

Herold der Reformation

87. Jahrgang

2 / 2012



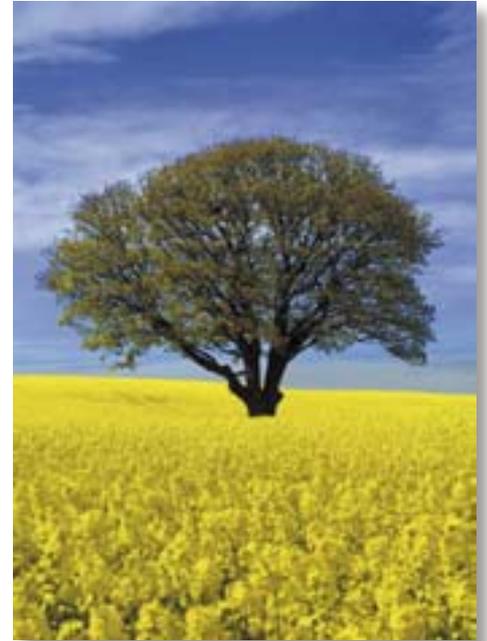
Herold der Reformation

Zeitschrift der Gemeinschaft der Siebenten Tags Adventisten Reformationsbewegung

2/2012

In dieser Ausgabe:

- Editorial 3
- Serie: Was geschah 1888? 4
- Geistliche Schläfrigkeit überwinden 8
- Warum lacht Sara? 11
- Jesus, unsere Zuflucht 14
- Erfahrungsbericht: Trauerbewältigung 16
- Gesundheit: So ein Käse 18
- Rezepte 19
- Nachrichten aus der Gemeindewelt 23
- Aktuelle Bilder 24



Termine 2012

6.-9. April	Jugendfreizeit in Morsbach
29. April	Norddeutsche Abgeordnetenversammlung
1. Mai	Süddeutsche Abgeordnetenversammlung
22. - 24. Juni	Geistliche Konferenz der Nord- und Süd- deutschen Vereinigung
26. - 28. Oktober	Familienseminar
21. - 23. Dezember	Winterseminar

Nachruf

Im hohen Alter von fast 90 Jahren verstarb unser lieber Bruder

Manuel Gongora

am 12. Februar 2012 in Lindenfels. Er wurde am 9. Juni 1922 in Südspanien geboren und hatte sieben Schwestern. Mit vier Jahren zog er nach Barcelona und lernte später durch seinen Vater den Adventglauben kennen. Im Jahr 1948 heiratete er seine Ehefrau, und sie bekamen eine Tochter und zwei Söhne. Die Familie lebte eine zeitlang mit den Söhnen in Frankreich und kam im Jahr 1971 nach Deutschland, wo ihre Tochter bereits seit einigen Jahren lebte. Als ihre Tochter und Familie in das Missionshaus unserer Gemeinde in Hofheim/Ts. zogen, kamen die Eltern mit und lebten dort bis 1998. Insgesamt waren die Geschw. Gongora 63 Jahre verheiratet, bis Schw. Gongora im vergangenen Sommer verstarb. Br. Gongoras reges Interesse an der Verkündigung der Wahrheit war bis ins Ausland bekannt.

Möge unsere selige Hoffnung des Wiedersehens am Auferstehungsmorgen, von der Bruder J. Mladenovic anlässlich der Trauerfeier sprach, ein Trost für ihre Familie und für uns alle sein.

Die Geschwister der Norddeutschen Vereinigung

Impressum:

*Achtung, wir haben
neue Telefonnummern!*

Die Zeitschrift

Herold der Reformation

setzt sich aus Artikeln zusammen, die auf der biblischen Lehre gegründet sind, um das geistliche Leben derer zu erbauen, die mehr über Gott wissen wollen. Sie wird vierteljährlich herausgegeben von der

Gemeinschaft der
Siebenten-Tags-Adventisten
Reformationsbewegung e. V.
Schloss Lindach

73527 Schwäbisch Gmünd
Tel.: 07171 / 87 63 411
Fax: 07171 / 87 63 412
Internet: www.sta-ref.de
E-Mail: sta@sta-ref.de

Verteilt durch:
Wegbereiter-Verlag
Schloss Lindach

73527 Schwäbisch Gmünd
Tel.: 07171 / 87 63 413
Fax: 07171 / 87 63 412

Internet: www.wegbereiter-verlag.de
E-Mail: shop@wegbereiter-verlag.de

Herausgeber: O. Nasui, H. Woywod
Redaktion und Layout: J. Mladenovic

BEZUG KOSTENLOS!
SPENDEN WILLKOMMEN!

*Spendenkonto der
Nord- und Süddeutschen Vereinigung:*

Gem. d. STA Ref. Konto: 96 487 439 BLZ: 360 100 43 Postbank Essen	Gem. d. STA Ref. Konto: 17 597 702 BLZ: 600 100 70 Postbank Stuttgart
----------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------

Bilder: Reformation Herald entnommen S. 1, 2, 7, 8, 9, 13.
istockphoto.com (S. 3, 4, 11, 23.)

In der Erwartung des Frühlings

„So lasst uns ihn erkennen ... und er wird zu uns
kommen wie ein Regenguss...!“

(Hosea 6, 3; Schlachter Übersetzung)

Langsam vergeht der Winter mit seiner Schönheit, die besonders bei den Kindern beliebt ist, und der sehulich erwartete Frühling kommt. Die Natur erwacht wieder zum Leben, die Sonne erwärmt die Erde, die Bäume und die Blumen blühen und alle Lebewesen fangen an, sich zu rühren.

Wir danken Gott, dass er in dieser kalten Jahreszeit mit uns war und uns in seiner Gnade das Leben erhalten hat, sodass wir die Schönheit des Frühlings genießen dürfen. Dieser Winter hatte weniger Niederschläge, und der Erde fehlte es an Wasser; deswegen litt die Natur, und die Bauern machten sich große Sorgen, was mit der Ernte in diesem Jahr passieren würde. Nicht nur die Bauern, sondern auch die Medien berichteten, dass 2012 ein trockenes Jahr werden wird. Bedingt durch diese Umstände und die Folgen dieses Naturphänomens wird es wohl so sein, dass die Erde, die Tiere und die Menschen leiden werden. Wenn es wirklich so kommen sollte, wie die Wissenschaftler und die Medien berichteten, sehen wir, dass der Mensch machtlos ist und keine Lösungen hat. Wir sollen uns aber nicht wundern, denn das ist eines der Zeichen dafür, dass das Ende der Welt nahe ist. Wenn wir mit uns ehrlich sind, hat der Mensch viel zu der Änderung des Klimas und der ganzen Situation auf der Erde beigetragen. Noch ist es allerdings nicht so schlimm, denn es sind nur kleinere Zeichen. Die schwierigen Zeiten stehen uns bevor. Was sollen wir tun? Die Lösung liegt mit Sicherheit bei Gott. Wir benötigen mehr Vertrauen auf Gott und eine Umkehr zu dem Schöpfer. Darüber hinaus brauchen wir eine tiefe Erkenntnis Gottes. Das Wort Gottes sagt uns deutlich: „So lasst uns ihn erkennen“. Was bedeutet das? Das

bedeutet, dass das, was auf dieser Erde passiert, kein Zufall ist. Nichts geschieht, ohne dass es Gott, der Schöpfer, zulässt. Trotzdem meinen viele, dass alles nur Zufall ist, und traurigerweise haben wir uns an diese Situation und die Ereignisse auf der Erde gewöhnt. Eines ist uns mehr oder weniger klar: Das Ende der Welt ist nahe. Die Wissenschaftler und sogar die gewöhnlichen Menschen reden immer öfter darüber. Nicht diese Ereignisse und Umstände sollten uns dazu bewegen, Gott zu suchen, sondern seine Gnade, Liebe und Barmherzigkeit, mit welcher er uns umarmt.

Lieber Leser, spürst du nicht die Notwendigkeit eines Frühlings in deinem Leben? Spürst du nicht die Dürre deines Herzens? Wenn ja, dann gibt es eine schöne Frühlingsbotschaft für dich und für mich, für alle die es spüren: Der Herr „wird zu uns kommen wie ein Regenguss.“

Wenn wir unseren Zustand erkennen und Gott von ganzem Herzen suchen, wird er sich uns offenbaren, zu uns kommen, er wird in uns wohnen und er wird mit uns sein. Nur er kann den Frühling in unsere Herzen bringen, nur er kann „die Kälte des Winters“ aus unseren Herzen entfernen, nur er kann uns von unserem laodizeischen Zustand, unserem Ich, der Hochmut, der Gleichgültigkeit und vor allem vom geistlichen Stolz befreien.

Möge Gott uns allen helfen, wenn der Frühlingswind weht und die Blüten der verschiedensten Blumen uns anlächeln, dass wir unsere Knie beugen, unsere Blicke zum Himmel richten und Gott bitten, dass er in unserem Leben das vollbringt, was wir uns seit langem wünschen, nämlich ein neuer Mensch in Jesus Christus zu sein! Wir wünschen euch allen eine wunderbare Frühlingszeit! □

Was geschah 1888?

Eine historische Betrachtung

von B. Monteiro

Was ist's, das geschehen ist? Eben das hernach geschehen wird. Was ist's, das man getan hat? Eben das man hernach tun wird; und geschieht nichts Neues unter der Sonne.“ (*Prediger 1, 9.*)

Wir können viel aus der Geschichte lernen. Der Blick zurück ist in der Regel klarer als der Blick nach vorn; wenn wir zurückschauen, haben wir oftmals eine objektivere Sichtweise ohne störende Emotionen oder Eigeninteressen. Dann ist unser Verstand in der Lage, die Wahrheit in einem größeren Maße aufzunehmen und die Wirklichkeit besser zu begreifen.

Wenn wir die Generalkonferenzsitzung von Minneapolis 1888 betrachten, treffen wir auf eine von Uneinigkeit gekennzeichnete Atmosphäre. Zwei Jahre zuvor hatte der Älteste E. J. Waggoner das Thema des Gesetzes im Galaterbrief eingeführt und seine Sichtweise in *The Review and Herald* veröffent-

licht. Seine Darstellung hatte eine heftige Debatte ausgelöst.

Etwa zur selben Zeit begann der Älteste A. T. Jones ein Thema vorzustellen, das einigen historischen Details aus Uriah Smiths Buch *Daniel und die Offenbarung* widersprach.

Diese zwei Punkte traten bei einer siebentägigen Predigerversammlung zu Tage, die der 18-tägigen Generalkonferenz von Minneapolis vorausging. Aufgrund dieser Tatsache, die für ein christliches Publikum keine besondere Angelegenheit hätte sein sollen, begann die Konferenz von 1888 unter konfliktreichen Vorzeichen.

Schwester White erkannte, dass der Geist, der bei der Konferenz herrschte, nicht der Geist Christi war.

Das törichte Vertrauen auf menschliche Stärke

„So spricht der Herr: Verflucht ist der Mann, der sich auf Menschen verlässt und hält Fleisch für

seinen Arm, und mit seinem Herzen vom Herrn weicht. Der wird sein wie die Heide in der Wüste und wird nicht sehen den zukünftigen Trost, sondern bleiben in der Dürre, in der Wüste, in einem unfruchtbaren Lande, da niemand wohnt.“ (*Jeremia 17, 5. 6.*)

Das alte Volk Israel verlangte nach einem König, um wie die anderen Völker zu sein. Ihre weltliche Sichtweise versperrte ihnen den Blick auf Gott.

So verließen sich auch 1888 viele im Adventvolk auf Menschen und erhöhten und ehrten ihre Lieblinge und Bevorzugten (und besonders auch sich selbst). Wie konnten sie trotz all des Lichtes, das sie hatten, die Worte des Apostels Paulus vergessen? „Dieweil ihr noch fleischlich seid. Denn sintemal Eifer und Zank und Zwietracht unter euch sind, seid ihr nicht fleischlich und wandelt nach menschlicher Weise? Denn so einer sagt ich bin paulisch, der



andere aber: Ich bin apollisch, seid ihr nicht fleischlich? Wer ist nun Paulus? Wer ist Apollos? Diener sind sie, durch welche ihr seid gläubig geworden, und das, wie der Herr einem jeglichen gegeben hat. Ich habe gepflanzt, Apollos hat begossen; aber Gott hat das Gedeihen gegeben. So ist nun weder der da pflanzt noch der da begießt, etwas, sondern Gott, der das Gedeihen gibt... Und abermals: ‚Der Herr weiß der Weisen Gedanken, dass sie eitel sind.‘ Darum rühme sich niemand eines Menschen.“ (1. Korinther 3, 3–7. 20. 21.)

Etwa zur Zeit der Sitzung von 1888 fühlte sich die Dienerin des Herrn verpflichtet, Folgendes zu schreiben: „Abhängigkeit von Menschen war immer die große Schwäche der Gemeinde. Männer haben Gott entehrt, indem sie versäumten, seine Zulänglichkeit zu würdigen und stattdessen menschlichen Einfluss begehrten...

So setzen auch heute Menschen Gott, als ihnen nicht genügend, beiseite. Sie wenden sich um Anerkennung an Weltmenschen und glauben, durch Einfluss, den sie durch die Welt erlangt haben, große Dinge tun zu können. Aber sie irren sich. Indem sie sich auf den Arm der Welt anstatt auf Gottes Arm stützen, wenden sie dem Werk, das Gott durch sein auserwähltes Volk tun möchte, den Rücken zu.“ – *Zeugnisse*, Bd. 6, S. 251.

Allzu oft vergleichen sich sogar bekennende Christen mit der Welt im Allgemeinen. Einige von einfacherem Gemüt vergleichen sich selbst mit ihren Glaubensgeschwistern. Beides ist verkehrt.

Unter den Jüngern herrschten derartige Schwierigkeiten sogar noch in der Nacht vor der qualvollen Kreuzigung ihres Meisters. Wie traurig war Jesus im Herzen, da er wusste, dass seine geliebten Nachfolger selbst nach dreieinhalb Jahren engster Gemeinschaft mit ihm nur um ihre eigene Stellung besorgt waren! Im Geiste waren sie zu jeder erdenklichen Mühe bereit, wenn sie dadurch nur als

der Größte unter ihren Kameraden angesehen würden. Welch törichte eitle Gesinnung!

Paulus warnte später: „Denn wir wagen uns nicht unter die zu rechnen oder zu zählen, so sich selbst loben, aber dieweil sie an sich selbst messen und halten allein von sich selbst, verstehen sie nichts.“ (2. Korinther 10, 12.) Dies ist ein allgemein vorherrschendes Problem.

„Ach, dass doch wir alle, die wir bekennen an Jesus zu glauben, unser Ich bezwängen! Dass unser Stolz doch in den Staub geworfen würde! Ach, dass wir doch vollkommener das Ebenbild Jesu widerspiegelten!“ – *Manuscript Releases*, Bd. 15, S. 90.

Eine Lehre von den ersten Jüngern: Worin lag ihre Schwäche?

Es gibt eine bekannte Begebenheit aus der Zeit Christi. Drei Jünger, Petrus, Jakobus und Johannes kamen gerade von ihrem wunderbaren Beisammensein mit Jesus auf dem Verklärungsberg zurück. „Und da [Jesus und die Jünger] zu dem Volk kamen, trat zu ihm ein Mensch und fiel ihm zu Füßen und sprach: Herr, erbarme dich über meinen Sohn! denn er ist mondsüchtig und hat ein schweres Leiden: er fällt oft ins Feuer und oft ins Wasser; und ich habe ihn zu deinen Jüngern gebracht, und sie konnten ihm nicht helfen. Jesus aber antwortete und sprach: O du ungläubige und verkehrte Art, wie lange soll ich bei euch sein? wie lange soll ich euch dulden? Bringt ihn hierher! Und Jesus bedrohte ihn; und der Teufel fuhr aus von ihm, und der Knabe ward gesund zu derselben Stunde. Da traten zu ihm seine Jünger besonders und sprachen: Warum konnten wir ihn nicht austreiben?“ (Matthäus 17, 14–19.)

Worin lag das Problem? Warum besaßen die Jünger nicht die Macht, die ihnen ihr allmächtiger Erlöser doch verheißen hatte? Lesen wir die Antwort:

„Die neun Jünger dachten immer noch an ihre bittere Niederlage. Sobald sie mit ihrem Herrn allein waren, fragten sie ihn: ‚Warum konnten wir ihn nicht austreiben?‘ Jesus antwortete ihnen: ‚Um eures Kleinglaubens willen. Denn ich sage euch wahrlich: Wenn ihr Glauben habt wie ein Senfkorn, so könnt ihr sagen zu diesem Berge: Hebe dich von hinnen dorthin! so wird er sich heben; und euch wird nichts unmöglich sein. Aber diese Art fährt nur aus durch Beten und Fasten.‘ (Matthäus 17, 19–21.) Ihr Unglaube, der ihnen ein tieferes Mitgefühl mit Jesus verwehrte, und die Oberflächlichkeit, mit der sie die ihnen anvertraute heilige Aufgabe betrachteten, verursachten ihre Niederlage im Kampf mit den Mächten der Finsternis.

Jesu Worte über sein Leiden und Sterben hatten Trauer und auch Zweifel in den Jüngern erweckt; die Erwählung der drei Jünger Petrus, Johannes und Jakobus, die Jesus auf den Berg begleiten durften, hatte die Eifersucht der Zurückbleibenden hervorgerufen. Statt ihren Glauben zu stärken, indem sie beteten und über Jesu Worte nachdachten, gaben sie ihrer Entmutigung und ihrem persönlichen Kummer Ausdruck. In diesem Zustand war von ihnen der Kampf mit den bösen Geistern aufgenommen worden.

Um einen solchen Kampf siegreich führen zu können, mussten sie bei ihrer Aufgabe eine andere Gesinnung offenbaren. Ihr Glaube musste durch ernstes Gebet, durch Fasten und tiefe Herzensdemut gestärkt werden; sie mussten vom eigenen Ich abrücken und sich mit dem Geist und der Kraft Gottes erfüllen lassen. Nur ernstes, anhaltendes Gebet zu Gott im Glauben – in einem Glauben, der zu völliger Abhängigkeit von ihm und zu rückhaltloser Hingabe an sein Werk führt – kann uns die Hilfe des Heiligen Geistes im Kampf gegen Fürsten und Gewaltige, die Herrscher der Finsternis dieser Welt, und gegen die bösen Geister unter dem Himmel bringen.“ – *Das Leben Jesu*, S. 425. 426.

E. J. Waggoner



Gesunde Begeisterung oder menschliche Erregtheit?

Das Volk Gottes, dem sein Gesetz anvertraut war, war 1888 recht geschickt darin geworden, das Gesetz zu predigen. Wie die Pharisäer war es sehr stolz, so weit gekommen zu sein. Schließlich handelte es sich dabei um die gegenwärtige Wahrheit! Doch die Botschaft war einseitig: Die Gebote Gottes wurden unablässig gepredigt – aber nicht der Glaube Jesu. Christus wurde außen vor gelassen. Das Volk hatte offensichtlich die Geistlichkeit des Gesetzes außer Acht gelassen. Gottes Gesetz muss das Herz durchdringen, nicht nur ein oberflächliches Werk verrichten. Es muss tief bis in unsere Gedanken und Beweggründe unseres ganzen Wesens hinein ausstrahlen. Nur dann können wir erkennen, wie sehr wir einen Erlöser brauchen. Wenn wir unsere Herzen noch gründlicher erforschen, erkennen wir möglicherweise, dass wir vieles Richtige aus dem falschen Grund getan haben.

Der Geist der Weissagung fasste die Lage so zusammen: „Wir als Volk haben das Gesetz gepredigt, bis wir trocken waren wie die Berge von Gilboa, die weder Tau noch Regen kennen. Wir müssen Christus im Gesetz predigen; dann wird unsere Predigt Lebenskraft und Nährwert haben und Nahrung für die verhungerte Herde Gottes sein.“ – *The Review and Herald*, 11. März 1890.

Diese Lebenskraft, diesen Nährwert finden wir in der Botschaft „Christus unsere Gerechtigkeit“.

Jones und Waggoner waren von dem Gedanken begeistert, diese Wahrheit wieder zum Leben zu erwecken – ebenso wie Ellen G. White. Ihre Begeisterung hatte guten Grund: „Wenn etwas auf der Welt unsere Begeisterung wecken sollte, dann ist es das Kreuz auf Golgatha...

[Christus] ist die Quelle geistlicher Kraft; wenn er in unserem Herzen wohnt, wird der göttliche Einfluss sich durch unsere Worte und Taten auf alle ausbreiten, die sich in unserem Einflussbereich befinden, und in ihnen den Wunsch nach Kraft und Reinheit, nach Heiligkeit und Frieden wecken, nach einer Freude, die keine Traurigkeit mit sich bringt.“ – *The Review and Herald*, 29. September 1896.

„Denn das Reich Gottes ist nicht Essen und Trinken, sondern Gerechtigkeit und Friede und Freude in dem heiligen Geiste.“ (*Römer 14, 17.*)

Falsche „Kameradschaft“

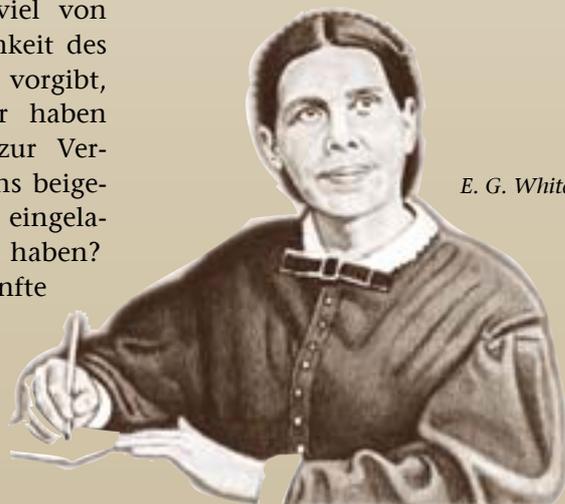
Um das Jahr 1888 herum gab es tatsächlich eine falsche Begeisterung, die sich unter vielen von Gottes bekennlichen Nachfolgern zeigte. Es erging die Warnung: „Während so viele Befürchtungen betreffs Erregung und Begeisterung im Dienste Gottes laut wurden, hat sich Begeisterung auf einem andern Gebiet offenbart, das vielen zu entsprechen scheint. Ich beziehe mich auf die Vergnügungspartys, die unter unserm Volk veranstaltet werden. Diese Veranstaltungen haben viel von der Zeit und Aufmerksamkeit des Volkes beansprucht, das vorgibt, Christo zu dienen; aber haben diese Zusammenkünfte zur Verherrlichung seines Namens beigetragen? Wurde Christus eingeladen, den Vorsitz darin zu haben? Gesellige Zusammenkünfte können höchst nützlich und belehrend sein, wenn in den Herzen derer, die zusammenkommen, Gottes Liebe brennt und wenn

Geschwister sich versammeln, um Gedanken über Gottes Wort auszutauschen oder Methoden zur Förderung seines Werkes ins Auge zu fassen oder zu besprechen, wie sie ihren Mitmenschen Gutes tun können. Wenn nichts gesagt oder getan wird, was den Geist Gottes betrübt, wenn er im Gegenteil als Gast willkommen geheißen wird, dann wird Gott geehrt, und alle Anwesenden werden erquickt und gestärkt werden. „Aber die Gottesfürchtigen trösten sich untereinander also: Der Herr merkt und hört es, und vor ihm ist ein Denkbogen geschrieben für die, so den Herrn fürchten und an seinen Namen gedenken. Sie sollen, spricht der Herr Zebaoth, des Tages, den ich machen will, mein Eigentum sein.“

Aber in Battle Creek haben gesellige Zusammenkünfte ganz anderer Art stattgefunden, Vergnügungspartys, die für unsere Anstalten und die Gemeinde eine Schande sind. Sie ermutigen Stolz auf Kleidung und Aussehen, Selbstbefriedigung, Ausgelassenheit und Leichtfertigkeit. Satan ist als ehrenwerter Gast eingeladen und nimmt Besitz von jenen, die diese Versammlungen veranstaltet haben...

Es wurden mir viele solcher Veranstaltungen gezeigt. Ich habe die Fröhlichkeit, den Kleideraufwand und die persönliche Ausschmückung wahrgenommen. Alle möchten glänzen und geben sich der Ausgelassenheit, törichtem Scherzen, billiger Schmeichelei und lärmendem Gelächter hin.

E. G. White

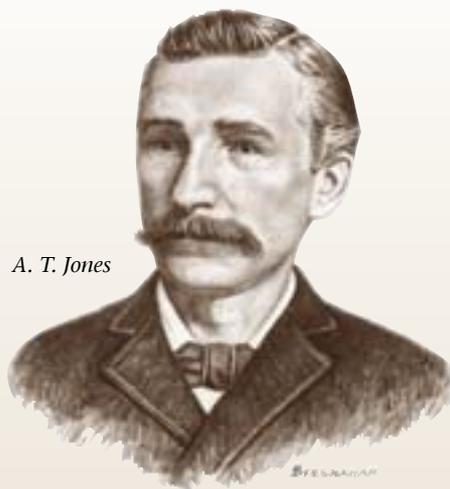


Die Augen glänzen, die Wangen sind gerötet, das Gewissen schläft. Durch Essen, Trinken und Lustbarkeit tun sie alles, um Gott zu vergessen. Die Szene des Vergnügens ist ihr Paradies. Und der Himmel blickt darauf hernieder und sieht und hört alles.“ – *Zeugnisse für Prediger*, S. 68. 69.

Die echte Begeisterung von Emmaus

„Die nach der Gerechtigkeit Christi trachten, werden bei den Themen der großen Erlösung verweilen. Die Bibel ist das Vorratshaus, das ihre Seelen mit nahrhafter Speise versieht. Sie denken über die Fleischwerdung Christi nach; sie betrachten das große Opfer, das dargebracht wurde, um sie vom Verderben zu retten und ihnen Vergebung, Frieden und ewige Gerechtigkeit zu bringen. Die Seele erglüht bei diesen erhabenen Themen. Heiligkeit und Wahrheit, Gnade und Gerechtigkeit beschäftigen die Gedanken. Das Ich stirbt, und Christus lebt in seinen Dienern. Wenn sie sein Wort betrachten, brennt es in ihren Herzen, wie es bei den beiden Jüngern brannte, die auf dem Wege nach Emmaus waren, als Jesus sich zu ihnen gesellte und ihnen die Schriftworte eröffnete, die von ihm sprachen.

Wie wenige nehmen wahr, dass Jesus ihnen zur Seite ist, obgleich ungesehen. Wie beschämt wären viele, wenn sie seine Stimme hören und seine Worte an sie vernehmen könnten, wenn sie darüber nachdächten, dass er all ihre törichten, gemeinen Worte gehört hat! Und wie viele Herzen würden von heiliger Freude brennen, wenn sie nur wüssten, dass der Heiland ihnen zur Seite ist, dass die heilige Atmosphäre seiner Gegenwart sie umgibt und dass sie sich vom Brot des Lebens nähren! Wie erfreut wäre der Heiland, wenn er hören würde, wie seine Nachfolger über seine köstlichen Unterweisungen sprechen, zu wissen, dass sie Freude an heiligen Dingen haben! Wenn die Wahrheit



A. T. Jones

im Herzen wohnt, ist kein Raum für Kritik an Gottes Dienern oder an der Botschaft, die er sendet. ‚Wes das Herz voll ist, des geht der Mund über.‘ Es kann nicht zurückgedrängt werden. Die Dinge, die Gott jenen bereitet hat, die ihn lieben, werden Thema der Unterhaltung sein. Die Liebe Christi ist in der Seele ein Brunnen des Wassers, das in das ewige Leben quillt, das lebendige Ströme aussendet und Leben und Frohsinn spendet, wohin es auch fließen mag.“ – *Zeugnisse für Prediger*, S. 72.

120 Jahre danach

Wenn wir die Ereignisse des Jahres 1888 von unserem Standpunkt über 120 Jahre später betrachten, dann sollten wir über einige Dinge nachdenken: Ist unser Blick auf Christus versperrt wie bei unseren Vorfahren? Sehen wir wirklich zu ihm auf, wie wir sollten, oder verlassen wir uns allzu oft auf menschlichen Rat? Bringen wir unsere Anfechtungen im Gebet zu ihm, oder sind unsere Zungen zu sehr damit beschäftigt, zu murren und Klatsch zu verbreiten, wenn es nicht nach unserem Willen läuft? Ist Christus immer gegenwärtig, wenn wir uns in Gesellschaft begeben, oder nehmen wir uns manchmal eine kurze „Auszeit“ von ihm? Trachten wir danach, am witzigsten zu erscheinen, die andern zum Lachen zu bringen, ihre Augen auf uns zu lenken, für den Größten gehalten zu werden? Begehren wir das Ansehen sterblicher Men-

schen? Zeichnen wir ein einseitiges Bild, indem wir entweder Christus aus dem Gesetz entfernen oder aber seine Anforderungen kleinreden und einen „verwässerten“ Jesus darstellen, um unsere Beliebtheit zu sichern?

Seit über 120 Jahren ruft Gott die Adventgläubigen dazu auf, ihren Stolz in den Staub sinken zu lassen. Haben wir diesem Aufruf ehrlich zugehört? Haben wir darauf Acht gehabt? Oder haben wir wie zur Zeit Noahs die Mahnungen in unserem Sinne interpretiert und behauptet, dass die unangenehmen, unbequemen Teile der Botschaft auf uns nicht so zutreffen?

Seit über 120 Jahren spricht Gott über den Zustand unseres Herzens zu uns, damit wir in besonderer Weise die einzige zuverlässige Quelle vor Augen behalten, von der wir abhängig sind. Er sagt: „Euer Ich muss sterben. Eure Geltungssucht muss in den Staub niedersinken... Ihr braucht eine Erneuerung, eine Umwandlung, eine Bekehrung; euer ganzes Leben muss nach dem Ebenbild Christi geordnet und ausgerichtet sein. Gott hat euch Fähigkeiten und Talente gegeben, die ihr ganz zu seiner Ehre verwenden sollt. Gott akzeptiert keinen geteilten, halbherzigen Dienst.“ – *The Ellen G. White 1888 Materials*, S. 1189.

Mehr als einhundertzwanzig Jahre sind seit 1888 vergangen – so lange, wie Noah einst predigte. Es ist jetzt nicht die Zeit, zwei Herren zu dienen. Möge in euren inbrünstigen Gebeten der Ruf des Psalmisten widerhallen: „Herr, dir ist keiner gleich unter den Göttern, und ist niemand, der tun kann wie du..., dass du so groß bist und Wunder tust und allein Gott bist. Weise mir, Herr, deinen Weg, dass ich wandle in deiner Wahrheit; erhalte mein Herz bei dem einen, dass ich deinen Namen fürchte... Du aber, Herr, Gott, bist barmherzig und gnädig, geduldig und von großer Güte und Treue. Wende dich zu mir, sei mir gnädig...!“ (*Psalm 86, 8. 10. 11. 15. 16.*) □



GEISTLICHE

SCHLÄFRIGKEIT

ÜBERWINDEN

von W. Volpp

Was tun, wenn man an einen Tiefpunkt angekommen ist?

Pas Reich Juda hat seit den Tagen des Königs David keinen solchen mutigen Führer gesehen. Asa war gerade mal ein Teenager, als er König wurde, aber seine jugendliche Unerfahrenheit hielt ihn nicht davon ab, in Juda kühne Schritte zur Reinigung von Gesetzlosigkeit und Götzendienst zu unternehmen.

Asa hat Gott über sein eigenes Verlangen und seine eigenen Wünsche an die erste Stelle gesetzt – sogar über seine Mutter. Er tat alle Götzen hinweg, die seine Väter gemacht hatten, und setzte sogar seine Mutter als Königin ab, weil sie nicht vom Gräuelbild der Aschera ablassen wollte. (s. 2. Chronik 15, 16.)

Die Bibel beschreibt die frühen Tage Asas als eine ruhige Zeit, in der er viele Dinge für das Königreich unternehmen konnte. Großen Frieden kann der Herr herstellen, wenn wir Anstrengungen

machen, den Götzendienst und sexuelle Verderbtheit aus unserer Umgebung wegzutun. (s. Psalm 119, 165.)

König Asa hat diese friedvollen und erfolgreichen Jahre dazu benutzt, Pläne für die Zukunft zu legen. Er arbeitete hart, um die Städte Judas zu befestigen, und passte immer darauf auf, dass seine Untertanen den Herrn nicht vergaßen. (s. Vers 6-7.)

Als schließlich ein feindliches Volk heranzog – ein unvorstellbares Millionenheer –, vertraute Asa „auf den Herrn der Heerscharen“, in dessen Namen Israel seither schon oft wunderbar errettet worden war. Er stellte seine Streitkräfte zum Kampfe auf und suchte zugleich Hilfe bei Gott.

„Die feindlichen Heere standen einander gegenüber. Das war eine Zeit der Prüfung und Läuterung für alle, die dem Herrn dienten. Hatten sie jede Sünde bekannt?

Besaßen die Männer Judas volles Vertrauen zu Gottes Retterkraft? Solche und ähnliche Gedanken bewegten die Führer des Volkes. Nach menschlichem Ermessen würde das ungeheure Heer aus Ägypten alles hinwegfegen... Asa hatte sich jedoch in Friedenszeiten nicht allerlei Vergnügungen hingegen, sondern sich auf jeden erdenklichen Notfall vorbereitet. So verfügte er über ein kampfbereites Heer; ferner hatte er seine Untertanen allezeit veranlasst, mit Gott Frieden zu machen. Deshalb wurde er auch jetzt, obwohl seine Streitkräfte an Zahl denen des Feindes weit unterlegen waren, in seinem Glauben an den nicht wankend, dem er völlig vertraute.

Weil der König den Herrn in guten Tagen gesucht hatte, konnte er sich nun auch in der Krisenzeit auf ihn verlassen. Seine Bitten bewiesen, dass ihm Gottes wunderbare Macht nicht fremd war.

*Hast du auch den Herrn zurückgelassen und zugelassen,
dass die Krankheit geistlicher Laxheit in
dein Leben eingedrungen ist?*

„Herr“, so flehte er, „es ist dir nicht schwer, dem Schwachen gegen den Starken zu helfen. Hilf uns, Herr, unser Gott; denn wir verlassen uns auf dich, und in deinem Namen sind wir gekommen gegen diese Menge. Herr, du bist unser Gott, gegen dich vermag kein Mensch etwas.“ (2. Chronik 14, 10.) – *Propheten und Könige*, S. 75.

„König Asas Glaube wurde deutlich belohnt. „Der Herr schlug die Kuschiter vor Asa und vor Juda, so dass sie flohen. Und Asa samt dem Volk, das bei ihm war, jagte ihnen nach bis nach Gerar. Und die Kuschiter fielen, so dass keiner von ihnen am Leben blieb, sondern sie wurden zerschlagen vor dem Herrn und vor seinem Heer.“ (2. Chronik 14, 11. 12.)“ – *Propheten und Könige*, S. 76.

„Das Gebet Asas kann jeder überzeugte Christ uneingeschränkt zu seinem eigenen Gebet machen. Wir haben nicht mit Fleisch und Blut zu kämpfen, sondern mit Mächtigen und Gewaltigen, mit den bösen Geistern unter dem Himmel (vgl. Epheser 6, 12). Im Lebenskampf müssen wir bösen Mächten begegnen, die gegen das Recht antreten. Auch da ruht unsere Hoffnung nicht auf Menschen, sondern auf dem lebendigen Gott. Mit völliger Glaubensgewissheit dürfen wir erwarten, dass er zur Ehre seines Namens seine Allmacht mit den menschlichen Bemühungen vereinigen wird. So können wir, angetan mit dem „Panzer der Gerechtigkeit“, (Epheser 6, 14) den Sieg über jeden Feind erringen.“ – *Propheten und Könige*, S. 75.

Nach dieser Schlacht und großem Sieg sandte Gott den Propheten Asarja mit einer Botschaft

von Hoffnung und Zuversicht zu Asa: „Da zog er [Asarja] hinaus Asa entgegen und sprach zu ihm: Höret mir zu, Asa und ganz Juda und Benjamin. Der Herr ist mit euch, weil ihr mit ihm seid; und wenn ihr ihn sucht, wird er sich von euch finden lassen; werdet ihr ihn aber verlassen, so wird er euch auch verlassen ... Ihr aber, seid getrost und lasst eure Hände nicht sinken; denn euer Werk hat seinen Lohn.“ (2. Chronik 15, 1. 2. 7.)“ – *Propheten und Könige*, S. 76.

Asa wurde durch diese Worte so sehr ermutigt, dass er bald darauf eine zweite Reformation in Juda durchführte. Er „tat weg die Gräuel aus dem ganzen Lande Juda und Benjamin und aus den Städten, die er gewonnen hatte auf dem Gebirge Ephraim, und erneuerte den Altar des Herrn, der vor der Halle des Herrn stand.“ (2. Chronik 15, 8.)

Asa bewahrte die gut gemeinten Anweisungen des Propheten. Genau so wie Gott es verheißen hatte, ergossen sich die Segnungen des Herrn über das Land. Diese Segnungen waren so offensichtlich, dass viele von den Israeliten aus dem Norden nach Juda zogen. Sie sehnten sich danach, den wahren Gottesdienst wiederhergestellt zu sehen und wollten die Erfahrung machen, unter der Herrschaft eines gerechten Königs zu leben.

„Und [Asa] versammelte ganz Juda und Benjamin und alle aus Ephraim, Manasse und Simeon, die bei ihnen wohnten; denn es fiel ihm eine große Menge aus Israel zu, als sie sahen, dass der Herr, sein Gott, mit ihm war. Und sie versammelten sich in Jerusalem im dritten Monat des fünfzehnten Jahres der Herrschaft Asas und op-

fernten dem Herrn am selben Tage von der Beute, die sie hergebracht hatten, siebenhundert Rinder und siebentausend Schafe. Und sie traten in den Bund, den Herrn, den Gott ihrer Väter, zu suchen von ganzem Herzen und von ganzer Seele ... Und er ließ sich von ihnen finden. Und der Herr gab ihnen Ruhe ringsumher.“ (2. Chronik 15, 9-12. 15.)

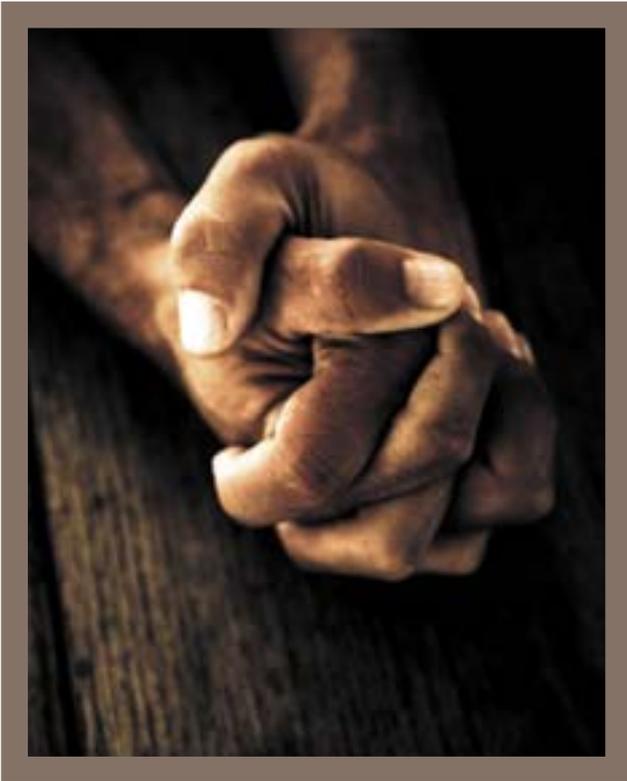
König Baesa von Israel war durch diesen Verlust seiner eigenen Leute, die nach Juda umsiedelten so alarmiert, dass er die südliche Grenzstadt zu Juda, Rama, zu einer Festung ausbaute. Asa war über eine solche Provokation bestürzt, die militärische Macht Israels vor Judas Haustür zu haben. Nach seiner Meinung war dies eine Kriegserklärung. Wie sollte er darauf reagieren?

So unglaublich es auch klingt: Nach einer langen Zeit des vollen Vertrauens zu Gott sammelte Asa die Schätze des Hauses Gottes, um ein zweifelhaftes militärisches Bündnis mit Syrien zu finanzieren. Anstatt auf den Herrn zu vertrauen, bezahlte er einen heidnischen König, um das Problem loszuwerden.

Am Anfang schien es, als würde sich diese unheilige Allianz auszahlen. Syrien drang in Israel ein, besiegte unzählige Städte und zwang Israel, aus der Festung zu fliehen. Rama fiel an Juda zurück.

Die anfangs glücklichen Ereignisse waren die Anzeichen eines tragischen Endes eines Königs, der die meiste Zeit seines Lebens dem treuen Dienst für den Herrn gewidmet hatte.

Zu dieser Zeit sandte der Herr den Propheten Hanani zu Asa mit einer Botschaft, die ihn gar nicht



erfreute: „Dass du dich auf den König von Syrien verlassen hast und hast dich nicht auf den Herrn, deinen Gott, verlassen, darum ist die Macht des Königs von Syrien deiner Hand entronnen. Waren nicht die Mohren und Libyer eine große Menge mit sehr viel Wagen und Reitern? Doch da gab sie der Herr in deine Hand, da du dich auf ihn verließest. Denn des Herrn Augen schauen alle Lande, dass er starke die, so von ganzem Herzen an ihm sind. Du hast töricht getan; darum wirst du auch von nun an Kriege haben.“ (2. Chronik 16, 7-9.)

Diese lieb gemeinte Zurechtweisung erzürnte den alternden König. Er sperrte den Propheten ins Gefängnis und löste eine Verfolgung gegen sein eigenes Volk aus.

Anstatt sich wegen seines Fehlers vor Gott zu demütigen, wurde Asa „zornig über den Seher und legte ihn ins Gefängnis; denn er grollte ihm über diesem Stück. Und Asa unterdrückte etliche des Volkes zu der Zeit.“ (2. Chronik 16, 10.)

Nicht lange später befahl der König eine tödliche Krankheit, wo er das wunderbare Eingreifen Gottes ablehnte und sich stattdessen Hilfe bei den Ärzten suchte.

„Im neununddreißigsten Jahr seiner Herrschaft wurde Asa ‚krank an seinen Füßen ... und seine Krankheit nahm sehr zu; und er suchte auch in seiner Krankheit nicht den Herrn, sondern die Ärzte.‘ (2. Chronik 16, 12.) Schließlich starb der König im einundvierzigsten Jahr seiner Herrschaft. Sein Sohn Josaphat wurde sein Nachfolger.“
– *Propheten und Könige*, S. 77.

Innerhalb von zwei Jahren verstarb der König. So beendete er den zweiten Teil seiner Königsherrschaft, die so verheißungsvoll durch ein großes Werk begonnen hatte. (Vers 11.) Ja, beide Abschnitte der Regierung Asas sind berichtet, der erste und der zweite.

Im ersten Abschnitt lebte Asa für Gott. Er führte Juda aus religiöser Verwirrung und reinigte die Städte von Gesetzlosigkeit und Götzendienst. Er reinigte das Haus Juda – und es wuchs und gedieh. Als das Heer der Mohren kam, schrie Asa zu Gott, und Gott errettete Juda.

Aber gegen Ende seines Lebens, im zweiten Abschnitt, war Asa weit vom Herrn abgekommen. Das geschah nicht über Nacht, nicht innerhalb von Monaten sondern eher von Jahren. Asa verlor immer mehr den Kontakt mit Gott. Sein Glaube wurde schwach. Und als die Probleme und der persönliche Druck größer wurden, wandte er sich eher an Menschen als an Gott.

König Asa ist nicht anders als viele vom Volke Gottes heute, die von Gott als lauwarm bezeichnet werden. „Und dem Engel der Gemeinde zu Laodizea schreibe: Das sagt, der Amen heißt, der treue

und wahrhaftige Zeuge, der Anfang der Kreatur Gottes: Ich weiß deine Werke, dass du weder kalt noch warm bist. Ach, das du kalt oder warm wärest! Weil du aber laubist und weder kalt noch warm, werde ich dich ausspeien aus meinem Munde. Du sprichst: Ich bin reich und habe gar satt und bedarf nichts! und weißt nicht, dass du bist elend und jämmerlich, arm, blind und bloß.“ (Offenbarung 3, 14-17.) Sie haben nicht länger den brennenden Eifer und unerschütterlichen Glauben, den sie am Anfang bei ihrer Bekehrung hatten. Sie schütteten ihr Herz nicht mehr in ernstem Gebet vor Gott aus, wie sie es früher taten. Ihre tiefe und ausdauernde Liebe in der Suche nach der faszinierenden Wahrheit, die in Gottes Wort verborgen liegt, ist es eiskalt geworden. Fasten, die Gemeinschaft mit den Brüdern, das Sichversenken in der Wahrheit – das alles ist abgeflaut.

Hast du auch eine solche Erfahrung? Hast du auch den Herrn zurückgelassen und zugelassen, dass die Krankheit geistlicher Laxheit in dein Leben eingedrungen ist? Hast du vielleicht nach einem guten Neuanfang wieder nachgelassen, oder ist es schon zu einem Stopp gekommen?

Wenn es so ist, dann pass auf und lerne von den unglücklichen Lektionen eines jüdischen Königs, dessen erste Werke besser waren als die letzten. Für Asa hätte es nicht so enden müssen. Auch für dich muss es nicht böse enden. Asa konnte sich bekehren, aber er tat es nicht.

Du kannst zu Gott zurückkommen, selbst am Ende deines Lebens. „Gedenke, wovon du gefallen bist, und tue Buße und tue die ersten Werke. Wo aber nicht, werde ich dir bald kommen und deinen Leuchter wegstoßen von seiner Stätte, wo du nicht Buße tust.“ (Offenbarung 2, 5.) „Werde wach und starke das andere, das sterben will; denn ich habe deine Werke nicht völlig erfunden vor Gott.“ (Offenbarung 3, 2.) Aber beeile dich, denn der Herr kommt bald! □

Warum lacht Sara?

von S. Staudinger



„Abraham glaubte dem Herrn, und das rechnete er ihm zur Gerechtigkeit.“ (1. Mose 15, 6.)

Wenn wir die Geschichte von Abraham und Sara von Anfang an lesen, stellen wir fest, dass es diesen beiden Menschen nicht anders ging, als es uns heute oft geht. Glaubte Abraham wirklich ohne Bedenken dem Worte Gottes? Findet man nicht doch einen kleinen Zweifel, in der Diskussion, welche er mit Gott führte? Der Herr redete mit Abraham wie mit einem Freund: „Fürchte dich nicht Abraham, ich bin dein Schild und dein großer Lohn.“ (1. Mose 15, 1.) – „Ja, aber mir hast du keinen Samen gegeben, wie soll sich dann deine Verheißung erfüllen? Wessen Same soll das verheißene Land besitzen, wenn ich keine Kinder habe? Woher die vielen Nachkommen wie der Sand am Meer, wie die Sterne am Himmel?“

Sie waren beide alt geworden, Sara fünfundsiebzig und Abraham fünfundachtzig Jahre. Biologisch war das ja doch ein Ding der Unmöglichkeit. Um aus dieser ausweglosen Situation herauszukommen, machte die kluge Sara den Vorschlag: „Siehe, der Herr hat mich verschlossen, dass ich nicht gebären kann. Gehe doch zu meiner Magd, ob ich vielleicht aus ihr mich aufbauen möge. Und Abraham gehorchte der Stimme Sarais.“ (1. Mose 16, 2.) In der Tat,

der Plan funktionierte. Aber der Mensch denkt und Gott lenkt.

Jetzt begannen die Probleme, die immer dann entstehen, wenn der Mensch sich nicht geduldig auf Gottes Zusage verlässt. Die Harmonie der glücklichen Ehe wurde massiv gestört. Zwietracht, Neid, Eifersucht auf Saras Seite, Überheblichkeit und Stolz von Seiten Hagar trübten schon während der Schwangerschaft den Familienfrieden, und noch viel mehr nach der Geburt des Sohnes Ismael.

Sechshundachtzig Jahre war Abraham alt, als sein Sohn Ismael zur Welt kam. Auch für ihn hatte Gott in seiner Gnade einen Weg bereit. Aber mit welch schwerwiegenden Folgen bis in unsere Tage und bis zum Ende der Welt!

Als der junge Ismael dreizehn Jahre alt war, erst fünfundzwanzig Jahre nach der Verheißung Gottes, erfüllte sich, was der Herr Abraham gesagt hatte. „Und der Herr erschien ihm im Hain Mamre, da er saß an der Tür seiner Hütte, da der Tag am heißesten war.“ (1. Mose 18, 1.) Abraham beeilte sich, den drei Wanderern Gastfreundschaft zu erweisen. Er ließ Wasser holen zur Erfrischung und Speise und Trank zur Stärkung. „Da sprachen sie zu ihm: Wo ist dein Weib Sara? Er antwortete: Drinnen in der Hütte. Da sprach er: Ich will wieder zu

dir kommen über ein Jahr; siehe, so soll Sara, dein Weib, einen Sohn haben. Das hörte Sara hinter der Tür der Hütte.“ (Vers 9-10.) Ihre Überlegung war ja vernünftig: Wie sollte das jetzt zugehen, nach so vielen Jahren der Unfruchtbarkeit?

„Darum lachte sie bei sich selbst...“ Da sprach der Herr zu Abraham: „Warum lacht Sara und spricht: Meinst du, dass es wahr sei, dass ich noch gebären werde, so ich doch alt bin? Sollte dem Herrn etwas unmöglich sein? Um diese Zeit will ich wieder zu dir kommen über ein Jahr, so soll Sara einen Sohn haben. Da leugnete Sara und sprach: Ich habe nicht gelacht; denn sie fürchtete sich. Aber er sprach: Es ist nicht also; du hast gelacht!“ (Vers 12-15.) Sara, dir hilft kein Leugnen! Gott zeigte ihr durch seine Worte, dass er jede geheime Regung des menschlichen Herzens wahrnimmt.

Aber Sara war ja nicht die einzige, die gelacht hatte! Wir lesen in diesem Bericht einige Verse vorher, in 1. Mose 17, 16-17: „Denn ich will [Sara] segnen, und auch von ihr will ich dir einen Sohn geben; denn ich will sie segnen, und Völker sollen aus ihr werden und Könige über viele Völker. Da fiel Abraham auf sein Angesicht und lachte, und sprach in seinem

Seit wie vielen Jahren lesen und hören wir bereits darüber, dass unser Heiland bald wiederkommen wird?

Herzen: Soll mir, hundert Jahre alt, ein Kind geboren werden, und Sara, neunzig Jahre alt, gebären?“

Fünfundzwanzig Jahre Warten lohnten sich für Abraham und Sara! „Hundert Jahre war Abraham alt, da ihm sein Sohn Isaak geboren ward. Und Sara sprach: Gott hat mir ein Lachen zugerichtet; denn wer es hören wird, der wird über mich lachen, und sprach: Wer durfte von Abraham sagen, dass Sara Kinder säuge? Denn ich habe ihm einen Sohn geboren in seinem Alter.“ (1. Mose 21, 5-7.)

Große Freude herrschte im Hause Abraham. Der unerschütterliche Glaube und sein Gehorsam haben ihn zu unserem Glaubensvater gemacht. Die Erziehung seines ganzen Hauses war unter den Willen Gottes gestellt. Der Herr sagte von ihm: „Denn ich weiß, er wird befehlen seinen Kindern und seinem Hause nach ihm, dass sie des Herrn Wege halten und tun, was recht ist, auf dass der Herr auf Abraham kommen lasse, was er verheißen hat.“ (1. Mose 18, 19.)

Im Gegensatz zu seinem Onkel Abraham konnte sich sein Neffe Lot den Verführungen des Feindes nicht so entschieden widersetzen. Seine Entscheidung, sich von seinem Onkel Abraham zu trennen, und sich das bessere Land auszusuchen, wurde zu einem Fallstrick für seine ganze Familie. Die drei Männer, welche bei Abraham Gastfreundschaft genossen hatten, brachten Lot die Warnung, aus Sodom zu fliehen. „Und die Männer sprachen zu Lot: Hast du noch irgend hier einen Eidam und Söhne und Töchter und wer dir angehört in der Stadt, den führe aus dieser Stätte. Denn wir werden die Stätte verderben, darum dass ihr Geschrei groß ist vor dem Herrn; der

hat uns gesandt, sie zu verderben. Da ging Lot hinaus und redete mit seinen Eidamen, die seine Töchter nehmen sollten: Macht euch auf und geht aus diesem Ort; denn der Herr wird diese Stadt verderben. Aber es war ihnen lächerlich.“ (1. Mose 19, 12-14.)

Wie gefährlich es ist, Gottes Wort oder seine Warnungen lächerlich zu finden, lernen wir aus dem Schicksal von Lots Frau. Sie hatte zwar nicht widersprochen wie ihre zukünftigen Schwieger-söhne. Sie hatte auch nicht über die Warnungen des Herrn gelacht, aber ihr Herz hing an ihrem schönen Heim und an der Stadt mit ihren tausend Vergnügungen. Nur widerwillig ließ sie sich von den Boten Gottes aus der Stadt ziehen – bis sie nicht mehr widerstehen konnte, nur noch einmal zurück zu schauen auf ihr vermeintlich verlorenes Paradies!

„Und sein Weib sah hinter sich und ward zur Salzsäule.“ (1. Mose 19, 26.) „Gedenke an des Lot Weib! Wer da sucht, seine Seele zu erhalten, der wird sie verlieren; und wer sie verlieren wird, der wird ihr zum Leben helfen.“ (Lukas 17, 32-33.)

Es gilt also, sich völlig zu lösen von dem, was uns an diese Welt bindet und uns daran hindert, uns völlig dem Herrn zu weihen!

Ist es denn nun für einen aufrichtigen Christen verboten, zu lachen und fröhlich zu sein? Ich persönlich, habe in meinem Leben viel und gerne gelacht. Ich habe auch viel Frohsinn verbreitet. Mir gefiel es immer, meine Mitmenschen aufzuheitern und gute Laune in die trübseligen Herzen zu bringen. Gott hat mir ein fröhliches Herz geschenkt, und ich bin ihm so dankbar für diese Gabe!

In meinem Leben habe ich auch viele schwere Schicksalsschläge erleiden müssen. Viele Menschen wurden mir genommen, die mir viel bedeuteten. Wenn ich am Boden zerstört und zerschlagen war, habe ich mich aber immer wieder an meinem Heiland aufgerichtet, der mir in den schwersten Stunden ein Lied in den Sinn gab. Das sang ich dann in meinem Herzen und brachte es schließlich auch fertig, es laut vor mich hin zu singen, wenn es mir auch noch so schwer fiel. (Das praktiziere ich auch heute noch, in meinem Alter!) Diese Eigenschaft half mir aber auch immer, mit denen zu fühlen und die zu trösten, die es nicht so leicht hatten wie ich, in Gott Trost und Halt zu finden.

„Freuet euch mit den Fröhlichen, und weinet mit den Weinenden.“ (Römer 12, 15.) „Seid fröhlich in Hoffnung, geduldig in Trübsal, haltet an am Gebet.“ (Römer 12, 12.)

Wir leben in einer bösen und ernsten Zeit. Wie Abraham und Sara verzagt waren, weil die Erfüllung der Verheißung so lange auf sich warten ließ, so mag es auch uns heute gehen. Wie viele Jahre lesen und hören wir schon, dass unser Heiland bald kommen wird, aber er lässt immer noch auf sich warten! Der Zustand der Welt zeigt uns ganz deutlich, dass wir am Ende der Gnadenzeit angelangt sind. „Heute kündigen die Zeichen der Zeit, dass wir an der Schwelle großer und ernster Ereignisse stehen. In unserer Welt ist alles in Bewegung geraten. Vor unseren Augen erfüllt sich die Weissagung des Erlösers über die Geschehnisse, die seinem Kommen vorausgehen sollen.“ – *Propheten und Könige*, S. 375.

Für uns heißt es, unsere Häupter zu erheben, denn bald

naht unsere Erlösung! Wir sollen keinen Teil an dieser „Spaßgesellschaft“ haben, die von einer Fete in die andere taumelt, auch nicht ihre Gewohnheiten und Moden nachahmen. Warnend spricht der Herr zu seinem Volk: „Nahet euch zu Gott, so naht er sich zu euch. Reiniget eure Hände, ihr Sünder und machet eure Seelen keusch, ihr Wankelmütigen. Seid elend und traget Leid und weinet; euer Lachen verkehre sich in Weinen und eure Freude in Traurigkeit. Demütigt euch vor Gott, so wird er euch erhöhen.“ (Jakobus 4, 8-10.)

König Salomo gab zu seiner Zeit einen Rat, der auch in unseren Tagen noch angenommen werden muss. „Es ist besser, in das Klagehaus zu gehen, denn in das Trinkhaus; in jenem ist das Ende aller Menschen, und der Lebendige nimmt es zu Herzen. Es ist Trauern besser als Lachen, denn durch Trauern wird das Herz gebessert.“ (Prediger 7, 2-3.) Sollen uns diese Verse nun vollkommen davon abbringen, uns des Lebens zu freuen? Das sei ferne! Wir dürfen voller Hoffnung sein, wir haben ja unseren

Heiland an unserer Seite, der uns versprochen hat: „Und siehe, ich bin bei euch alle Tage bis an der Welt Ende.“ (Matthäus 28, 20.)

„Der Herr wird bald kommen, und wir müssen bereit sein, ihm in Frieden zu begegnen. Wir wollen fest entschlossen sein, alles zu tun, was in unserer Macht steht, um Licht an unsere Umgebung weiterzugeben. Wir sollten nicht traurig, sondern fröhlich sein, und den Herrn Jesus immer vor Augen haben. Er wird bald kommen, und wir müssen bereit sein und sein Erscheinen erwarten. Wie herrlich wird das sein, ihn zu sehen und als seine von ihm Losgekauften begrüßt zu werden! Lange haben wir gewartet, doch unsere Hoffnung darf nicht erlöschen. Wenn wir nur den König in seiner Schönheit sehen, dann werden wir für alle Zeit gesegnet sein. Ich habe das Gefühl, als müsste ich laut hinausrufen: ‚Es geht heimwärts!‘ Wir nähern uns der Zeit, in der Christus in Kraft und großer Herrlichkeit wiederkommt, um seine Erkauften in ihre ewige Heimat zu holen.“ – *Maranatha*, S. 106.

„Die mit Tränen säen, werden mit Freuden ernten. Sie gehen hin und weinen und tragen edlen Samen und kommen mit Freuden und bringen ihre Garben.“ (Psalm 126, 5-6.)

„Selig seid ihr, die ihr hier hungert; denn ihr sollt satt werden. Selig seid ihr, die ihr hier weinet; denn ihr werdet lachen.“ (Lukas 6, 21.)

„Als dann werden die Jungfrauen fröhlich am Reigen sein, dazu die junge Mannschaft und die Alten miteinander. Denn ich will ihr Trauern in Freude verkehren und sie trösten und sie erfreuen nach ihrer Betrübnis.“ (Jeremia 31, 13.)

„Wenn der Herr die Gefangenen Zions erlösen wird, so werden wir sein wie die Träumenden. Dann wird unser Mund voll Lachens und unsere Zunge voll Rühmens sein. Da wird man sagen unter den Heiden: Der Herr hat Großes an ihnen getan! Der Herr hat Großes an ihnen getan; des sind wir fröhlich.“ (Psalm 126, 1-3.)

Möge uns auch ein frohes Lachen beschieden sein, wenn unser Heiland uns heimholt! □

WIR ABER WARTEN EINES NEUEN HIMMELS UND
EINER NEUEN ERDE NACH SEINER VERHEISSUNG,
IN WELCHEN GERECHTIGKEIT WOHNT.

2. Petrus 3, 13.

JESUS,

von G. Laksa

UNSERE

Zuflucht

Mose gebot den Israeliten, Freistädte für einen besonderen Zweck auszuwählen, wenn sie das Land Kanaan einnehmen würden. Es sollten Städte sein, welche als Erbteil den Leviten gegeben wurden. Nachdem Josua das Land Kanaan eingenommen hatte, folgte er dem wiederholten Befehl des Herrn, so wie Mose die Anweisungen von Gott erhielt (s. 4. Mose 35, 10-12). „Und der Herr redete mit Josua und sprach: Sage den Kindern Israel: Gebt unter euch Freistädte, davon ich durch Mose euch gesagt habe, dahin fliehen möge ein Totschläger, der eine Seele unversehens und unwissend schlägt, dass sie unter euch frei seien von dem Bluträcher. Und der da flieht zu der Städte einer, soll stehen draußen vor der Stadt Tor und vor den Ältesten der Stadt seine Sache ansagen; so sollen sie ihn zu sich in die Stadt nehmen und ihm Raum geben, dass er bei ihnen wohne. Und wenn der Bluträcher ihm nachjagt, sollen sie den Totschläger nicht in seine Hände übergeben, weil er unwissend seinen Nächsten geschlagen hat und ist ihm zuvor nicht feind gewesen.“ (Josua 20, 1-5; s. auch 5. Mose 19, 2. 3. 8. 9.)

Es galten besondere Vorschriften. Josua sollte drei Städte diesseits und drei Städte jenseits des Jordans bestimmen.

„Die Freistädte waren so verteilt, dass sie aus jeder Gegend des Landes in einem halben Tag zu erreichen waren. Die dahin führenden Straßen sollten immer in gutem Zustand sein. Überall standen Wegweiser, die in deutlicher, auffallender Schrift das Wort ‚Zuflucht‘ trugen, damit der Flüchtige keinen Augenblick aufgehalten wurde.“ – *Patriarchen und*

Propheten, S. 495.

Wer durfte nur Zuflucht in der Freistadt finden? Nur jener, welcher nicht aus Mutwillen, vorsätzlich, unversehens jemanden durch irgendein Ungeschick tötete – um geschützt vor dem Bluträcher zu sein. Es war eine barmherzige und gnädige Einrichtung für jenen Menschen. Im Alten Testament war ein Gesetz der Bestrafung eines Mörders, dass sich die nächsten Verwandten des Toten an ihn rächen konnten. Bevor der Totschläger Sicherheit fand, wurde der Fall draußen vor der Stadt genau untersucht. Nachdem er Schutz gefunden hatte, wurde sein Fall dem Rat der Ältesten angesagt. Sie entschieden, ob er in der Stadt bis zum Tod des Hohepriesters wohnen bleiben durfte. Aber ein Spaziergang außerhalb der Stadt war für ihn gefährlich. Er war dann wieder dem Verfolger ausgeliefert. Bestätigten sich niedere Beweggründe für den Totschlag, wie Hass, Rache oder Feindschaft, musste er die Stadt verlassen.

Wir leben jetzt im neuen Bund des Evangeliums. Alle Schattenzereimonien und Vorschriften waren ein Sinnbild für unseren Heiland sowie eine Lehre für uns. Unsere Freistadt und Zuflucht ist Jesus Christus.

„Die für das Volk Gottes im Altertum bestimmten Freistädte waren ein Sinnbild für die Zuflucht, die Christus bietet. Derselbe barmherzige Heiland, der jene irdischen Freistädte anordnete, schuf durch sein vergossenes Blut für die Übertreter des göttlichen Gesetzes eine sichere Zuflucht, in die sie zu ihrer Sicherheit vor dem zweiten Tod fliehen können. Keine Macht der Welt kann die Menschen aus seiner Hand rei-

ßen, die ihn um Vergebung bitten. ‚So gibt es nun keine Verdammnis für die, die in Christus Jesus sind.‘ ‚Wer will verdammen? Christus ist hier, der gestorben ist, ja vielmehr, der auch auferweckt ist, welcher ist zur Rechten Gottes und vertritt uns‘, damit wir ‚einen starken Trost haben, die wir unsre Zuflucht dazu genommen haben, festzuhalten an der angebotenen Hoffnung‘. (Römer 8, 1. 34; Hebräer 6, 18.)

Wer in die Freistadt flüchtete, durfte nicht lange zögern. Es hieß, Familie und Beschäftigung zu verlassen. Er hatte nicht Zeit, seinen Lieben Lebewohl zu sagen. Sein Leben stand auf dem Spiel. Da musste alles andere hinter diesem einen Gedanken zurückstehen, die Stadt zu erreichen, wo er sicher war. Vergessen war die Müdigkeit, man achtete nicht der Mühseligkeiten. Der Flüchtling durfte nicht wagen, seinen Schritt auch nur einen Augenblick zu verlangsamen, ehe er innerhalb der rettenden Stadtmauern war.“ – *Patriarchen und Propheten*, S. 496. 497.

„Errette mich, mein Gott, von meinen Feinden; zu dir habe ich Zuflucht.“ (Psalm 143, 9.) „Wie teuer ist deine Güte, Gott, dass Menschenkinder unter dem Schatten deiner Flügel Zuflucht haben!“ (Psalm 36, 8.)

So wie der Totschläger bei vorsätzlicher Tat keinen Schutz bekam, so kann uns Jesus nicht unter seine Obhut nehmen, wenn wir wissentlich hartnäckig sündigen, sondern wir sind Satan ausgesetzt. „Offenbar sind aber die Werke des Fleisches, als da sind: Ehebruch, Hurerei, Unreinigkeit, Unzucht, Abgötterei, Zauberei, Feindschaft, Hader, Neid, Zorn, Zank, Zwietracht, Rotten, Hass,

Mord, Saufen, Fressen und dergleichen, von welchen ich euch zuvor gesagt und sage noch zuvor, dass, die solches tun, werden das Reich Gottes nicht erben.“ (*Galater 5, 19-21.*)

„Denn so wir mutwillig sündigen, nachdem wir die Erkenntnis der Wahrheit empfangen haben, haben wir fürder kein anderes Opfer mehr für die Sünden, sondern ein schreckliches Warten des Gerichts und des Feuereifers, der die Widersacher verzehren wird.“ (*Hebräer 10, 26-27.*)

„Wer in die Freistadt flüchtete, durfte nicht lange zögern... Sein Leben stand auf dem Spiel. Ebenso ist der Sünder dem ewigen Tode preisgegeben, bis er Zuflucht in Christus findet. Und wie Zögern und Sorglosigkeit den Flüchtling um die einzige Überlebensebene bringen konnten, so können Zaudern und Gleichgültigkeit das Verderben des Menschen bedeuten. Satan, der große Gegner, ist jedem Übertreter des heiligen Gesetzes Gottes auf der Spur. Und wer sich der Gefahr nicht bewusst wird und in der ewigen Zuflucht Schutz sucht, fällt dem Verderber zum Opfer. Ebenso genügt es nicht, als Sünder an die Sündenvergebung in Christus zu glauben; er muss auch durch Glauben und Gehorsam in Christus bleiben“ – *Patriarchen und Propheten*, S. 497.

Wie kann auch ich ein Totschläger sein?

„Wer seinen Bruder hasst, der ist ein Totschläger; und ihr wisset, dass ein Totschläger hat nicht das ewige Leben bei ihm bleibend.“ (*1. Johannes 3, 15.*)

So wie die Freistädte im Schnelllauf in ein paar Stunden erreicht sein mussten, so sollen wir auch mit unserer Schuld unverzüglich im Gebet um Vergebung bitten und auch die Zusage der Vergebung annehmen und in seiner Zusicherung und Zuflucht verharren. Sonst quält uns Satan ständig mit seinen Anklagen und raubt den Frieden des Herzens. „Lasset die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen.“ (*Epheser 4, 26.*)

„Und sollst den Weg dahin zu richten.“ (*5. Mose 19, 3.*) Die zu den Freistädten führenden Straßen muss-

ten immer in gutem Zustand sein, mit Wegweisern, die sehr deutlich mit „Zuflucht“ beschriftet waren. So ist auch für uns der Weg zu Jesus leicht und unverkennbar gemacht. Das Wort Gottes, die Bibel und der Heilige Geist als Arbeiter an unserem Gewissen führen uns direkt zu Jesus. Dazu zeigen uns auch die Schriften von Schw. White den Weg und noch dazu die Stolpersteine, die Satan uns in den Weg legt. Aber Engel räumen uns die Steine weg, damit wir nicht hinfallen. Achte aber auch darauf, dass die Wegschilder mit den Anweisungen der Heiligen Schrift und den Zeugnissen übereinstimmen, denn der Feind verdreht die Wegweiser oft in die andere Richtung.

Die Freistädte waren für alle ein Ort der Sicherheit, ob für Einheimische oder Fremde. So ist Jesus für alle Menschen Zuflucht und Schild. Im Alten Testament hat alles eine Beziehung zu Jesus. Es liegt das Evangelium des Neuen Testaments im Alten verborgen.

Interessant sind die Namen der Freistädte. Übersetzt haben diese eine Bedeutung bzw. Beziehung zu Jesus. Auch die geographische Anordnung ist beachtenswert. Auf jeder Seite des Jordans waren im Norden, in der Mitte des Landes und im Süden die Zufluchtstädte verteilt, drei auf der westlichen Seite: Kades, Sichem und Hebron, und drei auf der östlichen Seite: Golan, Ramat und Bezer.

1. Kades

in Galiläa im Norden; bedeutet „heilig“. „Heilig, heilig, heilig ist der Herr Zebaoth; alle Lande sind seiner Ehre voll.“ (*Jesaja 6, 3.*)

2. Sichem

im Lande Ephraim in der Mitte; bedeutet „Schulter, Beistand“. Jesus trägt alles und alle. „Er hat unsere Schwachheiten auf sich genommen, und unsere Seuchen hat er getragen.“ (*Matthäus 8, 17, letzter Teil.*) „Schaffe uns Beistand in der Not; denn Menschenhilfe ist nichts nütze.“ (*Psalm 60, 13.*) Über den guten Hirten heißt es: „Und wenn er's gefunden hat, so legt er's auf seine Achseln mit Freuden.“ (*Lukas 15, 5.*)

3. Hebron

im Süden im Lande Juda; bedeutet „Gemeinschaft“. „Der gesegnete

Kelch, welchen wir segnen, ist der nicht die Gemeinschaft des Blutes Christi? Das Brot, das wir brechen, ist das nicht die Gemeinschaft des Leibes Christi?“ (*1. Korinther 10, 16.*)

4. Golan

östliche Jordanseite im Norden des Landes Manasse; bedeutet „Freude“. „... vor dir ist Freude die Fülle und liebliches Wesen zu deiner Rechten ewiglich.“ (*Psalm 16, 11.*) „Solches rede ich zu euch, auf dass meine Freude in euch bleibe und eure Freude vollkommen werde.“ (*Johannes 15, 11.*)

5. Ramot

in der Mitte im Stamm Gad; bedeutet „Erhöhung“. „Und wie Mose in der Wüste eine Schlange erhöht hat, also muss des Menschen Sohn erhöht werden.“ (*Johannes 3, 14.*) „Daher hat ihn auch Gott erhöht und hat ihm einen Namen gegeben, der über alle Namen ist.“ (*Philipp 2, 9.*) „Den hat Gott durch seine rechte Hand erhöht zu einem Fürsten und Heiland, zu geben Israel Buße und Vergebung der Sünden.“ (*Apostelgeschichte 5, 31.*)

6. Bezer

im Süden im Stamm Ruben; bedeutet „Festung“. „Gerechtigkeit und Gericht ist deines Stuhles Festung; Gnade und Wahrheit sind vor deinem Angesicht.“ (*Psalm 89, 15.*) „So kehrt euch nun zu der Festung, ihr, die ihr auf Hoffnung gefangen liegt; denn auch heute verkündige ich, dass ich dir Zwiefältiges vergelten will.“ (*Sacharja 9, 12.*)

Alles in der Bibel dreht sich um Christus

„Auf dass wir durch zwei Stücke, die nicht wanken... einen starken Trost hätten, die wir Zuflucht haben und halten an der angebotenen Hoffnung, welche wir haben als einen sichern und festen Anker unsrer Seele, der auch hineingeht in das Inwendige des Vorhangs.“ (*Hebräer 6, 18-19.*)

„Sonne und Mond werden sich verfinstern, und die Sterne werden ihren Schein verhalten... Aber der Herr wird seinem Volk eine Zuflucht sein und eine Feste den Kindern Israel.“ (*Joel 4, 15. 16.*) □

Trauerbewältigung

von R. Schulz

Vorgeschichte: Ich habe im Zeitraum von fünf Jahren beim DVG (Deutscher Verein für Gesundheit e.V.) eine Ausbildung zur Gesundheitsberaterin gemacht. Im Frühjahr des letzten Jahres informierte ich die Gemeindevertreter über die möglichen Seminare, die ich anbieten könnte, in der Hoffnung, dass von der Gemeinde ein konkreter Vorschlag geäußert würde, welches Seminar ich halten solle. Doch die Verantwortlichen überließen mir die Entscheidung. Nun musste ich mich also doch selber entscheiden.

Da die Entscheidung bei mir lag, und ich keinen Druck verspürte, spielte ich schon mit dem Gedanken, erst im Jahr 2012 ein Seminar zu halten.

Doch dann passierte Folgendes: Im Juni stürzte ich so unglücklich, dass ich erstmal für 4 Wochen einen Gips am Fuß verordnet bekam. Gips am Fuß bedeutet: keine Bewegungsfreiheit, Ruhe halten, Zeit zum Nachdenken und für Überlegungen: „Was mache ich mit der ‚geschenkten‘ Ruhezeit?“

Ich entschloss mich die Zeit zu nützen, ein Seminar vorzubereiten. Da dieser Unfall den Verlust meiner Sommerträume bedeutete, entschied ich mich für das Thema: „Trauer-Trennung-Verluste“.

Als die Entscheidung gefallen war, zückte ich meinen Kalender und sah nach, wann ich einen Zeitraum über fünf Wochen des Gebundenseins, einrichten könnte. Ich

plante die Zeit für die Werbung und bat die Gemeindeglieder von Flörsheim, für dieses Vorhaben zu beten.

Da das Thema nicht ganz einfach ist, kamen auch immer noch solche Gedanken: „Vielleicht muss ich das Seminar doch nicht halten. Damit könnte ich auch gut leben.“

Eine Teilnehmerin des Seminars „Vergebung der Gesundheit zuliebe“, das ich zwei Jahre zuvor gehalten hatte, hatte sich jedoch schon angemeldet. Immer wieder erinnerte ich an die Gebetsunterstützung der Gemeinde. Der Termin kam näher.

Erst eine Woche nach der Zeitungswerbung ging eine Anmeldung ein. Das löste dann eine große Freude bei mir aus, und ich bekam die Gewissheit, dass das Seminar zustande kommen musste. Schließlich konnte ich noch zwei Geschwister der Gemeinde Flörsheim für die Teilnahme gewinnen. Mit 4 Personen plus meiner Person, also fünf Personen, ist schon eine Gruppenarbeit möglich. Also kam das Seminar zustande.

Jeweils an fünf Montagen von 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr traf sich eine Gruppe zu dem Seminar für Trauernde, für Menschen, die einen Verlust erlitten hatten. Nach dem ersten Seminartag lernte ich im Schwimmbad eine Dame kennen, deren Mann vor drei Jahren verstorben war. Ich berichtete ihr von meinem am Tag zuvor begonnenen Seminar. Sie zeigte Interesse, sagte

mir ihren Wohnort und ihre Telefonnummer.

Zuhause schaute ich im Telefonbuch nach ihrer Anschrift und schrieb ihr einen Einladungsbrief mit den Hausaufgaben für den zweiten Seminartag. Dann kam ein Anruf von ihr. Sie teilte mir enttäuscht mit, dass es ja weiter weg sei, als sie geglaubt habe. Aber – Ich dachte: Nun kommt die Absage –, sagte sie, Sie haben mir angeboten, mich von ihnen aus mitzunehmen. Ich komme mit! Könnt ihr euch meine Freude vorstellen? Nun hatte das Seminar fünf Teilnehmer.

Inhalte des Seminars

Vom Aufbau der Inhalte ist das Seminar auf die Personen, deren Erlebnisse und Befindlichkeiten gerichtet. Es bietet den Teilnehmern Gelegenheit, über ihre Gefühle der Trauer in einem schonenden, verständnisvollem Rahmen zu sprechen. Trauer ist viel leichter zu ertragen, wenn man darüber reden kann und entsprechende Freunde und Verwandte hat, die an dem Verlust teilnehmen.

Die Trauernden erfahren, dass ihre Gefühle der Wut, des Nichtwahrhaben-Wollens, des Zweifels an Gott durchaus normal sind. Diese Empfindungen können unverarbeitet aber zu Blockaden werden, die den Heilungsprozess behindern. Es gilt, den Selbstwert der Betroffenen wieder aufzubauen.

en. Sie erfahren, dass Trauerarbeit geleistet werden muss, um an dem Verlust nicht zu zerbrechen. Erst wenn die Trauerarbeit geleistet ist, kann wieder eine Beziehung aufgebaut werden. Es kann in das normale Leben zurückgefunden werden. Jeder trauert anders, und die Trauerarbeit dauert auch bei jedem unterschiedlich lange.

Es wird Verständnis für Menschen gewonnen, die sich noch in dem Trauerprozess befinden.

Bei dieser Thematik bleibt die Frage nach dem Sinn des Lebens und nach Gott nicht aus. Es bietet Gelegenheit auch zu zeigen, dass gläubige Menschen ebenso unter dem Verlust eines Menschen leiden wie jeder andere. Doch es zeigt

Sehr dankbar bin ich darüber, dass Geschwister aus der Gemeinde an dem Seminar teilgenommen haben. Sie bedeuteten mir eine große Unterstützung auch in Glaubensfragen, mit denen ich dann als Seminarleiterin nicht alleine stehe. Es war wirklich ein Segen bei diesem Seminar zu verspüren. Für die Offenheit der Teilnehmer untereinander und dem biblischen Glauben gegenüber, den sie verspürten und sich auch fragend nähern, bin ich sehr dankbar. Ich danke Gott für diese Gelegenheit Zeugnis zu geben.

Am letzten Seminartag haben wir im Anschluss an die offizielle Veranstaltung zu einem gemeinsamen Mittagessen eingeladen, das fast schon einem Gala-Essen

Mandarinen mitgebracht. Bei der Tischgemeinschaft und während der Pausen kam es immer wieder zu Fragen und Antworten bezüglich unseres Glaubens.

Eine Teilnehmerin schrieb mir als Dank auf eine Karte: „... Es ist gut und von großer Bedeutung, dass Du dieses Trauerseminar geleitet hast. Es müsste viel mehr Angebote dieser Art geben, gerade für Menschen, die alleinstehend sind. Mir hat es auch weitergeholfen mit familiären Verlusten fertig zu werden. Ich danke Dir für Deine Zuwendung.“

So danke ich Gott auch für diese Möglichkeit, dass ich in den Räumen der Gemeinde dieses Seminar halten durfte, dass er mir die Gaben geschenkt hat, seelsorgerisch mit



Verlust – Trennung – Trauer

Anzeige bei lokalen Zeitungen

Der Verlust eines Menschen bedeutet Einsamkeit – Stille – Fragen nach dem „Warum?“. Aber auch den Wunsch mit dieser neuen Situation fertig zu werden.

Dabei braucht man UNTERSTÜTZUNG.

In dem Seminar „TRAUERBEWÄLTIGUNG“ lernen Sie – unter verständnisvoller Anleitung und im Gespräch mit anderen Betroffenen – ihren persönlichen Verlust zu verarbeiten.

auch, dass es Menschen mit christlichem Hintergrund leichter haben, in der Hoffnung auf Vergebung und auf ein Wiedersehen den Verlust zu verkraften.

Doch die Menschen erfahren auch, dass die Überwindung der Trauer ein Prozess ist, der seine Zeit braucht. Sich dem Schmerz zu stellen ist besser, als ihn zu meiden, denn durch die Konfrontation mit dem Schmerz wird Heilung möglich.

entsprach. Es gab im Backofen gebackene kleine Knoblauch-Rosmarin-Kartöffelchen, eine leckere Kürbissuppe – den Hokkaido Kürbis hatte eine Teilnehmerin gespendet – und von Schw. Dragica liebevoll zubereitete Pasta mit Paprika, Champignons, Zucchini, Fenchel und gefüllte Kohlrouladen.

Einige Teilnehmerinnen hatten noch selbst gebackene Plätzchen und superfeine Nussecken sowie

Menschen umgehen zu können, dass ich die modernen Medien zu nutzen gelernt habe, und für die Kraft und das Durchhaltevermögen, dieses Seminar vorzubereiten und durchzuführen. Mögen die Menschen weiterhin Fortschritte in der Verarbeitung machen und auch im Glauben wachsen.

Betet dafür, dass ich mit Gottes Hilfe noch weitere Seminare dieser Art halten darf und kann. □

SO EIN KÄSE!



von L. Balbach

„KÄSE SOLLTE NIEMALS IN DEN MAGEN GELANGEN... KÄSE SCHADET DER GESUNDHEIT.“

– Bewusst essen, S. 163. 164.

Die deutsche Käseindustrie zählt zu den größten der Welt. 2010 wurden in Deutschland 2,35 Mio. Tonnen Käse produziert. Das bedeutet im Vergleich zu 1996 eine Steigerung von fast 54%. Jeder Deutsche verzehrte im Schnitt knapp 23 Kilogramm Käse.¹

Da heutzutage immer mehr Frauen arbeiten gehen, nimmt der Verzehr von Sandwichs, Tiefkühlmahlzeiten und Fast Food zu, was beträchtlich zum Anstieg des Käsekonsums beiträgt.

Viele Konsumenten gehen davon aus, dass der kalziumhaltige Käse ein nahrhaftes Lebensmittel ist. Wissenschaftliche Untersuchungen bestätigen hingegen, dass viele Gesundheitsprobleme mit dem Verzehr von Käse in Verbindung stehen. Die Kalziumzufuhr sichert man besser durch dunkelgrünes Blattgemüse. Rübstieler zum Beispiel enthält 100 mg Kalzium pro 100 g, Blattkohl etwa 40 mg. Auch Sojamilch mit Kalziumzusatz ist eine wichtige Kalziumquelle.² Der Körper kann Kalzium aus pflanzlicher Nahrung ebenso gut oder sogar besser aufnehmen als aus Milchprodukten. Lasst uns einige gesundheitliche Auswirkungen von Käse betrachten.

Was ist Käse?

Das Gesetz in Deutschland definiert Käse als „frische oder in verschiedenen Graden der Reife befindliche Erzeugnisse, die aus dickgelegter Käsereimilch hergestellt sind... Käse sind auch Erzeugnisse, 1. die aus Süßmolke oder Sauermolke durch Entzug von Wasser, auch unter Zusatz von Milch, Sahne (Rahm), Molkensahne (Molkenrahm), Butter, Butterschmalz, Schaf-, Ziegen- oder Büffelmilch, hergestellt sind (Molkenkäse); 2. die aus Sauermilchquark hergestellt sind (Sauermilchkäse); 3. die durch Behandlung der Bruchmasse mit heißem Wasser, heißem Salzwasser oder heißer Molke und durch Kneten, Ziehen der plastischen Masse zu Bändern oder Strängen und Formen hergestellt sind.“³

Käse entsteht durch die Gerinnung von Kasein, einem in Milch enthaltenen Eiweiß. Lab, ein Enzym, das während dieses Prozesses verwendet wird, reagiert mit der Milch und trennt die Molke von der geronnenen Milch, sodass Käse entsteht. Hartkäse (z. B. Cheddar) und Weichkäse (z. B. Frischkäse oder Mozzarella) werden mithilfe von Lab hergestellt. Früher wurde dieses Lab zu großen Teilen

aus der Wand des vierten Magens von noch nicht entwöhnten Kälbern, Lämmern oder Ziegen gewonnen. Aber aufgrund der steigenden Nachfrage nach Käse und des sinkenden Nachschubs an geschlachteten Kälbern werden inzwischen auch andere Methoden verwendet, darunter beispielsweise Pepsine von Schweinen, Kühen und Hühnern. Einige Käsesorten werden mit Lab von pflanzlicher Herkunft hergestellt. Man kann sich mit dem jeweiligen Hersteller in Verbindung setzen, um zu erfahren, welche Art von Lab dort verwendet wird. Außerdem werden dem Käse Salz, Kalziumchlorid und gelber Farbstoff zugesetzt. Einige Sorten werden in Salzwasser eingelegt. Bei der Herstellung von Schweizer Käse wird die Milch zunächst sterilisiert. Nur wenige Käsesorten werden frisch gegessen; die meisten Sorten müssen zwischen einem Monat und zwei Jahren reifen bzw. behandelt werden.

Viele Kalorien, viel Natrium

Käse ist relativ kalorienreich (100 g Emmentaler beispielsweise enthalten etwa 100 kcal) und enthält viel Natrium: je nach Sorte zwischen etwa 550 mg und 2 g je 100 g.

200 g Frischkäse enthalten etwa 900 mg Natrium – das entspricht bereits etwa der Hälfte der Menge, die man täglich bei einer natriumarmen Diät zu sich nehmen darf. Verarbeiteter Käse (z. B. Blauschimmelkäse, Parmesan, Roquefort) enthält etwa 1-2 g Natrium je 100 g.

Viel Fett, das die Arterien verstopft

Laut dem amerikanischen Zentrum für Wissenschaft in öffentlichem Interesse (CSPI) verursacht Käse zahlreiche Herzinfarkte. Käse stellt innerhalb unserer Ernährung die größte Quelle von gesättigten Fetten dar. „Amerikaner essen viel zu viel fettigen Käse. Leider findet man ihn überall: auf Sandwichs, bei Überbackenem, im Salat und sogar zu Pommes. Dabei ist er für das Herz noch schädlicher als Fleisch oder Butter“, so Margo Wootan vom CSPI. „Herzkrankheiten sind die Todesursache Nummer eins in den USA“, ergänzt Dr. William E. Connor, Professor für Medizin und klinische Ernährung an der Oregon Health Sciences University. „Was man dagegen tun kann, ist eine Umstellung auf eine Ernährung mit weniger gesättigten Fetten und Cholesterin; das lässt sich zum Beispiel durch eine Einschränkung des Käsekonsums bewerkstelligen.“

Eine einzige Unze (ca. 28 g) Vollfettkäse kann bis zu 6 Gramm Fett enthalten – ein Drittel des gesamten Tagesbedarfs“, warnt Wootan. „Eine Unze ist nicht viel: etwa anderthalb Scheiben Käse, ein Würfel Cheddar oder anderer Hartkäse, oder auch der Käse auf einem Stück einer großen Pizza.“⁴

Eiweißgehalt

Käse aller Art enthält auch viel Eiweiß. Gut 100 g Frischkäse decken etwa ein Viertel des täglichen Eiweißbedarfs eines Erwachsenen, etwa 100 g Hartkäse sogar die Hälfte. Ein Stück Pizza enthält 14,6 g Eiweiß – aber wer hört schon nach einem Stück auf? Drei Stücke enthalten 46 g, was bereits drei Viertel des Tagesbedarfs für Männer und 100% für Frauen entspricht. Die empfoh-

lene Menge beträgt 0,8 g Eiweiß pro kg Körpergewicht, also im Schnitt etwa 56 g für einen Mann und 46 g für eine Frau. Ein durchschnittlicher US-Amerikaner nimmt jeden Tag etwa 90-120 g Eiweiß zu sich, das sind anderthalb bis zweimal so viel, wie der Körper braucht. Wenn wir weiter solche Mengen an Käse und anderen eiweißreichen Lebensmitteln verzehren, setzen wir uns den typischen Gefahren einer solchen eiweißreichen Ernährung aus: Niereninsuffizienz, Gallensteine, Osteoporose usw.⁵

Fett, Cholesterin und oxidiertes Cholesterin

Die meisten Käsesorten enthalten viel Fett, im Schnitt zwischen 22 und 35 g je 100 Gramm. Der Fettgehalt bei frischen Käsesorten macht etwa 12% des gesamten Kaloriengehalts aus; bei gereiftem Käse sind es um die 30%. In der westlichen Welt ernähren wir uns heute im Allgemeinen zu fettig. Etwa 40% unserer Kalorienzufuhr decken wir durch Fett; dabei müssten wir diesen Anteil auf unter 20% senken. 100 g Käse enthalten zwischen 30 und 120 g Cholesterin. Die American Heart Association empfiehlt eine tägliche Cholesterinaufnahme von weniger als 300 mg.

Wenn man Cholesterin einige Zeit frischer Luft aussetzt, entsteht oxidiertes Cholesterin, das wiederum andere gefährliche Nebenprodukte freisetzt. Einige davon sind so giftig, dass sie die Zellen der Arterienwände in weniger als 24 Stunden zerstören. Selbst wenn sie nur in geringer Menge aufgenommen werden, können diese Oxidationsprodukte unumkehrbare Schäden hervorrufen. Einige Erzeugnisse, die oxidiertes Cholesterin enthalten, das für die Blutgefäße so schädlich ist, sind Vanillesoße, Fertigmischungen für Pfannkuchen und Parmesankäse.⁶

Zusammenhang mit Krebs

Wissenschaftler der Universität von Ottawa, Kanada, haben den Zusammenhang zwischen der Ernährung und der Entstehung von

Hodenkrebs (der häufigsten Krebsart bei kanadischen Männern zwischen 20 und 45) untersucht. Der Projektleiter Michael Gamer sagt: „Unsere Ergebnisse lassen vermuten, dass bei kanadischen Männern ein hoher Konsum von Milchprodukten mit einem erhöhten Risiko von Hodenkrebs einhergeht.“ Die Forscher vermuten die Ursache in der großen Menge an weiblichen Geschlechtshormonen (Östrogen und Progesteron), die in Milchprodukten vorkommen.⁷ Milchprodukte werden auch mit einem erhöhten Brustkrebsrisiko bei Frauen und Prostatakrebs bei Männern in Verbindung gebracht. Epidemiologische Untersuchungen an der Universität von Loma Linda ergaben, dass Männer, die viel Milch, Eier und Käse zu sich nehmen, ein dreimal höheres Risiko haben, an Prostatakrebs zu erkranken.⁸

Versteckter Schimmel

Nehmt ihr ohne euer Wissen schimmeligen Käse zu euch? Forscher haben bei Schimmelkäse eine gelbliche Verfärbung festgestellt, auf der der Pilz *Aspergillus parasiticus* wuchs. Obwohl die Arbeiter in der Industrie sorgfältig den Schimmel von der Oberfläche abwaschen, um die Toxine zu verschleiern, reichte die Verfärbung bis zu 1 cm nach innen hinein.⁹

Wir wissen, dass Schimmelpilze für Tier und Mensch gefährliche Giftstoffe produzieren. Schimmel der Familie *Aspergillus* produzieren Krebs erregende Chemikalien, die Aflatoxine genannt werden. Käsesorten, die bei hoher Feuchtigkeit lange Zeit zum Reifen benötigen, sind ein idealer Nährboden für Aflatoxine. Da Käse während der Herstellung nicht auf den Aflatoxingehalt geprüft wird, kann es sein, dass ihr ohne euer Wissen Aflatoxine zu euch nehmt.¹⁰

Mikroorganismen im Käse

Schimmel auf dem Käse, der nicht zum Herstellungsprozess gehört, kann auch schädliche Bakterien beherbergen, z.B. Listerien, Brucellen, Salmonellen oder E. coli. 1984 erkrankten in Kanada 10.000 Menschen

Kaloriengehalt, Fettgehalt, Eiweißgehalt und Cholesterin bei verschiedenen Käsesorten						
Lebensmittel	Kilo-kalorien	Kohlenhydrate	Ballaststoffe	Fett	Eiweiß/Protein	Cholesterin
Babybel 45% etwa 20g/ml	59.8 kcal	0.0 g	0.0 g	4.7 g	4.4 g	2mg
Camembert 30% Trock. Brotbelag etwa 30g/ml	65.7 kcal	0.3 g	0.0 g	3.9 g	6.9 g	15mg
Camembert 45% Trock. Brotbelag etwa 30g/ml	89.4 kcal	0.6 g	0.0 g	6.6 g	6.3 g	19mg
Chester-Käse 50% Trock. Scheibe etwa 30g/ml	121.2 kcal	0.3 g	0.0 g	9.6 g	7.5 g	30mg
Doppelrahm-Frischkäse 60% Brotbelag etwa 25g/ml	98.8 kcal	0.5 g	0.0 g	8.8 g	3.8 g	26mg
Edamer-Käse 30% Scheibe etwa 25g/ml	62.5 kcal	0.5 g	0.0 g	3.8 g	6.2 g	11mg
Edamer-Käse 45% Scheibe etwa 25g/ml	88.2 kcal	0.8 g	0.0 g	6.5 g	6.0 g	18mg
Emmentaler-Käse 45% etwa 25g/ml	100.5 kcal	0.5 g	0.0 g	7.5 g	7.0 g	21mg
Feta-Käse Würfel etwa 15g/ml	35.4 kcal	0.0 g	0.0 g	2.9 g	2.5 g	12mg
Gouda-Käse 45% Scheibe etwa 25g/ml	89.5 kcal	0.5 g	0.0 g	6.8 g	6.0 g	28mg
Harzer-Käse <10% Röllchen etwa 40g/ml	50.8 kcal	1.6 g	0.0 g	0.0 g	10.8 g	3mg
Mozzarella-Käse Kugel etwa 125g/ml	296.2 kcal	1.9 g	0.0 g	23.8 g	18.8 g	88mg
Mozzarella-Sticks (geback.) etwa 160g/ml	408.0 kcal	28.8 g	0.0 g	22.4 g	17.6 g	128mg
Parmesan-Käse Scheibe etwa 25g/ml	107.5 kcal	0.5 g	0.0 g	7.2 g	9.2 g	16mg
Quark 20% Esslöffel etwa 50g/ml	56.0 kcal	1.5 g	0.0 g	2.5 g	6.5 g	8mg
Rahmfrischkäse 50% Brotbelag etwa 25g/ml	71.2 kcal	0.2 g	0.0 g	6.0 g	3.5 g	19mg
Roquefort Brotbelag etwa 25g/ml	90.5 kcal	0.0 g	0.0 g	7.8 g	5.2 g	20mg
Schmelzkäse 20% Brotbelag etwa 30g/ml	57.0 kcal	0.3 g	0.0 g	2.7 g	7.5 g	9mg
Schmelzkäse 45% Brotbelag etwa 30g/ml	91.5 kcal	1.8 g	0.0 g	7.2 g	4.2 g	24mg
Speisequark leicht Esslöffel etwa 50g/ml	37.0 kcal	2.0 g	0.0 g	0.0 g	7.0 g	0mg
Tilsiter-Käse 45% Scheibe etwa 25g/ml	92.8 kcal	0.2 g	0.0 g	7.0 g	6.5 g	24mg
Weichkäse 20% Scheibe etwa 30g/ml	58.2 kcal	0.3 g	0.0 g	2.7 g	7.8 g	12mg

an Salmonellen. Was war der Grund? Sie hatten Cheddarkäse gegessen, der mit Salmonellen verseucht war.¹¹

2005 wurden mehrere Fälle von Tuberkulose in New York mit dem Konsum von Frischkäse aus Mexiko in Verbindung gebracht. Dieser Käse war mit *Myobacterium bovis* infiziert. Die amerikanische Lebensmittelüberwachungsbehörde FDA empfiehlt den Verbrauchern, keinen in Mexiko, Nicaragua oder Honduras aus Rohmilch hergestellten Weichkäse zu essen. Untersuchungen zeigen, dass diese oft von Krankheitskeimen befallen sind. Die FDA warnt darüber hinaus auch vor der Gefahr einer Infektion mit verschiedenen Krankheitserregern beim Verzehr von jeglichem aus Rohmilch hergestellten Weichkäse.¹² Ein weiterer Mikroorganismus, den man in Käse und Milch von gesunden Kühen und Ziegen finden kann, sind Listerinen. Für Säuglinge und Menschen mit geschwächtem Immunsystem kann dieser Keim gefährlich werden.¹³

Die Verbindung zum Gehirn

Tyramin und Tryptamin sind zwei der zahlreichen Amine im Käse.

Diese können negative Wirkung auf die Frontallappen des Gehirns haben. Tyramin kommt in großer Menge in Käse, Wein und anderen schweren Speisen vor.¹⁴ Wenn wir das Tyramin im Käse essen, verursacht es im Körper die Ausschüttung von Stresshormonen, besonders des Hormons Norepinephrin. Dieser Stoff aktiviert die Stressreaktion des Körpers.¹⁵

Stress beeinflusst oft die Feinabstimmung unserer Denkprozesse, die wir fürs Lernen, für Kreativität und für das Erinnerungsvermögen brauchen. Dr. Guyton bestätigt, dass Stresshormone den Blutfluss zum Gehirn verringern können.¹⁶ Tyramin wird auch ein „falscher“ Botenstoff des Nervensystems genannt, weil es die Gehirnzellen verwirrt. Es verhält sich wie ein normaler Botenstoff, während er in Wirklichkeit aus einem Nahrungsmittel kommt.

Tryptamin ist ein weiterer im Käse vorkommender Stoff, der Übertragungsprobleme im Gehirn verursacht. Man führt Albträume darauf zurück und stellt es aufgrund seiner halluzinogenen Wirkung sogar in eine Reihe mit Drogen wie LSD oder Psilocybin.¹⁷ Zu den Nahrungsmit-

teln, die diese bewusstseinsverändernden Stoffe enthalten, gehören Käse, Fisch und Würstchen.¹⁸ Auch in verdorbenem Geflügel kommen sie vor. Laut der Forschung können Lebensmittel auch bei normaler Kühltemperatur verderben.¹⁹

Welchen praktischen Nutzen kann man aus diesem Wissen ziehen? Erstens: Man hält diese biogenen Amine für einen der vielen Faktoren, die für Hyperaktivität bei Kindern verantwortlich sind. Wenn ihr also Kinder habt, bereitet ihnen eine gesunde Alternative zu Käse oder kauft Sojakäse. Zweitens: Wer abends tyramin- und tryptaminreiche

Nahrung zu sich nimmt, könnte Probleme mit Albträumen bekommen.²⁰ Wenn ihr also spät abends gerne Pizza esst, passt auf!

Ist ein Cheeseburger die Migräne wert?

Die häufigsten Auslöser für Migräneattacken sind Milchprodukte, aber am schlimmsten davon ist Käse.²¹ Betroffene haben von schweren Migräneattacken und allergieähnlichen Symptomen nach dem Konsum von Käse berichtet.

Pestizide und chemische Rückstände

„Die FDA hat 16 Proben Cheddarkäse aus den gesamten USA überprüft. Die Proben enthielten hundert Arten von Pestiziden und chemischen Rückständen aus der Industrie, ... HCB, DDT, Dieldrin, Heptachlor, Chlordan und PCP fanden sich in wenigstens einem Viertel aller Proben... Dabei handelt es sich um eine ernst zu nehmende Kontamination infolge jahrelanger Pestizidverwendung, die unseren

Erdboden mit Gift getränkt hat. Diese Gifte sammeln sich im Getreide und treten dann konzentriert in der Kuhmilch auf. Der hohe Fettgehalt von Cheddar und anderen Käsesorten führt zu einer noch höheren Konzentration der Giftstoffe. Der durchschnittliche amerikanische Käseesser isst etwa 25 Gramm Cheddar am Tag. Anhand dieses Konsumverhaltens können wir mit etwa 36 Krebserkrankungen auf 1 Million Personen rechnen. Das macht Cheddar und jeden anderen fettreichen nichtorganischen Käse zu einem Hochrisiko-Lebensmittel.“²²

Keine Käsefabrik in Eden

Vor über 120 Jahren erklärte eine bekannte Ernährungsberaterin zu den Auswirkungen von Käse auf die Gesundheit: „So manche Mutter deckt den Tisch mit Speisen, die für

ihre Familie eine große Versuchung darstellen. Alt und Jung greift ungehemmt zu, wenn es Fleisch, Butter, Käse, üppige Süßspeisen, pikante Gerichte oder würzige Leckerbissen gibt. Diese Dinge tragen dazu bei, den Magen zu verstimmen, die Nerven zu erregen und die Verstandeskraft zu schwächen. Die Blutbildenden Organe sind außerstande, derlei Speisen in gutes Blut zu verwandeln. Freies Fett [engl.: Fett] mit der Nahrung gekocht/gebraten, macht sie schwer verdaulich. Käse schadet der Gesundheit.“ – *Bewusst essen*, S. 164. „Käse sollte niemals in den Magen gelangen.“ – *Bewusst essen*, S. 163.

Heutzutage gibt es überwältigend viele Gründe gegen den Verzehr von Käse, aber die Entscheidung liegt bei euch. Ihr könnt etwas zu euch nehmen, das viel Natrium, viel gesättigtes Fett, viel Eiweiß und viel Cholesterin enthält. Vielleicht esst ihr ger-

ne dieses bewusstseinsverändernde Lebensmittel voller Schimmelpilze, Krebs erregender Gifte und Amine und Arterien verstopfendem Fett. Oder ihr genießt gesunde Alternativen zu Käse! Wir haben einige tolle Rezepte für gesunden Käseersatz beigefügt. Dieser wird aus Nüssen und Samen gemacht und kann für all unsere Lieblingsrezepte verwendet werden. Schließlich gab es auch in Eden keine Käsefabrik! Obst, Nüsse, Getreide, Hülsenfrüchte und Gemüse bilden die ideale Ernährung, die unser Schöpfer für uns vorgesehen hat (vgl. 1. Mose 1, 29). Glaubt ihr nicht, dass er weiß, was für unsere Gesundheit am besten ist? Probiert einige unserer Alternativen zu Käse aus, und macht euch keine Sorgen mehr, welche Krankheiten uns der Käse bringen kann. Das verursacht nur Kopfschmerzen, und das ist es nicht wert! □

Als vor über 140 Jahren Gott seinem Volk das Licht über die Gesundheitsreform gegeben hat, waren viele darin offenbarte Grundsätze durch die Wissenschaft nicht zu erklären. Sie war noch nicht so weit in ihrer Forschung. Gott, der der Anfang alles Wissens ist, hat es nicht notwendig, von den Gelehrten dieser Welt Erkenntnisse zu erlangen. Aber er ist ein barmherziger Vater, der sich auch seiner zweifelnden Kinder erbarmt, um sie heute mit wissenschaftlichen Beweisen von seiner Wahrheit zu überzeugen. Wenn nach diesem fundierten Wissen über den gesundheitlichen Wert von Käse noch Zweifel bestehen, so dürfte dieser kaum auf Grund von wissenschaftlichen Beweisen beruhen, sondern vielmehr vom Verlangen des Gaumens und der Esslust. Darum lasst uns die Warnung und den Rat des Apostels Paulus in 1. Korinther 10, 7 beherzigen, der da sagt: „Werdet auch nicht Abgöttische, gleichwie jener etliche wurden, wie geschrieben steht: ‚Das Volk setzte sich nieder, zu essen und zu trinken, und stand auf, zu spielen.‘“. Gottes Volk braucht heute einen klaren Verstand und ein scharfes Unterscheidungsvermögen, damit es den Verführungen der letzten Tage entgehen kann.

Quellennachweis:

¹ Quelle: www.milchindustrie.de (im englischen Original stehen natürlich entsprechende Daten für die USA, die für die deutsche Übersetzung durch diese Angaben ersetzt wurden, Anm. d. Red.).

² Quelle: www.ernaehrung.de.

³ Käseverordnung (KäseV) des Bundesministeriums für Justiz, Quelle: www.gesetze-im-internet.de. (Auch hier wurde die US-amerikanische amtliche Definition bei der Übersetzung durch den deutschen Text ersetzt, Anm. d. Red.)

⁴ R. P. Heaney RP, C. M. Weaver. *Am J Clin Nutr* April 1990 51(4), S. 656-657.

⁵ Center for Science in the Public Interest (CSPI), 6. Februar 2001.

⁶ S. K. Peng, R. J. Morin, *Artery* 1987:14(2), S. 85-99; R. W. Hubbard, U. Ono, A. Sanchez. *Prog Food Nutr Sci* 1989:13(1), S. 17-44; S. K. Peng, C. B. Taylor: „Atherogenicity Effect of Oxidized Cholesterol“, in E. G. Perkins, W. J. Visek (Hgg.): *Dietary Fats and Health*. Champaign, IL: American Oil Chemists Society 1983, S. 930.

⁷ *Intern J of Cancer*, Juni 2003 26:106(6), S. 934-941.

⁸ D. J. De Rose: „Cheese as Food IV“. *J Hlth Heal* 1994:17(4).

⁹ D. J. De Rose: „Cheese as Food V“. *J Hlth Heal* 1995:18(1).

¹⁰ ebd.

¹¹ ebd.

¹² www.Consumeraffairs.com/news.

¹³ D. J. De Rose: „Cheese as Food V“. *J Hlth Heal* 1995:18(1).

¹⁴ J. P. Finberg, R. Seidman, O. S. Better. *Exp Pharmacol Physiol* Nov.-Dez. 1982:9 (6), S. 639-643.

¹⁵ A. C. Guyton: *Textbook of Medical Physiology* (8. Auflage). Philadelphia: WB Saunders Company 1991, S. 669-678.

¹⁶ ebd., S. 680f.

¹⁷ J. H. Jaffe: „Addiction and Drug Abuse“, in: A. G. Gilman, L. S. Goodman u. a. (Hgg.): *Goodman and Gilman's The Pharmacologic Basis of Therapeutics* (7. Auflage). New York, NY: MacMillan Publ. Co 1985, S. 562f.

¹⁸ S. Moret, R. Bortolomeazzi, G. Lercker. *J Chromatogr* Febr. 1992 7:591 (1-2), S. 175-180; M. T. Veciana-Nogues, T. Hernandez-Jover u. a. *J AOAC Int* Juli-Aug. 1995:78(4), S. 1045-1050; S. Eerola, R. Hinkkanen u. a. *J AOAC Int* Mai-Juni 1993:76(3), S. 575-577.

¹⁹ I. Geornaras I, G. A. Dykes GA, A. von Holy A. *Lett Appl Microbiol* Sept. 1995:21(3), S. 164-166.

²⁰ V. M. Lupandin, L. I. Lando u. a. *ZH Nevropatol Psikiiatr* 1978: 78(10), S. 1538-44.

²¹ D. Mylek. *Pol Tyg Lek Jan.* 1992, 20-27:47(3-4), S. 89-91.

²² D. J. De Rose. *J Hlth Heal* 1995:18(2).

Paprikakäse

- ¾ Tasse Cashewnüsse
- 2 EL Sesam
- 400 g Paprika aus dem Glas
- 1 gehäufter TL Hefeflocken
- Salz nach Wunsch
- 1 TL Zwiebelpulver
- 1 TL Knoblauchpulver
- ¼ TL Dill
- 1 TL Agar-Agar
- ¼ Tasse Zitronensaft
- 1 Tasse kochendes Wasser

Alle Zutaten mit dem kochenden Wasser vermischen. Um ein besseres Ergebnis zu erzielen, die Käsemischung in eine Tasse geben und den Käse reiben, wenn er gebrauchsfertig ist.

Nachos

Agar-Agar weglassen und die heiße Mischung über die Tortilla-Chips gießen.

Käse in Scheiben

Mischung in eine runde Form geben. Wenn der Käse fertig ist, anschneiden und aus der Form nehmen. In Scheiben schneiden.

Brotaufstrich

Sellerie, Oliven, Zwiebel und/oder andere Zutaten in Würfel schneiden und hinzufügen. Verrühren und aufstreichen.

Soll der Käse als Hauptgericht verwendet werden, das Salz weglassen.



Weißkäse

- ¾ Tasse Cashewnüsse
- 2 EL Sesam
- 3 EL Hefeflocken
- 1¼ TL Salz
- 1 TL Zwiebelpulver
- 1 TL Knoblauchpulver
- ¼ TL Dill
- ¼ Tasse Zitronensaft
- 1 TL Agar-Agar
- 1 Tasse kochendes Wasser

Alle Zutaten mit dem kochenden Wasser vermischen.

Parmesankäse

- 1 Tasse Sesam
- ¼ Tasse Hefeflocken
- ½ TL Zwiebelpulver
- ½ TL Knoblauchpulver
- ½ TL Salz

Den Sesam bei 150-180°C etwa 10-20 Minuten leicht rösten und danach einige Minuten abkühlen lassen, dann mit dem Mixer mit allen anderen Zutaten mischen (der Sesam muss dabei noch heiß sein).

Der entstehende Käse ist krümelig und ähnelt geriebenem Parmesan. Man sollte ihn daher wie „echten“ geriebenen Käse in einem Streuer servieren. Der Käse kann über Spaghetti, Salat und andere Gerichte gestreut werden.

Kühl und gut verschlossen aufbewahren. Eingefroren ist der Käse monatelang haltbar. Das Rezept ergibt 1¼ Tassen.



Makkaroni mit Käse

- 2 Tassen Makkaroni
- 1 Tasse Wasser
- 1 Tasse rohe Cashewnüsse
- 1 TL Salz
- ⅓ Tasse Zitronensaft
- 100 g Paprika (frisch oder aus dem Glas)
- 1 TL Zwiebelpulver
- 1 TL Knoblauchpulver
- 3 EL Hefeflocken
- ½ gehackte Zwiebel
- ¼ Tasse grüne Paprika

Die Makkaroni in 6 Tassen gesalzenem Wasser kochen. Wasser, Cashewnüsse und Salz im Mixer vermischen, bis die Nüsse gründlich zerkleinert sind. Den Zitronensaft hinzugeben. Paprika, Gewürze und Hefeflocken hinzugeben und gut vermischen. Über die gekochten Makkaroni gießen. Die Zwiebel und die grüne Paprika kurz anbraten und zur Mischung hinzufügen. In einer Auflaufform 45 Minuten bei 180°C backen. Sollte es zu trocken werden, Wasser hinzugeben. Falls nötig, nachsalzen.

Nachrichten aus der Gemeindegewelt



Geistliche Konferenz in Uganda

Br. Geoffrey Waeno (Leiter des Missionsfeldes) berichtete uns von einer schönen und großen geistlichen Versammlung in West-Uganda Ende November 2011. Dabei waren ca. 250 Teilnehmer, unter ihnen auch 30 Besucher, die zum ersten Mal dabei waren. Ein besonders freudiges Ereignis für die noch junge Gemeinde in dieser Region war die Taufe von 22 Seelen. Vier Teilnehmer der Konferenz kamen am Schluss der Konferenz nach vorne und äußerten ihren Wunsch, auch den Bund mit dem Herrn zu machen.

Im Januar 2012 wurde von unserem Afrika-Spendenkonto finanzielle Hilfe für den Kauf von 11 Fahrrädern für die Bibelarbeiter sowie weitere Spenden für Material zum Bau eines Gemeindehauses geleistet. Die verantwortlichen Brüder danken sehr herzlich für die erhaltene Spende.



Bilder aus dem Kongo



Sie bekommen den **Herold der Reformation** noch nicht regelmäßig? Oder Sie ziehen um? Dann schicken Sie uns bitte diesen Abschnitt ausgefüllt zurück. Der Bezug ist kostenfrei!

(Bitte senden an:)

Wegbereiter Verlag
Schloss Lindach

D-73527 Schwäbisch Gmünd

(Bitte Zutreffendes ankreuzen bzw. ausfüllen:)

Ich/Wir möchte(n) den Herold der Reformation ab Quartal ___/2012 beziehen.

Meine/unsere Adresse hat sich geändert. Sie lautet jetzt wie folgt:

Name, Vorname

Straße + Nr.:

PLZ + Ort:

Telefon-Nr.: *(für eventuelle Rückfragen)*

Winterseminar in Lindach vom 23.-25. Dezember 2011



*Br. Barbu (links) und Br. Matyas
(neuer Regionalsekretär für Europa)*



*Br. O. Nasui bei der Begrüßung
zum Winterseminar*