
ZEIT zum LEBEN

Jahreskalender mit Denkanstößen

2
0
2
5



Liebe Leserin, lieber Leser!

Seien Sie herzlich begrüßt mit der Jahreslosung. Die Aufforderung von Paulus ist heute wichtiger denn je. Wir erleben rasante Veränderungen, bekommen verlockende Angebote und werden überschüttet mit den unterschiedlichsten Nachrichten. Was ist wahr? Was ist gut? Worauf kann ich mich verlassen? Wir stehen laufend unter Druck, diese Fragen zu beantworten und richtige Entscheidungen zu treffen.

Gleichzeitig nimmt die Orientierungslosigkeit zu. Christliche Werte, die vor Jahren noch die westliche Welt prägten, werden mehr und mehr bewusst in Frage gestellt und demontiert. Umso wichtiger ist dieser Hinweis des Paulus, den er vor ca. 2000 Jahren an die Christen in der griechischen Hafenstadt Thessaloniki schrieb.

„Prüft alles“ bewahrt vor naiver Leichtgläubigkeit, „das Gute behaltet“ schützt vor radikaler Abgrenzung von allem Neuen. Die Jahreslosung ist ein guter Schlüssel, um in diesem Spannungsfeld ausgewogen und nüchtern zu navigieren.

Wenn wir aber alles prüfen und das Gute behalten sollen, dann brauchen wir einen verlässlichen Maßstab, den wir jederzeit anwenden können. Dazu hat Gott uns Sein Wort, die Bibel gegeben. Sie ist zeitlos gültig und absolut zuverlässig. Jesus Christus, der Sohn Gottes sagt: „Himmel und Erde werden vergehen, aber meine Worte bleiben bestehen.“ (vgl. Matthäus 24,35)

Es geht also bei unseren Entscheidungen nicht um unser Bauchgefühl oder die Mehrheitsmeinung, sondern um das, was geschrieben steht. Wenn wir die Bibel als Maßstab verlieren, werden wir maßlos. Leider ist das ein Kennzeichen unserer Tage. Deshalb wollen wir uns gegenseitig ermutigen anhand des göttlichen Maßstabs alles zu prüfen und das Gute zu bewahren.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen alles erdenklich Gute und Gottes Segen für 2025

Ihr Hartmut Jaeger



Prüft alles und behaltet das Gute!

1. Thessalonicher 5,21



Inhalt

Januar	Feindesliebe	4
	Gottes Leitplanken für ein gelingendes Leben	6
Februar	Wasser ist sein Element.	10
	Angst	12
	Auszug aus "Jenseits der Mitte"	14
März	Das ist auch für Moslems wichtig!	16
	Auszug aus "Zuhören und Verstehen"	18
April	Herzbrennen.	22
	Ist Jesus wirklich auferstanden?	24
Mai	Feuer im Paradies	28
	Passiert oder nicht passiert?	30
Juni	Respekt verdient.	34
	Ein himmlischer Volltreffer!	36
	Auszug aus „Sei guten Mutes“	40
Juli	Wie gehen Sie mit Stress um?	42
	Ohne Gott geht es nicht	44
August	Esoterik-Lehrer wird Christ.	48
	Neuanfang nach 21 Ehejahren.	50
	Was die Schöpfung über Gott erzählt	52
September	Teenager entführt!	54
	Zitatsammlung.	56
	„Ich will dem Dürstenden aus der Quelle des Wassers des Lebens geben umsonst.“	58
Oktober	Glücklich im Reich Gottes?	60
	Polizist und Bibel?!	62
	Ich bin ausgerutscht	64
November	Shrek, das Schaf.	66
	Schmetterlinge - das Wunder der Verwandlung.	68
Dezember	Profil gefragt	72
	Die leere Krippe.	74
	Wer ist Wahrheit?	76
	Ferien-Termine 2025.	79
	Dies und Das.	82
	5 Schritte zu einem neuen Leben	84
	Erlebt	86
	Bibelquiz	91
	Kalender/Zeitschriften und Bücher	94
	Rezept	96

Feindesliebe

An einem Bahnsteig kam ich mit einem älteren Herrn über Gott ins Gespräch. „Nein, das, was Gott von einem verlangt, geht doch gar nicht“, war seine Einstellung. Was meinte er nur? Ich hakte nach. „Na, dass wir unsere Feinde lieben sollen. So etwas kann man doch nicht verlangen!“ Nun, was sollte ich da antworten? Und wir kamen auch zu keinem gemeinsamen Konsens. Auf jeden Fall hatte ich einen Menschen

kennengelernt, dem bewusst war, dass wir Menschen den Maßstäben Gottes nicht genügen.

Die Aufforderung, unsere Feinde zu lieben, ist Teil der sogenannten Bergpredigt, die Jesus am Ufer des Sees Genezareth hielt. „Liebt eure Feinde“ ist quasi die Überschrift. Danach folgt eine erklärende, dreifache Stufenfolge, wie sich diese Liebe in Wort und Tat äußern soll:

1. Dem Hass soll etwas Gutes entgegengesetzt werden. „Tut Gutes“ meint nicht Passivität, sondern ist sehr praktisch. Gründlich muss ich mir überlegen, was der andere braucht.
2. Segensworte sollen auf Fluch-Worte erwidert werden. Es ist doch interessant, wie viel auf der Ebene der Worte ausgetragen wird. Das gehörte Wort ermöglicht dem anderen, Rückschlüsse zu ziehen, mit wem er es zu tun hat.
3. Wo die gute Tat oder das Segenswort den feindlichen Hass nicht zu tilgen vermag, soll das Letztmögliche getan werden, nämlich ein Gebet der Fürbitte. Sobald ich für jemanden bete, gebe ich meine Last bei Gott ab; meine eigenen bösen Gedanken brechen ab.

Der oben erwähnte Mann am Bahnsteig hatte recht. Aus eigener Kraft kann ein Mensch niemals seine Feinde lieben. Das wäre unmöglich. Er muss selbst zuerst einsteigen in ein Leben

mit Gott. Dann wird der Mensch zu einem Botschafter an Christi statt.

Stefan Taube

Jesus Christus spricht:
 Liebt eure Feinde; tut
 denen Gutes, die euch
 hassen! Segnet die,
 die euch verfluchen;
 betet für die, die euch
 beschimpfen!
Lukas 6,27-28 (E)

Datum	Wochentag Bibellese	Termine – Notizen
30	Montag Lukas 2,36-40	
31	Silvester Dienstag Lukas 2,41-52	
1	Neujahr Mittwoch Psalm 19	
2	Donnerstag Lukas 3,1-6	
3	Freitag Lukas 3,7-14	
4	Samstag Lukas 3,15-20	
5	Sonntag Psalm 72	
6	Montag Lukas 3,21-38	
7	Dienstag Lukas 4,1-13	
8	Mittwoch Lukas 4,14-21	
9	Donnerstag Lukas 4,22-30	
10	Freitag Lukas 4,31-37	
11	Samstag Lukas 4,38-44	
12	Sonntag Psalm 4	

Januar

Gottes Leitplanken für ein gelingendes Leben

Wer kennt sie nicht, die Zehn Gebote. Doch halt! Jeder scheint sie zu kennen, aber wer könnte sie auswendig aufsagen? Und selbst wenn das noch klappt – wer lebt danach? Wer hält sich im Alltag daran? In der Praxis spielen sie eine untergeordnete Rolle. Für viele haben die Zehn Gebote nur noch traditionelle Bedeutung. Sie sind der vielleicht bekannteste unbekannteste Text der Literatur.

Dabei haben die Zehn Gebote unsere westliche Gesellschaft wie kaum ein anderer Text geprägt. Sie waren über Jahrhunderte das kollektive Gewissen der Menschen. Durch den Konfirmandenunterricht in der Kirche (Kleiner Katechismus) wurden sie den Menschen ins Gedächtnis eingebrannt. Selbst ungebildete Menschen richteten ihr Leben danach aus, auch wenn sie nicht ständig die Bibel lasen.

Kein Land des westlichen Kulturkreises ist ohne die Zehn Gebote zu

verstehen. Bis in die moderne Rechtsprechung hinein finden wir ihre Spuren. Selbst in Verfassungstexten spiegeln sich ihre Prinzipien wider. Das unbedingte Primat des Lebens („Du sollst nicht morden“) gehört dazu, ebenso das Recht auf Eigentum („Du sollst nicht stehlen“). Der Schutz der Ehe („Du sollst nicht ehebrechen“) und die Bedeutung einer harmonischen Familie („Ehre Vater und Mutter“) sind Grundpfeiler der westlichen Gesellschaften geworden. Die Sonntagsheiligung, zwar längst von den Ladenöffnungszeiten bedroht, ist doch immer noch ein großes kulturelles Erbe, ermöglicht durch das Sabbatgebot der Bibel. Neulich sagte mir ein bekannter Jurist: „Wir bräuchten heute nicht die Tausende von Gesetzen und Rechtsbestimmungen, wenn sich die Menschen einfach nur an die Zehn Gebote halten würden.“ Recht hat er.

Die Zehn Gebote sind eine Schatzkiste für unser Handeln, gute



Datum	Wochentag Biblelese	Termine – Notizen
13	Montag Lukas 5,1-11	
14	Dienstag Lukas 5,12-16	
15	Mittwoch Lukas 5,17-26	
16	Donnerstag Lukas 5,27-32	
17	Freitag Lukas 5,33-39	
18	Samstag Lukas 6,1-11	
19	Sonntag Psalm 3	
20	Montag Lukas 6,12-16	
21	Dienstag Lukas 6,17-26	
22	Mittwoch Lukas 6,27-35	
23	Donnerstag Lukas 6,36-42	
24	Freitag Lukas 6,43-49	
25	Samstag Lukas 7,1-10	
26	Sonntag Psalm 9	

Januar

Leitplanken Gottes für unser Leben. Sie zu leben hat aber eine Bedingung, die gleich am Anfang der Zehn Gebote genannt wird. „Ich bin der Herr, dein Gott“, heißt es dort. Das ist keine fromme Eingangsfloskel. Im Gegenteil. Dieses Präludium ist der Schlüssel zum ganzen Text. Es bedeutet: Erst wenn der Mensch Gott gefunden hat, also Christ geworden ist, dann kann er nach Gottes guten Geboten leben. Das Eine ist ohne das Andere nicht zu haben.

Der christliche Glaube sagt deshalb: Erst kommt das Kreuz, dann die Gebote. Erst wer Gott in Jesus Christus begegnet ist, der soll und kann nach Gottes Plan sein Leben gestalten. Viele reden heute von Werten und einer moralischen Erneuerung. Ja, das tut not. Aber ohne ein moralisches Fundament ist das nicht zu haben. Deshalb ist die Frage nach Werten immer auch die Frage nach Gott.

Wenn Gott wieder der Herr der Menschen wird, dann ist „gutes Handeln“ möglich. Vielleicht ist das die beste Prävention gegen Kriminalität und Unrecht. Wir müssen das Übel an der Wurzel packen. Viele Polizisten

fühlen, dass Kriminalität ein Problem des Herzens der Menschen ist. Die kriminellen Taten sind nur Ausdruck eines falschen oder fehlenden Wertesystems des Täters.

Wenn Gott wieder der Herr der Menschen wird, dann ist „gutes Handeln“ möglich. Vielleicht ist das die beste Prävention gegen Kriminalität und Unrecht. Wir müssen das Übel an der Wurzel packen. Viele Polizisten fühlen, dass Kriminalität ein Problem des Herzens der Menschen ist. Die kriminellen Taten sind nur Ausdruck eines falschen oder fehlenden Wertesystems des Täters.

Da kann der Glaube helfen. Wer Jesus Christus kennt und seine Zehn Gebote hat, der besitzt einen Kompass für das Leben. Für den werden die Zehn Gebote wieder lebendige Leitplanken für ein gelingendes Leben.

Prof. Dr. Stephan
Holthaus



Buchtipp



CPV Christliche
Polizeivereinigung e.V.
**Neues Testament für
Polizeiangehörige**

6. überarbeitete Auflage 2023

Das Buch enthält neben den gut verständlichen biblischen Texten bewegende Erlebnisse und Erfahrungsberichte von Polizeibeamten aus Bund und Ländern, Österreich und der Schweiz. Zudem finden sich darin Informationen zum Umgang mit der für alle Polizeibeamten herausfordernden Aufgabe, Todesnachrichten zu überbringen. Abgerundet wird das es durch einen Überblick über die Aufgaben der Polizeiseelsorge.

Flexcover., 752 S.
Best.-Nr. 271924
ISBN 978-3-86353-924-5
€ (D) 9,90

Datum	Wochentag Bibellese	Termine – Notizen
27	Montag Lukas 7,11-17	
28	Dienstag Lukas 7,18-23	
29	Mittwoch Lukas 7,24-35	
30	Donnerstag Lukas 7,36-50	
31	Freitag Lukas 8,1-3	
1	Samstag Lukas 8,4-15	
2	Sonntag Psalm 16	
3	Montag Lukas 8,16-21	
4	Dienstag Lukas 8,22-25	
5	Mittwoch Lukas 8,26-39	
6	Donnerstag Lukas 8,40-56	
7	Freitag Lukas 9,1-9	
8	Samstag Lukas 9,10-17	
9	Sonntag Psalm 18,1-20	

Januar

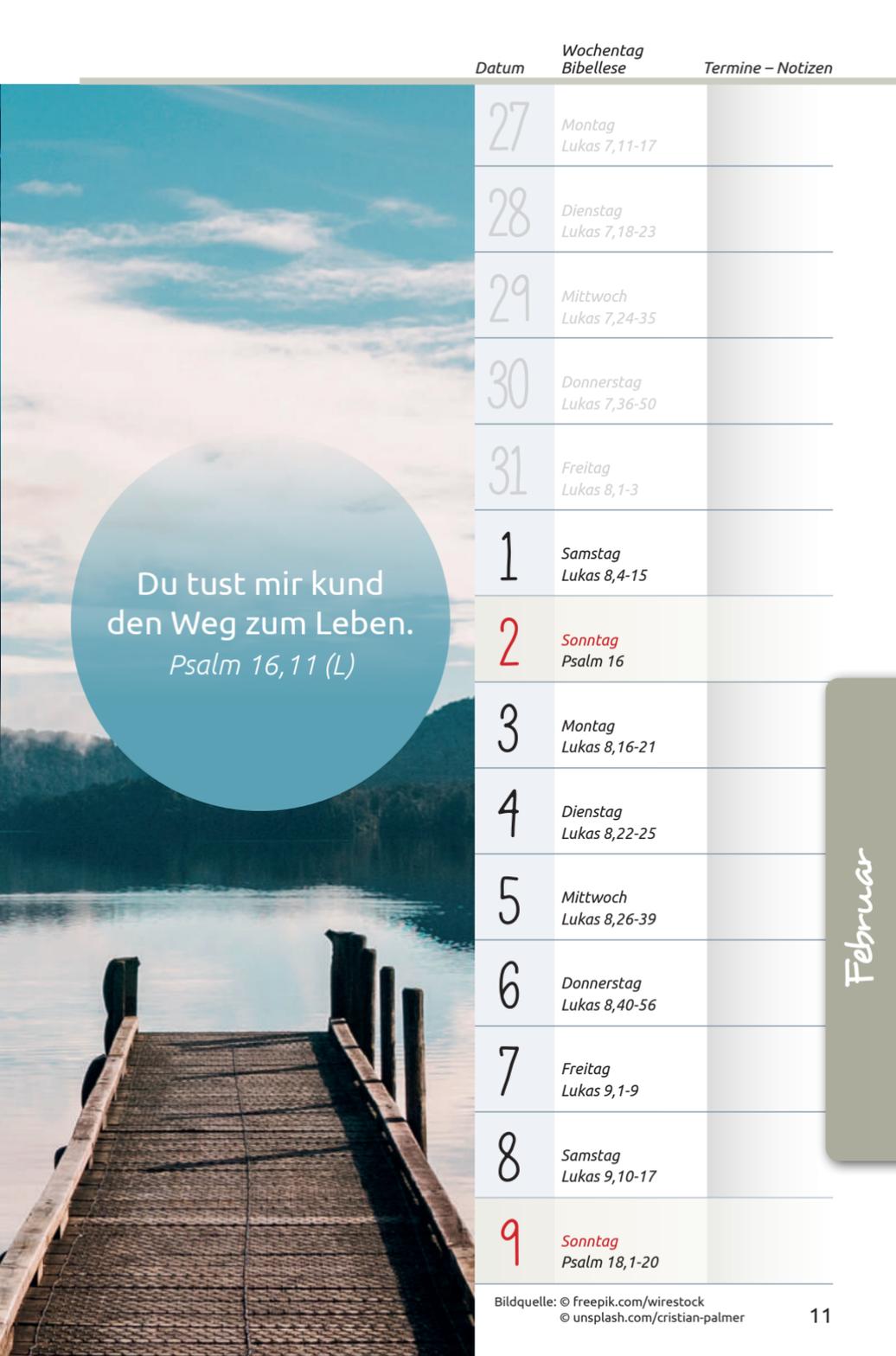
Wasser ist sein Element

Kennen Sie Nikolaus? Nein, ich meine nicht den Bischof, der die Kinder kurz vor Weihnachten mit Köstlichkeiten beglückt. Ich meine die männliche Kegelrobbe im Wattenmeer, die man im März 2015 im Alter von 13 Wochen vor Friedrichskoog auswilderte, ausgestattet mit einem Sender, durch den man sechs Monate lang ihre Wege durch die Nordsee verfolgte. Auf sagenhafte 10241 km hat sie es in diesem Zeitraum gebracht. Betrachtet man die Karte mit ihrer Reiseroute, so sieht man auf den ersten Blick nur ein einziges Wirrwarr von Linien in einem allerdings begrenzten Gebiet der Nordsee. Es gibt darin nur wenige „Zentren“, in denen sich diese Linien zu einem dickeren Bündel verdichten, offenbar an ergiebigen Futterplätzen oder beliebten Rückzugsorten zum Ausruhen nach ausgiebigen Jagdzügen.

Für mich ist Nikolaus ein treffendes Bild für den rastlosen Menschen, der in seinem Leben meist aus ähnlichen

Gründen unterwegs ist, wie wir es aus der Tierwelt kennen: Nahrungsbeschaffung, Fortpflanzung, Ausleben und Ausruhen in dem zugewiesenen Element und Lebensraum. Bei den Robben findet nach rund 25 Jahren dieses Dasein ein Ende, wenn sie nicht schon vorher - z. B. durch Erkrankung - zu Tode kommen. Doch sind wir Menschen nicht mehr als die Tiere? Ja, denn der Mensch wurde zu einem höheren Zweck geschaffen: um seinem Schöpfer auf eine Weise zu ehren, die über ein bloßes Dasein und Vergehen hinausgeht: Seines Schöpfers Wege soll er gehen, d. h. nach seinem Willen leben, um letztlich ein Ziel zu erreichen, wo keine Gefahr, kein Mangel, kein Schmerz und kein Tod mehr drohen. Dieser „Weg des Lebens“, den Gott uns in seinem Sohn Jesus Christus gewiesen hat, endet nicht im Vergehen, sondern führt zum ewigen Leben.

Joachim Pletsch



Du tust mir kund
den Weg zum Leben.
Psalm 16, 11 (L)

Datum	Wochentag Bibellese	Termine – Notizen
27	Montag Lukas 7,11-17	
28	Dienstag Lukas 7,18-23	
29	Mittwoch Lukas 7,24-35	
30	Donnerstag Lukas 7,36-50	
31	Freitag Lukas 8,1-3	
1	Samstag Lukas 8,4-15	
2	Sonntag Psalm 16	
3	Montag Lukas 8,16-21	
4	Dienstag Lukas 8,22-25	
5	Mittwoch Lukas 8,26-39	
6	Donnerstag Lukas 8,40-56	
7	Freitag Lukas 9,1-9	
8	Samstag Lukas 9,10-17	
9	Sonntag Psalm 18,1-20	

Februar

Angst

Im Polizeidienst gibt es immer mal wieder Situationen, die uns ängstigen. Angst bewegt nicht nur die „Angsthasen“, die Menschen, die psychisch schwach sind - halt die ängstlichen Typen. Angst gehört zum Leben dazu und muss nicht etwas Krankhaftes bedeuten.

Vor einiger Zeit sprach ich im Anschluss an eine Beerdigung mit einem Kollegen. Das Tischgespräch drehte sich während des kompletten Kaffeetrinkens nur um das Thema Angst. Angst vor Krankheiten, vor Partnerverlust, vor dem Versagen im Beruf, vor dem Ruhestand, vor der Sinnlosigkeit des Lebens und vor dem Tod. Es war ein sehr schwieriges Gespräch. Es konnte einem so richtig Angst machen.

Doch dann erlebte ich etwas ganz anderes. Ich besuchte im Krankenhaus einen 70-jährigen Mann, dessen ganzer Körper vom Krebs befallen war. Er war Christ. Die Ärzte hatten ihm gesagt: „Besprechen sie mit ihren Kindern ihre letzte Wegstrecke.“ An seinem Krankenbett blickte ich in ein Gesicht, das von einem inneren Frieden, einer freudigen Hoffnung und großem Gottvertrauen geprägt war. Das ist der Grund, warum ich als pensionierter

Polizist diese Zeilen über Angst schreibe.

Psychologen unterscheiden zwischen der ungesunden und der gesunden Angst. Gemäß einer Basler Studie leiden deutlich mehr als 10 Prozent der Bevölkerung unter einer chronischen Angstkrankheit. Wird Angst zum neuen Volksleiden? Leiden: ja. Nein! Der Begriff „Zeitalter der Angst“ stammt aus dem 19. Jahrhundert und wurde bei der industriellen Umwälzung geprägt. Jede Generation lernt Angst neu kennen und hat den Eindruck, es sei noch nie so schlimm gewesen. Früher akzeptierte man Angst als Grundbefindlichkeit. Heute wird sie mit einer Skala gemessen und schnell zur Krankheit umbenannt.

Die ungesunde Angst beschreibt eine spezielle Ausprägung der Angst, d.h., wenn Dauer, Intensität und Leidensdruck Auslöser und Auswirkungen auf das tägliche Leben haben. Hier ist dringend psychotherapeutische Hilfe gefragt.

Zur gesunden Angst gehören die Realangst (Angst vor echten Gefahren), die Gewissensangst (z.B. in der Versuchung, etwas stehlen zu wollen) und die Vitalangst als Warnsymptom

Datum	Wochentag Bibellese	Termine – Notizen
10	Montag Lukas 9,18-27	
11	Dienstag Lukas 9,28-36	
12	Mittwoch Lukas 9,37-45	
13	Donnerstag Lukas 9,46-50	
14	Freitag Lukas 9,51-56	
15	Samstag Lukas 9,57-62	
16	Sonntag Psalm 18,21-51	
17	Montag Lukas 10,1-16	
18	Dienstag Lukas 10,17-24	
19	Mittwoch Lukas 10,25-37	
20	Donnerstag Lukas 10,38-42	
21	Freitag Lukas 11,1-4	
22	Samstag Lukas 11,5-13	
23	Sonntag Psalm 15	

einer körperlichen Erkrankung (z.B. körperliche Reaktionen vor einem Herzinfarkt). Diese Ängste haben bewahrenden Charakter und schützen unser Leben.

Die älteste Beschreibung von Angst fand ich tatsächlich in der Bibel. Nachdem der Mensch erschaffen wurde, um im Paradies zu leben, brachte der tragische Ungehorsam des ersten Menschen ihn zum ersten Mal in einen Angstzustand. „Ich hörte dich durch den Garten gehen und bekam Angst...“ sagte Adam (1. Mose 3,10).

In der ganzen Bibel stehen mehr als 400 Stellen mit den Worten „Furcht“, „ängstlich“ oder Variationen davon. In einem der Psalmen, die am meisten zitiert werden, steht die einmalige Aussage:

„Du musst dich nicht fürchten vor dem Schrecken der Nacht, dem Pfeil, der dir am Tag entgegenfliegt, der Seuche, die durchs Dunkel schleicht, dem Fieber, das am Mittag glüht.“
Psalm 91, 5 6

Joachim Boshard,
Erster Kriminalhauptkommissar a. D. Zweiter
CPV-Vorsitzender



Auszug aus "Jenseits der Mitte"

Wenn ich bei einer Bergwanderung einen Gipfel erklimmen will, ist das letzte Stück oft das schwierigste und anstrengendste. So ähnlich verhält es sich auch mit meinem Lebensweg. Über den letzten schweren Abschnitt denke ich nicht so gern nach; diese Gedanken werden auch von den meisten Menschen lieber verdrängt. Sterben und Tod und die Schritte dorthin sind keine attraktiven Themen, die Freude hervorrufen – eher Beklemmung und Sprachlosigkeit. Dennoch muss ich mich irgendwann dieser Herausforderung stellen: je früher, desto besser.

...

Ich bin sicher, dass Gott nahezu jeden Menschen im Laufe seines Lebens irgendwann in die Nähe des Todes führt, um ihm die Begrenztheit des eigenen Lebens vor Augen zu führen. Solche Gelegenheiten sind gut geeignet, um mir selbst Klarheit zu verschaffen über mein Sterben und die darauffolgende Ewigkeit.

Das Sterben eines jeden Menschen ist so individuell wie sein Leben, kein

Sterbevorgang gleicht dem anderen, der Tod kennt keine Gesetzmäßigkeiten. Er kann plötzlich eintreten, wie bei einem Unfall oder dem Sekunden-Herztod; er kann langsam und bewusst auf den Menschen zukommen, wenn er mit der Diagnose einer unheilbaren Krebserkrankung konfrontiert wird; oder der Tod befreit leise und unmerklich den bewusstlosen oder völlig verwirrten Senior von seinem Leiden. Aussuchen kann ich mir diesen Weg nicht, er liegt ganz und gar in Gottes Hand. Deshalb brauche ich auch nicht dauernd an das Sterben zu denken oder mich permanent mit dem Tod zu beschäftigen. Ich darf mich auch im Alter noch über die schönen Dinge des Lebens freuen, die mein Vater im Himmel mir in dieser Zeit schenkt.

Dr. Wolfgang Vreemann,
arbeitete als Facharzt
für innere Medizin
und war Vorsitzender
des Weißen Kreuzes
e. V., Ahnatal.

