€ 1,90 | SFR 2,20

HopeMagazin

AM LEBEN INTERESSIERT · JUNI – AUG. 2026

Heimweh
Fernweh
Sehnsucht

LEBEN
Umfrage:
Sehnsuchtsort

ZEICHEN DER ZEIT
Sehnsucht
nach Heilwerden

GESUND
Sehnsucht
nach Meer

MEINE GRÖSSTE BESTIMMUNG

DOKUSERIE

Persönlichkeiten aus Sport, Wirtschaft und Kunst
über Sinn, Glauben und Wendepunkte.

Samstags, 19 Uhr auf Hope TV
Jederzeit streamen in der Hope TV-App
und auf **hopetv.de**

HopeTV

HopeTV

- **SATELLIT** ASTRA (19,2° Ost)
  Frequenz: 11244 MHz hor.
  Symbolrate: 22.000 | FEC: 5/6
  Kennung: »Hope TV«
- **KABEL**
  Vodafone deutschlandweit und einige regionale Kabelnetze
- **IP-TV**
  D: MagentaTV, Freenet TV connect, GigaTV von Vodafone, waipu.tv, HD+ IP
  CH: Swisscom blue TV M, L, XL, blue TV Air
  D/AT/CH: Zattoo
- **STREAMING BOXEN**
  Apple TV, Fire TV, Roku
- **WEB UND APP** hopetv.de
  Hope Channel App
  Podcasts für iOS und Android

HopePodcasts

- **MEDIATHEK & APPS**
  - hopepodcasts.de
  - iTunes
  - Apple Podcasts
  - Spotify

  und andere Podcast-Apps

HopeService

- Sandwiesenstraße 35
  D-64665 Alsbach-Hähnlein
  info@hopemedia.de

  Kostenlose Rufnummer
  aus Deutschland:
  0800/46 33 68 64

  Internationale Rufnummer:
  Tel. +49 (0) 6257 50 653 950

- **FOLGEN SIE HOPE TV AUF:**
  - Hope TV Deutsch
  - Hope TV Deutsch
  - Hope TV Deutsch
  - Hope TV Deutsch
  - Hope TV Kinder

Anzeige

Ich hab Heimweh, Fernweh, Sehnsucht!

Ich weiß nicht, was es ist. Ich will nur fort. Ganz weit fort. Ich will raus!“

Kennen Sie dieses Gefühl, das der Songschreiber Purple Schulz in seinem Lied „Sehnsucht“ ausdrückt? Das war 1985 – und der Song wurde zur erfolgreichsten deutschsprachigen Single des Jahres. Dieses Gefühl ist meist damit verbunden, den Gegenstand, den Ort oder den Menschen der Sehnsucht nicht erreichen zu können – oder ihn vielleicht noch gar nicht wirklich zu kennen. Es ist ein tiefer innerer Wunsch, der durch Gerüche, Farben, Bilder oder Musik geweckt werden kann. Manchmal ist Sehnsucht auch mit einer Erinnerung verbunden – an eine Zeit, in der noch alles gut schien.

Ich kenne dieses Gefühl sehr gut und gebe mich ihm manchmal gerne hin. Vielleicht ist Sehnsucht tief in uns Menschen angelegt. Und wenn das so ist – wenn Sehnsucht etwas Göttliches in sich trägt –, dann glaube ich auch, dass die Vollkommenheit, nach der wir uns sehnen, ein göttliches Geschenk ist.

Viel Freude beim Lesen und Entdecken der Artikel, die sich mit dem Thema Sehnsucht beschäftigen.

Jörg Varnholt
Chefredaktion, Hope Magazin

Inhalt

4 THEMA
Oh, wie schön ist Panama

8 SENDUNG
Ja Jesus – Die Offenbarung

11 KINDER
Fribos Dachboden

12 LEBEN
Umfrage: Sehnsuchtsort

16 ZEICHEN DER ZEIT
Sehnsucht nach Heilwerden

19 KURSE
Immanuel – Ja Jesus

20 JESUS
„Kommt und seht.“

22 GESUND
Sehnsucht Meer

26 *CHRIS* HAT’S AUSPROBIERT

28 LESEN
Von Gott geführt – Meine bewegte Familiengeschichte im sozialistischen Rumänien

29 KOLUMNE
Wo bist du?

31 ÜBER UNS

Oh, wie schön ist Panama

Man kommt mit hunderten neuer Fotos auf dem Handy zurück, aber diese Erfahrung hinterlässt keine Spuren. Zumindest nicht an den Stellen, die zählen.

1961 veröffentlichte der Schriftsteller Richard Yates seinen Debütroman „Zeiten des Aufruhrs“. Darin beschrieb er den Versuch des jungen Ehepaares April und Frank Wheeler, der Routine, Trägheit und empfundenen Sinnlosigkeit ihres Lebens etwas entgegenzuhalten. Bald kommt es zu einem rettenden Einfall: Die vierköpfige Familie müsse sich von allen beruflichen und sozialen Verbindungen lösen und von der US-amerikanischen Ostküste nach Paris ziehen. Aus diesem radikalen Bruch würde die Fähigkeit erwachsen, Erfüllung zu suchen und zu finden.

In der prominent besetzten 2008 erschienenen Verfilmung des Romans sprechen die Eheleute einige entlarvende Sätze.

April: „Du hast immer gesagt, das wäre der einzige Ort, an den du unbedingt zurückkehren möchtest. An dem zu leben es sich lohnen würde. […] Das, was du bist, das wird hier unterdrückt. Das, was du bist, verleugnest du Tag für Tag durch dieses Leben. […] Wir brauchen einen Tapeten-Wechsel. Wir werden nicht jünger und wir wollen einfach nicht, dass das Leben so an uns vorbeizieht.“ Frank: „Wir entfliehen der hoffnungslosen Leere dieses Lebens hier.“

Daraufhin bricht eine Phase der Harmonie und Leichtigkeit an. Da sich die beiden an den Gedanken eines Umzugs gewöhnen und ihn vorbereiten, spüren sie ein neuartiges Maß an Tatkraft und Lebensfreude. Bis dem Paar auf schmerzhafte Weise bewusst wird, dass sie ein Opfer ihrer Fantasien sind und die übersteigerten Erwartungen an einen Ortswechsel nichts anderes als Selbstbetrug darstellen.

VIEL TRAUM UM NICHTS?

Der Plan der Wheelers ist reichlich naiv, doch in mancher Hinsicht kann ich ihn nachvollziehen. Über 20 Jahre lang träumte ich nachts alle paar Wochen davon, New York zu besuchen. Unabhängig davon, dass ich ein großer Jazz-Liebhaber bin und mich für moderne Architektur begeistern kann, verband ich mit dieser Metropole offenbar Dinge, die in den Bereich des Unrationalen, des geradezu Märchenhaften gehören. Letzten Sommer war es schließlich so weit und ich reiste tatsächlich für einige Tage nach New York. Damit hörte mein regelmäßig wiederkehrender Traum nach einem Vierteljahrhundert auf. Zugegeben, durch das nächtliche Manhattan spazieren zu gehen ist enorm faszinierend, aber letztendlich stieß ich nur auf eine gigantische Ansammlung von

francois-roux | gettyimages.de

Beton, Stahl und Glas. Und sich dort aufzuhalten, verändert nicht das Geringste. Man kommt mit hunderten (tausenden?) neuer Fotos auf dem Handy zurück, aber diese Erfahrung hinterlässt keine Spuren. Zumindest nicht an den Stellen, die zählen.

So frage ich mich – und es ist keine rhetorische Frage: Brauchen wir solche Fantasien? Kann von unserer Sehnsucht etwas Nachhaltiges ausgehen? Ermöglicht sie eine Bündelung unserer Aufmerksamkeit und unserer Kräfte, die wir sonst nicht erleben würden?

MYTHOS BUCKET LIST – WAS BEDAUERN WIR AM ENDE WIRKLICH?

Buchstäblich nur wenige Stunden, bevor ich diese Zeilen tippe, ereignet sich Folgendes: Ein guter Freund möchte mich dafür gewinnen, die überaus seltene Ausstellung eines namhaften Künstlers am anderen Ende von Deutschland zu besuchen. Doch schnell zeigt sich, wie unrealistisch diese Vorstellung ist; bei einem Abgleich unserer Kalender finden wir keinen gemeinsamen Termin.

Als mein Freund sich melancholisch verabschiedet, antworte ich ihm (und ich zitiere meine Nachricht im Wortlaut): „Von manchen Dingen kann man nicht mehr als träumen. Aber ohne Druck auszuüben: Lass uns nicht von ALLEN Dingen nur träumen. Es wäre schön, als Greise auf so einen Tag zurückzuschauen."

Da ist er, der Mythos der sogenannten „Bucket List". Also die Aufzählung jener Erfahrungen, die man bis zum Lebensende unbedingt gemacht haben möchte. Welche Versäumnisse könnten einst unser Bedauern wecken? Werden wir es bereuen, dass wir den Tauchlehrgang nie absolviert haben? Dass wir nicht Mandarin gelernt haben oder nicht im Schatten der Pyramiden standen?

Ich vermute, dass sich meine eigene Reue um etwas anderes drehen wird.

Über eine vergleichbare Liste verfüge ich zwar nicht, doch ich führe ein Leben, das *voll* ist von Sehnsucht. Das trotz all meines Redens über Achtsamkeit stark auf das Übermorgen, auf die Zukunft ausgerichtet ist. Wahrscheinlich war es das schon immer.

Damit meine ich keine biographischen Stationen wie den Wohnort oder die Karriere. Auch keine touristischen oder pädagogischen Ziele. Als Teenager war ich natürlich mit meinem Erscheinungsbild

mammuth | gettyimages.de

beschäftigt; wie ich hoffentlich, wenn schon nicht jetzt, dann wenigstens irgendwann einmal, aussehen werde. Aber mein aktueller Lebensabschnitt ist von etwas viel tiefer Liegendem geprägt. Ich denke hierbei an Mängel und ersehnte Errungenschaften, die meine Persönlichkeit betreffen; mein Temperament und mein Verhalten.

Dieser Wunsch, anders oder ein anderer zu sein, ist weder Momentaufnahme noch etwas Saisonales. Im Laufe der Jahre hat er nicht abgenommen. Selbst wenn er nicht mehr mit einer derartig gebieterischen Stimme spricht wie früher, ist er eines der definierenden Elemente meiner Lebensgeschichte. Ob ich mich von den eingangs erwähnten Eheleuten Wheeler unterscheide?

WIR TRAGEN DIE EWIGKEIT IM HERZEN

Vielleicht ist es typisch für die menschliche Beschaffenheit, über die Gegenwart hinweg zu schauen, ja schauen zu müssen. Egal, wie plausibel oder reif es erscheinen mag – vielleicht können wir es gar nicht vermeiden, in Gedankenspielen über zukünftige Möglichkeiten zu schwelgen.

In einem ihrer großen Weisheitsworte beschreibt die Bibel, dass Gott uns nicht als ruhende, genügsame Wesen geschaffen hat: *„Alles hat er so eingerichtet, dass es schön ist zu seiner Zeit. Auch die Ewigkeit hat er den Menschen ins Herz gelegt. Aber das Werk Gottes vom Anfang bis zum Ende kann kein Mensch begreifen.“* (Prediger 3,11 Neue evangelistische Übersetzung)

Wir tragen die Ewigkeit im Herzen. Das ist weit mehr als Lyrik! Offenbar sind wir Geschöpfe, die pulsieren und sich ausstrecken, die ihre Aufmerksamkeit auch auf das Kommende richten. Auf das, was noch unsichtbar ist und es womöglich auch bleibt. Diesen Appetit, diese Rastlosigkeit möchte ich anerkennen. Ich suche nach einer Stadt, die sich auch nach acht Stunden Flugzeit nicht finden lässt. Die Kraft für diese Suche zu erübrigen, allen unerfüllten Sehnsüchten zum Trotz, ist etwas Göttliches.

RINALDO G. CHIRIAC
Jahrgang ‘79, ist Pastor in Südhessen.
Mehr Texte auf resonanzen.net

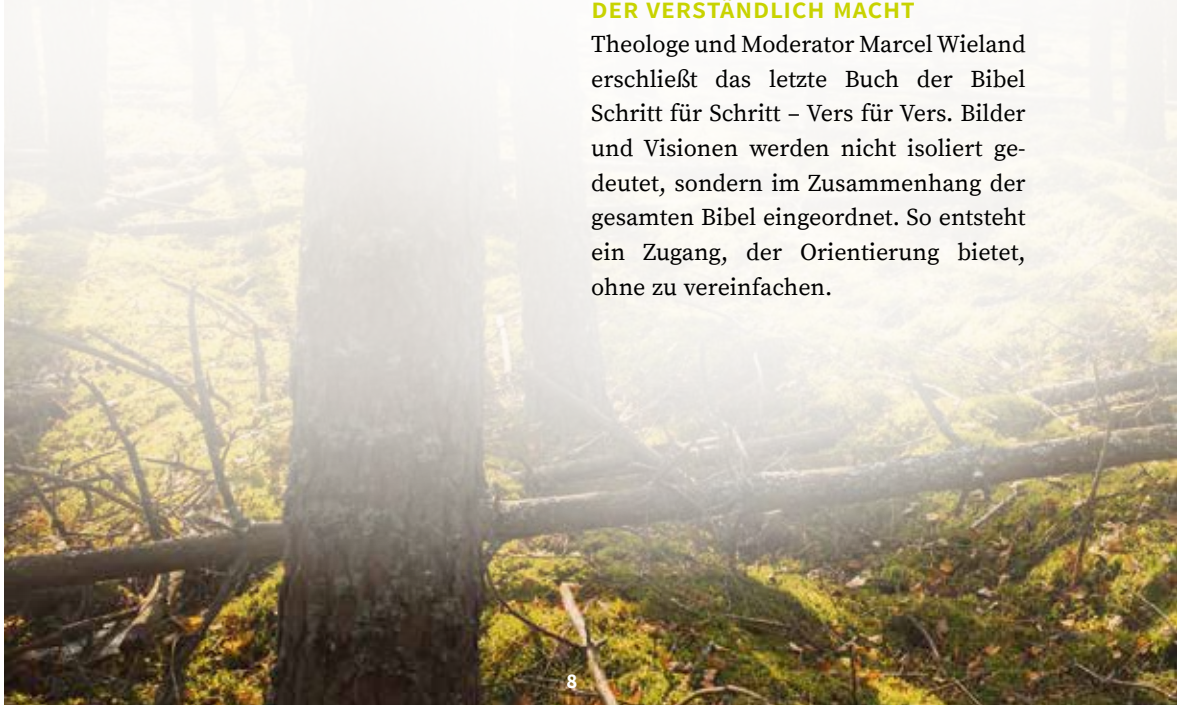
Ja JESUS DIE OFFENBARUNG

Viele verbinden das biblische Buch „Offenbarung“ mit Unsicherheit: Bilder von Katastrophen, rätselhafte Symbole, Gedanken an das Ende der Welt. Schnell entsteht die Frage: Muss man davor Angst haben – oder steckt darin mehr?

Die Hope-TV-Sendung „Ja Jesus – Die Offenbarung“ greift diese Spannung auf und setzt einen klaren Ausgangspunkt: „Offenbarung Jesu Christi“ – so beginnt der erste Satz des Buches selbst. Der Fokus liegt damit nicht auf Untergangsszenarien, sondern auf einer Person. Auf Jesus Christus – und auf der Frage, was das für Glauben und Leben heute bedeutet.

EIN ZUGANG, DER VERSTÄNDLICH MACHT

Theologe und Moderator Marcel Wieland erschließt das letzte Buch der Bibel Schritt für Schritt – Vers für Vers. Bilder und Visionen werden nicht isoliert gedeutet, sondern im Zusammenhang der gesamten Bibel eingeordnet. So entsteht ein Zugang, der Orientierung bietet, ohne zu vereinfachen.



JA JESUS – DIE OFFENBARUNG

Mittwochs, 20:15 Uhr auf Hope TV sowie im Stream in der Hope TV-App und auf **hopetv.de**

Alle bisherigen Folgen in der Hope TV-Mediathek auf **hopetv.de**
Moderation: Marcel Wieland

Aktuelles Hope-TV-Programm oder kostenloses Programmheft auf **hopetv.de**

Mara Fribus | gettyimages.de

Wie schon bei den vorausgehenden Hope TV-Formaten „Herausforderung Jesus – Das Johannesevangelium“ und „Ja Jesus – Die Johannesbriefe“ entsteht die Sendung nicht im Studio, sondern draußen in der Natur. Pastor Marcel Wieland ist gemeinsam mit den Zuschauern auf dem Weg.

HOFFNUNG STATT ENDZEITANGST

Die entscheidende Perspektive der Reihe liegt in der Gewichtung: Nicht das Spektakuläre steht im Vordergrund, sondern das Wesentliche. Die Offenbarung erscheint hier nicht als Bedrohungsszenario, sondern als Text, der Vertrauen stärken kann.

Im Zentrum steht ein Gott, der Geschichte nicht aus der Hand gibt – und ein Jesus Christus, der gegenwärtig ist, trägt und Zukunft eröffnet.

Damit verschiebt sich auch der Blick: weg von spekulativen Deutungen, hin zu einer begründeten Hoffnung. Gerade in einer Zeit, in der viele nach Orientierung suchen, gewinnt dieser Zugang an Relevanz.

SEHNSUCHT NACH ORIENTIERUNG

Für Menschen, die offen sind und biblische Texte entdecken wollen, bietet die Reihe einen strukturierten Einstieg. Sie zeigt die Offenbarung als das, was sie im Kern sein will: eine Einladung, Jesus Christus kennenzulernen – als den, der Anfang und Ende ist.

Jessica Mangano | unsplash.com

FRIBOS DACHBODEN

Hallihallo! Da bin ich wieder mal und zwar frisch, froh und seeeeehr zufrieden. Carla hatte Geburtstag. Und da habe ich mir gedacht, eine Überraschung wäre eine gute Idee. Carla renoviert doch gerade ihr ganzes Badezimmer. Da könnte ich ihr eine besonders schöne Kachel machen, oder? Gesagt, getan. Die Kachel ist wirklich fribotastisch schön geworden, mit viiiielen Farben und lustigem Muster. Carla hat sich RIESIG gefreut und gesagt: „Fribo, das war eine geniale Idee!! Wenn ich jetzt im Badezimmer bin und deine Kachel sehe, erinnere ich mich an die lustigen Erlebnisse mit dir." Oh, ist das schön! Ich bin direkt ein wenig rot geworden. Carla ist soooo eine gute Freundin. Und wenn ich Sehnsucht nach ihr habe, komme ich sie einfach besuchen. Kennst du Sehnsucht auch? Wenn man sich etwas ganz doll wünscht und total gerne daran denkt? Das kann ein Ort sein oder ein Erlebnis oder ein Mensch … Sehnsucht macht mich immer ein bisschen glücklich und wärmt mich innerlich. Das wünsche ich dir auch! Gaaaanz liebe Grüße, dein

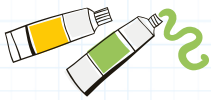
Fribo

Viel Spaß beim Basteln & Malen!

KACHEL GESTALTEN

Für eine schöne Kachel brauchst du:

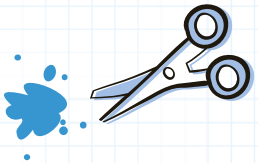
- 1 Kachel oder Fliese
- versch. Dekorationsteile und Naturmaterialien: z. B. Glitzersteinchen, Moosgummifiguren, Körner, Erbsen, Linsen, Federn, Farben, Stifte, Glitzerkleber …
- Bastelkleber
- Bildaufhänger



Los geht's!

1. Überlege dir, wie du deine Fliese oder Kachel gestalten möchtest.
2. Klebe verschiedene Materialien mit einem Bastelkleber auf die Fliese oder Kachel.
3. Du kannst die Fliese oder Kachel auch mit Buntstiften, Wachsmal- oder Wasserfarben gestalten.
4. Lasse in jedem Fall alles gut trocknen und klebe zum Schluss einen Aufhänger auf die Rückseite der Fliese oder Kachel.

TIPP: Je nach Größe der Fliese oder Kachel muss dein Bildaufhänger kleiner oder größer sein. Du kannst auch aus mehreren Fliesen oder Kacheln ein großes Kunstwerk gestalten.



Eigentlich sehne ich mich nach Verständnis, nach liebevoller Annahme, nach hilfreicher Begleitung. Meine Sehnsucht gilt nicht einem Ort oder einem bestimmten Zustand, sondern Freunden. Es gibt Menschen, die ich seit der Jugendzeit kenne – und die noch immer in meinem Leben präsent sind. Nicht als unverbindliche „Trabanten“, nicht als nette Bekannte, sondern als Freunde fürs Leben. Wir unterstützen einander gegenseitig, helfen uns weiter. So wird für mich Liebe erfahrbar und Sehnsucht gestillt.

ROMY

Bei mir sind es viele Orte: Kasachstan, Teneriffa, Schottland, Sokotra, Australien, Hawaii … Einige Orte konnte ich bereits besuchen und andere stehen noch auf der Bucketlist. Aber für mich zeichnen sie sich durch ihre einzigartige und dramatische Natur aus.

RUWIM

UMFRAGE

Hast du einen Sehnsuchtsort und was macht ihn aus?

Ein kleiner Badesee, umrahmt von Wald – an diesen Ort sehne ich mich immer wieder zurück. Hier konnte ich den Blick schweifen lassen, meine Füße ins kalte Nass tauchen und ganz im Moment sein. Der Ort trägt die Erinnerungen meiner Kindheit: Picknicke am Ufer, während das Wasser im Licht der untergehenden Sonne in unzähligen Farben schimmerte.

MANUELA

Rouzes, tulcarion | gettyimages.de

Mich bei einem Menschen sehr sehr wohl und auch sicher zu fühlen, ist ganz sicher ein Ort, zu dem ich Sehnsucht habe.

PETER

Es gibt mehrere Orte, die ich aus unterschiedlichen Gründen liebe und an die es mich zieht. Aber am meisten spüre ich diese Sehnsucht, wenn ich den Namen meiner Heimatstadt Bremen höre. Ich verbinde mit ihr meine Kindheit, meine Eltern, Freundschaften und ich fühle mich dort zuhause.

JUDITH

Rouzes, tulcanon | gettyimages.de

Mein Sehnsuchtsort ist ein Ort, an dem Gottes Wahrheit und Liebe alles prägen. Gerade in der heutigen Welt voll Unsicherheit, Konflikten und Halbwahrheiten wächst in mir die Sehnsucht nach einem Ort, an dem es keine Lügen, keine Hintergedanken und kein Misstrauen mehr gibt. Ein Ort, an dem Menschen ehrlich miteinander leben und echter Frieden möglich ist. Für mich ist diese Hoffnung untrennbar mit Gottes Verheißung einer neuen Welt verbunden. Darauf freue ich mich von Herzen …

ANDRE

Ich liebe den Süden. Das Meer. Den Regenwald. Das warme Licht der Sonne und die Helligkeit. Dort kann ich mich am besten entspannen, erholen, die Seele baumeln lassen – und Gottes wunderbare Schöpfung bewundern. Wenn ich nach solch einem Urlaub nach Hause zurückgekehrt bin, zehre ich noch lange von den Erinnerungen an diesen schönen Ort. Die Eindrücke begleiten mich und schenken mir Kraft für den Alltag in meiner Heimat.

WOLFGANG

Ich habe keinen konkreten Sehnsuchtsort, aber ich weiß, dass es draußen in der Natur ist: zwischen Bergen, Flüssen, Wald und Meeresstrand. Dort am Strand ist auch ein kleines, leckeres Restaurant, das den besten gebratenen Reis mit Gemüse, Ei und Cashewnüssen & frischen Wassermelonen-Shake anbietet. Meine Frau sitzt neben mir und unsere Kinder spielen am Strand im Sand. Die Sonne scheint uns ins Gesicht und wir riechen die salzige Meeresluft. Moment mal, das ist ein ganz konkreter Ort. Da waren wir in Thailand, aber noch ohne Kinder!

EUGEN

Sehnsucht nach Heilwerden

imanmenter | gettyimages.de

Es gibt Wörter, die alt wirken und doch etwas sehr Gegenwärtiges beschreiben. „Erlösung“ ist so ein Wort. Es wird heute kaum noch verwendet und trotzdem wissen unzählige Menschen genau, was damit gemeint ist: die Sehnsucht, dass das Leben nicht für immer zerrissen bleibt. Dass diese innere Unruhe nicht das letzte Wort hat. Dass Schuld nicht ewig nachwirkt. Dass Frieden mehr sein könnte als ein kurzer Moment ohne Stress. Wir leben in einer Zeit mit ungeheuren Möglichkeiten und zugleich großer Erschöpfung. Wir sind vernetzt wie nie, aber oft einsam. Wir können unser Leben planen, optimieren und gestalten — und erleben doch, wie brüchig vieles ist. Wir funktionieren, aber kommen innerlich nicht zur Ruhe. Da stellt sich die Frage: Wie wird ein Mensch eigentlich heil?

Gestörte Beziehungen stiften Unruhe

Die Bibel nimmt diese Frage bzw. Sehnsucht ernst. Sie redet nicht oberflächlich über den Menschen. Sie beschreibt ihn als ein Wesen, das auf Beziehung angelegt ist: zu anderen, zu sich selbst und zu Gott. Wenn diese Beziehungen gestört sind, entsteht Unfrieden. Dann wird das Herz unruhig, wir spüren: So, wie es ist, sollte es nicht bleiben. Erlösung im biblischen Sinn setzt hier an, mitten im Chaos, aber nicht mit dem Versprechen auf ein schöneres Jenseits. Es geht nicht um eine Flucht aus der Welt, nicht darum, dem Leben zu entkommen. Es geht darum, dass das Zerrissene heil werden soll.

Sehnsucht als Spur

Diese Sehnsucht ist nicht peinlich oder naiv. Sie gehört zum Menschsein. Wir suchen nach Frieden, nach einem Ort für die Seele, nach einem Leben, das innerlich nicht auseinanderfällt. Die Bibel deutet diese Sehnsucht als Spur: Der Mensch ist auf mehr angelegt als auf Leistung, Ablenkung und Selbstbehauptung. Die christliche Hoffnung knüpft genau hier an. Sie sagt nicht: Du musst dich erst selbst in Ordnung bringen. Sie sagt: Gott wendet sich dem Menschen zu. Erlösung beginnt nicht damit, dass wir uns selbst retten, sondern damit, dass wir uns von Gott finden lassen. Darin liegt eine große Entlastung. Der Wert eines Menschen hängt nicht daran, ob sein Leben makellos ist. Oder, wie die Bibel sagt: „Er heilt die Menschen, die innerlich zerbrochen sind, und verbindet ihre Wunden.“ (Psalm 147,3)

Nicht alles lässt sich reparieren

Die Bibel sieht den Menschen also nicht als jemanden, der sich letztlich selbst erlösen kann. Das widerspricht einem tief verankerten modernen Reflex. Wir glauben gern, mit genug Einsicht, Disziplin

oder Entwicklung müssten wir uns doch irgendwie selbst heilen können. Aber viele Erfahrungen sprechen eine andere Sprache. Nicht alles lässt sich reparieren. Nicht jede Schuld kann rückgängig gemacht werden. Nicht jede Wunde heilt von selbst. Der Mensch braucht mehr als Methoden. Er braucht Gnade. Genau das ist der Kern der christlichen Botschaft. Gott kommt dem Menschen entgegen. Erlösung beginnt nicht damit, dass wir uns nach oben arbeiten, sondern damit, dass Gott sich nach unten beugt. Gott bleibt dem Menschen nicht fern. Er sucht, vergibt, trägt und rettet.

Gott gibt den Menschen nicht auf

Darum sagt Jesus über seinen Auftrag: „Der Menschensohn ist gekommen, um zu suchen und zu retten, was verloren ist.“ (Lukas 19,10) Diese Erlösung betrifft das ganze Leben. Sie bedeutet Vergebung für schuldig Gewordene, neue Würde für Beschämte, Hoffnung für Mutlose und eine Zukunft, die größer ist als die Summe unserer Fehler. Darum ist Erlösung im biblischen Sinn weit mehr als ein religiöses Schlagwort. Gott gibt den Menschen nicht auf. Er überlässt ihn nicht seinem Versagen, seiner Schuld und seinem inneren Zerbrochensein. Er handelt, um zu retten, wiederherzustellen und neu zu machen.

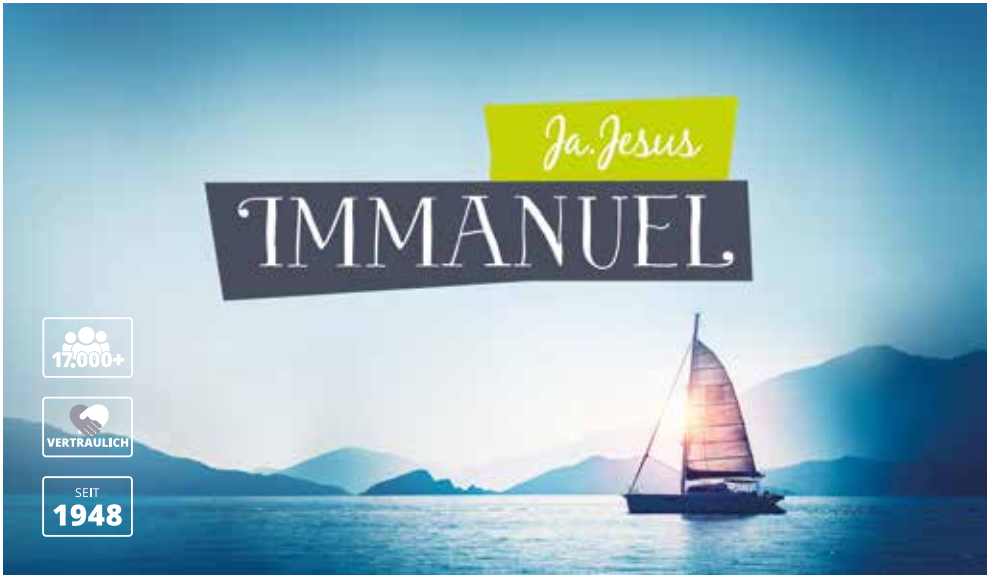
Christlicher Glaube will nicht verunsichern, sondern Halt geben

Die Welt ist voller Krisen und viele Deutungen leben von Angst. Christlicher Glaube will Menschen nicht weiter verunsichern, sondern ihnen Halt geben und Hoffnung verbreiten und Vertrauen stärken. Denn wenn Gott erlöst, dann ist Zukunft nicht nur wabernde Bedrohung, sondern klare Verheißung. Deshalb ist Erlösung mehr als eine persönliche Hoffnung, sie erzeugt einen anderen Blick auf die Welt. Christen rechnen damit, dass Gott vollenden wird, was heute noch zerbrochen ist. Diese Hoffnung macht nüchtern, aber nicht zynisch. Sie macht wach, aber nicht hysterisch. Und sie macht barmherzig, weil man weiß: Jeder Mensch lebt von einer Gnade, die er sich nicht selbst geben kann.

Vielleicht beginnt der Weg zur Erlösung mit einem ehrlichen Eingeständnis: *Ich brauche mehr, als ich mir selbst geben kann.* Mehr als Ablenkung. Mehr als Kontrolle. Mehr als ein bisschen innere Balance. Ich brauche Rettung, Vergebung, neues Leben. Die Bibel macht Mut, diese Sehnsucht nicht zu verdrängen. Denn sie versteht sie als Antwort auf Gottes Einladung: „Ich gebe euch Zukunft und Hoffnung.“ (Jeremia 29,11)

CLAUDIA FLIEDER
arbeitet bei Hope Kurse und verbringt ihre freie Zeit gerne mit ihrer Familie. Vor allem in ihren kleinen Enkel ist sie ganz verliebt.

imanmember | gettyimages.de



Wer war Jesus Christus eigentlich? Eine historische Persönlichkeit, leider grausam verstorben? Ein Religionsgründer wie viele andere? Eventuell ein Prophet? Oder einfach nur ein guter Mensch?

„Immanuel – Ja Jesus“ ist der Glaubenskurs über die wichtigste Person der Weltgeschichte. Lernen Sie Jesus Christus mit diesem Kurs selbst kennen. Ihr Leben wird sich dadurch positiv verändern.

Der Kurs führt Sie zur persönlichen Beschäftigung mit den biblischen Aussagen über Jesus und hilft Ihnen, eine Beziehung zu ihm aufzubauen. Anschauliche, lebensnahe Beispiele vertiefen die Themen und ermutigen zu einem lebendigen Glauben.

„Immanuel – Ja Jesus“ eignet sich für Bibel-Einsteiger sowie für Gläubige, die ihre Beziehung zu Jesus erneuern bzw. vertiefen wollen.

WAS SIE IM STUDIENKURS „IMMANUEL – JA JESUS“ ERWARTET:

HopeKurse

- Jesus persönlich kennenlernen
- Die Bibel mit einem erfahrenen Studienbegleiter studieren
- Sieben Studieneinheiten – Sie bestimmen das Tempo
- Persönlich und vertraulich
- Kostenlos

hopekurse.de (D) | hopekurse.at (A) | meine.hopekurse.de (CH)

„KOMMT UND SEHT.“

Es beginnt oft unscheinbar. Ein Gedanke, der bleibt. Eine innere Unruhe, obwohl äußerlich alles stimmt. Eine Frage, die sich nicht mehr wegschieben lässt: War das schon alles?

Sehnsucht ist leise, aber hartnäckig. Sie meldet sich nicht nur in Krisen. Manchmal taucht sie gerade dann auf, wenn wir funktionieren, leisten, durchhalten. Wenn wir stark sind und trotzdem spüren: Da fehlt etwas.
An einer Stelle in der Bibel wird von zwei Männern berichtet, die am Anfang ihres Glaubenswegs stehen. Sie haben von Jesus gehört. Sie beobachten ihn. Und Jesus dreht sich um und fragt: „Was sucht ihr?“ Keine Belehrung, kein Druck. Lediglich eine Frage: Was suchst du eigentlich?

Vielleicht ist genau das der Kern unserer Sehnsucht. Dass wir suchen – oft ohne es zuzugeben. Sinn. Echtheit. Angenommensein. Einen Ort, an dem wir nicht beweisen müssen, wer wir sind. Und dann spricht Jesus diese einfachen Worte: „Kommt und seht.“ Er bietet keine fertigen Konzepte oder eine schnelle Lösung an, sondern Beziehung.

„Kommt“ bedeutet Bewegung. Nicht stehen zu bleiben im Analysieren, nicht stecken zu bleiben im Zweifeln. Es heißt, einen Schritt zu wagen – mit allem, was in uns ist. „Seht“ bedeutet Erfahrung. Nicht nur hören. Nicht nur wissen. Sondern erleben.

Die Jünger gehen mit. Und sie bleiben bei ihm. Nein, sie haben nicht sofort alles verstanden. Aber sie bleiben dennoch. Und manchmal ist Bleiben der mutigste Ausdruck von Sehnsucht.

Vielleicht ist unsere Sehnsucht kein Zeichen von Mangel, sondern von Berufung. Ein innerer Hinweis darauf, dass wir für mehr geschaffen sind als für Oberflächliches. Dass unser Herz auf Begegnung angelegt ist.

Wir können versuchen, diese Sehnsucht mit Ablenkung, Erfolg oder Bestätigung zu stillen. Doch sie kommt zurück. Nicht um uns zu quälen, sondern um uns zu führen.

„Kommt und seht.“ Vielleicht ist das heute auch an Sie und mich gerichtet. Nicht perfekt vorbereitet. Nicht fertig sortiert. Nicht alles bis ins Letzte erfasst. Nur ehrlich. Und vielleicht beginnt alles genau dort: Mit einer Sehnsucht. Und mit dem Mut, der Einladung zu folgen.

DANY CANEDO, Leiterin der Abteilung Frauen der Freikirche der STA. Liebt Geschichten, Fotografie und Frauen auf ihrem Weg zu begleiten und zu unterstützen.

jacoblund | gettyimages.de

Das Besondere am Meer ist, dass wir es mit allen Sinnen genießen können: Der salzige Geruch liegt in der Nase, die Augen können in die Ferne schauen, wir spüren den Sand unter den Füßen, während eine Welle den Fuß mit Wasser umspült.

SEHNSUCHT MEER

Das Meer fasziniert uns. Ob am Strand, beim Wellenreiten oder Tauchen – wir lassen uns vom Meer stark in seinen Bann ziehen. Warum tut uns das Meer gut? Wieso kann es dabei helfen, Burnout zu therapieren? Worin liegt das Geheimnis des Meeres, das uns – auf einer Terrasse sitzend – nach tiefem Blau und anderen Schönheiten Ausschau halten lässt?

SONNENTERRASSEN THRONEN ÜBER DEM MEER

Seit Jahren zieht es mich auf die großen Terrassen über dem Meer: nach Portofino, nach Morro Jable, St. Ives und hierher, nach Saint Malo in der Bretagne. Dann sitze ich auf einem Stuhl, schaue auf Wellen und Wasser und erforsche mit den Augen, wie sich das dunkelblau-grüne Meer am Horizont mit dem

12 PRINZIPIEN
für ganzheitliche Gesundheit

- Ernährung
- Bewegung
- Wasser
- Sonne und Natur
- Mäßigkeit
- Luft
- Ruhe
- Vertrauen
- Prioritäten
- Optimismus
- Integrität
- Beziehungen

MEHR INFOS UNTER: dvg-online.de/12-prinzipien

Tomasz Podolski | gettyimages.de

zarten, hellblauen Streifen des weiten Himmels vereint. Symphonie in Blau. Harmonie im Bildausschnitt. Weite. Ferne. Doch das Meer hat enorme Kraft und seine eigenen Gesetze. Was eröffnet sich wohl hinter dem flirrenden Horizont aus Meer, Himmel und Sonne? Und wo endet die Meerestiefe?

„Veuillez-vous un autre jus de pamplemous, Monsieur?“, werde ich aus meinen Gedanken gerissen. Der Kellner auf dieser Hotelterrasse trägt eine bodenlange, weiße Schürze mit einem aufgestickten Emblem des *Grand Hôtel des Thermes.* Ich klappe mein Reisetagebuch zu und blicke ihn an: Ich sei so richtig glücklich, sage ich ihm in sein junges Gesicht und lächle: „Merci!“ Er neigt den Kopf etwas nach rechts, nickt und geht einen Tisch weiter.

SCHÖNHEIT UND MEERESGENUSS

Sie ist um Jahre jünger als ich. Ein Hotelgast. Ihre Handtasche hat die Farbe von Vanille. Ihr bronziertes, ovales Gesicht wird durch eine große, rechteckige Sonnenbrille mit breiten dunkelroten Bügeln in Szene gesetzt. Sie liest in *Le Figaro.* Ihr Tisch und Stuhl stehen näher zur niedrigen Terrassenmauer als meiner. Ihr violettes Strandkleid aus Leinen berührt den Terrassenboden. Dann dreht sie den Stuhl Richtung Meer, legt die Füße auf die Mauer, winkelt die Beine an und wendet den Kopf Himmel und Sonne zu. Die große Sonnenbrille klemmt sie zwischen die Zehen ihres rechten Fußes. Ich lege ein paar Münzen auf die weiße Untertasse neben meinem Glas, erhebe mich und schleiche an der Meeresanbeterin vorbei. Ich nehme die Steintreppe am Ende des Gartens hinunter zur *Grande Plage du Sillon.*

Quer hinüber gehe ich über den breiten Sandstrand bis ganz vor zum Meeressaum. Der Sand unter den Fußsohlen ist warm. Ich bin in Shorts und Shirt und wollte beides jetzt gern ablegen. Ich schmecke das Salz auf meinen Lippen und lasse auch meine Füße das Meer kosten als sanfte Wellen die Knöchel umspülen. Ich schlendere Richtung *Intra-Muros* in *Paramé*. Einen Fuß vor den anderen, immer weiter, die Augen halb geschlossen, die Arme baumeln entspannt neben dem Körper. Ich bewege mich im Rhythmus der Wellen. Dieses Rauschen – dumpf, herb, wohlig! Ich bleibe eine Weile stehen und drehe mich im Kreis. Himmel und Wasser, der Atlantik und seine Strände, die ich beide liebe. Die Zeit steht still. Da ist nichts Bedrohliches mehr um mich herum. Da stehe ich, ein Erwachsener, der ein Kind geblieben ist, eingebettet in die vielleicht endlose Einheit aus Meer und Himmel.

DER MEERESEXPERTE

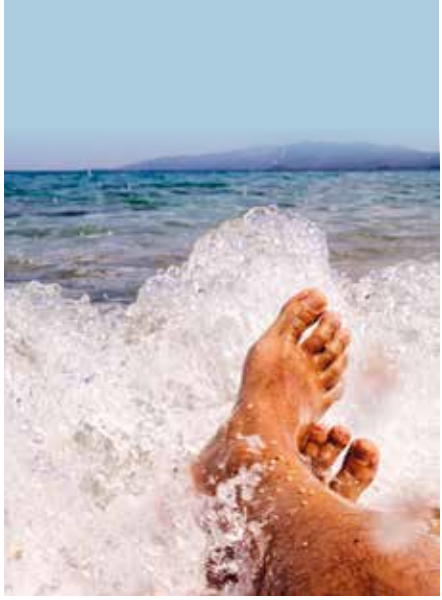
Ich will ihn unbedingt fragen. Ich schreibe es mir kurz in mein Tagebuch als Erinnerung für die Zeit nach dem Urlaub. Den bekannten Meeresexperten Florian Schmid-Höhne werde ich fragen, warum es Menschen wie mich magnetisch ans Meer zieht? Er hat das Unternehmen *Swellness* gegründet, er therapiert Burnout-Patienten seit 15 Jahren am Meer. Er lebt an der Atlantikküste bei *Aljezur* in Portugal. Dorthin, an den Atlantik, lädt er auch die Gestressten, die Lebensunzufriedenen, die von Job und Karriere geplagten Menschen. Er hat ein Diplom in Psychologie. Er verbrachte schon als Kind fünf Jahre auf der Kanareninsel Teneriffa. Dorthin kehrte er auch im Psychologie-Studium für zwei Semester zurück. Von der Kraft des Atlantiks umgeben zu sein, das ganze Jahr über Frühlingstemperaturen zu fühlen, die Sonne auf der Haut und den Duft von Meeresgischt und bunten Blumen in der Nase – all das formte den Entschluss von Florian Schmid-Höhne, seine „Behandlungsräume von einer geschlossenen Praxis in die Natur ans Meer zu verlegen."

Im Gespräch mit Florian Schmid-Höhne „Warum, Herr Psychologe, tut meiner Seele das Meer, noch besser, der wilde Atlantik, so gut?", frage ich später Florian Schmid-Höhne am Telefon. Ein Grund dafür seien geopsychologische Faktoren des Meeres. Landschaften nehmen Einfluss auf unser Gemüt. Dies habe bereits der Psychologie-Professor Willy Hellpach Anfang des 20. Jahrhunderts entdeckt und formuliert. Die Weite des Meeres „bildet eine Gegenwelt zur täglichen Informationsflut, einen Kontrast zum Leben in den Städten", erklärt Florian Schmid-Höhne. Auch wirke die blaue Farbe des Meeres beruhigend auf die Psyche des Menschen.

Erst Mitte des 18. Jahrhunderts kam das Baden in Mode. Die gesundheitlichen

Aus der Gesundheitszeitschrift *Leben & Gesundheit*, mit freundlicher Genehmigung des Advent-Verlages Schweiz.

lug-mag.com



Toshe_O | gettyimages.de

Vorteile eines Aufenthalts am Meer wurden zu dieser Zeit entdeckt. „Das Meer macht mich glücklich“, sagte einst der französische Schriftsteller Marcel Proust. Er schritt im Jahr 1901 in Begleitung seines Spazierstocks mit verziertem Messingknauf und Flanellhut mit breiter Krempe die Meerespromenade von Cabourg entlang. Berühmte Kurorte am Meer, an den schönsten Plätzen Europas, entstanden damals, auch um die Melancholie der adeligen Großstadtmenschen zu behandeln.

„Das Besondere am Meer ist, dass wir es mit allen Sinnen genießen können.“ Der salzige Geruch liegt in der Nase, die Augen können in die Ferne schauen, wir spüren den Sand unter den Füßen, während eine Welle den Fuß mit Wasser umspült. „Das Meer ist die einzige Landschaft, die man sogar schmecken kann“, erzählt Schmid-Höhne.

Warum Menschen sich von dem Rauschen der Wellen und blauer Ferne so angezogen fühlten, hänge aber nicht nur mit den Eigenschaften des Ozeans selbst zusammen. „Es soll beispielsweise eine Rolle spielen, dass wir im Mutterleib in einer ähnlichen Salzlösung entstehen und dort vergleichbare Geräusche wie das Meeresrauschen hören. Außerdem brechen die Wellen in einem regelmäßigen Rhythmus, was wir vom Herzschlag der Mutter kennen. Das alles kann ein Gefühl großer Geborgenheit auslösen“, erklärt mir der Stressverhaltenstrainer Schmid-Höhne.

GENESEN DURCH STILLE

Und dann berichtet er mir noch von der jungen Frau, die in Schmid-Höhnes *Casa Povo* in einer einsamen Bucht am Atlantik untergebracht war. Ein altes Steinhaus mit Ofen und Kuschelbett – jedoch ganz ohne Handyempfang. Sie war gekommen, um hier zu sich zu kommen, heil zu werden. Niemand konnte sie digital erreichen. Sie war allein. Sie hörte die Stille. Nur das Rauschen des Meeres drang bis an die Türe der Casa. „Am Tag sah ich aufs Meer und nachts in den Ofen, mehr brauchte ich nicht“, erklärte sie später voller wiedergewonnener Lebensfreude.

Und ich denke an die Dame auf der Terrasse des *Grand Hôtel des Thermes* zurück: Wie sie die Füße, vielleicht ihre Sorgen, ihr ganzes Leben auf dieser Terrassenmauer ablegte und ausbreitete, um sich von der Sonne bescheinen zu lassen und auf das Meer zu schauen. Da spürte sie vielleicht, dass sie wirklich lebte.

CHRISTIAN GRASS
Autor und Kommunikationsexperte

MEIN LANG ERSEHNTER TRAUM

Chris hat's ausprobiert

Vielleicht war es ein Stück Midlife-Crisis oder der Umstand, dass der Bauchnabel langsam anfing, etwas nach vorne zu wachsen? Es war jedenfalls schon lange mein Traum, einmal einen Ironman 70.3 Triathlon zu absolvieren. Aber um diesen Traum Wirklichkeit werden zu lassen, musste einiges geschehen.

Meine sporadischen sportlichen Aktivitäten veränderten sich zu einem ambitionierten Trainingsprogramm. Es brauchte monatelange Selbstdisziplin und Vorbereitungswettkämpfe um mein Ziel, 1,9 km Schwimmen, 90 km Radfahren und 21 km Laufen in unter acht Stunden zu schaffen und damit „Ironman" zu werden.

Beim letzten Vorbereitungswettkampf erlebte ich während des Schwimmens Tritte und Schläge und brauchte volle Konzentration, um nicht abzudriften.

Beim Radfahren schoss nach einigen Kilometern der amtierende Europameister wie ein Torpedo an mir vorbei und überrundete mich. Spätestens jetzt verstand ich: es geht vor allem darum, anzukommen. Beim Laufen begegnete ich Hans, der nur noch ging. Er war völlig außer Puste. Ich ermutigte ihn, durchzuhalten und eine Zeitlang liefen wir nebeneinander her. Dann zog ich beim Blick auf die Uhr das Tempo wieder an. Beim letzten Anstieg half ich mit einem Powerriegel nach – doch plötzlich ging nichts mehr, ich musste stehenbleiben. Da spürte ich einen Klaps auf mein Hinterteil und hörte motivierende Worte. Hans hatte wieder zu mir aufgeschlossen und zog nun mich aus meinem Loch! Gemeinsam liefen wir ins Ziel.

Dann war endlich der entscheidende Wettkampftag da. Das Schwimmen verlief super, sogar in Bestzeit. Aber danach schmerzten meine Knie so sehr, dass ich aufgeben musste. Den Siegern konnte ich beim Jubel im Zielbereich nur als Geschlagener zusehen. Ich hatte es nicht geschafft!

Am nächsten Tag wollte meine mich Frau trösten und kaufte mir ein Ironman-Shirt, auf dem die Namen der Sieger aufgedruckt waren. Völlig überraschend fanden wir auch meinen Namen, ohne die Ziellinie überschritten zu haben! In den ersten Tagen saß die Enttäuschung dennoch tief, aber mit etwas Abstand war diese „Niederlage" eine sehr wertvolle Erfahrung und für Steffi war ich trotzdem ein „Ironman". Wenn das kein Grund zum Jubeln ist!

DR. CHRISTOPH BERGER bereiste mit Leidenschaft schon alle fünf Kontinente und ist hobbymäßig als Olivenbauer auf seiner Plantage auf Sardinien aktiv.

Von Gott geführt

Meine bewegte Familiengeschichte im sozialistischen Rumänien

Paperback, 200 Seiten
Format: 14 x 21 cm
Preis: 20 € (D), 20 € (A), 22,90 CHF (CH)

NÄHERE INFOS UND BESTELLMÖGLICHKEITEN:

Deutschland:
advent-verlag.de
per Mail an:
bestellen@advent-verlag.de

Österreich:
adventistbookcenter.at
per Mail an:
bestellungen@toplife-center.com

Schweiz:
advent-verlag.ch
per Mail an:
info@advent-verlag.ch

Als ich aufwachte, war zuerst alles wie immer: Mein Blick suchte die gewölbte Zimmerdecke und ich staunte – wie oft beim Aufwachen – über ihre Höhe. Dann fiel mir plötzlich ein: Heute war Sabbat, Vater würde endlich wieder einmal da sein. Die Freude kitzelte in meinem Magen, wurde aber sogleich von einer beunruhigenden Gewissheit verdrängt: Heute war der 15. September 1962 – der Tag meiner Einschulung! Und ich würde nicht dabei sein ... Schon seit Wochen fragten mich die Erwachsenen, ob ich mich auf die Schule freute. Einerseits war ich neugierig und gespannt auf all das Unbekannte, das ich nun entdecken würde, andererseits hatte ich in letzter Zeit erfahren, dass außerhalb unserer Mauern eine gefährliche und feindliche Welt lauerte.

Erhard Biró ist in Siebenbürgen, Rumänien, als ältestes von vier Kindern mitten im Kalten Krieg in einer adventistischen Pastoren-Familie aufgewachsen. Nach seinem Abitur gelang ihm zusammen mit seinem Vater die Flucht in die Bundesrepublik Deutschland. Über 20 Jahre lang arbeitete er in der Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten in Baden-Württemberg als Präsident. Erhard Biró hat drei erwachsene Kinder und lebt in seinem Ruhestand mit seiner Frau Elke in Murrhardt nahe Stuttgart.

Das vorliegende Buch ist eine Hommage an seine Eltern, seine Familie und an die Adventgemeinde. Es beschreibt, wie er zum persönlichen Glauben an Jesus Christus und zu seiner Berufung als Pastor fand.

Wo bist du?

DIESE FRAGE STELLE ich oft genug meiner kleinen Tochter, die mit ihren stolzen drei Jahren aus unstillbarer Neugier heraus jeden Winkel des Hauses, aber auch leider jeden Winkel des Supermarkts oder der Stadt erkundet. Es wird nie langweilig, und so schön das häufig ist, gibt es auch ein Leben davor: Ich war ja nicht immer Papa.

Es gibt eine Handvoll Menschen, die mir in meinem Leben begegnet sind, denen ich mich auf besondere Weise verbunden fühle. Sei es, weil wir viel Zeit miteinander verbracht haben, zum Beispiel auf Freizeiten, oder sogar in gemeinsam bewohnten vier Wänden. Oder weil wir uns auf einer besonderen Ebene verstehen und sehen konnten. Oder weil wir uns einfach besonders mögen. Oder weil uns sogar eine Partnerschaft verbunden hat.

Aber das Leben nimmt auf solche Bindungen nur wenig Rücksicht, über kurz oder lang geht jeder seiner Wege. Prioritäten ändern sich, Beruf und Familie fordern ihren Tribut, Urlaubstage sind ein knappes Gut. Aber in manchem stillen Moment denke ich doch an die vergangenen Zeiten zurück, an die Menschen, die mir immer noch viel bedeuten. Und dann frage ich mich: Wo bist du?
Wie geht es dir, wo du gerade bist? Was hast du in der Zwischenzeit erlebt? Ich würde dich gern wiedersehen, die alten Zeiten aufleben lassen. Aber manchmal trennen uns nun schon ganze Ozeane. Und selbst wenn es nur ein paar Dutzend Kilometer sind, ist es doch ganz oft so schwer, wieder einmal zusammenzufinden. Der Alltag lässt nicht locker. Und auch Whatsapp kann die echte Begegnung nicht ersetzen.

Ja, dann packt mich die Sehnsucht, ins Auto, in die Bahn oder gar ins Flugzeug zu springen und nach all der Zeit wieder einmal vorbeizuschauen. Ab und zu durfte ich das auch schon einmal verwirklichen. Aber es gelingt zu selten. Und das tut manchmal weh. Ein Lichtblick ist aber die Erkenntnis, dass alte Liebe nicht rostet, dass das Wiedersehen so schön ist wie erhofft, dass neue gemeinsame Zeit zum Schatz der Erinnerung hinzukommt und dass aus dem „Wo bist du?“ ein „Wann sehen wir uns wieder?“ werden kann.

MICHAEL ANDERS
ist Papa von drei wundervollen Kindern, ansonsten Naturwissenschaftler und außerdem seit vielen Jahren dem Fernweh verfallen.

HopeMagazin

Jetzt auch im Abo!

4x im Jahr

Ihr Begleiter für den Alltag –

mit Themen, die ins Leben sprechen, inspirieren und Hoffnung schenken.

Weitere Infos zum Hope Magazin sowie die kostenlose PDF-Ausgabe unter:
hopemagazin.info
Schreiben Sie uns unter: post@hopemagazin.net

Hat Ihnen diese Ausgabe gefallen? Dann schließen Sie gleich ein Jahresabo ab!

Jahresabo in Deutschland: EUR 24,– | 4x pro Jahr je 5 Hefte
direkt unter advent-verlag.de oder per Tel. +49 41 31 98 35 02 bestellbar

Jahresabo in Österreich: EUR 24,– I 4x pro Jahr je 5 Hefte unter
bestellungen@toplife-center.com oder per Tel. +43 1 22 94 000 bestellbar

Jahresabo in der Schweiz: CHF 8,– | 4x pro Jahr je 1 Heft
direkt unter shop.advent-verlag.ch oder per Tel. +41 33 511 11 99 bestellbar

DAS HOPE MAGAZIN erscheint viermal im Jahr und entsteht durch eine Kooperation des Advent-Verlags in Lüneburg, der ABC Medien GmbH in Wien und dem Medienzentrum Hope Media in Alsbach-Hähnlein, die sich hier kurz vorstellen.

Über die **ABC Medien GmbH**

1948 gegründet, setzt sich das christliche Verlagshaus zum Ziel, Literatur und andere Medien zu den Themen Gesundheit, Familie und Glauben herauszugeben. Hinter der ABC Medien GmbH steht ein wegweisendes Konzept zu einem gesunden und glücklichen Leben. Weitere Infos unter: adventistbookcenter.com

Über **Hope Media** (eine Stimme der Hoffnung seit 1948)

Hope Media ist ein europäisches Medienzentrum. Es vereint den christlichen Fernsehsender Hope TV, Hope Kurse sowie Hope Podcasts und die Hope Hörbücherei. Ziel aller Angebote ist es, auf die Hoffnung – Hope – aufmerksam zu machen, die Jesus Christus den Menschen schenkt. Weitere Infos unter: hopemedia.de

Über den **Advent-Verlag**

Das Herzstück des Verlags sind christliche Bücher, Zeitschriften und Studienmaterialien. So sorgt das Redaktionsteam z. B. für das jährliche Andachtsbuch und die monatliche Gemeindezeitschrift *Adventisten heute*. Weitere Infos unter: advent-verlag.de

IMPRESSUM

Herausgeber: Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten in Deutschland & Kirche der Siebenten-Tags-Adventisten in Österreich • **Redaktion:** Claudia Flieder (Chefredaktion Österreich), Jörg Varnholt, Nicole Spöhr (Chefredaktion Deutschland) • **Layout & Satz:** Sarah Popa • **Produktion & Druck:** Strube Druck & Medien GmbH, Stimmerswiesen 3, D-34587 Felsberg • **Bildnachweis:** gettyimages: deimagine (Titel), Imagedepotpro, HedgerowRose, serts, Laura Leiva, Darya Komarova, valentinrussanov, byPaul, brytta (S. 13), mammuth, shapecharge, Charday Penn, Przemysław Iciak, Ljubaphoto, bruev (S. 14), Kemter, Robert Daly, adisa (S. 15), JMichl (S. 26), Pavel1964 (S. 26. 27), carlosalvarez (S. 27). Die Online-Version des Hope Magazins lässt sich als PDF unter **hopemagazin.info** herunterladen. Das Hope Magazin erscheint 4-mal pro Jahr in Deutschland, Österreich und der deutschsprachigen Schweiz.

Bestellcoupon

Bitte schneiden Sie den Coupon aus und schicken ihn an:

Advent-Verlag GmbH
Pulverweg 6, 21337 Lüneburg

oder an: TOP LIFE Wegweiser-Verlag
Prager Straße 287, 1210 Wien

☐ Ja, ich möchte ein **Jahres-Abonnement für 24 Euro** abschließen und bin damit einverstanden, dass mir **4x im Jahr je 5 Hefte** des Hope Magazins zugesendet werden.

BITTE SCHREIBEN SIE IN DRUCKBUCHSTABEN.

VORNAME, NAME

STRASSE, HAUSNUMMER

PLZ, WOHNORT

LAND

TELEFON ODER E-MAIL

DATUM, UNTERSCHRIFT

Ich bin einverstanden, dass meine Daten für die Bestellung und den Versand des Hope Magazins zweckgebunden gespeichert und weitergegeben werden. Diese Einwilligung kann ich jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen.

Unterstützen Sie das Hope Magazin!

Wir freuen uns über Ihre einmalige oder regelmäßige Spende. Herzlichen Dank.

Name **Hope Media Europe e. V.**
IBAN **DE39 5088 0050 0171 8101 00**
BIC **DRESDEFF508**
Verwendungszweck **Hope Magazin**

Anzeige

HopeTV

Was die **Welt jetzt braucht,** ist **Hoffnung.**

SAT | Kabel | Streaming | IPTV

hopetv.de