?“ Lachend erwiderte sie: „Die hat schon begonnen!“ Was? Ich war fassungslos! Die Stimme, die klang, als wäre sie Teil der Musik im Hintergrund, wurde gerade live eingesungen! Danach kam ein junges Paar auf die Bühne, deren Stimmen genauso schön klangen. Dann kam Sally. Sie ist Musikerin und kann unglaublich gut singen. Alle lauschten gebannt. Es war wie ein kleines Privatkonzert. Es folgte eine weitere Frau mit weicher, melodischer Stimme. Irgendetwas lief hier total falsch. Diese Leute konnten singen! Und mit jedem Lied wurde ich innerlich etwas kleiner. Meine Freunde drängten mich zu singen, aber mir fehlte plötzlich der Mut dazu. Das wäre doch viel zu peinlich.

Ich ging ziemlich beschämt nach Hause. „Und, wie war's?“ fragte mich mein Mann. „Hast du „Fame“ gesungen und bist ausgeflippt?“ Ich schüttelte nur den Kopf, murmelte etwas davon, dass dafür irgendwie nicht der Platz war und ging ins Bett.



An diese Geschichte muss ich denken. Ausgerechnet jetzt, wo ich einen Artikel darüber schreiben will, dass wir mutig das teilen sollen, was wir sind und zu geben haben. Aber vielleicht ist genau hier für viele von uns der Knackpunkt: Wir würden ja gerne etwas weitergeben, aber unser Gefühl sagt uns, dass es wahrscheinlich nicht genug ist. Dass es vielleicht peinlich wäre. Dass wir noch ein bisschen an der ganzen Sache arbeiten müssen. Immer wieder höre ich von wunderbaren Frauen: „Andere können das doch viel besser.“ Und sie halten ihren Beitrag zurück oder lassen ihre Kunstwerke unter dem Tisch verschwinden: „Ach, das ist doch nichts Besonderes.“

Ich kenne diese Gedanken so gut! Ich ringe eigentlich ständig damit. Ich schaue auf die Leute, die wirklich Großartiges zustande bringen. Alle möglichen wunderbaren Stimmen fallen mir ein. Und manchmal werde ich innerlich ganz klein und ich sage mir: „Was denkst du denn, wer du bist?“ Am liebsten würde ich dann das Mikro zur Seite legen oder es an jemand anderen weiterreichen, der das alles so viel besser kann. Klar, ich weiß: Vergleichen ist echt total bescheuert – und trotzdem. Es passiert mir. Immer wieder.

Kinder sind nicht so. Heute Morgen musste ich meinen kleinen Sohn vom Basteltisch zerren, damit wir rechtzeitig zur Kita kommen. Er liebt es momentan, Herzen zu malen. Er schneidet sie aus, gibt ihnen zwei Arme und ein lächelndes Gesicht und verteilt seine Kunstwerke in der ganzen Wohnung. Ich würde am liebsten alle Herzen aufbewahren. Es sind wunderbare Erinnerungen an diese Zeit unseres Lebens. Irgendwann mit den Jahren hören wir damit auf. Mit dem Herzen basteln und dem Burgen bauen. Mit Farben matschen und mit Liedern in der Straßenbahn singen. Wir werden erwachsen. Wir lernen, unsere Werke selbstkritisch zu betrachten, effektiv zu sein, peinliche Situationen zu vermeiden, und wir ersticken oft genug die kreativen Funken und vergessen die kindliche Freude, die wir am Basteltisch hatten.

Ich habe „Fame“ an diesem Abend nicht gesungen. Ich habe mir im Vergleich die Freude nehmen lassen, einfach das zu geben, was ich liebe, und das zu teilen, was ich liebe, auch wenn es merkwürdig, unfertig und schräg ausgesehen hätte.

Aber sollten alle, die nicht so gut singen können, verstummen? Die Welt braucht die Tanten, die mit ihren Nichten oder Neffen durchs Zimmer tanzen. Wir brauchen die Stimmen der Mütter, die ihren Kindern ein Abendlied singen – egal, wie schief das klingt. Wir brauchen die „Laut-und-falsch-Sänger“, die uns zum Lächeln bringen, und uns innerlich frei machen, auch unsere Stimme zu erheben. Wir brauchen jede Stimme.

Wir brauchen nicht nur die Fünf-Sterne-Köche. Wir brauchen diejenigen, die eine einfache Mahlzeit mit viel Liebe zubereiten können, und auch darüber lachen können, wenn das Essen mal wieder verbrannt ist.

Wir brauchen diejenigen, die aus einem Stück Stoff wunderbare Dinge zaubern können, und diejenigen, die ihre Nähte falsch zusammennähen, es nochmal probieren und uns damit sagen: „Es ist okay, wenn man Dinge falsch anpackt und wenn es manchmal ein bisschen länger dauert.“

Wir brauchen Künstler, deren gewaltige Bilder uns den Atem stocken lassen, und wir brauchen leidenschaftliche „Herzmalere“, die uns die Tränen in die Augen treiben, weil ihre Werke so voller Liebe sind.

Wir brauchen die wortgewaltigen Predigerinnen und die Frauen, die den Mut haben, im Gottesdienst nach vorne zu gehen, obwohl sie sich verhaspeln und vielleicht den Faden verlieren, weil es absolut nicht ihr Ding ist, vorne zu stehen. Aber sie tun es trotzdem, weil sie etwas weitergeben wollen, das Jesus ehrt.

Wir brauchen diejenigen, die uns mit ihren Gaben zum Staunen bringen, und diejenigen, die uns mit ihren Gaben Mut machen, weil wir denken: „Wenn sie das kann, dann traue ich mich das auch.“

Und vielleicht ist es sogar eine ganz besonders große Gabe, den anderen neben mir richtig gut aussehen zu lassen! Ich habe von einer Frau gelesen, die ziemlich übergewichtig war und sich sagte: „Meine Gabe an meine Freundinnen ist es, dass ich im Schwimmbad einen Bikini trage und mich neben sie lege. Daneben können sie sich so richtig wohl fühlen.“ Was für eine wunderbare Gabe ist das denn?!

Vielleicht könnten wir gemeinsam ein bisschen mutiger zu werden. Wir könnten die Energie, mit der wir uns vergleichen, umleiten, um uns gegenseitig anzufeuern und Mut zu machen. „Oh Mann, du machst das so unglaublich gut! Ich wünschte, ich könnte das auch. Mach weiter so, hörst du? Die Welt braucht deine Stimme!“ Immer, wenn ich das schaffe, spüre ich, dass mein Herz weiter wird, dass mich eine Freude erfüllt, die in meinem missgünstigen Herz keinen Platz hätte. Und wenn die nörgelnde Stimme in mir sagt: „Was denkst du denn, wer du bist?“ werde ich ihr einfach fröhlich antworten: „Ich bin ein Kind Gottes. Und ich habe dieser Welt etwas zu geben.“

Das hat viel mit Vertrauen zu tun. Ein Vertrauen, das aus dem entspannten Wissen kommt: Ich bin geliebt! Ich bin wertvoll. Genau so wie ich bin. Mit meinen Gaben und meinen Begrenzungen. Und ich kann damit ein Segen für andere sein und ein Lobpreis für meinen Schöpfer.

Darf ich dir Mut machen? Du bist einzigartig! Wir brauchen deine Stimme! Ganz lebendig. Egal, wie schräg, schwach oder unfertig sie klingen mag. Leuchte! Einer steht im Publikum, der dich hinreißend findet. Er betritt die Bühne am liebsten dann, wenn unsre Stimme kurz davor ist, abzubrechen und er flüstert uns ins Ohr: „Es ist schön, deine Stimme zu hören. Es klingt wunderbar. Es ist genau das, wozu ich dich geschaffen habe!“

Christina Schöffler: Die Welt braucht deine Stimme  
In: Joyce 1/2017, SCM Bundes-Verlag, Witten,  
www.joyce-magazin.net

Foto: © Bruce-mars/unsplash  
Illustration oben: © brgfx/freepik  
Illustration links: © Designed by dgim-studio/freepik



# Gott

## strahlt dich an

Gott hat ein Strahlen im Gesicht. Sein Blick ist wohlwollend. Er wendet sich dir freundlich und liebevoll zu. Das sollten die Priester dem Volk Israel immer wieder in seinem Auftrag zusprechen. Die Menschen sollten ein Bild von Gott verinnerlichen, der sie mit leuchtenden Augen ansah und sich ihnen zuwandte.

In der antiken Welt war es üblich, am Gesichtsausdruck eines Königs dessen Urteil über einen Menschen abzulesen: Ein zorniger Blick bedeutete Tod, eine freundliche Miene hingegen Leben (Spr.16,14-15). Gott ist es wichtig, dass wir in seinem Gesicht erkennen, wie er zu uns steht:

*Er ist für uns, er ist mit uns, er freut sich über uns! Er blickt voller Liebe und zärtlicher Hilfsbereitschaft auf seine Kinder. Sein Blick ist wohltuend und heilsam. Das wusste auch David.*

Jeden Morgen beim Erwachen „sättigte er sich am Anblick seines Gottes“ (Ps.17,15). Er beschreibt die Wechselwirkung dieses Blickkontaktes: „Die auf ihn sehen, werden strahlen vor Freude“ (Ps.34,6).

In Jesus, im Geschehen am Kreuz, in Gottes Schöpfung, in seinem Wort – überall können wir das strahlende Angesicht Gottes entdecken.

Auch, wenn ich Menschen mit einer besonders gütigen und warmherzigen Ausstrahlung begegne. Wenn ich ihr Lächeln sehe, fällt es mir leicht, mir Gottes liebevollen Blick vorzustellen.

Der Herr  
segne dich  
und behüte dich.

Der Herr  
lasse sein Angesicht  
leuchten über dir  
und sei dir gnädig.  
Er erhebe sein  
Angesicht über dich  
und gebe dir Frieden.

4. Mose 6,24-26

### Denk mal:

Was brauchst du,  
um dir vorstellen und  
glauben zu können,  
dass Gott dich  
anstrahlt?

### Mach mal:

Betrachte heute  
das Lächeln eines warm-  
herzigen Menschen.  
Stell dir dabei vor, dass dich  
der Vater im Himmel  
noch viel liebevoller  
ansieht.

Manfred und Esther Lanz: Gottes Vaterliebe –  
Die Liebe des Vaters erleben  
Quadro Nr.17 2012 (4. Aufl.) Down to Earth, Berlin  
www.down-to-earth.de