

ADVENTISTEN *heute*



Auch über die App
vom Advent-Verlag

Das unperfekte Weihnachten

Seite 8

Seite 7
Denken
erlaubt

Seite 18
Besondere Sabbate und
Gabensammlungen 2026

Seite 24
Ausbildungs-
termine 2026



Impulse zum Nachdenken



Schabbat Schalom – Band 2

Echte Geschichten. Das wahre Leben.

„Jeder Mensch macht in seinem Leben andere Erfahrungen, jeder nimmt die Welt anders wahr. Jeder von uns ist eine Sammlung von Millionen Erinnerungen, die es in dieser Form nur ein einziges Mal gibt.“ Und so entstehen unzählige Geschichten, die erklären, erstaunen, berühren und nachdenklich machen.

Regelmäßig greift Autorin Judith Fockner einige von ihnen in ihrer Hope-TV-Sendung „Schabbat Schalom“ auf und sorgt damit immer wieder für Gänsehautmomente.

Damit sie nicht nur hörbar, sondern auch lesbar werden, gibt es mit *Schabbat Schalom – Band 2* nun weitere 40 Geschichten, die von der Vielschichtigkeit des echten Lebens berichten.

Softcover mit Klappbroschur, 168 Seiten, 18 x 18 cm, Advent-Verlag, Art.-Nr. 2004, Preis: 17,90 € (15,90 € für Leserkreismitglieder)

Glauben heute 2025

Theologische Impulse

Glauben heute erscheint jährlich mit aktuellen Beiträgen zu theologischen und zeitbezogenen Themen. Die Aufsatzsammlung hat das Ziel, Glaubens- und Wissensfragen zu vertiefen sowie theologische Diskussionen zu begleiten und anzustoßen. Die Beiträge der diesjährigen Ausgabe drehen sich um Erziehungsverständnisse in täuferischen und adventistischen Traditionen, die adventistische Reformationsbewegung, die päpstliche Enzyklika Laudato si' zum Thema Umwelt sowie um die Wahrhaftigkeitsethik in Wissenschaft, Religion und Alltag.

Paperback, 104 Seiten, 14 x 21 cm, Advent-Verlag, Art.-Nr. 2005, Preis: 10,00 € (8,00 € für Leserkreismitglieder)

BESTELLMÖGLICHKEITEN

- Am Büchertisch oder im Onlineshop: www.advent-verlag.de
- Tel.: 0800 2383680, Fax: 04131 9835-500
- E-Mail: bestellen@advent-verlag.de

Immer auf dem neuesten Stand – abonniere den E-Mail-Newsletter des Advent-Verlags!

Werde Mitglied im Leserkreis

- bis zu 30 % Preisvorteil auf Leserkreisbücher
- automatische Lieferung sofort nach Erscheinen der Bücher
- Jahrespräsent-Buch kostenlos für Leserkreis-Mitglieder



Weihnachtszeit, Weihnachtszeit, macht euch für das Fest bereit ...



Liebe Leserin, lieber Leser,
das Lied von Rolf Zuckowski ertönt schon
seit Wochen aus unserer Toniebox. Unseren
Kindern ist es egal, dass gerade erst der Som-
mer vorbei ist. Mich erinnert es jedoch dar-
an, dass wir bald mit der Weihnachtsplanung
loslegen müssen. Wer feiert wo und wann? Wem
schenke ich was und was wünschen wir uns? Ein detaillierter
Plan muss her, der alles beinhaltet: Zeit, Ort, Menü, Schenkmo-
ditäten, Übernachtung. Während ich diesen Text schreibe, merke
ich: Hinter all der Planung steht immer ein Mensch, der das trägt.

„Die Magie von Weihnachten ist deine Mutter“, lese ich bei einer
Bloggerin und sofort erinnere ich mich an meine Kindheit – ja,
da ist was dran. Weihnachtsbaum, Lichterketten, Familienfeier,
Geschenke – all das wirkte so harmonisch. Dahinter steht oder
hetzt eine Person, die versucht, es allen recht zu machen. Und am
Ende heißt es: Entspann dich doch mal! (Natürlich weiß ich, dass
nicht nur Mütter Weihnachten tragen sondern viele Schultern.)

In dieser Ausgabe wollen wir das unperfekte Weihnachten
betrachten und damit möglicherweise an den Kern der Bot-
schaft kommen. Vielleicht erfahren wir beim misslungenen
Weihnachtessen, was Gnade bedeutet? Und nach dem großen
Familienkrach am Morgen danach wagen wir ein ehrliches Wort
und finden Versöhnung? Wenn beim Schmücken die Kugel zu
Bruch geht, üben wir Nachsicht – und vielleicht beginnt genau
dort Frieden?

Wir betrachten die menschliche Seite der Weihnachtsges-
chichte. Gerade dort begegnen wir Jesus, der uns mit seinem
Dasein die liebevolle, gnädige und versöhnende Kraft des Vaters
offenbaren will. Vielleicht braucht es keinen perfekten Plan, son-
dern nur ein offenes Herz für den, der kommt.

Jessica Kaufmann
Leiterin des Advent-Verlags
kaufmann@advent-verlag.de

Worte, die bleiben

„ADVENTISTEN HEUTE“ ONLINE LESEN
Jede Ausgabe ist auch im Internet als pdf unter
[advent-verlag.de/zeitschriften-category/
adventisten-heute/](http://advent-verlag.de/zeitschriften-category/adventisten-heute/) verfügbar.



AKTUELL

- 4 Kurzmeldungen / Erster Vision Song Contest
der Intereuropäischen Division
- 5 25 Graduierte an der Theologischen
Hochschule Friedensau
- 6 **Report:** Der Media Day will Talente entdecken
und fördern

KOLUMNE

- 7 **Denken erlaubt** (Hartmut Wischnat)

THEMA DES MONATS: Das unperfekte Weihnachten

- 8 **Ganz anders als erträumt ...** (Sylvia Renz)
- 11 **Unperfektes Weihnachten – damals und heute**
(Claudia Füllgrabe)
- 12 **Imperfektes Weihnachten** (Manuel Füllgrabe)
- 14 **Was bleibt, wenn Weihnachten scheitert**
(Marijte Kürbiß)

ADVENTGEMEINDE AKTUELL

- 16 Lesermeinungen



ADVENTIST REVIEW

Die weltweite Zeitschrift
der Siebenten-Tags-Adventisten



FREIKIRCHE AKTUELL

- 17 Das Stachelschweinparadox
- 18 Besondere Sabbate und Gabensammlungen 2026
- 21 Hoffnung in dunklen Zeiten
- 22 SoliSTA on Tour
- 23 Gott an erster Stelle – zwei Wochen im Dienst
für andere
- 24 rpi-Termine 2026 / DVG-Termine 2026
- 25 Termine der Frauenabteilung 2026
- 26 **Notizbrett:** Impressum / Termine /
Demnächst in *Adventisten heute* / Gebet
für missionarische Anliegen
- 27 Anzeigen
- 30 ADRA heute

KURZ NOTIERT



■ KRANKENHAUS WALDFRIEDE: NEUE LEITUNG IN MEDIZIN UND PFLEGE

Das adventistische Krankenhaus Waldfriede in Berlin-Zehlendorf berief bereits im Mai mit Priv. Doz. Dr. Martin Lautenbach (55) einen neuen Ärztlichen Direktor und besetzte im Oktober mit Thomas Kobalz (55) auch die Position des Pflegedirektors.

Martin Lautenbach ist als erfahrener Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie sowie Handchirurgie bereits seit 2013 Chefarzt im Haus. Thomas Kobalz verfügt als Pflegewissenschaftler über langjährige Leitungserfahrung in verschiedenen Krankenhäusern und war zuletzt zwölf Jahre im Vivantes-Klinikkonzern in Berlin tätig. „Mit Dr. Lautenbach und Thomas Kobalz gewinnen wir zwei ausgewiesene Fachleute, die sowohl menschlich als auch fachlich hervorragend zu unserem Haus passen“, betont Vorstand Bernd Quoß. (APD)



Leitungsteam Krankenhaus Waldfriede (v.li.):
Thomas Kobalz, Pflegedienstleitung, Bernd Quoß,
Geschäftsführender Vorstand, Dr. Martin Lautenbach,
Ärztlicher Direktor.

■ IN EIGENER SACHE

2026 kommt es bei zwei Publikationen zu wichtigen Änderungen. Wir bitten um Kenntnisnahme.

Adventist Review

Ab dem 01.01.2026 wird die deutsche Ausgabe von *Adventist Review* (ehem. *Adventist World*) eingestellt. *Adventisten heute* erscheint weiterhin wie gewohnt 11-mal im Jahr.

Missionslesungen

Ab dem 3. Quartal 2026 werden die Missionslesungen (Erwachsene und Kinder) nicht mehr gedruckt und an die Gemeinden versandt. Die Lesungen werden dann nur noch online auf <https://advent-verlag.de/zeitschriften-category/missionslesungen/> erhältlich sein.

Foto: © Corneilia Werner / Krankenhaus Waldfriede

Erster Vision Song Contest der Intereuropäischen Division Liedbeitrag aus Portugal gewann



© APD/tl

Martim Torre vertrat Deutschland beim Vision Song Contest der EUD.

Am 24. Oktober fand zum ersten Mal der Vision Song Contest der Intereuropäischen Division (EUD) statt. Sieben Länder nahmen daran teil. Als Siegerlied wurde der Beitrag „Envia-me a mim“ (Send mich) aus Portugal gekürt.

Die Idee des Vision Song Contests ist an die des Eurovision Song Contests angelehnt, die Lieder haben jedoch alle einen christlichen Inhalt und stammen aus adventistischer Feder. Die Teilnehmer des Vision Song Contests der EUD wurden zuvor in nationalen Musikwettbewerben ermittelt. In diesen konnten Videoaufzeichnungen von selbst komponierten Liedern eingereicht werden, die von einer Jury bewertet wurden. In Deutschland gewann Martim Torre (München) die meisten Stimmen der Jury, die sich aus den Verantwortlichen für die Adventjugend in den Verbänden und Vereinigungen sowie jeweils zehn Jugendlichen aus jeder Vereinigung zusammensetzte. Sein Lied „As a Crowd to Heaven“ erreichte bei der Online-Abstimmung des Vision Song Contests den vierten Platz. Eine Aufzeichnung des Contests ist auf dem YouTube-Kanal der EUD-Jugendabteilung zu sehen: www.youtube.com/watch?v=IpfnsjjBQMI



TALENTE ENTDECKEN UND FÖRDERN

Laut den Verantwortlichen zielen der Intereuropäische Vision Song Contest und die jeweils vorangehenden nationalen Musikwettbewerbe darauf ab, Talente auf dem Gebiet der Musik zu entdecken und zu fördern. Auch im kommenden Jahr plant die Adventjugend in Deutschland einen nationalen Musikwettbewerb, dessen Gewinner wieder bei einem europäischen Vision Song Contest teilnehmen würde.

Bereits seit 2020 organisiert die Transeuropäische Division (TED) einen Vision Song Contest. In diesem Jahr hat die EUD diese Idee für ihre Region übernommen.

APD/tl

25 Graduierte an der Theologischen Hochschule Friedensau

Neues Studienjahr begann mit 50 neuen Studierenden

Am 12. Oktober 2025 fand die feierliche Übergabe der Master-Urkunden an der Theologischen Hochschule Friedensau statt. 25 Absolventinnen und Absolventen nahmen aus den Händen der beiden Dekane der Hochschule, Alexander Schulze, Ph.D., für die Theologie und Prof. Dr. Thomas Spiegler für den Fachbereich Christliches Sozialwesen, ihre Urkunden entgegen. Darauf informierte Andrea Cramer, Referentin für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit der Hochschule, in einer Pressemitteilung.

Die Festansprache zur Graduierungsfeier hielt Marius Munteanu, Ph.D., Leiter der Bildungsabteilung der Intereuropäischen Division (EUD). Er appellierte, Bildung nicht als „Ausgabe“ zu verstehen, sondern als Investition, die mitunter zwar riskant sei, sich aber – manchmal erst nach längerer Zeit – immer auszahle. Am Beispiel des adventistischen Arztes Dr. Saleem Faraq ermutigte er die Zuhörer, sich ohne Erwartung persönlichen Profits für Menschen zu engagieren.

MASTERABSCHLÜSSE IN SOZIALWESEN UND THEOLOGIE

22 Studierende schlossen ihr deutsch-beziehungsweise englischsprachiges Masterstudium im Fachbereich Sozialwissenschaften ab: als Master of Arts Counseling, Master of Arts Development Studies, Master of Arts International Social Sciences, Master of Arts Musiktherapie und Master of Arts Sozial- und Gesundheitsmanagement. Drei Studierende graduierten im Fachbereich Theologie als Master of Arts in Theologie, Master of Arts Pastoral Ministry und Master of Theological Studies. Sechs Studierende graduierten in absentia. Sie sind bereits an ihren Einsatzstellen in Myanmar, Nigeria oder in Deutschland tätig.

Die neuen Studierenden an der ThH-Friedensau.

© ThHF / Stefan Deutsch



Die Graduierten der ThH-Friedensau freuen sich über ihre erfolgreichen Abschlüsse.

PREISE FÜR HERVORRAGENDE LEISTUNGEN AUSLÄNDISCHER STUDIERENDER

Es konnten zwei Preise für hervorragende Leistungen ausländischer Studierender verliehen werden. Prof. Thomas Spiegler überreichte den Preis des Deutschen Akademischen Austauschdienstes (DAAD) an Mary Longor (Master of Arts Development Studies).

Aus den Händen von Dr. Friedegard Föltz, Prorektorin und Vorstandsmitglied des Fördervereins Freundeskreis Friedensau International e.V. (FFF), erhielt Gabriel Agbojo, Absolvent des Masterprogramms International Social Sciences, den Preis des Fördervereins für besonderes Engagement in den beiden Fachbereichen Christliches Sozialwesen und Theologie. Gabrieles Leistungen sind beeindruckend, insbesondere seine Kenntnis der deutschen Sprache. 2023 schloss er in Friedensau bereits sein Theologiestudium ab.

An der Graduierungsfeier nahmen auch Gäste aus der Regional- und Kommunalpolitik teil.

NEUES STUDIENJAHR AN DER THEOLOGISCHEN HOCHSCHULE FRIEDENSAU ERÖFFNET

Zuvor wurde am 6. Oktober das Studienjahr 2025/26 feierlich eröffnet. Mit einer kurzen Ansprache in der Kapelle begrüßte der Rektor Prof. Dr. phil. Roland Fischer im Namen der Hochschulleitung die neuen Studierenden. „Studium und Bildung dient zwei Zielen: der Entwicklung der eigenen Persönlichkeit und der Vorbereitung auf einen Platz in der Gesellschaft in Beruf und Ehrenamt“, so Roland Fischer.

Aus der Pressemitteilung der Hochschule geht hervor, dass sich in diesem Jahr 50 neue Studierende in die Studiengänge eingeschrieben haben. Zwölf Studierende belegen ein Theologiestudium – von neun Studienanfängern sind und das Bachelorstudium in Theologie beginnen; drei führen ihr Studium in unterschiedlichen Theologie-Masterprogrammen fort. 38 Studierende beginnen das Studium am Fachbereich Christliches Sozialwesen. Die größte Gruppe belegt englischsprachige Studiengänge (14 B.A. International Social Work; 20 M.A. Development Studies), vier Studierende den M.A. Counseling in Deutsch. Die neuen Studierenden kommen, neben Deutschland, aus 17 verschiedenen Ländern: Äthiopien, Burundi, Elfenbeinküste, Ghana, Kongo, Liberia, Myanmar, Nigeria, Norwegen, Österreich, Ruanda, Russland, Serbien, Somalia, Sudan, Tansania, Ungarn.

APD/tl



© ThHF / Daniel Offei

Speak up

Media Day will Talente entdecken und fördern

Am 25. Oktober veranstaltete Hope Media Europe zum zweiten Mal gemeinsam mit der Adventjugend Deutschland in Alsbach-Hähnlein den Media Day. Es war insgesamt bereits der 14. Media Day, die ersten zwölf wurden allein von Hope Media ausgerichtet. Das diesjährige Motto lautete: Speak up (Melde dich zu Wort).

Bei diesem Austausch- und Vernetzungstreffen stellen überwiegend junge Medieninteressierte und Nachwuchs-Medienschaffende ihre Projekte vor und können sich in Workshops weiterbilden. Ziel ist es, die Talente medienaffiner Jugendlicher und junger Erwachsener zu entdecken und zu fördern. Etwa 120 Personen nahmen am diesjährigen Media Day teil. Einige hatten bereits eigene Medienprojekte gestartet, andere wollten Gleichgesinnte treffen oder überlegten, in Zukunft eigene Projekte zu starten.

PODCASTERIN MIRIAM CHRISTIN ALS HAUPTSPRECHERIN

Hauptsprecherin war Miriam Christin, 22-jährige Medizinstudentin aus Marburg und Betreiberin des christlichen Podcasts „mehr als wir sehen“. Als christliche Influencerin spricht sie sowohl in ihrem Podcast als auch seit nunmehr sieben Jahren in sozialen Medien über ihren Glauben. In ihrer Ansprache am Vormittag berichtete sie über ihren eigenen Glaubensweg und von den Erfahrungen, die sie bei ihrer medialen Arbeit gemacht hat – diese waren durchaus gemischt: Es gibt viele positive Reaktionen aber auch Schmähkritik und Beschimpfungen. Sie ermutigte die Anwesenden eindringlich – unter Verweis auf das Bibelzitat „Wenn der Herr nicht das Haus baut, so arbeiten umsonst, die daran bauen“ (Ps 127,1) – ihre Priorität auf eine enge Verbindung mit Jesus Christus zu legen bevor sie mit einem christlichen Medienprojekt beginnen.

NACHLESE ZUM SPIELFILM „LEBEN IST JETZT“

Zuvor berichtete Sven Fockner, Produzent und Moderator bei Hope TV, über den Erfolg und die Wirkung des Anfang des Jah-



© APD/tl

Bei der Aufnahme einer Live-Podcastfolge von „mehr als wir sehen“ zum Abschluss des Media Days mit der Podcasterin und Influencerin Miriam Christin (re.) sowie der Journalistikstudentin Aliya, der Medizinstudentin Lissi und Samuel, einem Podcaster von aiming4wisdom, dessen Podcast im letzten Jahr den Media Day Award erhielt (v.li.).

res herausgekommenen Spielfilms „Leben ist jetzt“ über die „Real Life Guys“. Er erzählt von den Höhen und Schicksalsschlägen im Leben der Zwillinge Philipp und Johannes Mickenbecker. Der Film bietet ein Wechselbad der Gefühle zwischen Lebensfreude und Trauer und thematisiert auch die Frage, was nach dem Tod kommt und welche Rolle der Glaube an Gott im Leben und im Sterben spielt. Er wurde bisher in über 300 Kinos gezeigt, über 56.000 Filmtickets wurden verkauft. Über diesen Film erschienen viele Beiträge in säkularen und kirchlichen Medien. Die Bonus-Videos zu dem Spielfilm hatten bislang über 300.000 Aufrufe. 271 neue Kleingruppen seien entstanden, in denen sich über christliche Themen ausgetauscht werden kann. Derzeit ist der Film noch auf einigen Plattformen streambar, z. B. bei WOW, Amazon Prime Video, Paramount+ und MagentaTV.

PROJECT SLAM UND MEDIA DAY AWARD

In einem „Project Slam“ stellten Teilnehmende in Beiträgen von jeweils fünf Minuten Dauer ihre Projekte vor. Sie waren größtenteils in den Bereichen Podcast, Film, Software und Musik angesiedelt. Aus den vorgestellten Projekten konnten die Teilnehmenden den Gewinner des Media Day Awards auswählen. Die meisten

Stimmen bekam Annika Bartzke, Medienmanagement-Studentin aus Leipzig, für ihr Projekt, eine App für Jugendliche zu programmieren, die viele christliche Angebote miteinander vernetzt, beispielsweise eine digitale Bibel, Plattformen zum Gedankenaustausch, verschiedene Themenangebote, die Möglichkeit, TikTok-ähnliche Kurzvideos zu produzieren oder zu gamen. Das Projekt ist Teil ihrer Masterarbeit und entsteht mit Unterstützung von Hope Media. Der Media Day Award ist mit einem Preisgeld von 300 Euro verbunden.

MASTERCLASSES

Am Media Day wurden zehn Workshops, sogenannte Masterclass-Einheiten, angeboten. In diesen gaben Medienprofis ihr Wissen und ihre Erfahrungen weiter und man konnte auch gemeinsam Ideen weiterentwickeln und dabei vom versammelten kreativen Know-how profitieren. Die Themen reichten von Kameraführung, Musik, journalistisches Schreiben, professionelles Sprechen bis zur Nutzung von Künstlicher Intelligenz (KI) für Medienprojekte.

Der nächste Media Day von Hope Media und der Adventjugend Deutschland ist für den 24. Oktober 2026 geplant, er soll wieder im Hope-Medienzentrum in Alsbach-Hähnlein stattfinden.

Thomas Lobitz

Denken erlaubt

Eigenständiges Denken als Teil des Glaubens

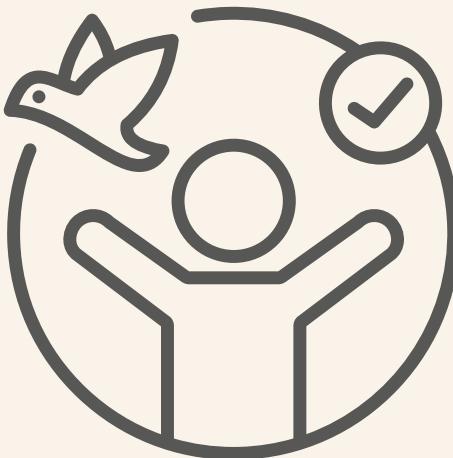
Eine Kolumne versucht kurz und prägnant, Denk-Anstöße zu geben. Das trifft im Besonderen auf die Kolumne dieses Monats zu – im positiven Sinn: Denken ist erlaubt und erwünscht!

Ich habe konkrete Situationen aus vielen Jahren in Gemeinde und Gesellschaft vor Augen. Da ist ein Bibelgespräch, in dem Sprüche 3,5 zitiert wird: „Vertraue auf den Herrn von ganzem Herzen und verlass dich nicht auf deinen Verstand.“ Das klingt so, als wäre unser Denken nicht viel wert. Manchmal wird menschliches Denken und gerade die Wissenschaft sehr kritisch gesehen oder sogar abgelehnt. Das wirkt, als würde Unwissenheit zur Tugend erklärt werden.

Sieht die Bibel unser Denken ausschließlich kritisch? Gott möchte, dass wir die von ihm geschenkte Fähigkeit zu denken auch gebrauchen, so wie alle Fähigkeiten in seinen Dienst gestellt werden sollen. Ein von Gott unabhängiges und seinem Willen widersprechendes Denken sieht die Bibel tatsächlich kritisch. Und davon spricht Salomo auch in dem zitierten Bibelvers.

Gott möchte unser Denken heiligen. „Passt euch nicht den Maßstäben dieser Welt an, sondern lasst euch von Gott verändern, damit euer ganzes Denken neu ausgerichtet wird.“ (Röm 12,2 Hfa) Das bedeutet, es zum vollen Potenzial entwickeln und in den Dienst des Reiches Gottes stellen. Darum legen wir von Anbeginn unsere Kirche an großen Wert auf Erziehung und Bildung.

In der Bibel gibt es viele Beispiele, in denen der gesamte Gedanken- und Denkprozess von Menschen transparent geschildert wird. Ich denke hier besonders an Hiob. Über viele Kapitel hinweg können wir lesen, dass Hiob ebenso wie seine Freunde in seinem Denken Fehler beging. Aber Hiob wird bereits zu Beginn als tiefgläubiger Mensch beschrieben, der treu mit Gott lebt. Das wird über ihn gesagt, noch bevor er seine fundamentalen Denkfehler erkennt! Ihm wird nicht nur erlaubt, sein beschränktes Denken zu prakti-



Lernen und Korrigieren gehören zum Glauben dazu. Daher entspricht es der Bibel, wenn wir unsere Gedanken miteinander teilen, sie reflektieren und uns dabei nach Gott ausrichten.



tizieren, sondern es wird sogar in allen Einzelheiten transparent geschildert.

Man erkennt nicht nur die Denkfehler, sondern auch etwas Entscheidendes mehr: nämlich wie er im Dialog mit Gott lernt. Das Buch Hiob zu lesen, ist bis heute eine Herausforderung. Ein gläubiger Mensch ist nicht irrtumslos, sondern lernt, bleibt im Dialog mit Gott und lässt sich von ihm korrigieren.

Lernen und Korrigieren gehören zum Glauben dazu. Daher entspricht es der Bibel, wenn wir unsere Gedanken miteinander teilen, sie reflektieren und uns dabei nach Gott ausrichten. Das bedeutet ganz praktisch, dass wir im Bibelgespräch mit Menschen unterschiedlicher Glaubenserfahrung und Herkunft offen über unsere Gedanken sprechen können, ohne zu verurteilen oder geringzuschätzen.

Die adventistischen Gründer forschten neugierig und tauschten sich offen aus. Manche frühere Überzeugung musste korrigiert werden und erscheint heute rückblickend etwas unangenehm. Diskussionen und unterschiedliche Ansichten gehören dazu. Solange wir dabei gemeinsam nach Gottes Wort suchen, besteht keine Gefahr. Eine andere Meinung ist kein Zeichen von Unglauben, sondern zeigt, dass es noch etwas zu lernen gibt. Bei der Bewertung bin ich zurückhaltend, denn auch ich musste schon Denkfehler einsehen.

Jemand sagte einmal: „Filme anschauen ist wie Leben aus zweiter Hand. Lebe selbst!“ Ich möchte diese Aussage weiterführen: „Seine Meinung zu bilden, indem man sich hauptsächlich Videos anderer Menschen anschaut und hört, welche Meinung sie haben, ist Denken aus zweiter Hand. Denke selbst!“

Im Glauben ist eigenständiges, verantwortungsvolles Denken erwünscht – und nötig.

Hartmut Wischnat

ist Pastor der Adventgemeinden Göppingen und Esslingen und lebt mit seiner Frau Christine (ebenfalls Pastorin) in Schwäbisch Gmünd.



Ganz anders als erträumt ...

Wie Maria und Josef die Geburt von Jesus erlebt haben könnten

MARIA

Bald bin ich eine richtige Ehefrau! Die Eltern haben mir einen guten Mann ausgesucht. Josef ist älter als ich, aber das stört mich nicht. Die meisten Jungen in meinem Alter sind respektlose Flegel. Vor einigen Wochen hat Josef den Brautpreis für mich bezahlt. Die Dorfältesten waren als Zeugen bei unserem Hochzeitsversprechen dabei – wir wollen unser Leben lang zusammenbleiben. Aber noch wohne ich bei meinen Eltern, bis Josef mich in sein Haus holt. Dann wird ein großes Fest gefeiert und alle im Ort sind eingeladen! Aber nun bewachen mich die Eltern noch strenger, denn ich bin Jungfrau und möchte es bleiben, bis mich Josef in seinem Bett zur „Frau“ macht. So will es Adonai. unser Schöpfer. Er weiß am besten, was für Frauen und Männer gut ist – sie sollen in Liebe, Achtung, Vertrauen und Treue zusammenhalten.

Ich hocke auf meiner Schlafmatte und träume vor mich hin. Wie werde ich mich fühlen, wenn ich bei Josef lebe? Werden die Leute dann mehr Respekt vor mir haben? Darf ich im Haushalt selbst entscheiden? Natürlich werde ich auf Josef hören. Ich schätze ihn sehr. Er ist freundlich, besonnen, voller Güte und Geduld und dabei überhaupt nicht langweilig! In seiner Baufirma fliegen die Späne, da knallt der Hammer

Plötzlich steht ein fremder Mann in meiner Kammer. Vor Schreck reiße ich die Arme vor die Brust. Da merkt er wohl, dass er mir Angst macht, und lächelt: „Grüß dich. Du wirst von Gott ganz besonders beschenkt. Adonai ist mit dir!“ Wer ist das? Ein Engel? Und was bedeutet dieser seltsame Gruß? Ich erfahre, dass er Gabriel heißt. Gott hat ihn mit einer besonderen Nachricht zu mir geschickt: „Hab keine Angst! Gott hat dich mit einer großen Ehre ausgezeichnet. Du wirst schwanger und bringst einen Sohn zur Welt. Den nennst du Jesus, denn Gott rettet durch ihn. Jesus wird mächtig sein. Er wird Sohn des Höchsten genannt. Gott wird ihn auf den Thron seines Urvaters David setzen. Er wird für alle Zeit über das Volk Israel regieren – bis in die Ewigkeit hinein.“

und der Hobel flitzt über die Balken. Josef ist stark. Mit ihm möchte ich viele Kinder haben. Ich werde sie liebhaben, damit sie Vertrauen lernen. Und ich werde Grenzen setzen, damit sie die Rechte anderer achten. Aber was denke ich da ... bis dahin ist es ja noch lange hin!

Plötzlich steht ein fremder Mann in meiner Kammer. Vor Schreck reiße ich die Arme vor die Brust. Da merkt er wohl, dass er mir Angst macht, und lächelt: „Grüß dich. Du wirst von Gott ganz besonders beschenkt. Adonai ist mit dir!“ Wer ist das? Ein Engel? Und was bedeutet dieser seltsame Gruß? Ich erfahre, dass er Gabriel heißt. Gott hat ihn mit einer besonderen Nachricht zu mir geschickt: „Hab keine Angst! Gott hat dich mit einer großen Ehre ausgezeichnet. Du wirst schwanger und bringst einen Sohn zur Welt. Den nennst du Jesus, denn Gott rettet durch ihn. Jesus wird mächtig sein. Er wird Sohn des Höchsten genannt. Gott wird ihn auf den Thron seines Urvaters David setzen. Er wird für alle Zeit über das Volk Israel regieren – bis in die Ewigkeit hinein.“

Das muss ich erst einmal verdauen! Ich? Ich soll die Mutter des Messias werden, den Gott versprochen hat? Mein Baby wird König sein? „Aber wie soll das passieren? Ich habe noch nie mit einem Mann ... „ „Der

heilige Geist Gottes wird das schaffen“, erklärt der Engel. „Die Kraft des Höchsten wird dich überschatten. Deshalb heißt dieses heilige Kind Gottes Sohn.“

Ich schlucke schwer. Träume ich? Woher weiß ich, ob das real ist oder ... eine Vision? Als hätte der Engel meine Gedanken gelesen, sagt er freundlich: „Sieh mal, deine Tante Elisabeth ist auch schwanger, und das in ihrem Alter! Alle hielten sie für unfruchtbar, aber sie ist jetzt schon im 6. Monat. Denn bei Gott ist nichts unmöglich!“ Jetzt hole ich tief Luft und sage tapfer: „Also gut. Ich gehöre Gott mit Haut und Haar. Ich folge ihm in allem. Alles soll so geschehen, wie du es vorhergesagt hast.“ Der Engel nickt, hebt die Hand zum Abschied und verschwindet.

Was jetzt? Am besten besuche ich erst einmal meine Tante Elisabeth. Rasch stehe ich auf und packe ein Reisebündel. Die Eltern haben Einwände, Josef sowieso. Ich sage ihnen: „Ein Engel war hier. Ich muss die Tante besuchen! Macht euch keine Sorgen, ich stehe unter Adonais Schutz!“ Dann eile ich zum Marktplatz, und finde dort eine Reisegruppe, die mich mitnimmt. Denn ganz allein von Nazareth ins Gebirge wandern? Sooo mutig bin ich dann doch nicht!

JOSEF

Was ist mit Maria los? Sie hat sich verändert, seit sie von ihrer Reise zurück ist. So still und in sich versunken ... Und ihr Kleid bauscht sich über dem Bauch. Hat sie etwa auf ihrer Reise einen anderen Mann kennengelernt? Oder hat ihr einer Gewalt angetan? Mir wird übel bei diesem Gedanken. Ich muss es wissen. Ich laufe zu ihrem Elternhaus hinüber und suche sie. „Maria? Was ist los? Bist du etwa – schwanger?“ platze ich heraus. Sie sieht mich an, ihre Augen sind groß, sie nickt und sagt: „Josef, ich ...“ Doch ich kann jetzt keinen Erklärungsversuch ertragen. Wie soll es mit uns weitergehen? Erwartet sie etwa, dass ich ein fremdes Kind großziehe? Das ist zu viel verlangt! Aber sollte ich sie wegen ihrer Untreue anklagen? Unsere Gesetze sind streng, und meist haben es die Frauen zu büßen, wenn sie verführt oder sogar vergewaltigt werden. Nein, Maria soll nicht im Steinhagel sterben!

Ich werde sie diskret aus dem Ehevertrag entlassen. Dann zeigen zwar alle mit dem Finger auf mich und verachten mich als jemanden, der nicht warten konnte, alle Verantwortung von sich schiebt und seine angetraute Frau unter einem Vorwand wegschickt. Diesen Schandfleck muss ich hinnehmen, aber irgendwann hört der Tratsch auch wieder auf. Mein Herz liegt mir wie ein Stein in der Brust. Ich stürme



**Dann kommt
Josef auf-
geregt nach
Hause.
„Maria! Wir
müssen nach
Bethlehem!
So schnell
wie möglich!
„Aber wieso ...“
stottere ich.
„Das geht
nicht! So
kurz vor der
Geburt!“**

in meine Werkstatt und säge und hoble, bis zur Er schöpfung. Dann falle ich in einen bleiernen Schlaf.

Im Traum tritt ein Engel zu mir und sagt: „Du kannst Maria ohne Bedenken in dein Haus holen. Denn was in ihr wächst, wurde vom Geist Gottes gezeugt. Diesen Sohn sollst du Jesus nennen. Er wird sein Volk von allen Sünden befreien. Erinnere dich an die Prophezeiung: Eine Jungfrau wird schwanger sein und einen Sohn gebären, der Immanuel heißen wird – Gott mit uns.“

Als ich erwache, fühle ich mich verwirrt, aber auch leicht. Ich weiß, was jetzt zu tun ist. Gleich am Morgen laufe ich zu Marias Elternhaus hinüber und rufe: „Maria! Ich hole dich heute in mein Haus! Ich sage dem Synagogenvorsteher und allen anderen Bescheid. Ab heute Abend wohnst du bei mir!“

In Marias stillem Gesicht geht die Sonne auf. Sie läuft zu mir und reicht mir beide Hände. Ich nehme sie und sage: „Der Engel hat mir alles erklärt. Du und das heilige Kind, ihr seid bei mir sicher! Ich werde dich erst in mein Bett nehmen, wenn der Messias geboren ist.“

MARIA

Ich war etwas enttäuscht, dass wir kein Fest gefeiert haben mit vielen Gästen, Musik und einem leckeren Mahl. Josef wollte verhindern, dass es noch mehr Getuschel im Ort gibt. Seither schneiden mich meine Freundinnen ... Ab und zu stoßen Kunden der Bau firma meinen Mann mit dem Ellenbogen an und gucken amüsiert. Männern wird eine solche „Ungeduld“ schnell verziehen, doch Josef lächelt nur und zwinkert mir zu. Ich weiß, was er denkt: Unser Geheimnis!

Dann sind die Monate verflogen. Mein Bauch ist schwer geworden. Du, heiliges Baby da in mir, was hast du mit meinem anmutigen Gang angestellt? Ich watschele wie eine Ente und kann keine Nacht mehr ruhig schlafen, weil du von innen an meine Bauchwand klopfst. Anfangs war das noch ein zartes Zirpen, jetzt sind es kraftvolle Schläge und Tritte. Ja, ja, ich weiß, du möchtest raus ans Licht. Ein paar Tage musst du dich aber noch gedulden, kleiner König!

Dann kommt Josef aufgeregt nach Hause. „Maria! Wir müssen nach Bethlehem! So schnell wie möglich!“ „Aber wieso ...“, stottere ich. „Das geht nicht! So kurz vor der Geburt!“

„Wir haben keine Wahl. Sei tapfer, Maria. Der römische Kaiser hat es befohlen. Wir müssen uns in der Stadt unserer Vorfahren melden. Dort werden wir auf einer Steuerliste eingetragen.“ „Aber ... aber ...“ Er nimmt mich in die Arme und sagt: „Wenn Adonai uns



diese Prüfung zumutet, dann hilft er uns durch. Wir müssen das nicht alleine schaffen.“ Ich hole tief Luft, klappe die große Truhe auf, krame ein paar Tücher und Windeln heraus, binde alles zusammen. „Was essen wir unterwegs?“, frage ich. Josef hat schon zwei Wasserschläuche am Brunnen gefüllt und meint: „Wir haben noch etwas Brot und getrocknetes Ziegenfleisch. Nimm Datteln mit und einen Feigenkuchen.“ „Wie lange werden wir unterwegs sein?“ Josef zuckt die Achseln. „Du bestimmst das Tempo“, murmelt er. „Allmächtiger, steh uns bei!“ Wir sind jetzt seit einer Woche unterwegs, und ich kann die ersten Häuser von Bethlehem schon sehen. Meine Beine sind bleischwer, ich kann kaum noch einen Fuß vor den anderen setzen! Hoffentlich finden wir schnell einen Platz in der Herberge. Mein Bauch krampft die ganze Zeit. Sind das etwa – Wehen??? Josef sagt: „Halte durch, Maria! Adonai hat für uns vorgesorgt, da bin ich sicher!“

JOSEF

Eine Absage nach der anderen, die Häuser sind überfüllt – auch bei den Verwandten! Ich bin ratlos. Maria krümmt sich, das Kind kommt gleich! Da sehe ich hinter den letzten Häusern ein Gewölbe. Das muss der Herdenturm Migdal-Eder sein. Das ist die Aufzuchtstation für die Tiere, die nach Jerusalem in den Tempel gebracht werden. Mir sträuben sich die Nackenhaare. Da schießt mir die Prophezeiung von Micha durch den Kopf: „Zu dir wird kommen und einkehren ... das Königreich ...“ So seltsam es klingen mag, aber es stimmt: Genau hier muss der König zur Welt kommen!

Ich fasse Maria um die Taille und führe sie ins Stallgebäude. Der Boden ist gefegt, in der Ecke liegt frisches Stroh und Heu. Es ist warm hier drin und gleich neben dem Strohhaufen steht ein Gestell, es sieht aus wie eine Futterkrippe. Maria wimmert, und ich bette sie auf das Stroh. Sie quetscht meine Hand zusammen, ächzt, keucht und schreit! Ich atme tief durch. Wie lange dauert das denn? Endlich gleitet das Baby heraus und weint leise auf. Ich wische dem Jungen Schleim und Blut ab und lege ihn Maria auf den nackten Bauch. Als die Nabelschnur nicht mehr pulsiert, binde ich sie ab und schneide sie durch. Das Baby dreht den Kopf und sucht herum. Ich schiebe sein Gesicht sanft an Marias Brust, bis der Kleine zu saugen beginnt. Maria zieht Luft zwischen die Zähne und stöhnt auf. Ich tupfe ihr den Schweiß und die Tränen ab und sage: „Das ist nur ganz am Anfang so schmerhaft, es wird bald leichter.“ Sie nickt und

**Dieses Kind
liebe ich jetzt
schon mehr
als alles auf
der Welt.
Ich werde es
beschützen
und groß-
ziehen, denn
das ist meine
Lebens-
aufgabe.**



Sylvia Renz,
Autorin, bekannt
durch Sendungen
bei Hope TV. Bis 2014
arbeitete sie als
Studienbegleiterin
beim Hope-Bibelstu-
dieninstitut.

ich schaue mich um. Drüben neben dem Holzgestell liegen saubere Tücher. Ich hole zwei Hände voll frisches Stroh, lege Heu darüber, polstere alles weich aus. Sanft bette ich unseren kleinen König in die „Wiege“ und denke wehmütig an mein kunstvoll geschnitztes Kinderbett in Nazareth. So hatte ich mir das nicht vorgestellt! Aber dann durchzuckt es mich: Dieses Kind liebe ich jetzt schon mehr als alles auf der Welt. Ich werde es beschützen und großziehen, denn das ist meine Lebensaufgabe.

MARIA

Ich erwache, weil es an der Tür klopft. Wer kommt da mitten in der Nacht? Ein Trupp Hirten poltert herein. Zögernd treten sie näher, dann bricht einer nach dem anderen vor der Krippe in die Knie und neigt den Kopf zum Gebet. Woher wissen sie ...? Der älteste Schafzüchter sagt leise: „Engel haben uns erzählt, dass der Messias geboren wurde.“ „Aber wie habt ihr uns gefunden?“ Einer von ihnen lächelt und antwortet: „Wir sollten ein neugeborenes Kind suchen, das in Tücher gewickelt in einer Krippe liegt. Da war alles klar.“ Ich hebe ratlos die Schultern, und ein Dritter erklärt: „Das Kind liegt genau in dem Gestell, in dem die Lämmer auf Schäden und Fehler überprüft werden, bevor wir sie in diese Tücher hüllen und in den Tempel nach Jerusalem tragen. Wo anders sollte er denn sein, der Erlöser? Der sein Volk von ihren Sünden befreit? Auf den unser ganzer Opferdienst hinweist?“ Mir wird heiß und kalt! Wovon reden sie da? Ich stammle: „Aber er wird doch König!“ Da legt Josef mir seine warme Hand auf die Schulter und sagt: „Mach dir keine Sorgen. Schlaf jetzt. Ich pass auf.“ Eines Tages kommt hoher Besuch: vornehme Sterndeuter aus dem Orient. Sie haben vor Monaten einen geheimnisvollen Stern entdeckt. In den alten Schriften hatten sie gelesen, dass ein berühmter König geboren wurde. Und sie fanden den Stern über unserem Haus. Jetzt knien sie vor Jesus nieder, die Stirn am Boden, und legen ihm Geschenke zu Füßen: Gold für einen König. Weihrauch für einen Priester. Aber wozu Myrrhe, das Symbol für Krankheit und Tod? Vielleicht auch für Heilung? Diese heidnischen Männer erfassen wohl viel mehr vom Willen Gottes als unsere frommen Priester. Kann es sein, dass Jesus viel mehr ist als nur „der König von Israel“? Müssen wir unseren Jesus ... loslassen – für die Welt? ●

Unperfektes Weihnachten – damals und heute

Ein Blick auf die Rollenbilder



Weihnachten gilt oft als Fest der Harmonie. Doch die biblische Erzählung von Maria und Josef zeigt: Am Anfang stand kein perfektes Glück, sondern ein Bruch mit Vorstellung einer perfekten Welt. Was bedeutet das für unser heutiges Verständnis von Familie, Rollenbildern und Gleichwürdigkeit?

Josef träumte von einem einfachen Leben. Ein Haus, ein gedeckter Tisch, eine Frau, die er liebte. Alles sollte seinen Platz haben, wie ein sorgfältig vorbereitetes Fest. Doch die Nachricht von Marias Schwangerschaft zerbrach diesen Traum. Plötzlich stand alles auf dem Spiel: sein Ruf, seine Zukunft, seine Vorstellungen vom Glück.

Wir lesen, dass Josef sich still zurückziehen wollte. Kein Aufsehen, keine Schande. Doch mitten in dieser Nacht hörte er eine andere Stimme: „Fürchte dich nicht.“ Er entschied sich zu bleiben. Er nahm Maria an, er gab dem Kind einen Namen.

ALTE ROLLENBILDER NEU BETRACHTET

Wenn wir heute diese Geschichte hören, spüren wir auch, wie sehr sie in den Mustern einer patriarchalen Welt erzählt ist. Maria erscheint oft als diejenige, der etwas widerfährt: schweigend, getragen von der Entscheidung des Mannes. Josef hingegen gilt als der „gottesfürchtige“ Held, weil er sie nicht verstoßen, sondern angenommen hat. Ein Bild, das Würde und Zugehörigkeit an männliche Autorität bindet.

Doch zwischen den Zeilen lässt sich mehr entdecken. Maria ist nicht nur Betroffene. Sie sagt Ja zu einem Weg, der sie alles kosten kann. Sie trägt mit Mut, Eigenmacht und Widerstandskraft. Ihr „Ja“ ist nicht passives Erdulden, sondern ein Akt der Stärke (Lk 1,38).

Und Josef? Auch er ist mehr als nur der legitimierende Vater. Seine Größe liegt nicht darin, über Maria zu bestimmen, sondern darin, das Zerbrochene zu akzeptieren. Er lernt, loszulassen, neu zu vertrauen und Gefährte statt Herr zu sein.

WEIHNACHTEN HEUTE

So gelesen, erzählt Weihnachten nicht die Geschichte einer heiligen Familie im perfekten Glanz, sondern die Geschichte zweier Menschen, die einander gleichwürdig begegnen. Maria mutig, eigenmächtig, stark. Josef lernend, begleitend, treu.



Claudia Füllgrabe

lebt zwischen
Intensivstation und
Familienalltag,
zwischen Büchern,
Gesprächen und
dem stillen Wachsen
im Garten. Sie trägt
Verantwortung und
Sehnsucht, sucht in
jedem Detail Würde
und Verbundenheit,
getragen von der
Hoffnung, dass Nähe
und Sprache das
Leben heller machen.

Weihnachten wird damit zu einem Fest, das alte Rollenbilder hinterfragt. Es erinnert uns daran, dass Liebe nicht dort wächst, wo alles makellos ist, sondern wo Menschen sich im Unfertigen annehmen.

„Wer ein Kind aufnimmt in meinem Namen, der nimmt mich auf“ (Mk 9,37) – dieser Satz klingt in Josefs Entscheidung nach. Und vielleicht auch in Marias „Ja“ – beide nehmen an, was unvollkommen ist, und genau darin wird das Heilige sichtbar.

Denn Familie lebt nicht durch Perfektion, sondern durch Anerkennung und Vielfalt. Vielleicht liegt genau darin das Licht, das damals aufging und das bis heute unsere Dunkelheiten erhellen kann. ●

¹ Seine jüdische Identität wäre zwar durch die Mutter gesichert gewesen, doch die Herkunft seines Vaters war fraglich. So wäre ihm z. B. der Priesterdienst verwehrt geblieben. Er hätte auch nicht ohne Weiteres heiraten dürfen. Ihm wäre nur die Verbindung mit anderen Randgruppen erlaubt gewesen wie mit einer hinzugekommenen Proselytin (einer Frau mit anderer Volkszugehörigkeit, die den jüdischen Glauben angenommen hat), einer freigelassenen Sklavin, einer aus Ehebruch oder Inzucht geborenen, einem Findling (Vater und Mutter unbekannt) oder einer Frau, die ebenfalls Schweiung ist (Mischna Kiddushin 4,1–2).

Imperfektes Weihnachten

Die Nacht in der Josef Gott zum Vater wurde

Bevor die erste perfekte Weihnacht überhaupt gefeiert werden konnte, bereitete Josef akribisch einen anderen Feiertag vor. Auch der sollte perfekt sein. Er hat die Frau gefunden, mit der er sein Leben teilen möchte. Alle Formalitäten zwischen den Familien wurden wie damals üblich geklärt und nun ist es an ihm das gemeinsame Zuhause vorzubereiten. Jeder Winkel soll seine Liebe zu Maria ausstrahlen. Mit eigenen Händen zimmerte er ihr gemeinsames Bett. Während er geschickt ein feines Muster in den Rahmen schnitzte, spürte er die Wärme, die sie sich gegenseitig in kalten Nächten schenken würden. Um einen Tisch standen bereits zwei Stühle, die er gestern angefertigt hatte. Er stellte sich die vertrauten Gespräche vor, die er mit Maria auf ihnen führen würde. Ihm huschte ein Lächeln ins Gesicht bei der Vorstellung, ein Gegenüber zu haben, mit dem jeder Gedanke geteilt werden konnte – egal ob aus Sorge oder Freude geboren. Dieser Gedanke ließ ihn seine Schnitzerei unterbrechen. Er dachte sich: „Vielleicht sollte ich die Stühle polstern, falls die Gespräche länger dauern.“

Er konnte es nicht erwarten, Marias Gesicht zu sehen, wenn er sie das erste Mal in ihr Haus führte. Das erste Mal gemeinsam über die Türschwelle treten. Das erste Mal mit ihr auf diesen Stühlen zu sitzen. Das erste Mal mit ihr das Bett zu teilen. Wieder huscht ein Lächeln über sein Gesicht. Ein verschmitztes kleines Lächeln. Er dachte an ihr erstes Kind, wie es über den Boden krabbelt und versucht, sich an einem Stuhlbein hochzuziehen.

Wie gerne würde er Maria schon jetzt alles zeigen. Es wird perfekt sein.

EINE NACHRICHT MIT FOLGEN

Doch dann diese Nachricht. Worte, die seinen Traum platzen lassen wie eine Blase. Alles verlangsamt sich. Die Worte klingen wie ein dumpfes Echo in ihm nach. Wiederholt versuchen sie in seinen Geist einzudringen. Doch er kann sie nicht fassen.

Ein eiskalter Schauer läuft ihm den Rücken hinunter. Sein Körper war dem Verstand voraus und fühlte die Tragweite der Botschaft. Mit Gewalt bohrt sie sich nun in seinen Kopf. Jeder einzelne Buchstabe ist ein



**Josefs
geplatzter
Traum von
der perfekten
Hochzeit
wurde zu
Weihnachten.**

Kratzer auf seiner Seele: Schwanger! Sie ist schwanger! Nicht von ihm!

Die Vorstellung von der idyllischen Hochzeit zerbröselt.

Josef scheint ins Bodenlose zu fallen. Er taumelt, sucht Halt an dem Stuhl, den er gestern erst zimmerte. Seine Nägel krallen sich in die Lehne. Je fester er drückt, desto mehr verengt sich sein Hals. Er fühlt sich verraten. Tränen füllen seine Augen und trüben seine Sicht. Die schöne Zukunft verschwimmt. Hart knallt er auf dem Boden der Realität auf. Es ist wie ein Schlag in die Magengrube. Josef krümmt sich.

Die Stühle verspotteten ihn nun. Vertraute Gespräche? Von wegen! Das Vertrauen ist zerstört! Voller Wut packt er den Stuhl und schleudert ihn an die Wand! Das Holz zersplittert in alle Einzelteile, wie die Hoffnung auf eine gute Zukunft. Einen ganzen Tag hatte er an ihm gearbeitet, doch es brauchte nur einen Wimpernschlag, um ihn wieder zu zerstören. Das Möbelstück war ein Spiegel seiner Beziehung zu Maria. Zerbrochen. In einem Moment.

Es bleibt der letzte Rest eines Stuhlbeins in seiner Hand. Er umschlingt es, als ob er dadurch den Traum der Zukunft mit Maria festhalten könnte. Splitter stechen in seine Finger. Er merkt, er muss loslassen. Oh, ist er wütend auf Maria! Aber da ist dieser Funken in ihm, der sie einfach nicht hassen kann. Er hat sie immer noch lieb. Sie soll keinen Schaden erleiden. Seine Enttäuschung ringt mit dem Gedanken, deswegen wiederholt er ihn: Sie soll keinen Schaden erleiden.

Sein Blick legt sich auf das letzte Stück Stuhl in seiner Hand. Was ist der beste Weg, um den Schaden einzudämmen? Heimlich verlassen? Kein Bloßstellen. In aller Stille soll der Scheidebrief überreicht werden. Stille Nacht. Eilige Nacht.

Zorn ist Trägheit gewichen. Körper und Geist sind mit Taubheit ummantelt. Josefs schwere Gedanken ziehen ihn in einen unruhigen Schlaf. Das Stuhlbein an seiner Seite.

Er träumt. Trauer und Zorn bestimmen den Wechselsang des Unterbewusstseins. Doch dann sieht er das Kind. Das Kind, dem er seinen Namen gibt: Jesus – „Gott rettet“. Immanuel – „Gott ist mit uns“. Sein



Blick geht weg von dem, was kaputt gegangen ist, hin zu dem, was nun wächst: Gott, der in unsere Brüche geboren wird (Mt 1,21).

VOM „SCHWEILING“ ZUM „SOHN DAVIDS“

Josef spricht im biblischen Zeugnis kein Wort. Er war verbal keine Quelle für irgendeine Weihnachtstradition. Doch seine Handlung war weihnachtlich. Sein geplatzter Traum von der perfekten Hochzeit wurde zu Weihnachten. Die Nacht, in der er Gott zum Vater wurde.

Ohne Josef wäre Jesus zum „Schweiling“ (Shetuki) geworden. So wurden im rabbinischen Recht Kinder genannt, deren Mutter bekannt doch der Vater unbekannt war. Neben dem gesellschaftlichen Makel wären ihm einige Einschränkungen auferlegt worden. Auch auf eine Stammeszugehörigkeit hätte er verzichten müssen und ein Messias-Anspruch wäre ohne Legitimation.

Doch Josef gibt ihm seinen Namen. Er nimmt ihn als sein Kind auf, schenkt ihm damit seinen Stammbaum. Und so wird aus dem „Schweiling“ der „Sohn Davids“.

Später wird Jesus berühmte Worte aussprechen. Worte, die in diesem Kontext noch eine viel größere Tragweite bekommen: „Wer ein Kind in meinem Namen aufnimmt, der nimmt mich auf. Und wer mich aufnimmt, der nimmt den auf, der mich gesandt hat.“ (Mk 9,37)



Manuel Füllgrabe

Pastor in Leipzig, Vater von vier Kindern, liebt den kreativen Zugangsweg zum Glauben. Er zeichnete den Comic mit Unterstützung von Künstlicher Intelligenz (KI).

Macht hoch die Tür, die Tor macht weit,
es kommt der Herr der Herrlichkeit!
Moment! Ich bin noch nicht bereit!
Ich brauch zum Putzen noch mehr Zeit!

Mach hoch die Tür, die Tor mach weit,
im Kleinen beginnt die Heiligkeit!
Solange wir sind nur zu zweit,
ein Licht vertreibt die Dunkelheit!

Manuel Füllgrabe

Ich stelle mir vor, wie die Stimme von Jesus vor Bewegung gezittert hat, als er es aussprach. Es war keine blassen Theorie, die er in Worte fasste. Es war ein persönliches Zeugnis der erlebten Annahme und Zuneigung durch den Menschen, der ihn damals zur ersten Weihnacht buchstäblich aufgenommen hatte und ihn vom „Schweiling“ zum „Sohn Davids“ machte.

Das eigentliche Weihnachtswunder liegt nicht nur in einer jungfräulichen Geburt, sondern auch in dem Bekenntnis eines Mannes zu den Menschen, die seine Familie wurden. In Enttäuschung und Bruch wurde er Gott zum Vater. Beide, Maria und Josef, schenkten Gott ein Zuhause. Ein Zuhause, dass nicht in Perfection geboren ist, sondern durch Annahme ins Leben geschrieben wurde.

Was bleibt, wenn Weihnachten scheitert

Wenn Gott uns im Unvollkommenen voller Liebe begegnet



Kerzenschein. Besondere Kleidung. Der Tannenbaum leuchtet heimelig. Darunter liebevoll eingepackte Geschenke. Gemeinsames Abendessen mit erwartungsvollen Blicken. Die Mahlzeit einfach, jedoch extrem lecker. Später wartet der „bunte Teller“ auf uns. Ein Teller voller ausgewählter Süßigkeiten, die es sonst im Laufe des Jahres nicht gibt. Ein Abend voller Gemeinschaft. Dann die Weihnachtsgeschichte und ein gemeinsames Lied. Freude steigt immer weiter auf. Und irgendwie auch Ruhe. Einfach mal „sein“ lassen.

Wirklich?

Die Sehnsucht nach Harmonie ist groß – und die Realität oft völlig anders.

Aufgeregtes Geschrei. Ungeduld. Türen knallen. Ich – am Limit. Und mein Kind – mit komplettem Unverständnis für diesen besonderen Tag und seine traditionellen Abläufe. Großes Gemecker. Lauter Streit. Ich bin kurz davor, alles abzusagen. Und dann ziehen wir doch unsere schicke Kleidung an. Atmen durch, wischen Tränen weg. Umarmen uns, obwohl der Streit noch schmerzt. Treten vor die Tür und wünschen fröhlich unseren Nachbarn wundervolle Festtage, während wir uns auf dem Weg zum Weihnachtsgottesdienst machen. Innerlich flehe ich zu Gott: „Warum passiert das denn jetzt schon wieder? Warum

Ja, Weihnachten ist für viele von uns eine Zeit, in der der Perfektionsdruck besonders stark wird.



läuft an Weihnachten alles schief – warum ist dieser Tag so schlimm für uns als Familie? Und ich hatte doch schon meine Erwartungen zurückgeschraubt ...“

Dann kam das große Begreifen: Ich kümmerte mich nur um meine Vorstellungen. Fragte gar nicht danach, wie die anderen aus der Familie Weihnachten feiern und gestalten wollten. Und vor allem fragte ich nicht Gott, was ihm für diesen Tag wichtig wäre.

Als ich in Vorbereitung auf diesen Artikel mit Freundinnen sprach und sie fragte, ob sie auch dieses Weihnachtschaos kennen würden, nickten sie alle vehement und lachten dabei leicht gequält auf. „Oh ja!“, war die einhellige Antwort. Ich denke über ihre Reaktionen nach und erinnere mich an die ersten drei so richtig schiefgelaufenen Weihnachten meiner kleinen Familie und mir fällt nur ein passendes Wort ein: Perfektionsdruck. Ja, Weihnachten ist für viele von uns eine Zeit, in der der Perfektionsdruck besonders stark wird. Indem wir – und damit meine ich häufig die Frauen und Mütter unter uns (das zeigen auch Studien) – Erwartungen über Erwartungen genügen wollen. Wir möchten liebgewonnene Traditionen aus der eigenen Kindheit bewahren, zugleich neue Rituale für die eigene Familie schaffen, alles entspannter gestalten – und trotzdem den Kindern etwas ganz Besonderes bieten. Am Ende landen wir im Kreis von

Kalendereinträgen und To-do-Listen, geprägt von der Bürde der Vergleiche, Familienkonflikten, Terminlast und Sorgen.

PERFEKTIONISMUS VERSTEHEN

Perfektionismus wird häufig durch den Faktor Zeit verstärkt. Und diese ist in der Adventszeit bekanntlich knapp. Das zeigt sich schon an der Frage, wann Mütter mit dem Adventskalender beginnen – oft ist es schon Anfang Oktober.

Es heißt: „Alles hat seine Zeit.“ Das hat bereits Salomo weise gesagt (vgl. Prd 3,1). Doch entscheidend ist, ob wir die Zeit bewusst in die Hand nehmen. Häufig lassen wir uns von den Erwartungen anderer leiten – und unsere Tage füllen sich mit Dingen und Aktivitäten, die wir selbst nicht unbedingt gewählt haben. Perfektionismus ist deshalb nicht nur ein Zeitproblem. Er berührt tiefere Bedürfnisse: nach Anerkennung, nach Sicherheit, nach Gemeinschaft. Und genau diese Bedürfnisse werden zu Weihnachten besonders stark verspürt.

DIE FÜNF SPRACHEN DER LIEBE ALS SCHLÜSSEL

Ich möchte dir ein Gedankenspiel an die Hand geben, wie du Weihnachten und die Adventszeit aus einer neuen Perspektive betrachten kannst – mit Hilfe der fünf Sprachen der Liebe. Der Pastor und Autor Gary Chapman hat sie beschrieben, und sie sind ein handfestes Werkzeug, um Weihnachten zu entschleunigen und mit echtem Inhalt zu füllen.

Hier der kleine Sprachen-Crashkurs – die Reihenfolge ist dabei irrelevant:

- 1. Ermutigung, Lob und Anerkennung:** Ich sehe dich! Ich möchte gesehen werden in meinem Sein, in meinem Tun.
- 2. Zweisamkeit – die Zeit nur für euch:** Ich bin ganz für dich da, wir sind zusammen, nur wir zählen, ungestörte „Quality Time“.
- 3. Geschenke:** Geschenke, die von Herzen kommen – materielle Geschenke.
- 4. Hilfsbereitschaft:** Du gehst mir nicht im Alltag unter! Ich zeige dir durch kleine und große Gesten, dass du mir wichtig bist – halte dir den Rücken frei, höre dir zu, zeige Anteilnahme.
- 5. Zärtlichkeit/Nähe:** In den Arm nehmen, Berührung, Haut auf Haut, Körperkontakt.

Wenn ich diese Sprachen ernst nehme, verändert sich mein Blick auf Weihnachten. Ich frage mich: Wer in meiner Familie spricht welche Sprache? Und welche Sprache tut mir selbst am meisten gut?

Beispiele:

- Anstatt teure Geschenke zu häufen, frage ich: „Möchtest du lieber ein gemeinsames Erlebnis?“ (Zweisamkeit)
- Statt mich in der Küche zu verausgaben, könnte ich Hilfe zulassen oder aktiv anbieten (Hilfsbereitschaft).



Diesen elenden Perfektionismus loszulassen, war das größte Geschenk, das Gott mir machen konnte



Marijtte Kürbiß

33, verheiratet, ist Mama von zwei kleinen Kindern und arbeitet als christlicher Coach. Sich vom Perfektionismus zu lösen, ist für sie eine intensive Glaubensreise, auf der sie sich schon seit Längerem gerne befindet.

- Ein ehrliches, ermutigendes Wort beim Abendessen kann mehr bedeuten als der schönste Weihnachtsbaum (Anerkennung).

- Eine Umarmung, die bleibt, bis der andere sich löst – Nähe pur.

So wird das Fest der Liebe wirklich zu einem Fest, das alle füllt – nicht mit Perfektionismus, sondern mit gelebter Liebe.

KLEINE VERÄNDERUNGEN, GROSSE WIRKUNG

Seit nun fast drei Jahren übernimmt mein Mann die Essensplanung zu Weihnachten – inklusive Einkauf und Zubereitung. Geschenke zu besorgen liegt weiterhin bei mir. Der bunte Teller mit Süßigkeiten ist einem Teller voller besonderen Obstes gewichen, auf den sich die Kinder und auch wir Eltern stürzen. Für die Weihnachtsgeschichte nehmen wir uns den gesamten Dezember Zeit. Geschenke wurden extrem reduziert, um die Aufregung zu dämpfen. Im letzten Jahr schließlich: ein wunderbares Weihnachtsfest. Es war entspannt. Nein – ich war entspannt. Es musste nicht perfekt sein. Diesen elenden Perfektionismus loszulassen, war das größte Geschenk, das Gott mir machen konnte.

GOTTES GESCHENK AN UNS

Gott, mein himmlischer Vater, sah genau, wie ich unter dem Perfektionsdruck litt, obwohl ich doch unbedingt alles „richtig“ machen wollte – obwohl ich schon so vieles reduziert hatte! Er kennt mein Herz und meine Bedürfnisse. Und das Paradoxe ist: Je mehr ich Gott verstehe, desto mehr verstehe ich mich selbst – so, wie er mich einmal gemeint hat. Je mehr ich mich selbst wiederum verstehe, desto stärker richtet sich mein Blick auf seine Güte und Gnade. Diese Erkenntnis befreit mich immer mehr: von Erwartungen, die mich treiben wollen, und von dem Druck perfekte Festlichkeiten zu veranstalten.

In Johannes 6,26 sagte Jesus zu seinen Zuhörern: „Ich sage euch, ihr wollt bei mir sein, weil ich euch satt gemacht habe und nicht, weil ihr das Wunder gesehen habt.“ (NLB)

Die Geburt Jesu ist ohne Frage ein Wunder – der Sohn Gottes wird ein Menschenkind! Doch es ist nicht dieses Wunder, das uns an ihn glauben lässt, sondern dass er uns sättigt. Und das geschieht nicht nur an Weihnachten, sondern vor allem an den übrigen 362 Tagen im Jahr, wenn das Leben passiert und wir mit ihm wachsen dürfen. Denn das erste Weihnachten war wahrlich nicht so traumhaft romantisch, wie wir uns das unsrige heute oft erträumen. Gerade darin aber zeigt sich Gottes Liebe: Sie ist nicht an perfekte Bedingungen gebunden. Sie begegnet uns mitten im Unvollkommenen.

Mit zwei Augen klarer sehen

(Adventisten heute 10/2025)

Danke für den Artikel „Hat die Wissenschaft Gott abgeschafft?“ von Dr. Rafael Schäffer in der Oktoberausgabe! Das Thema Wissenschaft und Glaube bietet vielfältigen Gesprächsstoff. Respekt für den Blick in die persönliche Suche nach Antwort, ob unser moderner Erkenntnisgewinn den Raum für Gott enger gemacht hat oder ihn gar abschafft. Man spürt, wie der Dr. der Geologie versucht, seinen adventistischen Glauben an das inspirierte Wort Gottes mit den Erkenntnissen des Wissenschaftlers in Einklang zu bringen. Die Widersprüche zwischen den harten Fakten und den biblischen Texten reiben sich. „Es gibt keine Erdgeschichtlichen Hinweise auf eine globale Flut, die Fossilien zeigen eine Höherentwicklung des Lebens“ und andererseits nennt Schäffer „biblische Berichte einschließlich der Genesis historische Ereignisse“.

Sein persönliches Fazit: Widersprüche zwischen „naturwissenschaftlichen Sichtweisen“ und persönlichen Glaubensüberzeugungen ergänzen sich als zwei Perspektiven auf die Wirklichkeit.

Die verschiedenen Versuche, der Gottesfrage auch in den wissenschaftlichen Untersuchungen einen Platz zu geben, gibt Schäffer schließlich auf, weil sie zu keinem Ergebnis führen. Gott lässt sich nicht wie eine Variable in eine Gleichung einfügen. Ebenso wenig lässt er sich wissenschaftlich nachweisen. So gründet Schäffer seinen Glauben schließlich auf seine persönliche Erfahrung mit Gott. Das kann ihm auch keine wissenschaftliche Erkenntnis nehmen.

Der Weg dahin wirkte etwas steinig. Man muss eben erst mit seinen eigenen Prämissen klarkommen. Nein, natürlich

ist die Bibel kein wissenschaftliches Buch und erhebt nirgends den Anspruch auf wissenschaftliche Nachprüfbarkeit, und zwar weder geologisch noch biologisch und auch nicht historisch.

Die Genesis ist auch formell kein Bericht, denn wer sollte auch berichten? Gott sagt doch klar zu Hiob (38,4), dass niemand dabei war, als er die Erde gründete. Muss man die ersten Seiten der Bibel wirklich (im heutigen Sinne) historisch verstehen? Oder berühren sie gar nicht die Fragen der modernen Wissenschaft?

Die Bibel selbst sagt in Bezug auf die Schöpfung: „Durch den Glauben erkennen wir, dass die Welt durch Gottes Wort geschaffen ist, dass alles, was man sieht, aus nichts geworden ist“ (Hbr 11,3). Das ist also eine Glaubenserkenntnis. Und wer glaubt, sieht überall die Spuren eines fantasievollen, liebenden Schöpfers.

Wer aber forscht, um geologische Schichten zu untersuchen oder die Entstehung der Arten oder den Lauf der Gestirne, dem hilft sein Glaube an Gott wenig. Und seine naturwissenschaftlichen Erkenntnisse sind kein Beweis für einen Gott. Er muss quasi die eine Brille absetzen, um mit der anderen klar zu sehen.

Schäffer hat die Quantenphysik angerissen. Dort kennt man dass z. B. beim Licht der Aufbau des Experiments darüber entscheidet, ob es sich wie ein Strahl oder wie eine Welle verhält. Vielleicht könnte das ein Ansatz sein, über den man nachdenken könnte? Vielleicht bauchen wir die beiden Sichtweisen, die sich gegenseitig widersprechen und geradezu ausschließen. Schließlich kann das Sonnenlicht nicht beides gleichzeitig sein. Man muss sich jeweils entscheiden.

So musste die moderne Wissenschaft geradezu Gott ausschließen (und damit die mittelalterliche Weltsicht der Scholas-

tik überwinden), weil sie sonst nicht mehr Wissenschaft wäre. Sie muss dann aber auch auf Wahrheitsanspruch verzichten, da sie ihre Erkenntnisse auf den momentanen Stand ihrer Forschungsergebnisse stützt. Genau genommen wäre also auch eine „wissenschaftliche Weltanschauung“ ein Übergriff auf fremdes Gebiet. Sie hat keine Kenntnis von der Welt als Ganzes, sondern nur von dem, was sie untersuchen kann. Da Gott kein wissenschaftliches Untersuchungsobjekt ist, kann die Wissenschaft ihn und den Glauben an ihn auch nicht abschaffen. Aber auch wir Christen können ihn eben nicht beweisen.

Schäffer macht sich Sorgen, unsere Jugend könnte von dieser Spannung verunsichert werden oder gar ihren Glauben verlieren. Vielleicht könnte es helfen, unserer hervorragend gebildeten Jugend nebst einem persönlichen Glauben auch den Weg zu den Erkenntnissen der Bibelwissenschaft zu öffnen? Denn auch die Bibel ist doch beides ganz und zugleich: einerseits für uns Gottes offenbartes Wort, die Wahrheit, aber andererseits ein Buch von Menschen. Sie hat ihre Entstehungsgeschichte, ihre kulturellen und geistigen Wurzeln, literarischen Quellen und Formen.

Vielleicht müssen wir gar keine große Enttäuschung fürchten oder den Verlust des Glaubens. Vielleicht erschließen sich sogar ganz neuer Horizonte, in denen sich persönlich erlebter und gefestigter Glaube und die Redlichkeit seinem eigenen Verstand und Wissen gegenüber berühren. Sozusagen mit zwei Augen klarer sehen.

Johannes Scheel,
Pastor i.R., per E-Mail



Leserbriefe sind willkommen. Bitte klar und zum Punkt schreiben. Die Redaktion behält sich Kürzungen vor. Aus Platzgründen können nicht alle Leserbriefe veröffentlicht werden. Mit Einsendung wird im Fall einer Veröffentlichung das Einverständnis zur Nennung des Namens und Wohnorts gegeben (falls nicht, bitte vermerken). Wir beachten jeden Leserbrief, bestätigen aber nicht seinen Eingang.

Das Stachelschweinparadox

Mutige Nähe wagen



Werner Dullinger, Präsident des Süddeutschen Verbandes der Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten, Ostfildern.

Es ist ein vertrautes Muster: Wir sehnen uns nach Nähe – und halten doch oft Abstand. Arthur Schopenhauer erzählte dazu die Parabel von den Stachelschweinen: In einer eisigen Winternacht rücken sie zusammen, um nicht zu erfrieren. Doch die Stacheln der anderen verletzen sie, sodass sie wieder auseinanderrücken. Nähe – Schmerz – Distanz – Kälte. Am Ende bleibt eine höfliche Mitteldistanz. Warm genug, um zu überleben. Weit genug, um nicht verletzt zu werden.

Schopenhauers Fazit klingt erstaunlich modern: Erwarte nicht zu viel. Nähe lohnt sich nicht. Bleib bei dir. Und irgendwie kennen wir das: Wir „ghosten“ Menschen, anstatt Konflikte zu klären. Wir kuratieren unser Leben in den sozialen Medien, aber lassen niemanden wirklich an uns heran. Wir halten uns Optionen offen – auch in Freundschaften oder Beziehungen – nur um ja nicht enttäuscht zu werden. Nähe, ja. Aber bitte mit Notausgang.

Erton Köhler, der neu gewählte Präsident der Generalkonferenz (Weltkirchenleitung) wiedersprach in seiner Predigt auf der Jahressitzung des Generalkonferenz-Exekutivausschusses dieser Logik sehr deutlich: *In einer kalten Welt überleben wir nicht ohne Gemeinschaft*. Wir brauchen Menschen, die bleiben, wenn es unbequem wird. Nähe ist kein Wellnessangebot, sondern Grundnahrung für die Seele. Ja, wir verletzen einander. Ja, Gemeinschaft kostet. Aber Distanz heilt kein Herz und wärmt keine Seele. Paulus beschreibt diese Spannung im Galaterbrief ehrlich und glasklar: „Wenn ihr euch aber gegenseitig beißt

Die Krippe ist der radikalste Gegenentwurf zur höflichen Distanz: ein Gott ohne Schutzpanzer, ohne Filter, ohne Exit-Strategie.



Besuche uns auf folgenden Plattformen um mehr über die Arbeit des Kirchenverbandes zu erfahren:

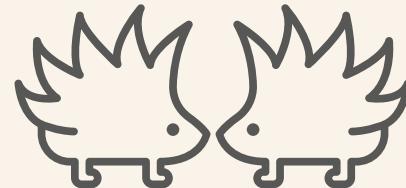


und fresst, dann passt nur auf, dass keiner den andern verschluckt!“ (Gal 5,15 NeU) Und trotzdem: „Dient einander in Liebe.“ (V. 13) Nähe trotz Risiko.

GOTT WÄHLT DIE NÄHE

Damit berührt unsere Sehnsucht das Weihnachtsgeschehen. Denn Gott bleibt dieser Spannung nicht theoretisch fern. Er kommt uns so nah, dass er berührbar wird. Er wird Mensch, tastbar, verletzlich, ohne Sicherheitsabstand. Die Krippe ist der radikalste Gegenentwurf zur höflichen Distanz: ein Gott ohne Schutzpanzer, ohne Filter, ohne Exit-Strategie. Weihnachten erzählt von einem Gott, der lieber leidet, als kalt zu bleiben – und der Nähe wählt, obwohl sie ihn das Leben kostet.

Vieleleicht ist das unser Weg in dieser Welt: nicht die perfekte Distanz zu finden, sondern die mutige Nähe zu wagen. In unseren Beziehungen, in unseren Gemeinden, in unseren Familien. Wir werden einander wehtun – und wir werden einander wärmen. So hat Gott es mit uns getan. Und so dürfen wir es miteinander versuchen.





Besondere Sabbate und Gabensammlungen 2026

Die besonderen Sabbate und Sondersammlungen finden in den beiden deutschen Verbänden auch in diesem Jahr an weitgehend identischen Terminen statt. Die deutschen Sammlungstermine orientieren sich wie jedes Jahr am weltweiten Sammlungskalender der Generalkonferenz (Weltkirchenleitung), der im Internet unter <https://gc.adventist.org/events/special-days/> oder <https://eud.adventist.org/en/events/special-days/eud-calendar-of-special-offerings-days-and-events/> eingesehen werden kann.



Die genauen Sammlungszwecke sind auf den folgenden Seiten aufgeführt.

Hinsichtlich der Verwendung der Gelder bei den Institutionen gibt es zusätzliche Informationen, wie beispielsweise den Sammlungsbrief des Süddeutschen Bauvereins bzw. der NDV-Liegenschaftsverwaltung, Publikationen des Schulzentrum Marienhöhe und der Theologischen Hochschule Friedensau. Natürlich können auf den Internetseiten vieler unserer Einrichtungen auch entsprechende Hinweise gefunden werden. ●

Werner Dullinger,
für den Vorstand der beiden deutschen
Verbände

Besondere Sabbate und Gabensammlungen im Jahr 2026 – Norddeutscher Verband

JANUAR

- 03.01. Gebets- und Fastensabbat
07.–17.01. 10 Tage des Gebets
10.01. Jahres-Anfangs-Gottesdienst
17.01. Tag für die Öffentlichkeitsarbeit und Religionsfreiheit
24.01. * Sammlung für das Adventwohlfahrtswerk – Projekte (56)

FEBRUAR

- 14.02. Tag der christlichen Familie
14.02. * Sammlung für Kappellenbau (50)

MÄRZ

- 07.03. Internationaler Gebetstag adventistischer Frauen
14.03. * Sammlung für Adventist World Radio (36)
21.03. Global Youth and Children Day
21.–28.03. Jugendgebetswoche
28.03. Jugendsabbat
28.03. * Sammlung für Kinder und Jugend (78)

APRIL

- 11.04. Tag der Verteilung des Missionsbuches
18.04. * Sammlung für Friedensau (40) und Marienhöhe (41)

MAI

- 09.05. * Sammlung für den Katastrophenfonds (32)
16.05. Tag der Gesundheitsarbeit (DVG)
23.05. Weltgebetstag zum Kinder- und Jugendschutz
30.05. * Sammlung für Kapellenbau (50)

JUNI

- 13.06. Internationaler Tag der adventistischen Frau
20.06. Tag der Flüchtlingshilfe
20.06. * Hope Media Europe-Tag (37)

JULI

- 25.07. Kindersabbat

AUGUST

- 15.08. Tag des Erziehungswerkes
22.08. Tag der Laienevangelisation

SEPTEMBER

- 05.09. * Sammlung für Weltmission (15)
12.09. * Sammlung für Kapellenbau (50)
19.09. Pfadfinder (CPA) Sabbat

OKTOBER

- 03.10. * Sammlung am Erntedank-sabbat (16)
17.10. Tag des Geistes der Weissagung
24.10. Tag der Schöpfung

NOVEMBER

- 07.11. * Gebetstagsammlung – Heimatmission (72)
14.11. * Gebetstagsammlung – Globale Mission (17)
07.–14.11. Gebetswoche

DEZEMBER

- 05.12. Tag der christlichen Haushalterschaft
05.12. * Sammlung für Kapellenbau (50)
12.12. Internationaler adventistischer Tag der Prävention von Gewalt und Missbrauch (EditNow)

Die Gabensammlungen an dem mit einem * bezeichneten Tag werden von der Gemeinde in voller Höhe an die zuständige Vereinigung weitergeleitet. Die Nummern in Klammern sind Buchungshinweise für die Schatzmeister.



Besondere Sabbate und Gabensammlungen im Jahr 2026 – Süddeutscher Verband

JANUAR

- 03.01. Gebets- und Fastensabbat
- 07.–17.01. 10 Tage des Gebets
- 10.01. Jahres-Anfangs-Gottesdienst
- 17.01. Tag für die Öffentlichkeitsarbeit und Religionsfreiheit
- 24.01. * Sammlung für das Adventwohlfahrtswerk – Projekte (56)

FEBRUAR

- 14.02. Tag der christlichen Familie
- 14.02. * Sammlung für Kapellenbau (50)

MÄRZ

- 07.03. Internationaler Gebetstag adventistischer Frauen
- 14.03. * Sammlung für Adventist World Radio (36)
- 21.03. Global Youth and Children Day
- 21.–28.03. Jugendgebetswoche
- 28.03. Jugendsabbat

APRIL

- 11.04. Tag der Verteilung des Missionsbuches
- 18.04. * Sammlung für Friedensau (40) und Marienhöhe (41)

MAI

- 09.05. * Sammlung für den Katastrophenfonds (32)
- 16.05. Tag der Gesundheitsarbeit (DVG)
- 23.05. Weltgebetstag zum Kinder- und Jugendschutz
- 30.05. * Sammlung für Kapellenbau (50)

JUNI

- 13.06. Internationaler Tag der adventistischen Frau
- 20.06. Tag der Flüchtlingshilfe
- 20.06. * Hope Media Europe-Tag (37)

JULI

- 25.07. Kindersabbat

AUGUST

- 15.08. Tag des Erziehungswerkes
- 22.08. Tag der Laienevangelisation

SEPTEMBER

- 05.09. * Sammlung für Weltmission (15)
- 12.09. * Sammlung für Kapellenbau (50)
- 19.09. Pfadfinder (CPA) Sabbat

OKTOBER

- 03.10. * Sammlung am Erntedanksabbat (16)
- 17.10. Tag des Geistes der Weissagung
- 24.10. Tag der Schöpfung

NOVEMBER

- 07.11. * Gebetstagsammlung – Heimatmission (69)
- 14.11. * Gebetstagsammlung – Globale Mission (17)
- 07.–14.11. Gebetswoche

DEZEMBER

- 05.12. Tag der christlichen Haushalterschaft
- 05.12. * Sammlung für Kapellenbau (50)
- 12.12. Internationaler adventistischer Tag der Prävention von Gewalt und Missbrauch (EnditNow)

Die Gabensammlungen an dem mit einem * bezeichneten Tag werden von der Gemeinde in voller Höhe an die zuständige Vereinigung weitergeleitet. Die Nummern in Klammern sind Buchungshinweise für die Schatzmeister.

→ Besondere Sammlungen 2025 // Verwendungszwecke – Norddeutscher Verband

24. JANUAR 2026

Advent-Wohlfahrtswerk // „Du bist wichtig – wir sind da!“, das ist das Motto vom Advent-Wohlfahrtswerk e. V. seit 1897. Im bundesweit tätigen Netzwerk sozialer Hilfe durch und mit den Gemeinden sowie den professionellen Einrichtungen, wird dieses Motto umgesetzt. Informationen gibt es unter www.aww.info oder im Mittelteil der Lektion. Eure Gaben fließen zu 75 % eurer AWW-Landesstelle zu und sie gehen zu 25 % an die zentrale AWW Bundesstelle.

14. FEBRUAR, 30. MAI &

5. DEZEMBER 2026

Für den Kapellenbau // Hinter diesen Sammlungen steckt die finanzielle Unterstützung für den Neubau von Kapellen und die Ersatzbeschaffung von Gemeindegebäuden, die nicht mehr renoviert werden können.

14. MÄRZ 2026

Für Adventist World Radio (AWR) // Die Sammlungsgelder werden durch die Generalkonferenz den weltweiten Radiostationen zur Verfügung gestellt. In vielen Ländern der Welt ist auch heute die Radioarbeit der Türöffner für das Evangelium. Nähere Informationen finden sich unter: <https://awr.org>

28. MÄRZ 2026

Für die Kinder und Jugend-Abteilung deiner Vereinigung // Das Geld aus dieser Sammlung verbleibt in der jeweiligen Vereinigung für die Unterstützung der regionalen Kinder- und Jugendarbeit.

18. APRIL 2026

Für Marienhöhe // Sehr umfangreiche Sanierungsmaßnahmen an Gebäuden und die vielfältigen Belange, mit dem adventistische Schülerin-

nen und Schüler unterstützt werden, sollen durch die Sammlungsgelder ermöglicht werden.

Für Friedensau // Unsere jungen Pastorinnen und Pastoren müssen für die Herausforderungen einer postmodernen Welt eine hochwertige Ausbildung erhalten. Außerdem nimmt die Hochschule mit unseren christlich-adventistischen Werten über die Ausbildung junger Menschen Einfluss in die Gesellschaft.

9. MAI 2026

Für den Katastrophenfonds // Die Erfahrung der letzten Jahrzehnte lehrt uns, dass Naturkatastrophen immer wieder eintreten. Auch in Deutschland erleben wir, dass selbst lokal begrenzte Unwetter schwere Schäden anrichten. Auch für uns als adventistische Freikirche ist es ein Gebot der Stunde, Menschen in ihrer Not beizustehen. Deshalb wollen wir hier Vorsorge treffen.



20. JUNI 2026

Für Hope Media Europe // Hope Media Europe (ehemals Stimme der Hoffnung) ist unser Medienzentrum in Alsbach-Hähnlein. Hier wird in den vielfältigsten Bereichen evangelistische Medienarbeit in Deutschland geleistet. Informationen findet man stets unter <https://hopimedia.eu>

5. SEPTEMBER 2026

Für die Weltmission // Es gibt immer noch Regionen auf der Welt, die nichts von der erlösenden Tat unseres Herrn Jesus Christus erfahren haben, oder die so verweltlicht sind, dass ein Gott nicht in ihr Leben passt. Die Generalkonferenz setzt das gespendete Geld weltweit für die Mission in die-

sen Regionen ein, insbesondere im 10/40 Fenster, für Einflusszentren in Großstädten und in islamischen Ländern.

3. OKTOBER 2026

Erntedanksabbat // Bei der Erntedank-Sammlung drücken wir unsere Dankbarkeit Gott gegenüber aus. Die Verwendung der Gaben in den neuen Bundesländern wird für die Sanierung der Gemeindegebäude im Gebiet der neuen Bundesländer verwendet. Die restlichen Gaben werden für missionarische Projekte der Verbände, den Schülerhilfsfonds des Schulzentrums Marienhöhe und die Unterstützung der Theologiestudenten an der Theologischen Hochschule Friedensau verwendet.

7. & 14. NOVEMBER 2026

Gebetstagsgaben für Heimatmission und Globale Mission // Der konkrete Verwendungszweck der Gebetstagsgaben im Rahmen der globalen Mission ist im Gebetslesungsheft beschrieben. Sie dienen der Weltmission. Der Sammlungszweck der Gebetstagsgaben für die Heimatmission wird in einem separaten Schreiben vor der Sammlung mitgeteilt.

Besondere Sammlungen 2025 // Verwendungszwecke – Süddeutscher Verband

25. JANUAR 2026

Advent-Wohlfahrtswerk / Behindertenhilfe // Mit diesen Spenden wird unser adventistisches Heim für Menschen mit Behinderungen, das Haus Odenwald in Groß-Umstadt, unterstützt. Das Haus Odenwald informiert vor der Sammlung durch einen Informationsbrief über die Verwendung der Gelder.

15. FEBRUAR, 24. MAI,

13. SEPTEMBER & 6. DEZEMBER 2026

Für den Kapellenbau // Hinter diesen Sammlungen steckt die finanzielle Unterstützung für den Neubau von Kapellen und die Ersatzbeschaffung von Gebäuden, die nicht mehr renoviert werden können. Der Süddeutsche Bauverein informiert in regelmäßigen Informationsbriefen über die aktuellen Projekte in den Vereinigungen.

8. MÄRZ 2026

Für Adventist World Radio (AWR) // Die Sammlungsgelder werden durch die Generalkonferenz den weltweiten Radiostationen zur Verfügung gestellt. In vielen Ländern der Welt ist auch heute die Radioarbeit der Türöffner für das Evangelium. Nähere Informationen finden sich unter: <https://awr.org>

19. APRIL 2026

Für Marienhöhe // Sehr umfangreiche Sanierungsmaßnahmen an Gebäuden und die vielfältigen Belange, mit dem adventistische Schülerin-

nen und Schüler unterstützt werden, sollen durch die Sammlungsgelder ermöglicht werden.

Für Friedensau // Unsere jungen Pastorinnen und Pastoren müssen für die Herausforderungen einer postmodernen Welt eine hochwertige Ausbildung erhalten. Außerdem nimmt die Hochschule mit unseren christlich-adventistischen Werten über die Ausbildung junger Menschen Einfluss in die Gesellschaft.

10. MAI 2026

Für den Katastrophenfonds // Die Erfahrung der letzten Jahrzehnte lehrt uns, dass Naturkatastrophen immer wieder eintreten. Auch in Deutschland erleben wir, dass selbst lokal begrenzte Unwetter schwere Schäden anrichten. Auch für uns als adventistische Freikirche ist es ein Gebot der Stunde, Menschen in ihrer Not beizustehen. Deshalb wollen wir hier Vorsorge treffen.

21. JUNI 2026

Für Hope Media Europe // Hope Media Europe (ehemals Stimme der Hoffnung) ist unser Medienzentrum in Alsbach-Hähnlein. Hier wird in den vielfältigsten Bereichen evangelistische Medienarbeit in Deutschland geleistet. Informationen findet man stets unter <https://hopimedia.eu>

6. SEPTEMBER 2026

Für die Weltmission // Es gibt immer noch Regionen auf der Welt, die nichts von der erlösenden

Tat unseres Herrn Jesus Christus erfahren haben, oder die so verweltlicht sind, dass ein Gott nicht ihr Leben passt. Die Generalkonferenz setzt das gespendete Geld weltweit für die Mission in diesen Regionen ein.

4. OKTOBER 2026

Erntedanksabbat // Bei der Erntedank-Sammlung drücken wir unsere Dankbarkeit Gott gegenüber aus. Die Verwendung der Gaben in den neuen Bundesländern wird für die Sanierung der Gemeindegebäude im Gebiet der neuen Bundesländer verwendet. Die restlichen Gaben werden für missionarische Projekte der Verbände, den Schülerhilfsfonds des Schulzentrums Marienhöhe und die Unterstützung der Theologiestudenten an der Theologischen Hochschule Friedensau verwendet.

15. & 22. NOVEMBER 2026

Gebetstagsgaben für Heimatmission und Globale Mission // Der konkrete Verwendungszweck der Gebetstagsgaben im Rahmen der globalen Mission ist im Gebetslesungsheft beschrieben. Sie dienen der Weltmission. Der Sammlungszweck der Gebetstagsgaben für die Heimatmission wird in einem separaten Schreiben vor der Sammlung mitgeteilt.



Hoffnung in dunklen Zeiten

Die 2. Auflage des Buches *Depression – ein Ausweg* ist erschienen

Depression ist längst keine Randerscheinung mehr. Über neun Millionen Menschen in Deutschland leiden an gedrückter Stimmung, Antriebslosigkeit, innerer Leere und den quälenden Fragen nach dem Sinn.¹ Viele fühlen sich gefangen in einem Tunnel ohne Licht. In einer Gesellschaft, die ständig nach Leistung und Erfolg fragt, bleibt oft kein Raum für Schwäche und Verletzlichkeit.

Doch gerade hier setzt das Buch von Dr. Neil Nedley an, das nun in 2. Auflage vorliegt – im neuen Layout und mit aktualisierten Inhalten. Es bietet nicht nur eine Analyse der Ursachen von Depressionen, sondern vor allem einen klar strukturierten Weg hinaus.

MÖGLICHE URSACHEN VON DEPRESSIONEN

Wie Dr. Nedley in seinem Buch betont, sind die Ursachen für Depressionen auf verschiedene Faktoren zurückzuführen. Bei manchen Menschen kann eine Depression aus einer Kombination von genetischen Faktoren, Störungen des zirkadianen Rhythmus, Erziehung und sozialen Faktoren resultieren. Bei anderen könnte die Depression auf einen Mangel an Omega-3-Fettsäuren in der Nahrung in Verbindung mit schädlichen Abhängigkeiten und ungünstigen Faktoren im Frontallappen zurückzuführen sein. Dieses Buch hilft Betroffenen, die spezifischen Ursachen für ihren Zustand zu erkennen und gibt eine Reihe von Hilfsmitteln in die Hand, die sie auf ihrem Weg zur Genesung unterstützen.²

WAS DIESES BUCH BESONDERS MACHT

Das Besondere an diesem Buch: Es ist einmalig in seiner Verbindung von medizinischem Fachwissen, psychologischer Einsicht und spiritueller Orientierung. Vor allem berücksichtigt es den Lebensstil als entscheidenden Faktor. Damit wird deutlich: Genesung ist nicht nur eine Frage von Medikamenten und Gesprächen, sondern von einem ganzheitlichen Ansatz, der mentale, körperliche und geistliche Dimensionen einbezieht.

Hervorzuheben ist der praktische Aufbau. Das Buch bleibt nicht bei theoretischen Erklärungen stehen, sondern entwickelt ein „Programm der Hoffnung“. Schritt für Schritt führt es Leserinnen und Leser zu neuen Perspektiven. Bewegung, gesunde Ernährung, ausreichend Schlaf, bewusste Entspannung, aber auch der Umgang mit destruktiven Gedanken oder die Wiederentdeckung tragender Werte – all dies sind Bausteine auf dem Weg in ein befreites Leben.



Deutscher Verein für
Gesundheitspflege
seit 1899

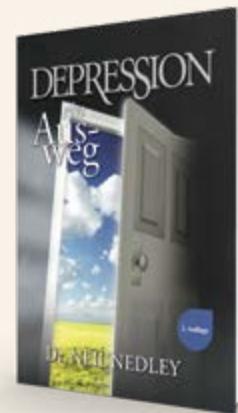
Das Besondere an diesem Buch: Es ist einmalig in seiner Verbindung von medizinischem Fachwissen, psychologischer Einsicht und spiritueller Orientierung.



**Sara Salazar
Winter,**

Geschäftsführende
Vorsitzende des
Deutschen Vereins
für Gesundheits-
pflege e. V. (DVG).

Neil Nedley:
Depression – Ein Ausweg



2. Auflage | ISBN 978-3-00081-723-6
Erhältlich über <https://dvg-online.de/material/buecher/depression-ein-ausweg/>



LESERINNEN UND LESER ERFAHREN UNTER ANDEREM:

- Wie unterschieden werden kann, ob Energielosigkeit auf eine Depression oder eine andere Ursache zurückzuführen ist.
- Was die unerwarteten Auswirkungen einer Depression sein können.
- Welche Nahrungsmittel das Energieniveau verbessern können.
- Welches die Vorteile und Risiken der einzelnen Antidepressiva sind.
- Welche Heilpflanzen die Stimmung, Konzentration und Energie verbessern können.
- Wie positiver und negativer Stress kontrolliert werden kann.
- Wie die Chancen auf ein Leben ohne Depressionen verbessert werden können – frei von Medikamenten und Psychotherapien.

FAZIT

Mit der überarbeiteten 2. Auflage liegt ein außergewöhnliches Buch vor, das den Lebensstil in den Mittelpunkt stellt und einen ganzheitlichen Ansatz verfolgt. Es ist mehr als ein Ratgeber – es ist ein Kompass aus der Krise, der Mut macht, Kraft schenkt und den Glauben stärkt.

¹ Wissenschaftliches Institut der AOK (WIdO). (2024). *Gesundheitsatlas Depressionen: Regionale Unterschiede in Deutschland*. AOK-Bundesverband. <https://www.aok.de/pp/bv/pm/gesundheitsatlas-deutschland-depression/>

² Neil Nedley: *Depression – Ein Ausweg*. Darmstadt: DVG, 2025.



SoliSTA on Tour

Streiflichter aus dem vergangenen Jahr

Ein halbes Jahr ist es nun schon her, dass die SoliSTA zur Pfingstfreizeit im Saarland waren. Wir blicken dankbar auf eine wirklich gelungene Freizeit zurück, obwohl die Rahmenbedingungen nicht ganz so optimal waren. In unserer Unterkunft ist so einiges schiefgegangen, was nicht hätte schiefgehen dürfen. Das hat der guten Laune und der von geistlichen Höhepunkten und begeisternden Ausflügen geprägten Atmosphäre jedoch keinen Abbruch getan.

In unseren Bibelzeiten ging es um Gideon, den ein Engel Gottes in einer verzweifelt aussichtslosen Lage mit den Worten „Der Herr ist mit dir, tapferer Held!“ (Richter 6,12 NLB) anspricht. Dieses Hineinreden Gottes in unsere manchmal übermächtig empfundene Ausweglosigkeit sollte uns die Freizeit hindurch begleiten. Wir konnten manchen Bibeltext aus einer neuen Perspektive betrachten und wichtige Impulse für unser Leben mitnehmen. Ausflüge zur Saarschleife, nach Saarburg, zum Weltkulturerbe Völklinger Hütte und zu manch anderem sehenswertem Ort boten viel Raum zum persönlichen Austausch. Ein kurzweilig gestalteter bunter Abend rundete das Programm ab.

Wir als Arbeitskreis waren begeistert von der generationenübergreifenden Zusammensetzung der Gruppe. Der Altersabstand zwischen dem ältesten und dem jüngsten Teilnehmenden umfasste 73 (!) Jahre und alle Teilnehmenden waren gut im Gruppengeschehen integriert, hatten ihren Platz und ihren Raum für ihre Bedürfnisse.

ANGEBOTE AUF DEM HOPE CAMP

Anfang August waren wir auch wieder auf dem Hope Camp 2025 vertreten. Unser SoliSTA-Tisch war während der Mahlzeiten ein beliebter Anlaufpunkt für Alleinlebende. Als Arbeitskreismitglieder stellten wir immer wieder verwundert fest, wie wenig bekannt unsere Arbeit in den Gemeinden offenbar ist. In vielen guten Gesprächen konnten wir Impulse zum Alleinleben im Alltag setzen. In den von uns angebotenen „Erlebniswelten“ (Workshopzeiten auf dem Hope Camp) ging es unter anderem um Fragen zur Vorsorge: Wem kann oder will ich als Alleinlebender ohne familiären Anschluss Dinge wie meine Patientenverfügung anvertrauen? Was ist mit meiner Krankengeschichte und meinem digitalen Erbe? Der Austausch war angeregt und tiefgehend.

In einer Gesprächsrunde am Freitag boten wir die Möglichkeit, die Theaterstücke und Ansprachen der Woche zu reflektieren. Wir durften erleben, wie unterschiedlich die Teilnehmenden den Input aus der Are-



© Tobias Friedel

Die SoliSTAs sind gern unterwegs, wie hier zu Pfingsten im Saarland.

Wir als Arbeitskreis waren begeistert von der generationenübergreifenden Zusammensetzung der Gruppe.

na verstanden und auf ihr Leben übertragen hatten. Und wer einfach nur ein Bibelquiz spielen oder Häkeln lernen wollte, fand bei uns auch die Gelegenheit dazu. SoliSTA sind ein Teil des Ganzen – das erlebbar werden zu lassen, ist uns auf dem Hope Camp gelungen.

DIE SILVESTERFREIZEIT STEHT VOR DER TÜR

Wir sind aktuell in der Vorbereitungsphase für unsere Silvesterfreizeit, die vom 29. Dezember 2025 bis zum 1. Januar 2026 in Neuendettelsau (Mittelfranken) stattfinden wird. Das Haus ist leider nicht barrierefrei, bietet uns aber sonst viele Annehmlichkeiten, die uns bei der Programmgestaltung zugutekommen werden. Unter dem Motto „Dinner for One – Wendepunkte“ wollen wir das alte Jahr ausklingen lassen und das neue Jahr begrüßen. Biblisch werden wir in den Evangelien unterwegs sein und Wendepunkte miterleben, die einzelne Menschen in ihrer Begegnung mit Jesus erfahren haben. Dabei werden wir auch einen Blick auf unser eigenes Gewordensein und auf persönlich wichtige Veränderungen werfen. Es gibt auch viel Gelegenheit zum persönlichen Austausch und für Ausflüge in die Umgebung. Mit einem Galadinner und einem bunten Abend nähern wir uns dem Jahreswechsel, ein Neujahrstrunch setzt den Schlusspunkt. Wenn du dabei sein möchtest, melde dich jetzt an. Bei Problemen mit der Anmeldung wegen der aktuellen Softwareumstellung in der Freikirche wende dich bitte direkt an frauen@adventisten.de



Tobias Friedel
leitet die SoliSTA-Arbeit der Freikirche in Deutschland.

Anmeldung zur SoliSTA on Tour-Silvesterfreizeit <https://adventisten.de/aktuelles/events-2/2025-soli-sta-on-tour-silvesterfreizeit>





Gott an erster Stelle: Zwei Wochen im Dienst für andere

Eindrücke von einer missionarischen Jugendreise

Es war brütend heiß, etwa 38 Grad, wir standen in einem alten Schulgebäude in der Nähe von Pazardzhik, Bulgarien. Mit einem Spachtel in der Hand kratzte ich die alte Farbe von den Wänden hinunter. Die Stadt hatte die Hilfsorganisation ADRA damit beauftragt, mehrere Schulen zu renovieren – und wir waren Teil dieses Projekts. Ich hatte die Chance, Neues auszuprobieren, Techniken zu lernen und selbst Hand anzulegen. Neben mir strichen andere bereits die Wände, und zeitweise halfen auch Lehrer freiwillig mit. Es war harte Arbeit, aber es machte Spaß zu sehen, wie die Flure nach und nach wieder hell und freundlich wurden. Unser Leiter holte zwischendurch Wassermelone und Eis, um uns eine kleine Pause zu ermöglichen. Bevor der Arbeitstag endete, spielten wir draußen mit den Schülern, lachten zusammen und knüpften tiefe Verbindungen. Arbeiten, Neues lernen, gemeinsam lachen – so wurde die Mission zu einer Erfahrung, die uns allen in Erinnerung bleibt.

ARBEIT UND GEMEINSCHAFT

Die Missionstrips der Intereuropäischen Division (EUD) in Zusammenarbeit mit ADRA dauerten jeweils zwei Wochen. Die erste Reise ging im Jahr 2024 nach Belgrad, Serbien, und die zweite im Jahr 2025 nach Pazardzhik, Bulgarien. Jonathan Te-

gel, damaliger Jugendabteilungsleiter der EUD, organisierte mit einem engagierten vierköpfigen Team die beiden Missionsreisen. Auf der Reise hielten sie Andachten, boten Workshops an und arbeiteten mit uns auf den Baustellen. Abends sorgten Gemeinschaftsspiele dafür, dass wir viel Spaß hatten. Natürlich durften auch ein paar freie Tage nicht fehlen, an denen wir Ausflüge unternahmen – über den Besuch einer Höhle und eines Schwimmbades bis hin zu dem Besuch verschiedener Städte. Rund 30 Jugendliche im Alter zwischen 18 und 25 aus 13 europäischen Ländern nahmen teil. In Serbien engagierten wir uns für Obdachlose, spielten mit Roma-Kindern, halfen auf Baustellen und unterstützten die lokale ADRA-Arbeit.

In Bulgarien standen Schulgebäude renovieren, Zäune streichen und Hilfspakete für Bedürftige packen und deren anschließender Verteilung auf dem Programm – alles Projekte, die uns die Stadt zugeteilt hatte. Ein absoluter kultureller Höhepunkt war für mich das Probieren typisch bulgarischer Speisen während des Potlucks in der Gemeinde. Wir gestalteten den Gottesdienst in einer der örtlichen Gemeinden selbst. Das umfasste Liedbeiträge und die Predigt von einem unserer Leiter. Dabei wurde klar: wenn wir Gott an erste Stelle stellen und etwas für ihn tun, bekommen

wir es vielfach zurück. Freude, Gemeinschaft und das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun – all das war wie ein Geschenk, das weit über die zwei Wochen hinaus reicht. Dank der Unterstützung der EUD und der Adventjugend Deutschland sind diese Missionstrips für uns kostenfrei, sodass auch Jugendliche teilnehmen können, denen sonst die nötigen Mittel fehlen.

DIE ENTScheidUNG LOHNT SICH

„Tut eure Arbeit mit Eifer und Freude, als würdet ihr Gott dienen und nicht Menschen.“ (Kol 3,23 NLB) Ich möchte alle einladen, diese Erfahrung selbst zu machen: Gott an erste Stelle setzen, anderen dienen und Gemeinschaft sowie kleine Wunder erleben – es lohnt sich immer. Mission beginnt nicht nur in fernen Ländern, sondern kann auch hier, im eigenen Alltag, in kleinen Taten und Begegnungen, Wirklichkeit werden. Wer sich darauf einlässt, erlebt, dass Dienen das Herz öffnet, den Glauben stärkt und das Leben reich macht. Auch wenn es zunächst eine große Überwindung kostet und man nicht weiß, wo und wie man anfangen soll, hat Gott uns seine Unterstützung zugesagt (vgl. Jes 41,10) und wartet nur darauf, dass du seine Hand ergreifst und mit ihm den ersten mutigen Schritt gehst. Glaub mir, Gott hat noch vieles mit dir vor! ● Ellen Namyslo

© EUD Youth Ministries



Die Teilnehmenden der missionarischen Jugendreise nach Bulgarien.

© Joana Cortés



Arbeit und Spaß – beides gehört dazu.



WIR MACHEN DICH FIT:

- **Kindergottesdienst**
- **Religionsunterricht***
- **Familiendiakonie****



* ab 2. Hj. 2026 online
(Termine werden über
glauben-begleiten.net
bekanntgegeben)

** nur in Deutschland

TERMINE 2026

RPI 6	06.03.–08.03.2026	Freudenstadt (D)
RPI 2	17.04.–19.04.2026	Friedensau (D)
RPI 3	29.05.–31.05.2026	Oberägeri (CH)
RPI 5	16.10.–18.10.2026	Freudenstadt (D)
RPI 4	30.10.–01.11.2026	Oberägeri (CH)
RPI 1	13.11.–15.11.2026	Mühlenrahmede (D)

Ein Einstieg
in die rpi-
Ausbildung ist
mit jedem
Modul möglich!



Das Religions-
pädagogische Institut (rpi)
ist eine Einrichtung der
Freikirche der Siebenten-
Tage-Adventisten in
Deutschland und der
Schweiz.

INFORMATIONEN & ANMELDUNG:

glauben-begleiten.net

+49 151 44058958 (Jochen Härdter) • jochen@glauben-begleiten.net



Deutscher Verein für
Gesundheitspflege
seit 1899

Ausbildung:
**Berater/in für
ganzheitliche Gesundheit**

Ihr Nutzen:

- Gesundheitsförderung auf der Grundlage des ganzheitlichen (bio-psycho-sozial-spirituellen) Menschenbildes
- biblisch fundiert, wissenschaftlich untermauert, vielfach erprobt
- alltagsrelevant, praxisorientiert
- eine Alternative zu Programmen mit esoterischen Inhalten
- 120 Jahre Erfahrung im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung

BEGINN 6. BIS 8. SEPTEMBER 2026 ONLINE

TERMINE 2026

JETZT VORMERKEN!

Aufbau- &
Trainerkurse

Seelsorge/Beratung
18.–22. Januar 2026

**ENDlich leben – Sterbende und
Trauernde begleiten**
12.–16. April 2026

Natürliche Heilmittel
31. Mai–4. Juni 2026

Pflanzenbasierte Ernährung
11.–15. Oktober 2026

**Frieden schließen mit der
Vergangenheit**
15.–19. November 2026

Anmeldung und mehr Infos unter: dvg-online.de
0711 448 19-50 • info@dvg-online.de

TERMINE DER **FRAUENABTEILUNG**

in 2026

WEITERBILDUNG FÜR FRAUEN

R.E.A.L. #3 • 05.–08.02.2026 in Höchst i.O.

R.E.A.L. plus • 22.–25.10.2026 in Darmstadt

INTERNATIONALE FRAUEN ANGEBOTE

Internationaler Frauen Gebetssabbat • 07.03.2026

Internationaler Frauensabbat • 13.06.2026

ENDITNOW

enditnow Sabbat • 12.12.2026

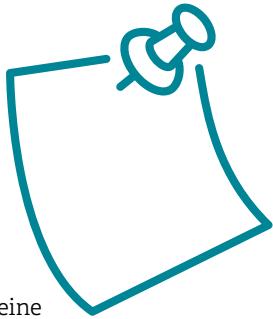
Stille Wochenende des Fachbeirats ‚Sexueller Gewalt begegnen‘ • 16.–21.04.2026

Kontakt über sexueller-gewalt-begegnen.de



Weitere, vielfältig regionale Angebote
für Mädchen & Frauen auf
frauen.adventisten.de



**HINWEIS**

Nebenstehend eine kleine Auswahl überregionaler Veranstaltungen. Wir verweisen dazu auf die Informationen der Vereinigungen, Verbände und auf die Website adventisten.de/utility/events/

DEMÄCHST IN ADVENTISTEN HEUTE:

Januar: Kraft, Liebe und Besonnenheit (zum Jahresmotto 2026)

Februar: Ellen White neu entdecken

Gebet

für missionarische Anliegen



- Für die geistliche und organisatorische Einheit unserer Freikirche in Deutschland, wie sie gemäß dem Auftrag der Delegiertenversammlung der Verbände vom 15. Mai 2022 angestrebt werden soll.
- Für die SoliSTA-Arbeit in unserer Freikirche.
- Für missionarische Weihnachtsgottesdienste in unseren Gemeinden.

TERMINE**DEZEMBER 2025**

5.–7.12. Frauen-Begegnungswochenende, Haus Grillensee,

Naunhof (BMV)

13.12. EndItNow-Sabbat (NDV/SDV)

29.12.–1.1. SoliSTA on Tour Silvesterfreizeit, Tagungshaus Lutherrose Neuendettelsau (NDV/SDV)

JANUAR 2026

10.1. Jahresanfangsgottesdienst bei Hope TV (NDV/SDV)

18.–22.1. Online-Aufbaukurs Seelsorge/Beratung (DVG)

30.1.–3.2. BMV-GA-2026 Symposium Lebensschule 1+2, Friedensau (BMV)

FEBRUAR 2026

5.–8.2. Weiterbildung R.E.A.L. #3, Höchst im Odenwald (Abt. Frauen)

6.–8.2. Ausbildung und CPA-Gruppenleitertagung Hattingen (NRW)

15.–21.2. KinderSingWoche, Waldfpark Hohenfichte (BMV) + WinterBibelKids, Annaberg-Buchholz (BMV)

Frieden
Von unerfüllter Sehnsucht
zu innerem Shalom

IMPRESSUM

ADVENTISTEN HEUTE | ISSN 2190-0825

Herausgeber: Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten
(124. Jahrgang)

Verlag: Advent-Verlag GmbH, Pulverweg 6, 21337 Lüneburg,
E-Mail: info@advent-verlag.de,
Internet: www.advent-verlag.de;
www.facebook.com/adventverlag

Redaktion: Thomas Lobitz (Chefredakteur, tl),
Jessica Kaufmann (jk), Nicole Spöhr (nsp),
Adresse: siehe Verlag;
Tel. 04131 9835-521. E-Mail: info@adventisten-heute.de,
Internet: www.adventisten-heute.de

Anzeigen: Dorothee Schildt-Westphal, Tel. 04131 9835-521,
Fax 04131 9835-502, E-Mail: anzeigen@adventisten-heute.de

Bezug: Kostenlos bei Bezug über den Büchertisch der örtlichen Adventgemeinde in Deutschland sowie online (zum Herunterladen, Speichern und Drucken) im Internet:
www.adventisten-heute.de

Gestaltung: Büro Friedland, Hamburg

Titelbild: Pixel-Shot/Shutterstock.com

Produktion/Druck:

Strube Druck & Medien OHG, 34587 Felsberg

Spendenkonto: Freikirche der STA,

IBAN: DE14 6009 0100 0227 3850 04,

BIC: VOBADESSXXX, Verwendungszweck: Aheu-Finanzierung

KLEINANZEIGEN

SIE, 66 J., verwitwet, schlank, ehrl., kontaktfreudig, unternehmungslustig sucht STA Partner (Thüringen).
Bitte m. Foto. Chiffre 652

SIE, 65, verw., STA, blond, sehr schlank, Frohnatur, sucht ernsthaft gläubigen Mann für eine liebevolle Partnerschaft. Chiffre 651

Sanier.bedürft. Haus + Grundstück Verkauf nur an STA zum selber Bewohnen, Reichenbach/Sachsen. 035828154970 eugpelczar@gmx.de

Landhaus DIE ARCHE – Urlaub auf der Mecklenburger Seenplatte! Gute Atmosphäre, Wellness und Schwimmbad, exquisite vegetarische Küche. Auf Wunsch wertvolle Seminare u. Kuren. Tel. 039924 700-0, www.DieArche.de, STA-Rabatt: 10 Prozent

Wir, ein adventistisches Rentnerpaar, vermieten eine ca. 93 m² große 3-Zimmer Wohnung mit PKW-Stellplatz in Nürnberg, 1.100 EUR kalt + 250 EUR Nebenkosten – B, 325,1 kWh, Öl, Bj 1977, H – 0176 93107446

Ausbildete Ergotherapeutin o. Ergotherapeut für mot.fkt. Bereich, aber auch im HB (geriatrischen Bereich) einsetzbar, kann eigenverantwortl. arbeiten, ist zuverl. u. ehrlich. **Wichtig: zeitlich flexibel**, wöchentl. AZ 25 Std., später gern mehr. Lohn in Probezeit 18,- € danach schnell mehr. 03416819653

Sie 66 STA, verwitwet, fest im Glauben, sportl., sucht ihn (~70 J.) für gemeins. Zukunft Chiffre 653

Rollstuhl Capes Jacken Mäntel
Barrierefreie Winter Mode
SHOP www.tamonda.de

STA (w, 60+), Ru-Dt, berufst., sucht gläub. Mann, um Sehns. n. Gott/Leben/Hoffn. zu teilen. Chiffre 654

WIE ANTWERTE ICH AUF EINE „CHIFFRE-ANZEIGE“?

Bitte schreibt einen Brief an folgende Adresse:
Advent-Verlag GmbH, Chiffre-Nr. xxx (bitte Nummer nennen),
Pulverweg 6, 21337 Lüneburg. // Der Brief wird ungeöffnet von uns an die betreffende Person weitergeleitet. Vielen Dank.
Advent-Verlag GmbH, Anzeigenredaktion

Weitere Stellenangebote

aus der Freikirche und ihren Institutionen unter:

www.adventisten.de/angebote/stellenanzeigen



HIER KÖNNTEN AUCH DEINE ANZEIGE STEHEN!

Das Adventisten heute erreicht jeden Monat rund 17.000 Haushalte und bietet deshalb den perfekten Platz, um mit einer Anzeige Adventisten in ganz Deutschland zu erreichen.

STA-Institutionen erhalten nicht nur attraktive Rabatte, sondern auch die Möglichkeit besondere Anzeigenformate zu buchen.

Kontaktiere uns und erfahre mehr über die unterschiedlichen Anzeigenformate!

Telefon: 04131 9835-521

E-Mail: anzeigen@adventisten-heute.de

ADVENT
VERLAG



MEIN GLAUBE GEHÖRT MIR!

MEIN LEBEN ÜBRIGENS AUCH

Eine weitere Veranstaltung dieser Art für Betroffene, die in ihrem Leben sexuelle Gewalt erlebt haben – nur für sie. Aus der Anonymität ausbrechen. Reden oder schweigen können. Geborgen sein in einer Gruppe.

Loslassen, sich verwöhnen lassen, aufgefangen werden ...

TERMIN: 17.-21.04.2026

ORT: In einem Freizeithaus im Nordschwarzwald

ANMELDUNG: bei Fachbeirat Sexueller-Gewalt-begegnen z. Hd. Oliver Gall
Telefon: 04408 922380
E-Mail: Oliver.Gall@adventisten.de

Anmeldeschluss: 20.03.2026

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt


Sexueller
GEWALT
BEGEGNEN

KRAFT *Liebe* BESONNENHEIT



Unser Bestseller!

Jahresbegleiter 2026

Für unterwegs, 64 Seiten, 9 x 15 cm,
Art.-Nr. 477, Preis: 4,90 €

- Adressen: Dienststellen, Gemeinden, Institutionen
- Termine: Gemeindeveranstaltungen, Ferien, Jahreskalender 2026/2027
- Inspiration für die Andacht: Ein Bibeltext für jeden Tag.
- Informationen: 28 Glaubensartikel der Siebenten-Tags-Adventisten, Sonnenuntergangszeiten



Andachtsbuch 2026

Paperback, 11 x 15 cm,
ISBN 978-3-8150-0219-3
Art.-Nr. 219, Preis: 14,90 €

- Geistliche Impulse für jeden Tag.
- Zwei Seiten für jeden Tag des Jahres 2026.
- Auch ideal zum Verschenken geeignet!



Abreißkalender 2026

Einzelblätter mit Abreißperforation,
17 x 30 cm, Kalenderblock 11 x 15 cm,
ISBN 978-3-8150-0211-7
Art.-Nr. 211, Preis: 15,90 €

BESTELLCOUPON an deinem Büchertisch abgeben.

Ich bestelle:

ADVENT
VERLAG

www.advent-verlag.de

Expl. **Abreißkalender**
à € 15,90 (Art.-Nr. 211)

Vorname, Name

Expl. **Andachtsbuch**
à € 14,90 (Art.-Nr. 219)

Straße, Nr.

Expl. **Jahresbegleiter**
à € 4,90 (Art.-Nr. 477)

PLZ, Wohnort

Deutschland Advent-Verlag GmbH, Pulverweg 6, 21337 Lüneburg, Tel. 04131 9835-02, Shop: // www.advent-verlag.de

Österreich ABC Medien GmbH, Prager Straße 287, 1210 Wien, Tel. +43 1 2294000, Shop: // www.toplife-center.com

Schweiz Advent-Verlag Schweiz, Leissigenstraße 17, 3704 Krattigen, Tel. +41 33 5111199, Shop: // www.advent-verlag.ch

ABENTEUER MIT VERANTWORTUNG

GESCHÄFTSFÜHRUNG FÜR ZELTPLATZ & GROßEVENTS

Über uns

Unser Zeltplatz ist ein Ort für Gemeinschaft, Abenteuer und nachhaltiges Lernen – vom kleinen Naturerlebnis bis zum Großcamp mit hunderten Teilnehmenden.

Zur Weiterentwicklung suchen wir ab 01.01.2026 eine Geschäftsführung (Vollzeit).

Deine Aufgaben

- ✓ Leitung des Zeltplatzes mit Strategie, Herz und Verantwortung
- ✓ Führung von Haupt- & Ehrenamtlichen
- ✓ Verantwortung für Finanzen, Fördergelder & Infrastruktur
- ✓ Management von Camps, Festivals & Tagungen supporten
- ✓ Netzwerkpflege mit Partnern

Das bringst du mit

- ✓ Studium oder vergleichbare Qualifikation (z. B. BWL, Veranstaltungs- oder Non-Profit-Management)
- ✓ Erfahrung in Teamleitung & Organisation
- ✓ Begeisterung für Natur, Pädagogik & Pfadfinderarbeit
- ✓ Organisationstalent, Kommunikationsfreude & Verantwortungsbewusstsein
- ✓ Identifikation mit christlichen Werten

Das bieten wir

- ✓ Viel Gestaltungsfreiheit, flexible Arbeitszeiten & Eigenverantwortung
- ✓ Engagiertes Team & faire Konditionen (nach Richtlinien der Freikirche)
- ✓ Arbeitsplatz mitten in der Natur
- ✓ Unterstützung bei Wohnungssuche & Einarbeitung durch den aktuellen Geschäftsführer

Jetzt bewerben!



Sende deine digitale Bewerbung (Lebenslauf + kurzes Motivationsschreiben) an friedbert.hartmann@adventisten.de (Gesellschaftervertreter der gGmbH)
Fragen? 0172 4499799 (F. Hartmann) | 0175 5742915 (W.-M. Hartlapp)
Weitere Eindrücke: Zeltplatz-Friedensau.de

Scanne den QR-Code
für die ausführliche
Stellenbeschreibung



MANUELA HÜBLER

DAS SPORT SPINAT & SONNEN BUCH

Wie geht das mit dem Gesundsein?

Warum gehört Spinat auf den Teller, Bewegung in den Alltag und Sonne auf die Haut? Das Sport-, Spinat- & Sonnen-Buch zeigt allen neugierigen Entdeckerinnen und Entdeckern, wie man gesund, fit und fröhlich durchs Leben geht.

Finde mit den vier Freunden Mira, Jonas, Fabrice und Amy in 12 Kapiteln heraus, wie wichtig Freundschaft, Vertrauen, Wasser, Ruhe und vieles mehr für dich sind – und, dass Gott es richtig gut mit dir meint. **Mit lustigen Illustrationen, spannenden Geschichten und kleinen Aha-Momenten macht dieses Buch Lust auf ein Leben voller Energie, Freude – und vielleicht sogar Spinat!**

Hardcover, 88 Seiten, 23 x 29 cm, Advent-Verlag Lüneburg,
Art.-Nr. 1434, Preis: 24,90 €

Zu bestellen unter: www.advent-verlag.de
oder 04131 9835-02



ADVENT
VERLAG



Dezember 2025

ADRAheute



Nahrung Quelle des Friedens

Seite 2

„Kein Hunger“
ADRA führt Projektwochen durch
Seite 4

Weihnachtsgruß vom Vorstand
Gemeinsam setzen wir Zeichen der Hoffnung
Seite 5





Liebe Leserin, lieber Leser,

in Jesaja 9,5 lesen wir: „Denn uns ist ein Kind geboren! Ein Sohn ist uns geschenkt! Er wird die Herrschaft übernehmen. Man nennt ihn »Wunderbarer Ratgeber«, »Starker Gott«, »Ewiger Vater«, »Friedensfürst«“

Weihnachten erinnert uns daran, dass Gott als Mensch zu uns kam, um Versöhnung und Frieden zwischen Gott, den Menschen und der Schöpfung zu ermöglichen. Wir sind füreinander verantwortlich, unabhängig von Ort oder Herkunft. In Jesajas Wörtern steckt eine Einladung, den Frieden, den Gott gibt, weiterzugeben. Dieser Frieden beginnt oft klein: Ein Stück Land, das bewahrt wird, eine Schule, die weitergeführt werden kann, ein gemeinschaftlicher Gemüsegarten für Frauen, der Einkommen schafft und ihre Kinder satt macht.

Gemeinsam mit dir ermöglichen wir Familien in Konfliktgebieten den Zugang zu Saatgut, Bildung oder stabileren Lebensgrundlagen. Es sind diese kleinen Geschichten, die Verbindungen schaffen zwischen Menschen in unterschiedlichen Winkeln der Welt. Diese Geschichten sind ein Zeichen der Hoffnung, dass ein friedliches Zusammenleben möglich ist. Möge Weihnachten dazu beitragen, Brücken zu bauen, wo Trennungen bestehen, und Hoffnung zu schenken, wo Verzweiflung zu herrschen droht.

Herzliche Grüße
Deine
Anja Kromrei
Redaktionsleitung ADRA Deutschland e.V.



In Burkina Faso, Mali und Mosambik sind Familien zunehmend mit den Folgen von Dürren, Konflikten und wachsender Armut konfrontiert. Mit einem länderübergreifenden Projekt schafft ADRA in der Krisenregion Perspektiven für ein friedvolles Leben.

Hoffnung, die verbindet

In der Gemeinde Kougoussi im Norden Burkina Fasos haben sich Frauen zusammengeschlossen, um gemeinsam Gemüse anzubauen. Viele von ihnen sind Geflüchtete, die durch Konflikte alles verloren haben. Andere stammen aus der Region. Heute arbeiten sie Seite an Seite – ohne Unterschiede, mit einem gemeinsamen Ziel: ihre Familien zu ernähren und sich eine bessere Zukunft aufzubauen.

Die Frauenkooperative NERWAYA erhielt über ein ADRA-Projekt Saatgut, Werkzeuge und eine motorbetriebene Wasserpumpe. Schulungen zu nachhaltigem Anbau, biologischem Dünger und Krankheitsprävention halfen den Frauen, ihr Wissen zu erweitern und ihre Erträge zu steigern.

„Früher hatten wir kaum Saatgut und zu wenig Wasser für eine gute Ernte“, erzählt Emilie Sawadogo, Vorsitzende der Kooperative. „Jetzt können wir grō-



Nahrung Quelle des Friedens

von Pierre Schweitzer und Cedric Vogel

© ADRA Burkina Faso

„Sere Felder bestellen und unsere Produkte regelmäßig auf dem Markt verkaufen. Wir sind stolz auf das, was wir gemeinsam erreicht haben.“

Mehr als nur wirtschaftliche Hilfe

Die Erfolge sind sichtbar – nicht nur auf den Feldern. Frauen, die früher kaum genug zum Leben hatten, können heute ihren Kindern den Schulbesuch finanzieren oder Kleidung kaufen. „Von dem Geld, das ich mit dem Verkauf meiner Tomaten verdiene, habe ich Schulhefte und Kleidung für meine Kinder gekauft“, berichtet Safietou Sana mit einem Lächeln.

Doch die Veränderung geht tiefer: Wo früher Angst und Misstrauen herrschten, wächst nun Vertrauen. „Bei uns gibt es keinen Unterschied mehr zwischen Einheimischen und Geflüchteten“, sagt Emilie. „Wir teilen dieselben Sorgen und dieselbe Freude. Das hat uns zusammengeschweißt.“

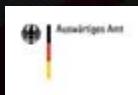
Hilfe, die Kreise zieht

Die Frauenkooperative in Kongoussi ist Teil eines größeren Projekts, das ADRA gemeinsam mit lokalen Partnern in Burkina Faso, Mali und Mosambik umsetzt. Ziel ist es, betroffene Gemeinschaften dauerhaft widerstandsfähiger zu machen – gegen Hunger, Armut und Katastrophen.

Dazu gehören beispielsweise:

- Schulungen zu nachhaltiger Landwirtschaft und Tierhaltung
- Unterstützung für Frauen bei der Anlage von kleinen Gemüsegärten
- Sanierung und Neubau von Wasserstellen
- Zusammenschluss von Kleinbäuerinnen und -bauern in Kooperativen, um Wissen und Erträge zu verbessern

Finanziert wird das Projekt durch das Auswärtige Amt, das BMZ und Aktion Deutschland Hilft – sowie durch die Unterstützung vieler Spenderinnen und Spender.



Gemeinsam für eine friedliche Zukunft

Was in Kongoussi begonnen hat, zeigt, wie Hilfe wirken kann: aus Not wird Hoffnung, aus Unsicherheit Zusammenhalt. Wenn Menschen miteinander reden, sich gegenseitig unterstützen und Verantwortung übernehmen, entsteht Frieden.

Mit jeder Spende wird diese Arbeit möglich. Gemeinsam schaffen wir Zukunft! •



„Kein Hunger“

ADRA führt Projektwochen an Schulen durch

von Florian Diegmann

von Florian Diegmann

Die Sicherung der Ernährung weltweit ist eine der drängendsten Herausforderungen unserer Zeit. Während in den Industrieländern der Erde eine stabile Versorgung mit Lebensmitteln weitgehend gegeben ist, leiden noch immer Millionen Menschen im globalen Süden unter Hunger und Mangelernährung. Die Vereinten Nationen beschreiben daher „zero hunger“ als eine der dringendsten Aufgaben unserer Zeit (vgl. Nachhaltige Entwicklungsziele/SDG 2030).

Um dieses Thema jungen Menschen auf ansprechende Weise näherzu-

bringen, bietet ADRA Deutschland e.V. seit dem Jahr 2025 Projektwochen zum Thema Ernährungssouveränität in hessischen Schulen an.

Ernährungssouveränität bedeutet, dass Gemeinschaften selbst entscheiden können, wie sie ihre Lebensmittel produzieren, verteilen und konsumieren – auf eine gesunde, faire und ökologisch nachhaltige Weise. Unsere Projektwochen haben somit zum Ziel, das Bewusstsein der Schülerinnen und Schüler zu schärfen und nachhaltige wie faire Lösungen anschaulich und interaktiv zu beleuchten. •



Ja, ich möchte regelmäßig helfen!

Infos und Anfragen über
Debora Schöbel und
Florian Diegmann an
live@adra.de
oder
+49 (0) 6151-8115-709

Ich möchte ab sofort regelmäßig spenden. Mein Beitrag ist

25 Euro

50 Euro

Euro

Ich bitte um Abbuchung

monatlich

vierteljährlich

halbjährlich

jährlich

Ich möchte meinen regel

Ich möchte meinen regelmäßigen Beitrag erhöhen um

15 Euro

25 Euro

Euro

Name und Adresse

E-Mail (optional)

Telefon (optional)

IBAN

Name der Bank

Ich ermächtige ADRA Deutschland e.V. (Gläubiger-ID DE08ZZZ0000043087), meine regelmäßige Spende von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von ADRA Deutschland e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit Ihrem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Ich kann diese Einzugsgenehmigung jederzeit und ohne Angabe von Gründen widerrufen.

Datum / Unterschrift:

Fülle den Coupon deutlich lesbar aus und sende ihn zurück an unsere Adresse: ADRA Deutschland e.V., Robert-Bosch-Str. 10, 64331 Weiterstadt

1 Frage

an den Spendenservice

Warum hilft ADRA nicht überall auf der Welt?

Obwohl wir es uns wünschen, können wir nicht überall und in jeder Katastrophe helfen, weil unsere Mittel und Kräfte begrenzt sind. Deshalb setzen wir klare Prioritäten und konzentrieren uns auf Regionen, in denen der Bedarf besonders groß ist und wo wir dank lokaler Partner langfristig wirksam unterstützen können. Wir helfen dort, wo die betroffenen Menschen, bzw. unsere Partner selbst Bedarf anmelden. Wir arbeiten respektvoll auf Augenhöhe mit ihnen, damit sie möglichst schnell wieder eigenständig handeln können. Die Sicherheit unserer Mit-

arbeitenden und die politischen sowie logistischen Verhältnisse vor Ort berücksichtigen wir dabei sorgfältig. In der Regel arbeiten wir eng mit anderen Hilfsorganisationen und internationalen Partnern zusammen, damit Hilfe dort ankommt, wo sie am dringendsten gebraucht wird. Unser Ziel ist, durch gezielte, nachhaltige Maßnahmen die Lebensbedingungen der Betroffenen langfristig zu verbessern und gemeinsam mit lokalen Gemeinschaften Strategien zu entwickeln, die sie auch auf zukünftige Krisen besser vorbereiten.

Weihnachtsgruß vom Vorstand



Liebe Freundinnen und
liebe Freunde von ADRA,

in dieser festlichen Zeit blicken wir mit Dankbarkeit auf das vergangene Jahr zurück. 2025 war ein Jahr voller Herausforderungen – und zugleich voller Hoffnung. Dank eurer treuen Unterstützung konnten wir Not lindern, Menschen stärken und Licht in dunkle Momente bringen.

Weihnachten erinnert uns daran, dass Gott in der Gestalt eines Kindes Mensch wurde – verletzlich, aber von unendlicher Liebe erfüllt. Dieses göttliche Licht kam in eine Welt der Unsicherheit, um Frieden zu schenken. Wo Menschen sich füreinander einsetzen, wo Mitgefühl und Gerechtigkeit

keit Raum gewinnen, da wird dieses Licht sichtbar – auch heute, durch euer Engagement.

Im Namen von ADRA sagen wir von Herzen Danke: für euer Vertrauen, eure Spenden und eure Gebete. Gemeinsam setzen wir Zeichen der Hoffnung – in Deutschland und weltweit.

Wir wünschen euch und euren Liebsten ein gesegnetes Weihnachtsfest, Momente der Ruhe und Freude sowie Gottes reichen Segen für das neue Jahr 2026.

Euer Christian Molke



Meine Spende wirkt!

12 €

Eine Familie erhält ein Paket mit verbessertem Saatgut für den Anbau von Hirse, Mais, Bohnen und Reis.

120 €

Sechs Mütter lernen, wie sie die Gesundheit ihrer Kinder mit lokal verfügbaren Lebensmitteln und nährstoffreichen Mahlzeiten stärken können.

1.500 €

Eine Frau erhält Unterstützung bei der Einrichtung und dem Betrieb einer Fischzucht.

Spendenkonto

ADRA Deutschland e.V.

IBAN: DE36 3702 0500 0007 7040 00

Stichwort: Spende



ADRA

IMPRESSUM

Herausgeber

ADRA Deutschland e.V.

Robert-Bosch-Str. 10
64331 Weiterstadt

+49 (0) 6151 8115-0
info@adra.de
adra.de

V.i.S.d.P.

Christian Molke

Redaktion & Gestaltung
ADRA Deutschland e.V.

ADRA Deutschland e.V.
ist geprüft und wird empfohlen



**ADRAheute
erscheint wieder
im März 2026**



WORTE IN TATEN

SEIT 7 JAHREN

BUCHEVANGELISATION MIT ERFOLG!



Seit Projektbeginn im November 2017 hat »Worte in Taten« Zuwendungen von über 170.000 Euro erhalten, etwa 70 Prozent davon waren Spenden von Privatpersonen. Davon konnten 110.000 Exemplare missionarischer Bücher finanziert und verteilt werden. Vielen Dank allen, die dazu beigetragen haben!



WERDE BUCHPATE/-PATIN

Hast du ein Herz für die Buchevangelisation, selbst aber wenig Zeit oder Möglichkeiten, aktiv Literatur zu verteilen? Dann gibt es mit »Worte in Taten« ein ideales Angebot für dich, diese Arbeit dennoch zu unterstützen! Werde Buchpate/-patin und spende einen selbst gewählten Betrag, um Bücher zu finanzieren, die von anderen Gemeindemitgliedern mit weniger finanziellen Möglichkeiten, aber mehr Zeit, verteilt werden können.

WERDE BUCHVERTEILER/-IN

Verteilst du gern christliche Literatur, um damit Menschen auf das Evangelium aufmerksam zu machen und hast dafür aber nur ein begrenztes Budget zur Verfügung? Dann mach mit bei »Worte in Taten«! Betreibe Büchertische in der Stadt, bestücke Leihbibliotheken, verteile Bücher während Missionsaktionen, gib Bücher in Second-Hand-Läden oder statte Bücherregale in deiner Stadt aus und das mit Büchern, die durch die Bücherpaten finanziert wurden.

MEHR INFORMATIONEN

zu der Aktion »Worte in Taten« erhaltet ihr beim Advent-Verlag Lüneburg

 Per Telefon: 0800 238 36 80

 Per E-Mail: buchevangelisation@adventisten.de

