

ADAM ONLINE

Nr. 30 März bis Mai 2012 · € 1,75/CHF 3,00

Für den Mann
mit Werten

www.adam-online.de

MENTORING

PRAXISTIPPS FÜR WAGEMUTIGE

STARKE JUNGS

**WÜRDEN SIE IHREN JUNGEN
SEGELFLIEGEN LASSEN?**

ONLINE MIT GOTT

Neues wagen



WILLST DU EIN FESTES FUNDAMENT? WILLST DU EINEN SICHEREN UMGANG MIT GOTTES WORT? WILLST DU EINE TIEFE UND TRAGFÄHIGE BEZIEHUNG ZU JESUS CHRISTUS? WILLST DU EIN DYNAMISCHES GEBETSLEBEN? WILLST DU DIE KRAFT DES HEILIGEN GEISTES ...?

BIBELSCHULE GLAUBENSZENTRUM



JÜNGERSCHAFTSSCHULE
MITARBEITERSCHULE
SOW SCHOOL OF WORSHIP
FOCUS M SCHOOL OF MISSIONS



Glaubenszentrum Bad Gandersheim
 Dr.-Heinrich-Jasper-Str. 20
 37581 Bad Gandersheim

Tel.: (0 53 82) 9 30-0
 office@glaubenszentrum.de
 www.glaubenszentrum.de

GLAUBENSZENTRUM
 Bad Gandersheim

Hilfe



**FÜR BEDÜRFTIGE
 HOLOCAUSTÜBERLEBENDE
 IN ISRAEL!**

**IHRE SPENDE HILFT DEN
 MENSCHEN, IHREN LEBENSABEND
 IN WÜRDE ZU VERBRINGEN!**

Spendenkonto: 40 20 200
 BLZ: 520 604 10
 Verwendungszweck:
Helfende Hände

ICEJ e. V.
 Tel. 0711 83889480
 info@icej.de
 www.icej.de



INHALT

4 | Online mit Gott
NEUES WAGEN – MIT GOTT

6 | Starke Jungs
**WÜRDEN SIE IHREN JUNGEN
 SEGELFLIEGEN LASSEN?**

7 | Mentoring
**PRAXISTIPPS FÜR
 WAGEMUTIGE**

8 | Porträt
ETWAS GANZ ANDERES
 Männer erzählen, wie sie Neues
 in ihrem Leben wagten

10 | Männergesundheit
**HAUPTSACHE GESUND,
 MANN – EINE GANZHEITLICHE
 BETRACHTUNG**
 Teil 2: Seelische Aspekte

11 | Eva online
KLISCHEE ADE

16 | Das letzte Wort
BERUFUNG

RUBRIKEN

- 3 | Editorial
- 12 | Bücher für Männer
- 13 | Veranstaltungen für Männer
- 14 | In eigener Sache
- 14 | Leserbrief
- 15 | Impressum

NEUES?

© PixMedia - fotolia.com

Das neue Jahr hat begonnen. Was ist dabei eigentlich neu geworden? War es nur die eine Ziffer am Ende der Jahreszahl? Wie neu dieses neue Jahr sich erweisen wird, liegt auch an uns, an Ihnen und an mir. Wir haben es bis zu einem gewissen Grad selbst in der Hand, ob wir in diesem Jahr Neues wagen, Neues anpacken oder nicht.

Warum sollte es nicht gerade dieses Jahr sein, in dem wir das anpacken, was wir vielleicht schon lange vor uns herschieben? Vielleicht ist es ein langjähriger Traum, der darauf wartet, endlich erfüllt zu werden; vielleicht ist es ein beruflicher Wechsel, über den man schon lange nachdenkt; vielleicht geht es auch nur darum, etwas mit jemandem zu klären, denn auch dazu gehört oft Wagemut.

Während wir uns als Männer immer wieder Neues trauen sollten, sollten wir zugleich dort treu sein, wo Loyalität unabdingbar ist. Ich bewundere Männer, die fähig sind, Treue in Beziehungen zu zeigen: Männer, die Treue gegenüber ihrer Lebenspartnerin zeigen, die sich treu um ihre Kinder kümmern, die treue Freunde und verlässliche Mitarbeiter sind. Sobald es Menschen sind, die wir austauschen wollen, sollten wir vorsichtig sein. Gewachsene Beziehungen können nicht einfach ersetzt werden, denn man fängt dann wieder ganz von vorne an.

Sollen wir Männer neu werden, endlich dem Ruf nach den „neuen Männern“ folgen? Dazu müsste erst geklärt werden, was genau damit gemeint ist – und wie neu das überhaupt ist.

Neues wagen dort, wo wir uns in einer „Tretmühle“ befinden, wo es schon lange kein Vor-

wärtskommen mehr gibt, wo wir uns wie Sklaven – fremdbestimmt – fühlen, da kann es wirklich dran sein, „auszusteigen“ und Neues zu wagen. Hierzu wollen wir Sie mit dieser Ausgabe ermutigen. Schreiben Sie uns, wenn uns das gelungen ist!

Themen dieser Ausgabe

Da ich jemand bin, der gerne Neues wagt, habe ich mir ein paar Gedanken zum Schwerpunktthema einfallen lassen, ab Seite 4. Wie es aussehen kann, wenn Jungen Neues wagen – und wie Väter das unterstützen können – lesen Sie in unserem Interview mit Peter und David Marx, Vater und Sohn (S. 6). Praktische Tipps erhalten Sie von unserem Redakteur Christian Essl auf Seite 7. In unseren Kurzporträts erfahren Sie von verschiedenen Männern, wie sie Neues in ihrem Leben gewagt haben; lassen Sie sich inspirieren (S. 8-9). Weiter geht es mit unserer Rubrik „Männergesundheit“; diesmal geht es um unsere seelische Gesundheit, die Dr. Harald Fauser uns nahe bringt (S. 10). Für unsere Kolumne „Eva online“ konnten wir diesmal *Jesus-Punk* Mandy gewinnen, die in ihrem Beitrag gängige Klischees über Männer hinterfragt.

Viel Gewinn beim Lesen wünscht Ihnen



Emmerich Adam
Emmerich Adam
Chefredakteur

NEUES WAGEN – MIT GOTT

Neu es wagen – fällt Ihnen das leicht oder eher schwer? Gehören Sie zu denjenigen Männern, die immer wieder einen gewissen Kick brauchen, indem sie Neues ausprobieren? Oder gehören Sie zu den eher beständigen Typen, die sich nur ungern auf Neues einlassen? Vielleicht stehen Sie ja gerade vor einer wichtigen Entscheidung ...

Risikobereit oder riskant?

Risikobereitschaft lernen wir in der Regel von unseren Vätern. Sie sind es, die uns vielleicht als Baby in die Luft geworfen haben, um uns anschließend wieder aufzufangen (und die Mutter stand ängstlich daneben). Später haben sie uns vielleicht auf das Fahrrad gesetzt – und plötzlich losgelassen, und wir schlingerten herum, bis wir schließlich geradeaus fahren konnten, ohne umzufallen. Gut, wenn wir solche Väter hatten! Falls Sie selbst Vater sind: *Wie viel trauen Sie ihrem Kind zu? Können Sie es loslassen, und sind Sie da, um es notfalls aufzufangen?*

Man kann es auch übertreiben: Ob das sprichwörtliche „Ins Wasser werfen“ immer die beste Methode ist, um jemandem das „Schwimmen“ beizubringen, ist fraglich. Im schlimmsten Fall ertrinkt er dabei. Risikobereitschaft bedeutet nicht, fahrlässig zu handeln, und sie muss langsam entwickelt werden.

Vertrauen

Bevor wir wagen, müssen wir vertrauen können. Vertrauen muss wachsen, und es ist ausgesprochen beziehungsorientiert. Erlebt das Kind seinen Vater immer wieder als vertrauenswürdig, wird es ihm vertrauen – und sich manches trauen. Dieses Schema durchzieht unser ganzes Leben: Wir vertrauen jemandem, wenn wir ihn zuvor als vertrauenswürdig erfahren haben. Das kann später ein Freund, Kollege, Chef oder wer auch immer sein. Haben wir vertrauenswürdige Personen in unserem Leben kennengelernt, wird es uns sogar möglich sein, manchmal blind zu vertrauen; in bestimmten Situationen ist das nötig.

Wie leicht oder schwer fällt es Ihnen, jemandem zu vertrauen? Wem würden Sie auch blind vertrauen? Wir Männer sind

oft misstrauisch, besonders anderen Männern gegenüber. Dies mag einer der Gründe dafür sein, dass es immer noch keine echte, gesellschaftsverändernde Männerbewegung gibt. Frauen tun sich viel leichter damit, Beziehungen aufzubauen und zu pflegen, sich miteinander zu vernetzen, einander zu vertrauen. Schon das Gründen einer Männergruppe scheitert oft daran, dass wir sehr misstrauisch sind: Warum sollte ich mich dem anderen öffnen? Am Ende nutzt er das gegen mich aus oder macht sich über mich lustig. Schwäche zeigen? Lieber nicht! Wir sind immer noch sehr aufs Kämpfen getrimmt.

Meine Beschäftigung mit der Männerarbeit hat mich da persönlich verändert. Früher war jeder Mann für mich zunächst einmal ein potenzieller Gegner, mit dem man sich auf irgendeine Weise messen muss. Inzwischen kann ich viel solidarischer empfinden; ich kann eher das Verbindende wahrnehmen. Das wünsche ich jedem Mann, denn so können wir gemeinsam letztlich viel mehr bewegen und verändern als mit unserem permanenten Einzelkämpfertum, das uns obendrein viel unnötige Energie kostet. Es kommt nicht von ungefähr, dass wir Männer im Schnitt sieben Jahre kürzer leben als Frauen.

Krisen

Wenn wir nicht zu den Männern gehören, die ständig die Abwechslung suchen und das Abenteuer lieben, tun wir uns schwer damit, Neues zu wagen: Warum sollte man Bewährtes aufgeben? Warum sollte man Sicherheiten verlassen und sich auf Unsicherheiten einlassen? Warum sollte man Risiken eingehen und am Ende möglicherweise eine ordentliche Bauchlandung hinlegen?

Wir werden nicht immer gefragt, wie wir es am liebsten hätten! Oft sind es gerade die Krisen, die uns zu wagemutigen Männern machen. Als ich vor vielen Jahren geschäftlich am Ende war, half mir gerade diese existenzielle Krise, später etwas ganz Neues zu wagen. Gerade gestern traf ich einen Freund, der sich zurzeit auf das „Abenteuer seines Lebens“ vorbereitet. Wie kam es dazu? Zunächst einmal wurde er, wenn auch nicht offiziell (er ist selbstständig), arbeitslos. Dann wurde er auch noch um sein ihm zustehendes Honorar eines Kunden, von dem er eine ganze Weile hätte leben können, betrogen. Nach erfolglosen Bewerbungen und dem stetig sinkenden Kontostand wurde ihm schließlich auch noch der Dispokredit gestrichen, sodass er überhaupt keinen finanziellen Spielraum mehr hatte. Erst diese extreme Notlage brachte ihn dazu, sich weltweit zu bewerben – und in Kürze den Traumjob seines Lebens am anderen Ende der Welt anzutreten.

Nicht immer sind es existenzielle materielle Krisen, die uns herausfordern. Manchmal ist es eine innere Krise – bei äußerlich guten Umständen – die uns innehalten und umschwenken lassen. Als ich mit meiner Familie von Tübingen nach Gießen zog, hatte dies keinen materiellen Hintergrund. Aber einiges, für das ich ursprünglich eine Langzeitperspektive gehabt hatte, war unerwartet zu Ende gegangen, und ich befand mich in einer inneren Krise: „Was ist aus meinen Plänen geworden? Wie steht es mit meiner Berufung? Warum geht es an verschiedenen Stellen einfach nicht mehr weiter?“. So begann ich mich ernsthaft zu fragen, ob ein Ortswech-



Emmerich Adam,
Diplom-Theologe,
ist Chefredakteur
von *Adam online*.
Er ist verheiratet
und hat drei er-
wachsene Kinder.

WIR HABEN JEMANDEN, DER UNS NOTFALLS WIEDER AUFFÄNGT.



© Alena Yakusheva – fotolia.com

sel angebracht sei, der schließlich in unseren Umzug mündete.

Befinden Sie sich gerade in einer materiellen oder inneren Krise? Werden Sie den Zweifel nicht los, dass Sie „am falschen Platz“ (örtlich, beruflich o. a.) sind? Dann trauen Sie sich, diesem Zweifel nachzugehen und ernsthaft zu prüfen, ob nicht tatsächlich eine größere Veränderung in Ihrem Leben dran sein könnte.

Gottvertrauen

Wenn es um die Frage geht: „Soll ich etwas Neues wagen? Ist das dran?“, dann haben christliche Männer einen großen Vorteil: Sie sind nicht auf sich allein gestellt, sondern können etwas Neues im Vertrauen auf Gott wagen. Dies ist zwar kein Freibrief für alles, auch ist uns nicht unbedingt der Erfolg garantiert, aber wir haben auf alle Fälle jemanden, der uns notfalls wieder auffängt – wie der Vater, der sein Kind in die Luft wirft. Dies macht es uns leichter, etwas zu wagen. Eine Bauchlandung kann so zu einer „Landung in Gottes Hand“ werden. Das gibt Sicherheit.

So bedeutet Gottvertrauen nichts anderes, als Gott zu vertrauen, sich auf ihn zu verlassen, den man als vertrauenswürdig in seinem Leben erlebt hat. Hier sind wir bei dem für Männer oft so schwierigen Beziehungsmoment. Eine religiöse Ausprägung dieses Problems kann die einseitige Betonung des „Wortes“ (der Bibel) sein, die im Extremfall zu Gesetzlichkeit und Fundamentalismus führen kann. Die Bibel hat eine zentrale Rolle für den christlichen Glauben, aber sie *ersetzt*

nicht den Glauben, der – laut Bibel – immer ein *Glauben an Gott* ist, nicht nur das Fürwahrhalten geoffenbarter Schriftworte. Vom Neuen Testament her ist es insbesondere der Glaube an Jesus Christus, der heilsrelevant ist. Insofern ist das Christentum eine Beziehungsreligion, und das unterscheidet ihn von den meisten anderen Weltreligionen, denen ein Vertrauensverhältnis zu Gott fremd ist.

Eine andere religiöse Form, das kindliche Vertrauensverhältnis zu Gott zu vermeiden, ist die rationalistische Variante: Ich glaube nur, was mir von der Vernunft her einleuchtet. Eine theologisch gut durchdachte Predigt mag vielleicht intellektuell ansprechen, aber um die Herzen der Zuhörer zu erreichen und zu verändern, sollte der Prediger die vernunftbetonte Ebene verlassen. Christlicher Glaube ist nicht irrational, aber er geht über das hinaus, was wir rational erfassen können. Das Wirken des Heiligen Geistes ist nicht auf unseren Verstand beschränkt, sondern umfasst den ganzen Menschen.

Um die Herausforderung, Gott selbst zu begegnen und mit ihm zu leben, kommen also auch wir Männer nicht herum. Es geht um mehr als das Fürwahrhalten und Zitieren von Bibelstellen, um mehr als vernünftige Einsicht, auch um mehr als christlichen Aktionismus. *Für* ihn zu leben ist gut, *mit* ihm zu leben ist besser! So mancher christlicher Burn-out könnte vermieden werden, wenn wir nicht immer – für Gott – an unser Limit gehen würden, sondern mit ihm zusammen jeden Bereich unseres Lebens gestalten würden, im Vertrauen auf ihn und seine unbegrenzten Möglichkeiten.

Soll ich oder soll ich nicht?

Kenne ich Gott und vertraue ich ihm, bleiben in der konkreten Situation immer noch Fragen wie: Welche Entscheidung soll ich jetzt treffen? Was will Gott von mir? Soll oder darf ich das Neue wagen?

Zunächst lohnt sich ein Blick in die Bibel, eine Konkordanz kann hier hilfreich sein: Was steht dort zu dem Thema? Auch übergreifende Aspekte können relevant sein: So schließt die Bibel alles aus, was anderen Menschen schadet; das filtert z. B. bestimmte Berufssparten aus.

Der nächste Blick sollte sich auf Gott selbst richten. Unser Zugang zu ihm ist das Gebet. Wir sollten uns hüten, festzulegen, wie genau die Gebetsform auszusehen hat. Ob wir vorformulierte oder freie Gebete sprechen, ob wir kontemplativ oder laut beten, die Hände falten oder zum Himmel strecken, dabei sitzen, stehen oder umhergehen – das alles ist zweitrangig. Wesentlich ist, ob wir bereit sind für eine Begegnung mit Gott und demütig (mutig!) genug, uns von ihm etwas sagen zu lassen, auch wenn es dabei zu Überraschungen und Herausforderungen kommt. Beten ist auch Hören. Das fällt uns Männern nicht unbedingt leicht, können wir aber lernen. Noch schwerer fällt es uns, *auf* jemanden zu hören, sprich: gehorsam zu sein. Ebenso wichtig ist es, damit zu rechnen, dass Gott einen uralten Traum ausgraben könnte, um mir dann zu zeigen: „Jetzt ist die Zeit, diesen Traum umzusetzen!“

Wem es absolut schwer fällt, Gottes Stimme zu hören, kann auch das „Gebet um die offene Tür“ sprechen: „Wenn es dein Wille ist, öffne mir eine entsprechende Tür!“ Das kann dann zum Beispiel ein entsprechendes Angebot sein, das mir danach von außen zugetragen wird.

Wenn wir verheiratet sind, sollten wir vor größeren Kurskorrekturen auch unsere Partnerin mit einbeziehen – nachdem wir gebetet haben. Sie kennt uns und hat oft ein feines Gespür dafür, ob etwas nur „auf unserem Mist gewachsen“ ist oder ob mehr dahinter steckt.

Sollten wir immer noch unsicher sein, können wir einen Mentor, Coach, gute Freunde um Rat fragen. Allerdings sollten wir nicht zu viele Personen konsultieren, denn nicht jeder wird gut finden, was Gott uns gezeigt hat. Es gibt auch ein Zuviel an Ratgebern, was schließlich zur Verwirrung führt.

Haben wir so einen anfänglichen Eindruck, eine Ahnung geprüft, bleibt natürlich trotzdem ein Restrisiko: Ich und andere können sich „verhört“ und geirrt haben. Aber es ist immer noch besser, mutig etwas Neues zu wagen und vorwärts zu gehen, dabei ab und zu hinzufallen, als göttliche Abenteuer oder gar seine Berufung zu verpassen – und in Frust und Bitterkeit zu enden.

Packen Sie es an!

A0

WÜRDEN SIE IHREN JUNGEN SEGELFLIEGEN LASSEN?



© Mikael Damkier - fotolia.com

Wie können wir als Väter die Wünsche unserer Kinder unterstützen, selbst wenn sie ein riskantes Wagnis darstellen? Wir haben den flugzeugbegeisterten David (14 Jahre) interviewt, warum er bereits jetzt seinen Segelflugschein machen will und bei seinem Vater nachgefragt, was er darüber denkt.

Adam online: Wie hat sich deine Leidenschaft für Flugzeuge entwickelt?

David: Durch die Arbeitsstelle meines Vaters bei *Lufthansa Technik* kam ich schon früh durch Besichtigungen und Besuche am Flughafen mit Flugzeugen in Kontakt. Als ich mit acht Jahren das erste Mal einen Flugsimulator am PC genutzt hatte, war der Bann endgültig gebrochen. Seit sechs Jahren betreibe ich Flugsimulation intensiv als mein wichtigstes Hobby. Mittlerweile ist die Computertechnik auf einem so hohen Niveau, dass sie dem normalen Flugbetrieb schon sehr nahe kommt. Außerdem schreibe ich seit einiger Zeit als freier Redakteur einer Fachzeitschrift für Flugsimulation thematische Berichte. Ich sehe dieses Hobby nicht nur als Freizeitbeschäftigung an, sondern ich kann dadurch auch mein Fachwissen erweitern für meinen Berufswunsch „Pilot“.

Warum möchtest du jetzt den Segelflugschein machen?

David: Natürlich möchte ich das Training am Computer nun auch anwenden können und durch den Flugschein endlich auch in der Realität richtig fliegen. Aber auch den Segelflugschein sehe ich als Vorbereitung für meinen Traumjob an: Viele Piloten großer Airlines begannen ihre Fliegerkarriere mit der „Private Pilot License C“. Diesen Weg möchte ich versuchen genauso zu verfolgen.

Welche Gedanken hattest du, Peter, als dein Sohn dir das erste Mal davon erzählt hat?

Peter: Die Gedanken, die mir durch den Kopf gingen, hatten zum einen mit Überraschung und vorsichtiger Begeisterung zu tun; ich hatte überhaupt nicht damit gerechnet. Beim Segelfliegen – und das wusste ich nicht – kann man schon mit 14 Jahren den Flugschein machen und allein fliegen. Der Traum vom Fliegen ... und mein Sohn will ihn verwirklichen! Dieser Gedanke löste eine heimliche Faszination aus, die ich mir aber nicht anmerken ließ. Denn da war noch die andere, rationale Vatersicht: Ist David nicht viel zu jung für diesen Sport, und ist das nicht doch zu gefährlich?!

Was hat dich bewogen, deinem Sohn den Segelflugschein zu ermöglichen?

Peter: Zunächst habe ich mit den „Vorsichts-Argumenten“ versucht, das Thema zu verschieben und David zu überzeugen, sein Anliegen doch ein bis zwei Jahre zurückzustellen. Solche Ansätze sind allerdings bei angehenden Teenagern in der Regel nicht von Erfolg gekrönt, so auch in unserem Fall. Dann habe ich die Diskussion mit mir selbst weitergeführt: „Du solltest anfangen, deinen Sohn loszulassen und ihn seine eigenen Wege gehen zu lassen!“ Mit der Spannung zwischen der verstandesmäßigen Elternperspektive und den tiefer sitzenden Sorgen, Ängsten und Vorbehalten umzugehen ist eine echte Herausforderung, das erlebe ich immer wieder.

David, womit hast du gerechnet, als du von deinem Wunsch, den Segelflugschein zu machen, das erste Mal erzählt hast?

David: Ehrlich gesagt rechnete ich, ohne viel nachzudenken, erst mal mit einer positiven Reaktion. Gott sei Dank war es dann auch so, aber natürlich kann und sollte man so etwas nicht erwarten! Schließlich ist es nicht billig, einen Flugschein zu machen. Das meiner Meinung nach kleinere Argument gegen den Flugschein ist das Risiko beim Fliegen; dieses Risiko schätzen meine Eltern höher ein als ich. Letztendlich bin ich wirklich dankbar und froh, dass meine Eltern mir den Segelflugschein ermöglichen wollen.

Peter, was bedeutet es dir, deinen Sohn in seiner Leidenschaft zu unterstützen?

Peter: Auch wenn es vielleicht nicht typisch männlich oder sehr emotional klingt: Es ist mir eine Herzensangelegenheit. Davids Begeisterung für das Fliegen – sei es bei der Flugsimulation oder „in echt“ – ist unübersehbar. Und echte Begeisterung ist eben keine reine Kopfsache, sondern hat viel mit dem Herzen zu tun. Dies bei David nicht nur zuzulassen, sondern so gut ich es kann zu fördern, ist mir wichtig. Mir selbst ist in den letzten Jahren bewusster geworden, dass ich den Fragen und Sehnsüchten meines Herzens mehr Zeit und Raum geben muss, um sowohl meiner eigenen Identität als Mann als auch Gott selbst näher zu kommen. Das wünsche ich mir auch für meine Vater-Sohn-Beziehung zu David.

AO



Peter und David Marx leben in Pfungstadt bei Darmstadt. – Das Interview führte **Christian Essl**.

PRAXISTIPPS FÜR WAGEMUTIGE



„Suche nicht nur den sicheren Hafen. Baue ein Schiff, das den Wellen trotzt.“ (Surya Kas)

Auch wenn wir Männer nachweisbar ein unterschiedliches Bedürfnis nach Veränderung in unserem Leben haben, brauchen wir eine ausreichende Dosis des Glückshormons Dopamin. Es ist mit dafür verantwortlich, dass wir uns wohlfühlen, gelassen sind oder unser Immunsystem aktiviert wird. Das Interessante daran: Es wird in unserem Körper ausgeschüttet, wenn wir positive und interessante Erfahrungen machen, unerwartet Gutes erleben oder uns auf neue Dinge einlassen. Nichts ist schlimmer für die Dopaminproduktion als Routine und Langeweile. Wird nicht genug Dopamin freigesetzt, werden wir antriebsloser und ängstlicher.

Warum es sich lohnt, Neues zu wagen

Die Schöpfungsgeschichte sprüht nur so von Gottes überschäumender Kreativität und der Lust auf Neues an jedem weiteren Tag. Da ist Veränderung nichts Bedrohliches, sondern ein fröhliches und inspirierendes Ereignis. Auch die Botschaft des Neuen Testaments ist voller Wagnisse und Neuanfänge. Wer es wagt, schwach zu werden, wird stark gemacht (2 Kor 12,9). Oder wer sein Leben gewinnen will, muss erst einmal wagen, es zu verlieren (Mk 8,35). Ich liebe die Aussage in der Bibel, dass wir mit unserem Gott Mauern überspringen (Ps 18,30). Was für ein geniales Bild! Ich muss zwar springen, aber ich bin dabei nicht alleine.

Was mich zu Neuanfängen motiviert, ist die Tatsache, dass wir jederzeit damit beginnen können. Solange wir atmen, können wir etwas verändern. Es ist nie zu spät, etwas Neues zu wagen. Jeder neue Tag birgt die Möglichkeit in sich, mit etwas Neuem anzufangen. Letztendlich sind wir nur eine Entscheidung von einem neuen Wagnis entfernt.

Was kann uns praktisch dabei helfen?

Den Neugier- und Träume-Motor nutzen

Neugier ist das Streben nach Neuem und Unbekanntem, nach neuen Menschen, Welten und Erkenntnissen. Neugier treibt Forscher und Entde-

cker an, kann aber auch im Kleinen beginnen, wie zum Beispiel bei folgenden Gelegenheiten:

- * Probieren Sie eine Speise, die Sie noch nie zuvor gegessen haben, oder wählen Sie ein Restaurant, das Sie noch nicht kennen.

- * Entdecken Sie einen Ort oder Stadtteil in Ihrem Umfeld, an dem Sie noch nie waren.

- * Bestellen Sie eine Zeitschrift ab, und wählen Sie sich eine komplett neue aus.

- * Besuchen Sie eine Veranstaltungsart, die Sie noch nie besucht haben, zum Beispiel eine Vernissage, Lesung, Zirkusvorstellung, ein Autorennen, ...

- * Gestalten Sie Ihren gewohnten Tagesablauf einmal anders. Nehmen Sie einen anderen Weg zur Arbeit, setzen Sie sich beim Essen auf einen anderen Stuhl, wählen Sie ein anderes Fortbewegungsmittel.

Träume leben

Darüber hinaus sollten wir auch unseren Träumen ausreichend Raum geben und sie auf keinen Fall zu lange unterdrücken. Paolo Coelho schreibt in seinem Buch *Auf dem Jakobsweg*: „Wenn wir auf unsere Träume verzichten, dann haben wir für eine kurze Zeitspanne Frieden. Aber die abgestorbenen Träume verfaulen in uns und infizieren die Umgebung, in der wir leben.“ Gott hat uns waghalsige Träume gegeben, damit wir sie ausprobieren, nicht, um sie dauerhaft beiseite zu schieben.

Was wollten Sie schon immer einmal tun? Was lässt Ihr Herz höher schlagen? Den Kilimandscharo besteigen, sich alleine in einem fremden Land durchschlagen, endlich von den Eltern ausziehen, den Sprung in den neuen Job oder die lang ersehnte Selbstständigkeit machen? Tun Sie es, und warten Sie nicht zu lange damit!

Häufig nutzen wir die Unruhe in uns nicht, um mehr als fällige Entscheidungen zu treffen, sondern versuchen die Unruhe noch zu betäuben oder zu bekämpfen.

Versagen ist erlaubt

Natürlich macht es keinen Spaß, wenn etwas Neues misslingt. Aber wir müssen uns bei neuen Dingen auch nicht künstlich unter Druck setzen. Versagen ist erlaubt, das Ausprobieren zählt. Haben Sie keine Angst, beim ersten Mal etwas falsch zu machen, und machen Sie sich klar, dass im schlimmsten Fall nicht viel passieren kann. Wenn Sie vor einer wichtigen Entscheidung stehen, dann fragen Sie sich, wie das „Worst-Case-Szenario“ aussehen würde. Wenn eine Tür zugeht, öffnet sich meistens eine andere. Versteifen Sie sich nicht auf eine Möglichkeit, und bleiben Sie flexibel. Es lohnt sich auf alle Fälle, ein waghalsigeres Leben zu führen.

Fangen Sie an, mit Gott über Ihre Mauern zu springen! **AO**



Christian Essl ist Banker, Autor und Trainer und lebt mit seiner Familie in der Nähe von Darmstadt. Bei *Adam online* arbeitet er als Teilzeit-Redakteur mit.

ETWAS GANZ ANDERES

MÄNNER ERZÄHLEN, WIE SIE NEUES IN IHREM LEBEN WAGTEN



VOM PASTOR ZUM ARBEITSVERMITTLER

2003 trat für mich nach sieben Jahren vollzeitlichem Dienst in einer evangelischen Freikirche das Undenkbare ein: die durch einen Spendenrückgang bedingte Kündigung meiner Stelle als Gemeindeführer. Ehrlich gesagt war ich darauf überhaupt nicht vorbereitet, doch mein himmlischer Vater war es sehr wohl, denn er gab mir durch eine Familienangehörige folgende prophetische Ermunterung weiter: „Und sichere Zeiten wirst du haben: Fülle von Heil, von Weisheit und Erkenntnis. Die Furcht des Herrn, sie wird dein Schatz sein.“ (Jesaja 33,6)

Das war sozusagen die „Initialzündung“ für meinen beruflichen Neuanfang. Nach sechs Monaten Arbeitslosigkeit fand ich schließlich eine befristete Beschäftigung als Arbeitsvermittler bei einem privaten Bildungsträger. Seit 2008 bin ich als Fallmanager bei der Stadt Frankfurt am Main unbefristet beschäftigt und stelle fest: Gott kann mich genau dort gebrauchen, wo ich mich ihm zur Verfügung stelle: sowohl in der Gemeinde als auch im Jobcenter! Für seine Versorgung und die Möglichkeiten, die sich hinter einem Neuanfang verbergen, bin ich unendlich dankbar.

Cornelius Dragan, Diplom-Soziologe, ist verheiratet und Vater von zwei Kindern.

VOM UNTERNEHMENSBERATER ZUM BILDUNGSREFERENTEN

Seit 2002 arbeitete ich als Partner in einer Unternehmensberatung und war europaweit im Einsatz. Mit dem Erfolg kamen aber auch Einsamkeit und innere Leere, die existenziellen Fragen des Lebens wurden immer drängender. In dieser Phase half mir ein erfahrener priesterlicher Freund und Mentor, Antworten zu finden. Die Konsequenz: Ausstieg aus dem Beruf und Verkauf der Wohnung. Erst dadurch gelang es mir, vieles loszulassen, Leistungsorientiertheit zu überwinden und innerlich ruhiger zu werden. Mein Umfeld hat unterschiedlich reagiert. Was ganz wichtig war: Die Familie stand hinter mir!

In einem theologischen Fernstudium konnte ich meine Kenntnisse über den christlichen Glauben vertiefen. Während des Studiums erfuhr ich immer mehr den Wert des Betens und des Gottvertrauens. Dann entschloss ich mich im Sommer 2007, mich taufen zu lassen. Seit April 2010 arbeite ich bei einem gemeinnützigen Bildungsträger und kann meine Erfahrungen an jüngere und ältere Menschen im Unterricht weitergeben. Sehr gerne würde ich später nebenberuflich als Diakon wirken, um Gott für das, was ich Gutes erhalten habe, mit guten Taten an anderen Menschen zu danken.

Georg Sievers, Bildungsreferent und Ausbilder, ist Vater von zwei Kindern.



VOM CVJM-SEKRETÄR ZUM MÄNNERSEELSORGER

Vierzehn Jahre lang war ich hauptamtlicher CVJM-Sekretär und dabei verantwortlich für bis zu 400 ehrenamtliche Mitarbeiter. Obwohl meine Stelle damals durch Spenden und Freundeskreise finanziert war, war sie sicher. Ende 2009 hat Gott mir unmissverständlich klar gemacht, dass für mich eine Auszeit ansteht. Damals übte ich mich sehr stark darin, Gottes Reden zu „hören“. So fand ich mich in einer Auszeit wieder, in der ich ein Wunder nach dem anderen mit Gott erlebte. Letztendlich habe ich nach zwei Auszeitverlängerungen meine Stelle beim CVJM aufgegeben – ohne zu wissen, wohin die Reise geht – und ging in die Arbeitslosigkeit. Meine Frau und meine Kinder stützten den ganzen Prozess.

Ich musste durch einige Seelsorge- und Heilungsprozesse hindurch; dabei ging es um Themen wie „männliche Identität“, „Träume und Sehnsüchte“ u. a. Gott schien von mir zu erwarten, dass ich diese Träume anfangs zu leben und meine Fähigkeiten anders als bisher einbringe. Nach neun Monaten Arbeitslosigkeit haben wir mit zwei anderen Familien eine christliche Lebensgemeinschaft und einen neuen Verein (LIVE e.V. – www.live-gemeinschaft.de) gegründet. Heute beraten wir schwerpunktmäßig Männer und leben ein großes Abenteuer. Zurück in den alten Beruf möchte ich nicht mehr; das Leben ist spannender denn je, vor allem mit Gott als meinem Vater.

Karsten Sewing arbeitet therapeutisch mit Männern; er ist verheiratet und hat zwei 2 Kinder.



VOM MEDIZINISCHEN LEITER ZUM VOLLZEIT-PASTOR

25 Jahre lang hatte ich eine leitende Funktion in einer medizinischen Einrichtung, verdiente dabei „gutes Geld“ und habe die Arbeit sehr gerne ausgeführt. 1996 begann ich eine Bibelschulbildung, danach folgte eine Seelsorgerausbildung, alles berufsbegleitend, über fünf Jahre lang. 2005 habe ich als Pastor eine Gemeinde übernommen, die ich mit meiner Frau nebenberuflich geleitet habe – wie viele Männer weltweit. Jedoch hatte ich das Privileg, mir einen Tag pro Woche für die Pastorenarbeit freizuhalten.

2009 musste ich allerdings eine Entscheidung treffen, die mein ganzes weiteres Leben prägen würde: Durch eine personelle Umstrukturierung in der medizinischen Einrichtung musste ich mich kurzfristig entscheiden, zu 100 Prozent entweder in der Einrichtung oder in der Gemeinde zu arbeiten. Schnell kamen Gedanken wie: „Die Gemeinde kann mich nicht voll bezahlen!“, „Was werden andere von mir denken, wenn ich einen solch guten Job kündige?“, „Ich kann doch nicht auf Spendengelder angewiesen sein!“, „Bestimmt kann ich mir dann keinen Urlaub mehr leisten!“.

Erstaunt hat mich in dieser Phase des Abwägens, dass meine Frau völlig ruhig blieb und für einen Neuanfang als hauptberuflicher Pastor plädierte. Das hat mich umgehauen, ist doch meine Frau die „Sicherheitsbedachte“! Die Hauptentscheidungshilfe für mich war aber eine intensive Gebetszeit mit Gott, in der mir einige Bibeltexte einfielen, die Gottes Versorgung zusagen (z. B. Mt 6,28 oder 5 Mose 11,29). Darüber hinaus wurde ich mit einem Frieden erfüllt, wie nur Gott es tun kann.

Schließlich traf ich meine Entscheidung, wegen der mir manche einen Vogel, etliche aber Respekt und Achtung zeigten. So habe ich gekündigt und mich auf ein „Abenteuer mit Gott“ als hauptberuflicher Pastor eingelassen. Zu meinem Erstaunen habe ich meinem beruflichen Lebenswerk von 25 Jahren keine Sekunde lang nachgetrauert, meinen Entschluss nie bereut. Ja, ich verdiene viel weniger als vorher, aber ich weiß mich von Gott getragen und er ist mein Versorger. Ja, ich hatte in 25 Jahren etwas aufgebaut, worüber man stolz sein kann, aber nun baue ich mit am Königreich Gottes, und das hat Ewigkeitscharakter.

Läuft heute alles perfekt und rund? Nein, aber ich weiß mich geführt und gehalten von dem König aller Könige, dem Herrn aller Herrn und dem besten Arbeitgeber, den es gibt: meinem Vater im Himmel!

Andreas Christoph ist freikirchlicher Pastor, verheiratet und hat drei Kinder.



© Galina Barskaya - fotolia.com



SIEBEN JAHRE AUSZEIT VOM PFARRDIENST

2001 entschied ich mich, den ungeliebten Pfarrer-Job hinter mir zu lassen. Nach fast elf Jahren als Pfarrer war ich frustriert und erschöpft, die Dinge hatten sich nicht so entwickelt, wie ich es gerne gehabt hätte. Als wir eine größere Summe Geld erbten, reifte mein Entschluss: Aussteigen, nicht nur ein Studiensemester lang, sondern richtig! Die Pfarrstelle verlassen und nicht mehr zurückkehren!

Ein Jahr Beurlaubung, vielleicht zwei. Komplett frei von den Fesseln der Gemeindegemeinschaft neue Kraft tanken.

Der Preis war hoch: Zwar war ich als Pfarrer etwas abgesichert dadurch, dass ich meinen Beamten-Status nicht verlieren würde, aber die Arbeitsstelle wäre ich los. Ich würde das zu einhundert Prozent selbst finanzieren müssen. Unklar war auch, wie die kirchliche Zukunft für einen „Aussteiger-Pfarrer“

aussehen würde. Wir brauchten innerhalb kurzer Zeit eine große Wohnung – und die war schwer zu finden. Meine Gebete wurden immer intensiver. Was blieb mir übrig, als mich einfach auf Gott zu verlassen? Gott enttäuschte uns nicht: Wir fanden eine Wohnung, die perfekt zu uns passte. Das Jahr ohne Gemeinde und ohne Arbeit wurde zu einer wunderbaren Zeit, in der ich neue Kontakte knüpfte, als Prediger viel unterwegs war, die musikalische Arbeit mit unserer kleinen Musikgruppe intensivierte und einfach auftanken konnte.

Als wir nach einem Jahr überlegten, wie lang das Geld noch reichen würde, kam der Tipp einer Freundin, die mir eine Arbeitsstelle empfahl: keine klassische Gemeindegemeinschaft, sondern in einem diakonischen Verband und mit einem Tätigkeitsprofil, das mir sehr gut gefiel. Und siehe da: Ich wurde genommen!

Aus dem einen Jahr Beurlaubung

wurden dann schließlich sieben, in denen sich mein Horizont durch die neue Tätigkeit erweiterte und sich mein Verhältnis zu meiner Berufung als Pfarrer veränderte. Irgendwann war mir klar, dass ich zu meinen pastoralen Wurzeln zurückkehren möchte. Da kam die Anfrage einer Gemeinde, aus der ein intensiver Kontakt entstand und schließlich dann auch ein Arbeitsverhältnis. Fast genau mit dem Tag des Ablaufs meines Urlaubs konnte ich dann dort als Pfarrer beginnen.

Im Nachhinein bin ich erstaunt, dass Gott mit einem Timing die Fäden knüpfte, wie es besser nicht hätte sein können. Ein bisschen schäme ich mich auch, weil ich es Gott nicht wirklich zutraute, dass er das wirklich hinkriegt. Er hat es hingekriegt, und ich kann nur sagen: Danke, Gott, für deine Güte!

Frankjörn Pack, Gemeindepfarrer, ist verheiratet und hat zwei Kinder.

HAUPTSACHE GESUND, MANN!

EINE GANZHEITLICHE BETRACHTUNG

Teil 2: Seelische Aspekte

Was ist mit der Seele? Sie bleibt in unserer Gesellschaft immer häufiger auf der Strecke. Die Zahl der Burn-outs und Depressionen steigt dramatisch. Ganzheitlich leben setzt voraus, dass wir unser Leben „dreidimensional“ leben, also im Einklang mit Gott, unserem Nächsten und uns selbst.

Der Schöpfer hat die Gebrauchsanweisung für unser Leben. Interessant ist, welche Diagnosen Gott stellt: Jesus redet in Lukas 9,25 davon, was der Seele schadet, und in Matthäus 4,4 sagt er: „Der Mensch lebt nicht vom Brot allein, sondern von einem jeden Wort, das aus dem Mund Gottes kommt.“ Leben wir nicht mehr denn je in einer Zeit, in der wir alles Materielle in immer größerer Fülle besitzen und gleichzeitig innerlich verdursten, ja ausbrennen – und dabei Schaden an unserer Seele nehmen?

Das Vakuum füllen

Der berühmte Wissenschaftler und Christ Blaise Pascal schreibt: „Im Herzen eines jeden Menschen befindet sich ein von Gott geschaffenes Vakuum, das durch nichts Erschaffenes erfüllt werden kann als allein durch Gott, den Schöpfer, so wie er sich in Christus offenbart.“ In Lukas 9,23-24 lädt Jesus ein, ihm nachzufolgen und sein Leben an ihn zu verlieren, um es zu gewinnen. Nachhaltige Selbstverwirklichung und damit auch Gesundheit kann nur gelingen, wenn wir Jesus erlauben, das Vakuum unseres Herzens ihm zu überlassen und ehrlich beten: „Herr, lass dein Reich und deinen Willen in mir und durch mich geschehen wie im Himmel.“ Jesus gibt uns einen beschützenden Frieden, der zwar nicht alle Umstände gleich verändert, aber vor seelischem Schaden bewahrt. Wir erfahren Selbstannahme statt Ablehnung, weil Gott uns angenommen hat.



Dr. med. Harald Fauser ist praktizierender hausärztlicher Internist aus Landshut, verheiratet und hat sieben Kinder. Er beschäftigt sich als Mediziner nicht nur mit den körperlichen Erkrankungen seiner Patienten, sondern ist überzeugt, dass die Ursachen vieler Krankheiten sehr oft viel tiefer liegen.

Einmal kam ein Patient mit typischem Burn-out, sich und andere ständig überfordernd, zu mir. Im Gespräch zeigte sich eine tiefe Unsicherheit mit Selbstablehnung, da er als Baby hätte abgetrieben werden sollen und dies bis heute nicht verarbeitet hat. Durch Druck nach innen und außen versuchte er dies ständig zu kompensieren. Ich betete für ihn, und er erlebte unter Tränen zum ersten Mal ein tiefes Angenommensein von unserem Vater im Himmel. Ablehnung ist eine nicht zu unterschätzende Quelle für viele seelische und körperliche Störungen.

Wirksame innere Medizin

„Unser tägliches Brot gib uns heute!“, beten wir im Vaterunser. Dies umfasst nicht nur das Brot für



den Körper, es ist das Brot des Lebens, das unser innerer Mensch braucht. Daher erhalten meine Patienten eine Bibel als Einstiegs Geschenk: echte innere Medizin, die da weitermacht, wo meine aufhört – jeden Tag ein kleiner Abschnitt als Nahrung für den inneren Menschen und damit auch für den äußeren. Wie oft kommen Patienten mit Magenbeschwerden, weil ihnen etwas im Magen liegt,

ohne dass ein größerer organischer Schaden da ist? Die Bitte um das „tägliche Brot“ heißt auch, Sorgen abzugeben, weil Jesus für mich täglich sorgt. Das fällt uns Männern schwer, da wir gerne alles selber unter Kontrolle halten wollen. Das genaue Gegenteil bewirkt Wunder: Loslassen und dann erleben, dass für mich gesorgt wird.

„Boot“ tut gut

Weiter beten wir: „Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.“ Aus Studien wissen wir, dass mangelnde Vergebung und Bitterkeit krank machen, und so mancher hat es selber erlebt. Als Männer haben wir unseren Stolz und haben gerne Recht – vor allem, wenn wir wirklich im Recht sind ... Aber Vergeben ist notwendig, um gesund zu bleiben. Sonst werden wir innerlich krank, dann auch körperlich.

Jeder weiß um die Wichtigkeit der Reset-Taste an seinem PC – „boot“ tut gut! Bei einem meiner Patienten stellte sich als Ursache für seine Magengeschwüre eine schwere Ehekrise heraus. Neben medizinischen Maßnahmen riet ich dem Patienten, für seine Frau zu beten, sie zu segnen und ihr zu vergeben. Einige Tage später kam er völlig verändert wieder, nicht in erster Linie wegen der gebesserten Magenprobleme, sondern weil er sehr berührt davon war, wie Gott seine Situation verändert hatte. Er gebrauchte sogar das Wort „Ehefrühling“.

Auch wenn wir als Männer nur sehr ungern abhängig sind, kennt unser Schöpfer die eigentlichen Voraussetzungen für innere und äußere Gesundheit am besten. Dazu gehört in jedem Fall die Gemeinschaft mit Gott. Auch wenn uns hier keine Gesundheitsgarantie gegeben wird, haben wir durch den Glauben an Jesus die beste Überlebensversicherung. Paulus sagt in Römer 6,23: „Gottes Geschenk ist das ewige Leben in Jesus Christus, unserem Herrn.“ Das ist viel mehr als Gesundheit – wenn das nicht ganzheitlich ist! **AO**



KLISCHEE ADE!

Vor kurzem las ich folgende Aussage von Herb Goldberg: „Je weniger Schlaf ich benötige, je mehr Schmerzen ich ertragen kann, je mehr Alkohol ich vertrage, je weniger ich jemanden um Hilfe bitte, je weniger ich von jemandem abhängig bin, je mehr ich meine Gefühle kontrolliere und unterdrücke, je weniger ich auf meinen Körper achte, desto männlicher bin ich.“¹

Seiner Definition nach ist ein Mann also ein stinkender Zombie. Aha. Frauen hingegen reden über ihre Gefühle, bunkern Schuhe und können nicht einparken. Soviel zu den herrschenden Rollenklischees, die nicht zuletzt durch Mario Barth in Deutschland Hochkonjunktur haben. „Ja, ja ... aber die Christen, die sehen das bestimmt ganz anders!“, denken Sie jetzt? So, wie denn?

Was ist denn ein richtiger Mann?

Ist ein richtiger Mann das „Haupt der Familie“, der bestimmt, wo es lang geht, Respekt einfordert und den Oberchef gibt? Und die Frau hat auf ihn zu hören und sich ihm unterzuordnen? Ich glaube, diese Definition von „Haupt“ hat sich Gott weder für die Beziehung von Gott und Mensch, noch für die von Mann und Frau vorgestellt. Jesus hat sich schließlich auch nicht hingestellt und gerufen: „Höhö, ich bin der große Macker – jeder hat zu machen, was ich sage!“. In der Bibel werden die Menschen aufgefordert, einander zu dienen und untertan zu sein (z. B. Eph 5,21).

Das „Haupt der Familie“, wie es in 1 Kor 11 heißt, bedeutet für mich, dass der Mann ein Vorbild ist und sich seiner Verantwortung für das praktische und geistliche Leben seiner Familie stellt. Frau und Mann sollten sich gegenseitig ehren und respektieren. Nicht der Mann als Haupt der Familie sollte im Mittelpunkt stehen, sondern einzig und allein Jesus.

Klischeedenken hilft keinem

Klischees stimmen vielleicht im Allgemeinen, global und generell. Sie helfen aber keinem dabei, sich geschickt zu entwickeln und zu wissen, wer man(n) eigentlich ist. Die Autoren Malessa und Gieseke weisen in ihrem Buch² darauf hin, dass je mehr sich Paare in klischeehafte Geschlechterrollen hineinpressen, die sie denken ausfüllen zu müssen, desto unglücklicher sind sie. Es geht nicht darum, irgendwelchen Klischees zu entsprechen. Das verursacht eher, dass man(n) sich minderwertig fühlt und vielleicht sogar, dass man(n)

versucht, besonders gut in der gedachten Geschlechterrolle zu werden.

Gott möchte, dass sich Mann und Frau ergänzen – und voneinander lernen. Wenn wir uns hingegen in gesellschaftlich vorgegebene Geschlechterrollen hineinpressen, dann führen wir nicht das Leben, das Gott für uns bereithält. Die eigene Entwicklung zu der Persönlichkeit, die man(n) eigentlich ist, bleibt dann auf der Strecke. Gott hat, jenseits aller Klischees, so viel mit jedem Einzelnen von uns vor. Das gilt es zu entdecken und zu entfalten.

Sie denken, Klischees spielen in Ihrer Ehe keine Rolle? Nun, das dachte ich auch ...

Brauchen Männer viel Trost?

Ich habe keinen Führerschein. Wenn ich als Beifahrerin bemerke, wie sich eine weibliche Verkehrsteilnehmerin mal wieder ausgesprochen unklug verhält, dann kommen mir schon mal Sprüche wie „Frau am Steuer = Ungeheuer“ oder „Mann am Steuer = Abenteuer“ über die Lippen. Oder wenn ich sehe, dass sich mein Mann verletzt hat, dann falle ich, wenn ich nicht aufpasse, ganz schnell in diese „Ach der Arme ... hat sich weh getan ... ich muss ihn trösten“-Rolle rein. Weil irgendwo in meinem Hirn abgespeichert ist, dass Männer ganz fürchterlich jammern, wenn sie sich verletzen: Die schneiden sich in den Finger und lassen sich eine komplette Woche krankschreiben! Männer brauchen viel Trost! – Doch das ist totaler Quatsch. Es mag Männer geben, die sehr wehleidig sind, aber mein Mann bestimmt nicht. Bei ihm kann das Blut in Strömen fließen, und er arbeitet weiter, als wäre nichts geschehen. Manchmal erschrecke ich, weil ich mal wieder einen Bluterguss an ihm entdeckt habe, und dann sage ich: „Oh, was hast du denn da gemacht?“, und er meint ganz trocken: „Ach ... ist mir noch gar nicht aufgefallen – keine Ahnung.“ Wenn ich ihn dann tröste, nervt ihn das; er sei kein kleines Kind mehr, womit er ja auch recht hat. Den anderen kennenzulernen, ganz ohne beschränkende Klischeevorstellung, lohnt sich.

Jeder Mann ist einzigartig. Gott liebt die Vielfalt, und deshalb gibt es auch Männer, die Schuhe lieben und schlecht einparken können; genauso gibt es auch Frauen, denen es schwer fällt, über ihre Gefühle zu sprechen und die nach der Arbeit gerne mal ein Bierchen zischen.

AO

GOTT MÖCHTE, DASS SICH MANN UND FRAU
ERGÄNZEN – UND VONEINANDER LERNEN.



Mandy, bekannt als *Jesus-Punk* auf dem Blog gekreuzsiegt.de

Anmerkungen

1 Herb Goldberg, *Mann bleibt Mann*, Reinbek 1986, S. 42.

2 Andreas Malessa/Ulrich Gieseke, *Männer sind einfach ... aber sie haben's nicht leicht*, Brunnen Verlag Gießen.



Matthias Franz /
André Karger (Hg.)
**Neue Männer –
muss das sein?**
Risiken und
Perspektiven der
heutigen Männerrolle
Verlag Vandenhoeck
& Ruprecht, Göttingen
2011, 269 Seiten,
24,95 Euro
ISBN 978-3-525-
40440-9



Albert Frey
Für den König
Auf dem Weg zum
ganzen Mann
Verlag SCM R.
Brockhaus, Witten
2011, 173 Seiten,
15,95 Euro
ISBN 978-3-417-
26439-5



Jeff Lucas /
Adrian Plass
**Anekdoten
frommer
Chaoten**
Brendow Verlag,
Moers 2011, 192
Seiten, 12,95 Euro
ISBN 978-3-86506-
350-2

Der Titel klingt herausfordernd, die Antwort auf die gestellte Frage heißt in dem Buch letztlich: Nein! Denn das, was man meist unter den „neuen Männern“ versteht, ist gar nicht so neu, es gab sie schon – bis vor etwa 200 Jahren (Industrialisierung): fürsorgliche, sich auch um die Kinder kümmernde, gesundheitsbewusste Männer.

Diese hier zugespitzte Antwort geben die verschiedenen Autoren auf sehr differenzierte Weise. Wissenschaftlich fundiert wird die Entstehung heutiger Männerrollen und Männerbilder beschrieben – je nach Autor aus medizinischer, psychologischer, pädagogischer, soziologischer, biologischer und historischer Sicht. Im Unterschied zu manch anderem Buch der Männerforschung finden wir hier keine feministische Prägung, sondern es wird auf unpollemische, faire und objektive Weise mit gängigen Klischees und Gerüchten über Männer aufgeräumt. Viele Probleme – und deren Ursachen – heutiger Männer werden in dem Buch beschrieben, Lösungen auf gesellschaftlicher Ebene werden aufgezeigt. Der Problematik gesellschaftlich vernachlässigter Jungen und deren dringend notwendiger Förderung widmet sich das Buch in besonderem Maße.

Fazit: Wer sich auf hohem Niveau intensiver mit den Problemen heutiger Männer beschäftigen will, findet in dem sehr empfehlenswerten Sammelband viele fundierte Informationen und Argumentationshilfen.

Emmerich Adam

Der Weg des Mannes vom Kämpfer hin zum König und Weisen – ein derzeit häufiger beschriebenes Thema. Doch das „Kenne ich alles schon“ verfloß bei mir schnell: Wohltuend anders und doch tieferschürfend beleuchtet Albert Frey männliche Nachfolge in einem weit umfassenden Spektrum, von den männlichen Archetypen über Jesus und die Frauen bis hin zum Aufruf zur konkreten Nachfolge eines „überraschenden und provozierenden“ Jesus. Dabei gelingt es ihm stets, verschiedene Perspektiven zu den Themen aufzuzeigen, statt nur eine einseitige, vermeintlich wahre Sicht. Vor Gott auch Paradoxien stehen lassen zu können und Ihm „eine Dimension mehr“ zuzutrauen, zeugt von einem inspirierenden Gottesbild Freys. Viele seiner abgedruckten Liedtexte runden dieses Bild ab – mit seiner Musik im Ohr ist es weit mehr als nur ein Buch!

Fazit: Weder links noch rechts vom Pferd fallend, sondern gut ausgewogen bringt Frey die Gedanken des Lesers bei seiner Männerbetrachtung in ungewohnte und interessante Bahnen.

Michael Schröder

Was passiert, wenn zwei fromme Chaoten wie Jeff Lucas und Adrian Plass kein Blatt vor den Mund nehmen und sich gegenseitig Briefe über ihre Erlebnisse, Gedanken und Ansichten schreiben?

Dann gibt es jede Menge zu lachen, aber auch viel nachzudenken. Auf ihre humorvolle Art und Weise sind sie sich nicht zu schade, um ihre peinlichen Momente, absurdesten Situationen und nicht ganz gewöhnlichen Sichtweisen zu Papier zu bringen. Nur wenigen christlichen Autoren gelingt es so amüsant und facettenreich, tief greifende Themen zu beleuchten und etablierte Verhaltensweisen anzuzweifeln. Weil sie sich selbst den Spiegel vorhalten und ihre Zweifel, aber auch Schwächen, nicht verstecken, wird es für den Leser einfacher, sich bei der einen oder

anderen Thematik „ertappen“ und in Frage stellen zu lassen.

Fazit: Ein erfrischendes, vergnügliches und ehrliches Buch von zwei liebenswerten Männern mit Botschaften, die Herz und Zwerchfell bewegen.

Christian Essl

Da es in der Fülle des Buchmarktes gar nicht so leicht ist, speziell Männerbücher zu finden, stellen wir Ihnen an dieser Stelle immer Bücher mit Männerthemen vor – sowohl neue als auch ältere.



**BIBELSCHULE
KIRCHBERG**
Theologie, die verändert
Mehr Infos auf www.bsk.org

Schöneck 1
74592 Kirchberg
Fon 07954 591
Fax 07954 8610
info@bsk.org
www.bsk.org

Kurzbibelschule: 3 oder 6 Monate
Bibelschule: 1 Jahr oder 3 Jahre
Seminare - Freizeiten

Aktuelle Seminare:
In den Wellen standhalten 11.02.2012
Wie können wir lernen, im Ehe-Alltag richtig miteinander umzugehen, wenn die Wellen hochschlagen und uns zu überrollen drohen?
Und wenn morgen die Welt untergeht? 24.03.2012
Wie bleibt man „nüchtern und wachsam“, ohne in Endzeitwahn, Weltverschwörungsangst oder Resignation zu verfallen?
Lebensverändernd predigen 28.04.2012
„Pimp up my sermon“ – Predigen, ohne zu langweilen!

FREEATHEART MÄNNERCAMP

30. August bis 2. September 2012
in Cuxhafen

Infos und Anmeldung:
www.freeatheart.de



TERMINE

Diese und weitere – kontinuierlich aktualisierte – Termine finden Sie auf unserer Website: www.adam-online.de

FEBRUAR

24.-26.02.2012 Männerseminar

Thema: In Herausforderungen, Charakter, Berufung
 Veranstalter: Forum Wiedenest – mit Dr. M. Burhenne und M. Schneider
 Ort: 51702 Bergneustadt
 Infos: Tel. 02261 406122, burhenne@wiedenest.de, www.wiedenest.de

26.2.-2.3.2012 Männer-Ski-Rüstzeit

Thema: Bretter, die die Welt bedeuten
 Veranstalter: Männerarbeit der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsens
 Ort: 82467 Garmisch-Partenkirchen
 Infos: Tel. 037293 89851, Fax 037293 89850, tl.lgst@maennerarbeit-sachsen.de, www.maennerarbeit-sachsen.de

MÄRZ

02.-04.03.2012 Männerseminar

Thema: Männerarbeit? Ja bitte!
 Veranstalter: Haus der Stille – mit Prof. Dr. R. Rumpel
 Ort: 99894 Friedrichroda
 Infos: Tel. 03623 303033, info@haus-der-stille-friedrichroda.de

03.03.2012 Oberlausitzer Männertag

Thema: Ich will Vater sein ...
 Veranstalter: Männerarbeit der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsens
 Ort: 02692 Grubbschütz bei Bautzen
 Infos: Tel. 037293 89851, Fax 037293 89850, tl.lgst@maennerarbeit-sachsen.de, www.maennerarbeit-sachsen.de

08.-11.03.2012 Männer-Camp

Thema: Der ungezähmte Mann
 Veranstalter: Team.F – mit Bernhard Regl und Team
 Ort: A-4574 Vorderstoder
 Infos: Tel. +43 7672 72072, Fax 720724, info@team-f.at, www.team-f.at

09.-11.03.2012 Eheseminar

Thema: Die Liebe vertiefen
 Veranstalter: Christof Matthias (www.loscm.de)
 Ort: 34305 Niedenstein
 Infos: Tel. 0561 495197, he@team-f.de, www.team-f.de

09.03.-11.03.2012

Männertage

Thema: Männer – Helden Gottes! Nimm deinen Stand ein!
 Veranstalter: Missionswerk „Leben in Jesus Christus“ – mit Hannes Steets und Team
 Ort: A-6460 Imst, Tirol
 Infos: Tel. +43 5412 66050510, Fax +43 5412 66050555, verwaltung@missionswerk.co.at, www.missionswerk.co.at

15.-18.03.2012 Männerwochenende

Thema: Wachsen statt stolpern – Jakobus zuhören
 Veranstalter: Bibelkonferenzzentrum Langensteinbacher Höhe
 Ort: 76307 Karlsbad
 Infos: Tel. 07202 7020, gaestebuero@lahoe.de, www.lahoe.de

23.-25.03.2012 Männerwochenende

Thema: Pause vor „the next Level“
 Veranstalter: Männerforum – mit Klaus Kenneth und Team
 Ort: Zentrum Ländli, CH-6315 Oberägeri
 Infos: www.maennerforum.ch

31.03.2012 Männertag

Thema: Männer im Spannungsfeld
 Veranstalter: Männerarbeit der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsens
 Ort: 01129 Dresden
 Infos: Tel. 037293 89851, Fax 037293 89850, tl.lgst@maennerarbeit-sachsen.de, www.maennerarbeit-sachsen.de

31.03.2012 Männertag

Thema: Hochsensible Lastenträger
 Veranstalter: Team.F Österreich
 Ort: A-4863 Seewalchen (Nähe Salzburg)
 Infos: Tel. +43 7672 72072, Fax 0043 7672 720724, info@team-f.at, www.team-f.at

APRIL

21.04.2012 Männertag

Thema: Werden Werte wertlos?
 Veranstalter: Team.F
 Ort: 34134 Kassel
 Infos: Tel. 02351 81686, p.miss@team-f.de, www.MaennertagTeam-F.de

20.-22.04.2012 Vater-Tochter-Wochenende

Veranstalter: Geistliches Rüstzentrum Krelingen
 Ort: 29664 Walsrode
 Infos: Tel. 05167 970145, Fax 05167 970200, gaestebuero@grz-krelingen.de, www.grz-krelingen.de

27.-29.04.2012 Vater-Sohn-Wochenende

Thema: Wahre Freundschaft
 Veranstalter: Team.F
 Ort: 37154 Northeim
 Infos: Tel. 0561 495197, he@team-f.de, www.team-f.de

27.-29.04.2012 Vater-Sohn-Wochenende

Veranstalter: Team.F Österreich
 Ort: A-4211 Alberndorf (Nähe Linz)
 Infos: Tel. +43 7672 72072, Fax +43 7672 720724, info@team-f.at, www.team-f.at

MAI

01.05.2012 Wandertag für Ehepaare

Thema: Der Weg ist das Ziel
 Veranstalter: Männerarbeit der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsens
 Ort: Tharandter Wald
 Infos: Tel. 0351 6521405, Fax 0351 6521409, ks@maennerarbeit-sachsen.de, www.maennerarbeit-sachsen.de

01.05.2012 Krelinger Familientag

Veranstalter: Geistliches Rüstzentrum Krelingen – u. a. mit Ehepaar Backhaus
 Ort: 29664 Walsrode
 Infos: Tel. 05167 970-0, Fax 05167 970-160, info@grz-krelingen.de, www.grz-krelingen.de

16.-20.05.2012 Vater-Sohn-Freizeit

Veranstalter: Geistliches Rüstzentrum Krelingen
 Ort: 29664 Walsrode
 Infos: Tel. 05167 970145, Fax 05167 970200, gaestebuero@grz-krelingen.de, www.grz-krelingen.de

31.05.-02.06.2012 Kongress Sexualethik und Seelsorge

Veranstalter: Weißes Kreuz e.V.
 Ort: 34131 Kassel
 Infos: Tel. 0561 83990, Fax 0561 839922, info@weisses-kreuz.de, www.weisses-kreuz.de

kawohl
 Ihr freundliches christliches Medienhaus
 Geschenke, Bildbände, Kalender, Poster, Karten, Tassen, Kerzen, Musik ...
www.kawohl.de
 Schauen Sie doch mal rein!
 Kataloge gratis. 0281/96299-0
 Blumenkamper Weg 16 • 46485 Wesel

2.-4. März 2012
Haus der Stille
 Friedrichroda/Thüringen
 info@haus-der-stille-friedrichroda.de
 Telefon 03623 303033
 www.haus-der-stille-friedrichroda.de
 mit Dr. Rainer Rumpel

Basisseminar Männerarbeit

www.schnell-schlau-sparen.de

Warum heißt unser Magazin *Adam online*?

Der Name „Adam“ hat in der Bibel zunächst die allgemeine Bedeutung „Mensch“, ab Genesis 4,25 wird „Adam“ als Eigenname für den ersten Mann verwendet. Dieser war nicht nur im Einklang mit der Natur, sondern hatte auch eine Verbindung zu Gott, er war sozusagen *online* mit ihm. Diese innige Verbindung ging verloren, als sich Adam von Gott abwandte. Doch die verloren gegangene Verbindung zu Gott kann wiederhergestellt werden – durch den „neuen“ oder „letzten Adam“, wie er von Paulus genannt wird (1 Kor 15,45): Jesus Christus.

Das Anliegen von *Adam online* ist es, dass Männer *online* mit Gott gehen und *online* mit ihm bleiben. Den ersten Schritt dazu hat Gott selbst schon getan, indem er durch Jesus Christus mit uns in Verbindung trat. Jetzt liegt es an uns, darauf zu reagieren.

Dieses Anliegen – *online* mit Gott zu gehen und zu bleiben – wollen wir als Herausgeber und Autoren verständlich, zeitgemäß und ansprechend herüber bringen. Ferner behandeln wir unterschiedliche Themen aus der Perspektive des Mannes. Dabei spielen für uns die vom christlichen Glauben und der Bibel vorgegebenen Werte eine zentrale Rolle. So lautet der Untertitel unseres Magazins: „Für den Mann mit Werten“. Von diesen Werten her möchten wir Denkanstöße, Anregungen und Hilfen anbieten – für Männer mit Werten bzw. Männer, die auf der Suche nach Werten sind.

Wovon lebt *Adam online*?

Die in jeder Ausgabe enthaltenen Anzeigen decken nur einen Teil unserer Kosten. Daher sind wir auf Ihre Spenden angewiesen.

Wenn Sie unser Magazin und/oder unsere Online-Services gut finden, unterstützen Sie uns bitte mit einer einmaligen oder regelmäßigen Spende. Unser Spendenkonto finden Sie im Impressum auf Seite 15.

Bestellmöglichkeiten

Internet: www.adam-online.de
E-Mail: vertrieb@adam-online.de
Fax: 0641 9433542
Telefon: 0641 9433541
Post: s. Impressum (S. 15)
Nahere Infos: www.adam-online.de

Online-Services von *Adam online*

Adam-online.de: News, Veranstaltungshinweise, Links zu Männerarbeiten, Artikelarchiv u. a.
Facebook-Seite: Neuigkeiten aus dem Redaktionsteam und Diskussionen
Newsletter: Bibeltex te – für Männer kommentiert, Anti-Stress-Tipps, Buchempfehlungen u. a.
Podcast: Interviews, Vortragsmitschnitte, Männerwitze u. a.
E-Paper: Unsere Zeitschrift als PDF-Datei – zum Archivieren oder Weitermailen



Absolut begeistert

Ich war vom Format und vor allem den Beitragsgestaltungen von *Adam online* absolut begeistert – Kompliment!

Erwin Bertalanic

Schreiber mit Tiefsee-Erfahrung

Die Schreiber Ihrer Artikel sind Taucher mit Tiefgang und Tiefsee-Erfahrung, Männer, die es verstehen, anderen wieder Mut zu machen, weil sie selber diese Krisen kennen und eben keine gemeindlichen, oft gut gemeinten, schnellen Patentlösungen anbieten.

Was ich noch nie machte, ich habe eben jeden Artikel der 29. Ausgabe durchgelesen, und es hat mich gestärkt, mir Kraft gegeben, wusste schon gar nicht mehr, dass es so was gibt bzw. ich es erfahren (fühlen) kann, beim Lesen tief greifender Erfahrungen anderer gestärkt zu werden ... Sie machen eine tolle Arbeit für Männer!

Alexander Meyer

Genau passend, obwohl Frau

Ist superschön geworden euer *Adam online* 29! Und genau passend für mich, obwohl ich eine Frau bin ;))) Die Themen sind klasse, und ich habe es schon weitergegeben! Macht weiter so! Ich lese gerne mit ;)

Elke Aaldering

Immer ermutigt

Macht weiter so! Ich finde es toll, wie ihr eure Zeitung publiziert, es ermutigt mich immer, danke!

Martin Schulz

Liebevolle Arbeit

Ich finde es einfach toll, was ihr für die Männer tut! Es tut gut, eure Zeitschrift zu lesen und zu verteilen und dadurch mit Männern ins Gespräch zu kommen. Herzlichen Dank für die liebevolle Arbeit!

Martin Wülbern

Mit Männern ins Gespräch gekommen

Die Männer des Männertreffs haben die *Adam online* immer gerne mitgenommen, und über die Jahre habe ich immer mal wieder echt gute Rückmeldungen erhalten. Über so manche Artikel bin ich mit Männern

ins Gespräch gekommen. Besonders toll fand ich, dass durch die *Adam online* so manches Gespräch mit Männern in Gang kam, die normalerweise nicht oder nicht regelmäßig in die Gemeinde kommen. *Harald R. Poch*



Golfen für Wasserfreaks ...

Zugesandt von Arno Backhaus

Haben auch Sie eigene Fotos mit Bezug auf Männerthemen? Lustige, kuriose oder nachdenklich machende Fotos? Wir freuen uns auf Ihre Fotodateien!



Haben Sie bitte Verständnis, dass wir aus Platzgründen nur eine Auswahl Ihrer Leserbriefe veröffentlichen können – in der Regel gekürzt.

Jeder hat seinen Wert

Ich freue mich, dass eure Zeitschrift interkonfessionell von Inhalt, Stil und Sprache so konzipiert ist, dass sie auch an glaubensdistanzierte Männer weitergegeben und als missionarisches Instrument eingesetzt werden kann!

Was mich auch besonders reizt, ist, dass sie Männern helfen will, ihre Identität zu finden, zu entwickeln und zum Wohle anderer zu leben. Jeder hat seinen Wert, und die am Organismus geringsten Glieder sind meistens die wichtigsten! Zum anderen schätze ich, dass die vom christlichen Glauben und der Bibel vorgegebenen Werte eine zentrale Rolle spielen. Ich danke euch für alle Denkanstöße, Anregungen und Hilfen!

Konrad Bollmann aus Ungarn

dieses Exemplar wurde bei www.dierotationsdrucker.de gedruckt

 **dierotationsdrucker**

ADAM ONLINE

Für den Mann mit Werten

Bestelladresse

Adam online
Am Alten Friedhof 12
D-35394 Gießen
Tel. 0641 9433541
Fax 0641 9433542
E-Mail: vertrieb@adam-online.de

Herausgeber

CVMEF e.V. (Christlicher Verein zur Förderung von Männern, Ehepaaren und Familien)
1. Vorsitzender:
Dipl.-Theol. Emmerich Adam
Am Alten Friedhof 12
D-35394 Gießen

Redaktionsteam (Print)

Emmerich Adam (Redaktionsleitung)
Sabine Adam
Christian Essl
Jennifer Adam (Korrektur)

Redaktionsteam (Online)

Emmerich Adam
Serge Enns (Newsletter)
Peter Müller
(Podcast u. Webdesign)

Beirat

Dietmar Birke
Patrick Hamilton
Gerry Klein
Thomas Lieberwirth
Toralf Lutz
Christof Matthias
Rainer Osterloh
Claudius Schillinger
Raymond Schmid

Anzeigen

Daniel Zabel
Münchener Str. 30
D-86899 Landsberg
Tel. 08191 2900380
ao@smartart24.de

Layout & Grafik

Daniel Zabel
www.smartart24.de

Druck

www.dierotationsdrucker.de

Copyright

CVMEF e. V.

Bildnachweis

Alle Fotos, wenn nicht anders vermerkt, aus dem Archiv von D. Zabel

Internet

www.adam-online.de

Erscheinungsweise

vierteljährlich (März, Juni, September und Dezember)

Bezug

Die Zeitschrift wird gegen Spende abgegeben bzw. ist Bestandteil der Vereinsmitgliedschaft bei CVMEF e. V.

Spendenkonto Deutschland

Empfänger: CVMEF e. V.
Ev. Darlehensgenossenschaft eG Kiel
BLZ 210 602 37
Kto.-Nr. 98639
Für günstige Überweisungen aus dem EU-Ausland:
IBAN: DE72 2106 0237 0000 0986 39
BIC: GENODEF1EDG

Spendenkonto Schweiz

Empfänger: CVMEF e. V.
PostFinance Schweiz: Gelbes Postkonto Nr. 60-451931-3

Sie ziehen um?

Bitte benachrichtigen Sie uns rechtzeitig, wenn sich Ihre Adresse ändert. Zeitschriften werden in der Regel von der Post nicht nachgesandt, sondern einfach entsorgt. Helfen Sie mit, uns unnötige Kosten und bürokratischen Aufwand zu vermeiden.

GEBETS-KÄMPFER GESUCHT

Als ganz wesentlich für unseren Dienst betrachten wir das Gebet. Jeder geistliche Dienst – und das ist auch *Adam-online* – ist eine Art „geistlicher Kampf“, in dem es Widerstände, Versuchungen und Herausforderungen gibt. Da brauchen wir Rückendeckung durch „Gebetskämpfer“: Männer und Frauen, die für uns als *Adam-online*-Team und unseren Dienst beten.

Konkrete Gebetsanliegen verschicken wir einmal im Monat als E-Mail an unsere Fürbitter. Bitte melden Sie sich unter info@adam-online.de, wenn Sie unsere Gebetsmail erhalten wollen.

ADAM ONLINE

Über 3.200 Teilnehmer erfolgreich vermittelt!

Der richtige Partner

Kostenlose Info-Broschüre jetzt anfordern!

 Christlicher Partnerschafts-Dienst
Glockwiesenstr. 5 Tel. 07231 47 21 64
75217 Birkenfeld info@cpdienst.com

www.cpdienst.com

Urlaub 2012

-  250 Freizeiten & Studienreisen
-  Täglich biblisches Programm
-  Umfassender Service

Gratis Katalog anfordern:
(0 70 52) 93 39-60

www.freizeiten-reisen.de



Ich bin ein Meister im Ausweichen, Herr.
Alles dient mir zum Vorwand.
Ich schütze mich zu mit Arbeit;
ich decke mich ein mit Verpflichtungen;
ich dröhne mir den Kopf zu
mit meinen Terminen.

BERUFUNG

Du weißt genau,
warum ich das mache:
ich will dich lieber nicht hören.
Ich fürchte deinen Ruf,
ich fürchte den Weg,
auf den du mich vielleicht lockst.

Dass du es gut meinst mit mir, habe ich ungefähr begriffen.
Aber muss ich deswegen so viel ändern,
wie ich insgeheim vermute?

DAS LETZTE WORT

Sei nicht zu nachsichtig mit mir, Herr,
wenn du meine Tricks durchkreuzt,
damit ich zu meiner Berufung finde.

Quelle: Peter Modler, Für Wanderer und Krieger. Männergebete, Freiburg im Breisgau
2004, S. 33 – mit freundlicher Genehmigung des Herder-Verlags

