



## Mehr Frieden und Freude!

Am Samstag, 7.10.2023, liess die islamistische **Hamas** ihrem erklärten Ziel, Israel und die Juden zu **vernichten**, besonders abscheuliche Taten folgen. Sie schlachtete über 1000 Zivilisten ab (inklusive Babys und Greise) und verschleppte über 200 Geiseln. Der darauf folgende Gazakrieg droht zum Flächenbrand zu werden.

Ich war noch letzten Frühling auf einer Israel-Studienreise. Jetzt herrschen dort Leid, Angst und Krieg. Israel, Gaza und die Welt brauchen Menschen des Friedens, die Freude verbreiten! Wahre Freude und innerer Friede beginnen in unseren Herzen. Die folgende Anleitung basiert vor allem auf drei Bibelstellen: [Philipper 4,4-9](#); [1. Thessalonicher 5,15-23](#); [1. Petrus 5,5-11](#).

### 1. "Freude im Herrn" – und mit unseren Mitmenschen 🙄

1.1 Siehst du keinen Grund zur Freude? Dann freue dich umso mehr «im Herrn», und zwar «allezeit»! ([Phil 4,4](#))

1.2 Freude kann man nicht von unserem Umgang mit unseren Mitmenschen trennen. ([Phil 4,5](#)) "Wie man in den Wald hineinruft, so schallt es zurück."  
Verschenke *Frieden* und du wirst *Freude* ernten! Verzichte auf Überheblichkeit und du wirst offene Herzen und Türen bei Menschen und Gott ernten. ([1 Petr 5,5](#))

1.3 Manche Menschen machen es uns schwer, mit ihnen im Frieden zu leben. Bei ihnen geht es primär darum, dass wir die "Spirale der Vergeltung" durchbrechen.

Wir sollen Böses nicht mit Bösem vergelten. ([1 Thess 5,15](#))

1.4 Im Umgang mit unseren Mitmenschen hilft es, uns bewusst zu machen, dass «der Herr nahe ist» ([Phil 4,5](#)). Denn wenn wir wissen, dass «der Richter vor der Tür steht» ([Jak 5,9](#)), achten wir besser darauf, wie wir mit unseren Mitmenschen umgehen.

### 2. Sorgen im Gebet ablegen 🙄

2.1 Freude schenkt uns eine "Leichtigkeit des Lebens", die aber immer wieder von Sorgen attackiert wird. Doch es gibt ein Mittel gegen Sorgen: Wir dürfen unser "Sorgerecht" mit unablässigem, intensivem Gebet an Gott abgeben. Das ist ein Akt der Demut. ([1 Petr 5,6-7](#))

2.2 Solche Gebete schenken uns göttlichen Frieden, der allen Verstand übersteigt und unsere Herzen und Gedanken bewahrt. ([Phil 4,7](#))

2.3 Wir sollen mit «Danksagung» beten ([Phil 4,6](#)). Dankbarkeit ist das Gegenteil von einer egoistischen Forderungshaltung, die Empfangenes für selbstverständlich nimmt und schnell wieder vergisst.

2.4 Dankbarkeit ist eine "innere Verpflichtung" gegenüber dem Geber. Jesus hat für uns am Kreuz vorgesorgt, indem er für alle unsere Sünden bezahlt hat. Unsere Dankbarkeit gegenüber Gott ist in diesen «Erbarmungen Gottes» begründet. ([Röm 12,1](#)) Gott ist *für* uns! ([Röm 8,31-39](#))

### 3. Positive Gedanken aufnehmen 😊

3.1 Wenn wir unser Denken von negativen Sorgen entleert haben, führt uns der nächste Schritt zur Frage: Womit füllen wir nun unseren "Denkapparat"? Am besten mit aller Art von positiven Gedanken! ([Phil 4,8](#))

3.2 Wir sollen auch für das «auferbauende» ([1 Kor 14,3-5](#)) Reden von Gottes Geist durch unsere Mitchristen offen sein.

3.3 Sei also offen für neue, gute Gedanken! Sei aber nicht naiv! Prüfe alles! ([1 Thess 5,22](#)) Bleib nüchtern! Wenn der Teufel durch die Schlange ins Paradies gekommen ist, kommt er auch in die schönste und christlichste Gruppe hinein!

### 4. Positives Handeln bringt Segen 😊

4.1 Vom Denken gehen wir weiter zum Handeln. Der Friede Gottes stellt sich nicht durch Gelerntes ein. Der Gott des Friedens wird dich segnen, wenn du das Erkannte *tust*! ([Phil 4,9](#))

4.2 Du bist zu einem Abenteuer mit Gott berufen, bei dem du immer wieder mal leiden wirst ([1 Petr 5,10](#)). Das Leiden gehört zu unserer Pilgerreise. ([Apg 14,22](#))

4.3 Du brauchst göttliche Bewahrung an Geist, Seele und Leib. Der Gott aller Gnade wird dich stark machen bis zum Schluss, bis zur Wiederkunft unseres Herrn Jesus Christus! ([1 Thess 5,23](#))

Mit lernenden Grüssen  
Markus Brunner



### Familien-Schneesport-Lager 10.-17. Februar 2024

Teens, Erwachsene, Kinder ab 9 Jahren (alleine), Elternteile mit Kindern und ganze Familien sind herzlich willkommen!

Mehr Infos: <https://regionalbuero-zuerich.heilsarmee.ch/winterlager>

## Frauenweekend 2024

Das Frauenweekend (23.-25.02.2024) im Hotel- und Seminarhaus Ländli, Oberägeri, lädt ein, sich mit seiner eigenen Geschichte zu befassen:

- Versöhnt mit der Vergangenheit
- Gesegnet in der Gegenwart
- Hoffnungsvoll in die Zukunft

Ein Weekend mit inspirierenden Inputs von verschiedenen Frauen, Workshops, Gemeinschaft, Genuss.

Anmeldung ab sofort möglich:

[regionalbuero-zuerich.heilsarmee.ch/frauenweekend](https://regionalbuero-zuerich.heilsarmee.ch/frauenweekend)



## November 2023 – Markus & Eva unterwegs

Do	9.	9:30	Management Kirchliches Werk (MKW) tagt in der Heilsarmee Schaffhausen
Fr	10.	12:00	Regionale Arbeitsgruppe (RAG) Zürich tagt in der Heilsarmee Zürich-Zentral
<b>So</b>	<b>12.</b>	<b>10:00</b>	<b>MKW besucht ein Heilsarmeekorps der Division Romande</b>
		15:30	Konzert Heilsarmee Zürich-Zentral, Kirche St. Jakob, Zürich
Sa	18.	9:30	"Heiliger Geist"-Schulung, Heilsarmee Zürich-Oberland
<b>So</b>	<b>19.</b>	<b>10:00</b>	<b>Heilsarmee Winterthur</b>
<b>So</b>	<b>26.</b>	<b>10:00</b>	<b>Heilsarmee Chur:</b>
		<b>12:30</b>	<b>Pensionierung des Korpsleiters Einsetzung des neuen Korpsleiters</b>
Mo	27.	18:30	Kino Riffraff, Zürich: "Himmel über Zürich", ein Film über den Heilsarmeeoffizier Fredi Inniger
Do	30.	9:30	Nationale Heilsarmeeversammlung für Offiziere und Korpsleiter, Bern

## Heilsarmee Amriswil

Das Heilsarmeekorps Amriswil macht sich auf ein neues Abenteuer bereit: Umzug in das viel grössere Kirchgemeindehaus.

Am 22. Oktober 2023 haben die Mitglieder der reformierten Kirche Amriswil über das Kaufangebot der Heilsarmee Schweiz im Wert von 1,75 Mio. abgestimmt. 90% waren dafür!

Das örtliche Kirchgemeindehaus ist nicht der Himmel auf Erden, aber eine attraktive Alternative für renovationsbedürftige Räumlichkeiten, die zu klein geworden sind.



## Topfkollekte Zürich

Do 14. – Sa 16. / Mo 18. – Do 21.12.2022

Weihnachten rückt näher. Eine besondere Zeit, in der sich viele Menschen nach äusserem und innerem Licht sehnen. Lasst uns gerade in dieser Zeit Zeugen des göttlichen Lichts sein! (Joh 8,12)

Wir suchen Helferinnen und Helfer (Topfwächter, Musikanten, Sänger) für die Topfkollekte Zürich ...

... und freuen uns über jede Anmeldung!

<https://topfkollekte-zuerich.heilsarmee.ch>

Für Fragen: [dhq.ost@heilsarmee.ch](mailto:dhq.ost@heilsarmee.ch)

oder Tel. 044 383 69 70

## Weihnachtsbuch

Bald ist wieder Hochsaison für die Evangeliumsverkündigung: Weihnachten!

Das Weihnachtsbuch "Neues aus Bethlehem" ist *eine* Möglichkeit, wie wir unseren Mitmenschen das Evangelium weiter geben können.

Es ist (unter anderem) im Heilsarmee-Shop erhältlich. Preis: CHF 15.00

<https://shop.heilsarmee.ch> (Gratisversand innerhalb Schweiz)

