2 RADIO / TV Journal

Februar 2019

ERF Gute Nachrichten

Poste Italiane SpA – Spedizione in Abbonamento Postale – DL 353/2003 (conv. in L. 27/02/04 n.46) art. 1 comma 2 NE/BZ – Tassa Pagata – Taxe Percue

Die sicheren Quellen des Glücks

UKW Frequenzen

Meran	105,6 MHz
Bozen	105,3 MHz
Unt. Vinschgau	96,2 MHz
Ob. Vinschgau	101,7 MHz
Unterland	105,5 MHz
Brixen/ Bruneck	105,2 MHz
Sterzing	107,6 MHz
Innsbruck	102,2 MHz
Mendrisiotto	89,4 MHz
Sotto Céneri	96,7 MHz
Sopra Céneri	102,9 MHz
Cannóbio	106,6 MHz

DigitalRadio DAB+ in Südtirol
Livestream im Internet

29. Jahrg., erscheint monatlich

Ulla Bühe

Die verzweifelte Suche nach Glück

Geb., 48 Seiten
ISBN 978-3866993655
CLV Verlag
EUR 4,30

Diese verzweifelte Suche nach Glück, die Sehnsucht nach unsterblicher Liebe, die Hoffnung, endlich »nach Hause« zu kommen, Geborgenheit und Treue zu finden – diese Sehnsucht steckt in jedem von uns. Gibt es überhaupt ein Erfolgs-Rezept zum Glücklichsein? Gibt es bedingungslose Liebe, die für immer hält?

Tomas Sjödin

Es gibt so viel, was man nicht muss

Geb., 256 Seiten
ISBN 978-3417268546
SCM R. Brockhaus
EUR 18,70

Wir leben im Überfluss. Diese Erfahrung macht auch der Autor Tomas Sjödin. Er weiß aber auch um das, was uns belastet – Ansprüche, die wir oder andere uns auferlegen und die uns unter Druck setzen. Seine befreiende Botschaft: Es gibt so viel, was man nicht muss! Der größte Reichtum liegt nicht im Haben, sondern im Loslassen.

Reinhold Ruthe

Glück – Wege zu einem erfüllten Leben

Audio-CD, Hörbuch
ISBN 3501507178
ERF Verlag
EUR 6,95

Immer wieder wünschen wir uns Glück, obwohl wir eigentlich Zufriedenheit, Lebensfreude, Lebensinhalt oder ganz einfach Sinn im Leben meinen. Die Frage ist nur: Können wir uns dieses Glück herbeiwünschen? Oder sind wir vielleicht gar unseres eigenen Glückes Schmied? Ist es anlagebedingt oder "Glückssache"?

Daniel Siemens

Der Himmel – Ein Blick in die Zukunft

Brosch., 68 Seiten,
ISBN 978-3957900333
rigatio Verlag
EUR 8,70

Viele Christen freuen sich nicht auf den Himmel. Er ist für sie ein großer Nebel, in dem körperlose Geistwesen auf himmlischen Wolken schweben. Aber der Himmel ist vollkommen anders! In acht Lektionen bekommen Sie ein neues Bild von diesem faszinierenden Ort und echte Freude darauf.

Daniel Böcking

Warum Glaube großartig ist

Geb., 224 Seiten
ISBN 978-3579087146
Gütersloher Verlagshaus
EUR 19,80

Daniel Böcking zeigt, wie einfach und schön der christliche Glaube ist. Dass er Spaß macht, Leben rettet und auch noch brandaktuell ist. Die »Jesus-Challenge«: Schritt für Schritt vom Grünschnabel im Christen-Establishment hin zu einem Leben, das fest im Glauben verankert ist.

Cornelia Mack

Wie deine Seele Heilung findet

Brosch., 224 Seiten
ISBN 978-3775157988
SCM Hänssler
EUR 16,50

Obwohl der Volksmund sagt, dass Zeit die Wunden heilen würde, ist es ein Irrtum zu glauben, dass Heilung von selbst kommt. Cornelia Mack verschafft Überblick über verschiedene Arten von Verletzungen und zeigt mit praktischen Hilfestellungen – auch aus ihrer Erfahrung in der Seelsorge –, wie wir Heilung für unsere verletzte Seele finden können.

Annegret Prause

Alltagsglück zum Selbermachen

Geb., 112 Seiten
ISBN 978-3789397042
Verlag SCM Collection
EUR 5,50

Lassen Sie sich dazu anstiften, Alltagsmomente zu zelebrieren, besondere Augenblicke zu schaffen und sich aneinander zu freuen. Sie finden hier Ideen und Anregungen für jede Jahreszeit und viele Lebenslagen: mal romantisch und tiefsinnig, mal unbeschwert und ausgelassen, mit manchem Augenzwinkern und viel Leidenschaft für die kleinen Dinge des Lebens.

Sefora Nelson

Glück

Audio-CD, 55 min.
Best.-Nr. 939507000
Verlag Gerth Medien
EUR 19,80

Es ist orange. Es ist ihr viertes Album. Und es macht glücklich. Mit ihren Songs ist die Singer-Songwriterin ganz dicht dran: an den Empfindungen der Seele. An der Gewissheit, dass die Nähe zu Gott glücklich macht. Ihre Lieder werden zu einem glaubhaften Gegenüber. Sie werfen manche Frage auf – stehen aber auch für unverwüstliches Vertrauen. Zart aber bestimmt.

Anne de Graaf,
José Pérez Montero

Abenteuer der Bibel

Geb., 960 Seiten
ISBN 978-3866996007
Verlag CLV
EUR 137,50

Die Reihe »Abenteuer der Bibel« enthält in dreißig Büchern spannende Geschichten aus der ganzen Bibel. Der Text ist für Kinder geschrieben, und die packenden Bilder auf jeder Seite erwecken die Geschichten zum Leben. Jeder Band ist in kurze Abschnitte unterteilt. Ab 7 Jahre. Die Bücher sind auch einzeln erhältlich.

Buchhandlung
BUCHGALERIE
Lauben 315 · I-39012 Meran
Tel (+39) 0473 237 997 www.buchgalerie.it

Bei uns finden Sie:

- > **Bücher**
- > **Kinderbücher**
- > **Ratgeber**
- > **Spiele**
- > **Poster**
- > **Karten**
- > **CDs**
- > **DVDs**

IMPRESSUM

Herausgeber/Redaktion
Stiftung ERF Medien
Postgranzstraße 8/c
I-39012 Meran
Tel (+39) 0473 222 488
Fax (+39) 0473 222 490
stiftung@erf-medien.it

Verantw. Red.: Luis Zagler

Eingetragen beim Landesgericht Bozen
Nr. 3/1996, 08.02.96 (und Änderungen)

Das Thema des Monats sowie viele weitere Sendungen und Sendereihen des ERF können Sie auf CD und MP3 erhalten.

Bestelladresse:
ERF Hörerservice
Tel 0473 - 23 67 51
Fax 0473 - 27 62 52

Aus Österreich, Deutschland und der Schweiz:
Tel (+39) 0473 23 67 51
Fax (+39) 0473 27 62 52
Postfach 149/Lauben 315
I-39012 Meran
service@erf-tirol.com

Internet
www.erf-tirol.com
www.erf-melodie.com
www.erf-verlag.com
www.buchgalerie.it

Druck
Druckerei Union
Postgranzstraße 8/c, Meran

Erscheinungsweise: monatlich

Bildnachweis
Titel: Alexander Rochau/fotolia.com

ERF Medien Südtirol
Die Stiftung ERF Medien will mit ihrem Medienangebot Menschen helfen, den Glauben zu entdecken und ihr Leben als Christen zu gestalten.

Die Arbeit der Stiftung ERF Medien finanziert sich durch Spenden. Wenn Sie die Stiftung unterstützen möchten, können Sie dies durch Spenden auf eines unserer Konten in Südtirol, Österreich, Deutschland oder der Schweiz tun.

Südtirol
Postkonto
IT76 L 076 0111 6000 0003 6810 372
SWIFT-BIC-Code BPPIITRRXXX

Österreich
ERF-Unterstützungsverein Innsbruck
BAWAG P.S.K.
AT76 6000 0000 9300 2383
SWIFT-BIC-Code BAWAATWW

Schweiz
PostFinance
CH26 0900 0000 6516 2763 6
SWIFT-BIC-Code POFICHBEXXX

Deutschland
Volksbank Mittelhessen eG
DE34 51390000 0071238300
SWIFT-BIC-Code VBMHDE5FXXX

Was uns Menschen glücklich macht

Geld allein ist es nicht. Das sagt bereits der Volksmund. Und viele, die es ausprobiert haben, bestätigen es. Was aber dann? Gesundheit? Gelingende Beziehungen in Ehe und Familie? Im Grunde das, was wir ohnehin schon immer gewusst haben? Bestimmt. Aber nicht ganz. Denn für das wahre Glücksempfinden braucht es noch mehr.

In einem Interview mit der Zeitschrift *Focus* sagte der bekannte amerikanische Psychologe Martin Seligmann, dass er aufgrund umfangreicher Forschungen zur Überzeugung gekommen sei, dass es die mit dem christlichen Glauben eng verknüpften Einstellungen wie Dankbarkeit und Vergebung seien, die Menschen glücklich machen.

Wer hätte das gedacht! Die guten alten Werte des Glaubens erleben eine Renaissance – und das über die wissenschaftliche Umfrage in einer Zeit wie der unseren, wo nichts anderes zu zählen scheint als äußerer Erfolg und das Streben nach diesem Erfolg. Doch viele vergessen bei all ihrem Erfolgsstreben eben, dass die Quelle für unser wahres Glück viel tiefer liegt und in der Beziehung zu Gott zu finden ist.

Wer also sein Leben schon bisher nach den christlichen Grundwerten ausgerichtet hat, der kann das mit umso größerer Gewissheit tun. Denn er kann sich sicher sein, dass früher oder später alle erkennen werden, dass wahres Glück nur in einem Leben zu finden ist, das von Glaube, Liebe, Friede, Vergebung und Dankbarkeit geprägt ist. Das sind Prinzipien eines christlichen Lebens, das an den Aussagen der Bibel ausgerichtet ist.

Wer aber Zweifel daran hat, kann sich die Vorträge in der ERF Sendereihe „Thema des Monats" Februar anhören. Darin spricht Cornelia Mack über das Glück. In sechs ausgewählten Vorträgen geht die Referentin der Frage nach, was Glück ist und wie wir zu wahrem Glück finden. Wer die Sendereihe „Thema des Monats" im ERF Südtirol kennt, weiß, dass darin immer wieder profilierte Referenten zu Wort kommen, die in ihren Ausführungen auf die wichtigen Fragen unseres Lebens eingehen. Das „Thema des Monats" ist deshalb auch bereits seit Jahren zu einer der beliebtesten Sendereihen geworden.

Wenn Sie die Referenten und Vorträge der Reihe bereits kennen und schätzen, machen Sie doch auch andere darauf aufmerksam. Gerade im Februar ist Gelegenheit dazu. Denn glücklich werden – wer möchte das nicht?

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Gewinn mit unserem „Thema des Monats", einen guten Empfang und Gottes Segen!

Ihr

Werner Burkhardt
ERF Hörerservice
Tel (+39) 0473 236751
E-Mail service@erf-tirol.com

Wo Radio hören FREUDE bringt

Fotos: altanaka/fotolia.com; ERF Archiv (2)

Was ist Glück in unserem Leben?

Glücklich möchten wir alle sein. Jeder von uns. Doch was ist Glück? Ist es der Erfolg im Leben? Wahrscheinlich nicht, denn sonst wären erfolgreiche Menschen in Politik, Wirtschaft und vor allem in der Unterhaltungsindustrie glücklicher als sie es aktuell sind. Wahres Glück, so sagen Fachleute, hängt von unserer Persönlichkeit ab. Das allerdings setzt voraus, dass wir unsere Persönlichkeit da verändern müssten, wo wir unserem Glück selbst im Weg stehen. Doch wer kann das? Von Jesus Christus wissen wir, dass er bei denen, die ihm begegnet sind, genau das bewirkt hat. Bis heute lesen wir in der Bibel davon, dass wir „neu" werden müssen, um glücklich und zufrieden zu werden. Tatsächlich ist Jesus der Einzige, der uns diese „Neuwerdung" verspricht und sie uns auch tatsächlich schenken kann. Wie? Indem wir uns ihm anvertrauen. Der Schweizer Philosoph Prof. Carl Hilty ist ein Beispiel dafür. Lesen Sie, was er über das Glück sagt. Aber bevor wir dazu kommen, wollen wir uns noch einmal die Frage nach dem Glück in unserem Leben stellen.

Glück entsteht nicht durch einen hohen Lebensstandard. Sonst müssten die Menschen in unserer Region glücklicher sein als Menschen in weit weniger entwickelten Ländern. Doch genau das Gegenteil ist der Fall. Laut dem „World Happiness Report" ist Glück keine Frage des Geldes. In Deutschland ist das Realeinkommen seit 1950 um rund 250 Prozent gestiegen. Doch fragt man Menschen in Deutschland, ob sie glücklich sind, sagen 75 Prozent der Befragten, dass sie sich als nicht sehr glücklich einstufen würden.

„Wer auf das Wort des Herrn achtet, findet Glück; wohl dem, der auf ihn vertraut."

Die BIBEL, Sprüche 16,20

„Glück ist Liebe, nichts anderes. Wer lieben kann, ist glücklich."

Hermann Karl Hesse (1877–1962), deutscher Schriftsteller

Glück und Gesundheit

Ist Glück eine Folge von Gesundheit und körperlichem Wohlbefinden? Wahrscheinlich. Dennoch bleibt die Frage, warum es so viele kraftstrotzende Menschen gibt, die trotzdem unglücklich sind. Wogegen behinderte Menschen, die vielleicht sogar an den Rollstuhl gefesselt sind, manchmal eine Atmosphäre des Glücks verbreiten.

Ist Glück eine Frage des Zufalls?

Ja, es gibt dieses Phänomen. Menschen, von denen wir glauben, dass sie das Glück gepachtet haben. Aber schauen wir genauer hin, merken wir sehr bald, dass Glück zumeist nur sehr wenig mit dem Zufall zu tun hat und erst recht nicht in Glücksspielen zu finden ist.

Wer das Lexikon aufschlägt, liest davon, dass Glück als *„günstige Fügung des Schicksals"* oder als daraus *„erwachsenden Erfolg"* oder als *„Gemütszustand innerer Befriedigung"* bezeichnet wird, der *„nach der Erfüllung von wesentlichen Wünschen und Sehnsüchten"* eintritt. Wie auch immer; wichtig ist festzuhalten, dass wir uns alle nach Glück sehnen und dass es auch gewiss nichts Verwerfliches ist, wenn wir danach streben.

Fragwürdig und oft genug enttäuschend sind nur die Wege, über die wir gehen, um „unser Glück" zu finden. Fraglich ist auch die Gier, mit der wir ihm nachjagen. Johann Wolfgang von Goethe, der deutsche Dichter, sagte in seinen späteren Jahren einmal: *„Ich bin in den bisherigen 75 Jahren meines Lebens keine vier Wochen glücklich gewesen."* Dabei hatte er mehr als die meisten über den Sinn des Lebens nachgedacht, in seinem Leben viele Erfolge gefeiert und war aufgrund seiner Berühmtheit ein begehrter Mann seiner Zeit. Doch was er nicht besaß, das war sein Seelenfrieden – das wird auch in seinen Werken, allen voran in seinem Hauptwerk „Faust", deutlich: *„Zwei Seelen wohnen, ach! in meiner Brust."*

ERF Melodie

ERF PROGRAMM-TIPP

Thema des Monats

In der 2. und 4. Woche des Monats täglich um
10.00 Uhr
18.00 Uhr
3.00 Uhr
In der 3. Woche täglich um
14.00 Uhr

www.erf-melodie.com

Weiterführende Literatur zum Thema des Monats und anderen Sendungen finden Sie in der Buchhandlung BUCHGALERIE

www.buchgalerie.it

Foto: Craig Hanson/fotolia.com

Dieses Zitat drückt aus, was die Hauptfigur des Werkes und wohl auch den Dichter selbst quält. Beide stecken in einem wohl nicht anders als tragisch zu bezeichnendem Dilemma. Dafür gibt es mehrere Gründe.

Was macht Menschen glücklich?

Was macht uns Menschen glücklich? Sind es die Erbanlagen? Das Milieu, in das wir als Kinder hineingeboren wurden? Die bewusste Selbststeuerung eines Menschen, über die er *„sein Glück"* findet? Niemand von uns konnte sich seine Vorfahren aussuchen. Stattdessen hat Gott im Lauf von Jahrtausenden eine große Zahl von Vätern und Müttern dazu ausgesucht, unsere persönlichen Vorfahren zu werden, so dass durch die genetische Kombination unserer Erbanlagen ein von Gott gewolltes Original entstehen konnte. Deshalb ist es auch nicht unwesentlich für unser Lebensglück, dass wir das bejahen, damit wir die Gaben und Chancen, die uns dadurch gegeben sind, nutzen können und nicht immer nur auf Talente und Fähigkeiten starren müssen, die uns nicht gegeben sind. Denn wenn wir vielleicht auch keine *„glücklichen Startbedingungen"* in unserem Leben hatten, keine harmonische Familie, keine liebevolle Zuwendung von Mutter und Vater, keine günstigen moralischen Einflüsse in den ersten Lebensjahren, die unsere Entwicklung gefördert haben, so heißt das noch lange nicht, dass wir deshalb nicht glücklich werden können. Wir können glücklich werden, wenn wir die tieferen Zusammenhänge kennen, die uns zu unserem Glück verhelfen.

> „Das Vergleichen ist das Ende des Glücks und der Anfang der Unzufriedenheit."
>
> *Søren Kierkegaard (1813–1855), dänischer Philosoph, Autor bahnbrechender Werke*

Wer sich Ziele setzt und bewusst daran arbeitet, sie zu verwirklichen, ist damit bereits auf dem Weg zu seinem Glück. Denn dadurch übt er ein, was ihn über seine Herkunftsbedingungen hinausträgt. Das ist allemal besser, als ein Leben lang darüber zu jammern. Denn sowohl der äußere Lebenserfolg als auch das innere Lebensglück hängen davon ab, wie wir die als richtig erkannten Ziele in unserem Leben mit Ausdauer und Disziplin verfolgen, während wir uns gleichzeitig als Person und Charaktere treu bleiben.

Allerdings führt auch das alles nicht automatisch zum Glück. Denn letztlich hängt Glück tatsächlich mit unserer tiefen Geborgenheit in Gott zusammen. Denn erst da, wo wir Gewissheit haben, dass es Gott gibt und dass wir von Gott gewollt, geliebt und begleitet werden, beginnen wir auch im Einklang mit Gott, unserem Schöpfer, zu leben. Das gibt unserem Leben dann diesen einen tiefen Sinn und diesen Frieden, von dem die Bibel schreibt, dass nur Gott ihn geben kann (*vgl. Joh 14,27).*

Glücksphilosophie

Der Schweizer Philosoph Carl Hilty (1833 – 1909) war Jurist und ab 1873 Professor für öffentliches Recht an der Universität in Bern, gleichzeitig siebzehn Jahre lang Chef der Schweizerischen Militärjustiz, Mitglied des Haager Schiedshofs und Abgeordneter des Schweizerischen Nationalrats. Sein Leben war geprägt von einem tiefen, an der Bibel ausgerichteten Glauben an Jesus Christus, zu dem er sich sowohl privat als auch in seinem Beruf immer offen bekannte.

> „Suche dein Glück beim Herrn: Er wird dir jeden Wunsch erfüllen."
>
> Die BIBEL, Psalm 37,4

Carl Hilty schrieb ein dreibändiges Werk über das Glück, das in zahlreiche Sprachen übersetzt wurde und ihn in der ganzen Welt bekannt machte. Darin beschreibt er, zu welchen positiven Veränderungen die Geborgenheit im Glauben an Jesus Christus führt. Das ist ein lebenslanger Wachstums- und Reifeprozess, der in jedem Lebensabschnitt eine altersgemäße Ausprägung findet. Dieser Prozess, der im Neuen Testament der Bibel als *„Heiligung"* bezeichnet wird, bedeutet für Hilty, dass alles in seinem Leben von dem Wunsch geprägt sein sollte, dem *„Willen Gottes zu entsprechen"* – nicht aus einem Zwang heraus, sondern aus Liebe zu Gott. So erlebte er jenes Glück, über das er in seinem dreibändigen Werk so tiefsinnig nachgedacht hat. *„Glück"*, so schreibt Hilty, *„ist der beständige Friede, der von äußeren Schicksalen nicht mehr abhängig ist, sondern dieselben völlig überwunden hat."*

Glücklich ist ...

Die Sehnsucht nach Glück lag Jesus Christus so sehr am Herzen, dass er alles tat, um uns zu diesem Glück zu verhelfen. *„Glücklich sind, die erkennen, wie arm sie vor Gott sind, denn ihnen gehört sein himmlisches Reich."* So heißt es in Matthäus, Kapitel 5, Vers 3. D. h. Menschen, die bescheiden genug sind, um sich von Gott helfen zu lassen, sind glücklich zu nennen, so sagt Jesus. Wörtlich heißt es hier: *„Glücklich sind, die auf Frieden bedacht sind, denn sie werden die ganze Erde besitzen. Glücklich sind, die Hunger und Durst nach Gerechtigkeit haben, denn sie sollen satt werden. Glücklich sind, die Barmherzigkeit üben, denn sie werden Barmherzigkeit erfahren. Glücklich sind, die ein reines Herz haben, denn sie werden Gott sehen. Glücklich sind, die Frieden stiften, denn Gott wird sie seine Kinder nennen. Glücklich sind, die verfolgt werden, weil sie nach Gottes Willen leben; denn ihnen gehört sein himmlisches Reich. Glücklich könnt ihr euch schätzen, wenn ihr verachtet, verfolgt und verleumdet werdet, weil ihr mir nachfolgt. Ja, freut euch und jubelt, denn im Himmel werdet ihr dafür reich belohnt werden!" (Mt 5,4-12)*

Wahrscheinlich haben Menschen sich zu allen Zeiten schon damit beschäftigt, Wege zu finden, wie sie glücklich werden konnten. Seit Jesus auf dieser Welt war, wissen wir aber, dass wir Gott brauchen, um wirklich glücklich zu werden. Gott seinerseits hält Ausschau nach Menschen, die sich von ihm helfen lassen. Wenn es vielen von uns auch fremd geworden sein mag, nach Gott zu fragen, er ist dennoch die Quelle des Glücks und der Sinn in unserem Leben. Umso wichtiger ist es, dass wir wieder nach Gott fragen. In ärmeren Ländern der Welt geschieht es bereits, warum nicht bei uns? Geht es uns zu gut? So gut, dass wir glauben, Gott nicht nötig zu haben? Das wäre fatal, denn wie heißt es in der Bibel: *„Glücklich sind, die erkennen, wie arm sie vor Gott sind ...!"*

Foto: Monkey Business Images/fotolia.com

Irrtümer über das Glück von Reinhold Ruthe

In den Medien wird heute sehr oft der Eindruck vermittelt, dass wir in einer Alles-ist-möglich-Gesellschaft leben. Wenn wir nach dem gehen, was uns hier angepriesen wird, sind unsere Chancen grenzenlos und der Weg ins Glück stets nur einige Schritte vom Ziel entfernt. Die Glücksliteratur ist heutzutage so unübersehbar wie die allgegenwärtigen „Glücksgurus", die dem heutigen Menschen versprechen, dass sie uns den Weg zum Glück geradezu freizuschaufeln imstande wären. Wer sich diesem Trend nicht anschließt, ist selbst schuld. „Falsch!", sagt dazu der Bestsellerautor und langjährige Psychotherapeut Reinhold Ruthe und deckt schonungslos eine ganze Reihe von Irrtümern auf, die oft nur dazu verwendet werden, um uns Menschen in die Irre zu führen. Doch lesen Sie selbst, was der erfahrene Psychotherapeut zum Thema Glück zu sagen hat.

Irrtum Nr. 1: Schönheit und Reichtum machen glücklich

Wie uns die Forschungen heute belegen, haben schöne Menschen keineswegs ein häufigeres und höheres Glücksempfinden. Im Gegenteil, viele tatsächlich schöne Frauen erleben zwar, dass ihr makelloser Körper die Männer anlockt, doch die Enttäuschungen, die oft darauf folgen, sind nur umso größer, weil das Glück meist nur von kurzer Dauer ist. **Die Scheidungsrate der Schönen und Superschönen liegt weit über dem Durchschnitt.** Bei den Reichen und Superreichen sieht es nicht viel anders aus. In einer Befragung von Multimillionären kam heraus, dass 37 Prozent von ihnen sich unglücklicher fühlen als der Durchschnitt der Bevölkerung.

Irrtum Nr. 2: Die Glücklichen haben Glück

Werden „Glückliche" vom Glück geradezu verfolgt? Professor Seligman, ein führender Psychiater in den USA, fand heraus, dass glückliche Menschen genauso Tiefschläge, Pleiten und Misserfolge erleben wie andere auch. Nur denken glückliche Menschen lösungsorientiert. Deshalb sagt Seligman: „Diese Menschen fragen nicht, ‚Warum ist mir das zugestoßen?', sondern ‚Wozu ist mir das passiert?' Das heißt: ‚Was kann ich daraus lernen?' oder ‚Wie kann ich das nächste Mal besser damit umgehen?'" Sie schauen also nach vorn und bleiben nicht beim Misserfolg hängen.

Irrtum Nr. 3: Die Glücklichen sind gesünder

„Hauptsache gesund!", denken viele. Aber auch dieses Vorurteil wird nicht bestätigt. Die wirklich Glücklichen sind nicht gesünder, körperlich fitter als andere Menschen. Sie verstehen es oft nur, geschickter mit ihren Kräften umzugehen, nörgeln und kritisieren nicht, sondern nehmen das Leben mit seinen Höhen und Tiefen, Freuden und Traurigkeiten. Die Glücklichen unter den Menschen haben zumeist das Talent, ihren Energiespeicher schnell wieder aufzufüllen. Es gelingt ihnen, eine Reihe von Wohlfühlmustern zu realisieren, die es ihnen leichter machen, Unangenehmes hinter sich zu lassen. Deshalb sollte jeder für sich so eine Wohlfühl-Liste erstellen, die es ihm ermöglicht, seinen Zufrieden-heitspegel wieder zu erreichen.

Irrtum Nr. 4: Man kann dem Glück nicht hinterherrennen

Leuten, die gerne im Sessel ruhen und mitleidsvoll auf Jogger und Wanderer schauen, sagen vielleicht: *„Die rennen um ihr Leben. Seht, wie sie ihre Lungen strapazieren!"* Doch Fitness sorgt tatsächlich für mehr Zufriedenheit. Der Mensch, der Bewegung liebt und pflegt, erhöht sein Glücksgefühl. Es ist überhaupt kein Geheimnis mehr, dass Jogging und Walking depressive Verstimmungen mindern kann. Depressionsfördernde Stoffe werden beim Schwitzen aus dem Körper ausgeschieden, Glückshormone, sogenannte Endorphine, hingegen werden im Körper ausgeschüttet.

Irrtum Nr. 5: Sich glücklich fühlen ist eine Veranlagung

Haben vielleicht doch die Vererbungstheoreti-

Danke für Ihre Spende!

Der ERF ist ein nicht-kommerzieller Radiosender und finanziert sich fast ausschließlich durch die Spenden seiner Hörer.

Bitte spenden Sie für die Ausstrahlung der neuen Sendereihe **Fokus Jerusalem**, in der wir aktuelle Nachrichten und Hintergründe direkt aus Israel präsentieren. Ihre Spende hilft uns, die Kosten für Ankauf und Bearbeitung dieser Sendereihe zu decken. Dafür sagen wir Ihnen schon jetzt herzlichen Dank!

Postkonto Südtirol
IT76 L 076 0111 6000 0003 6810 372
Kennwort: Fokus Jerusalem

Für Überweisungen aus Deutschland, Österreich oder der Schweiz finden Sie unsere Konten auf S. 3.

Foto: emer/fotolia.com

ker Recht, dass fast alles, was mit uns geschieht, durch unsere Gene vorherbestimmt ist? Nein. Die Forschung geht heute vielmehr davon aus, dass nur etwa 50 Prozent des Glückspotenzials eines Menschen auf seine genetische Ausstattung zurückzuführen ist. Während die anderen 50 Prozent in unserer Macht liegen. Lebensglück oder Lebensunlust können wir also nicht den Genen oder Gott in die Schuhe schieben. Wir sind für unser Leben mitverantwortlich – und zwar jeder von uns.

Irrtum Nr. 6: Glücklich sind die Chaoten

Chaoten sind oft liebenswerte Menschen und zumeist auch tolerant. Sie regen sich weniger auf, leben und lassen leben und machen sich zumeist keine Gedanken über das Leben. Deshalb geht es ihnen oft auch „so richtig gut". Aber leider ist auch das ein Irrtum. Wie Forscher herausgefunden haben, sind unter den wirklich glücklichen Menschen so gut wie keine Chaoten zu finden. „Ordnung" – und die fängt zu allererst im Geist und im Denken an – „gehört nunmal zum Lebensgefühl der Leichtigkeit", sagt Professor Diner. „Die Glücklichen fällen Entscheidungen schneller, gehen lieber das Risiko falscher Entscheidungen ein, als sie hinauszuzögern oder hinauszuschieben. Sie erledigen, was ansteht, anstatt es anzuhäufen." Glückliche Menschen packen Dinge an und erleben sich nicht als Opfer, sondern sind sehr oft die Gestalter ihres Schicksals.

Irrtum Nr. 7: Der große Wurf macht glücklich

Wer das große Los gezogen hat, ist glücklich, er schwebt auf Wolke 7. Der Posten in der Firma, den viele liebend gern gehabt hätten, macht den Besitzer zum Glückspilz. Die schöne Frau, von vielen angestarrt, hat selbstverständlich den einen Mann überglücklich gemacht. So denken viele. Doch das alles ist falsch. „Trait-Glück" nennen die Wissenschaftler die Fähigkeit, kleine Glücksmomente zu erkennen und zu genießen. Wer sich in den letzten 24 Stunden über fünf kleine Dinge gefreut hat, bringt die besten Voraussetzungen mit, ein glücklicher Mensch zu sein. Können Sie ohne langes Nachdenken spontan fünf Begebenheiten nennen, die Sie glücklich und zufrieden gesehen oder genossen haben? Glückliche Menschen freuen sich an Kleinigkeiten. Sie haben ein Auge für Staunenswertes und für Erfreuliches. Damit bestätigt uns die Wissenschaft heute, was wir doch eigentlich schon immer wussten.

Irrtum Nr. 8: Wer nichts anbrennen lässt, ist am glücklichsten

Es gibt viele Menschen, die alle Angebote, die auf sie zukommen, wahrnehmen müssen. Sie glauben, wenn sie nichts verpassen, sind sie auf den Zug ins Glück aufgesprungen. Doch sie irren sich. Besonders erlebnishungrige und besonders abenteuerlustige Menschen jagen dem Glück oft nur nach, ohne es tatsächlich zu erleben. Stattdessen sind oft die Menschen glücklich, die auf Fernsehen, Freizeitstress, Karriere oder auf die neueste Technik verzichten können. „Solche Menschen fühlen sich oftmals glücklicher als andere", meint David Meyers, ein amerikanischer Glücksforscher. Die vielen Angebote wachsen uns nämlich schon langsam über den Kopf. Wogegen ein Mensch, der darauf verzichtet, meist viel leichter zu seinem Glück findet.

Irrtum Nr. 9: Je weniger Eltern Kinder zu beeinflussen suchen desto glücklicher werden sie

Jahrzehntelang wurde uns eingeredet, dass Kinder ihre Freiheit haben müssen, sich selbst zu entscheiden. Aber genau das Gegenteil ist der Fall. Das belegen nicht zuletzt demoskopische Untersuchungen. Frau Noelle-Neumann, die ehemalige Direktorin des **Allensbacher Institutes**, schreibt dazu: *„Wir müssen hier auf einen Irrweg zu sprechen kommen, der mehrere Generationen unglücklich gemacht hat. Wo es ernst wird – was Kinder glauben, was sie lesen, mit wem sie befreundet sind – da versuchen Eltern, sie überhaupt nicht zu beeinflussen. Diese Art von bequemem ‚Laufenlassen' ist das Gegenteil von dem, was wir bei starken, glücklichen Menschen finden."*

Irrtum Nr. 10: Korrigieren Sie den Fehler, und Sie sind restlos zufrieden

Die vielleicht wirksamste Methode, das eigene Glück zu untergraben, ist, wenn Sie immer ein Haar in der Suppe finden. Dazu sagt Psychotherapeut Reinhold Ruthe: „Bei Vorträgen benutze ich gern ein grosses Blatt Papier. Ich zeichne einen kleinen schwarzen Punkt darauf und frage die Zuhörer, was sie sehen. Prompt kommt die Antwort: ‚Einen kleinen schwarzen Punkt.' Warum sehen wir nicht, dass das Papier zu 99,9 Prozent weiß und unbefleckt ist? Wir fliegen auf den winzigen Fliegendreck, der die meterlangen Gardinen beschmutzt hat." Was geschieht, wenn Sie die kleinen Fehler korrigiert haben? Sie finden neue Fehler.

Irrtum Nr. 11: Wenn ich perfekt bin, bin ich glücklich

Perfektionismus ist wie ein unerfüllter Traum vieler Menschen. Jeder hat Vorstellungen, wie das Leben, die Ehe, die Kinder, die Küche, der Mann, die Frau sein sollten. Doch leider entspricht alles nicht dem Ideal. Die Konsequenz? Der Perfektionist ist unglücklich. Sein Ziel wird nicht erreicht, er jammert der Vollkommenheit nach. Ein Chefarzt für Psychiatrie der Klinik Hohe Mark sagte einmal: *„Unsere Klinik ist voll von Perfektionisten, die alle an der Vollkommenheit gescheitert sind."*

Irrtum Nr. 12: Schließ dich einer Gruppe an, und du wirst glücklich

In den letzten Jahren mehren sich Berichte, die davon sprechen, dass wir Menschen glücklicher und gesünder leben, wenn wir uns einer Kirche anschließen. Aber wenn sich ein Mensch einer Kirche anschließt, weil er glücklicher werden möchte, kann das auch zu Enttäuschungen führen. Zwar kennt das Christentum viele Beispiele von Heilungen seelischer Störungen oder Ängste wie auch von Befreiungen aus Zwängen und Süchten, doch das allein kann nie das vordergründige Motiv eines Menschen sein, der sich einer Kirche anschließt.

Bewusstes Christsein führt tatsächlich zu einem glücklicheren und zufriedenerem Leben. Das ist inzwischen vielfach belegt. Aber das geschieht, indem wir uns Jesus Christus als unserem Herrn anvertrauen und ihn als unseren persönlichen Heiland annehmen. Wer Jesus Christus vertraut, seine Errettung im Glauben annimmt und beginnt, nach seinen Geboten zu leben, der wird auch eine ganz neue Form der Zufriedenheit und des Glücks erleben, die nur aus einer innigen Verbindung mit Jesus Christus kommen kann. Ein gesunder Glaube hat Rückwirkungen auf Leib, Seele und Geist und führt zu einem Frieden in unserem Herzen, der sehr oft bis in unsere zwischenmenschlichen Beziehungen hinein wirksam wird. Das alles beginnt bei unserer Beziehung zum lebendigen Gott, der anschließend nicht selten den gesamten Organismus ergreift und beflügelt.

Foto: paul prescott/fotolia.com

Wie viel Glück braucht der Mensch?

Glück, Gesundheit und ein gutes Neues Jahr! Das wünschen wir uns. Ob im Beruf oder in Bezug auf die persönliche Gesundheit, auf der Suche nach uns selbst oder nach einem Menschen, der das Leben mit uns teilt, alle möchten glücklich sein. Glück ist vielleicht eines der tiefsten und umfassendsten Verlangen des Menschen. Deshalb stellt sich die Frage, ob es so etwas wie eine Strategie zum Glück gibt. Einen Weg, auf dem ich mehr oder minder sicher zu „meinem Glück" komme. Wenn es das gibt, wären es immerhin Fragen, über die es sich lohnt nachzudenken. Und genau das wollen wir im Folgenden tun. Wir werden der Frage nachgehen, warum wir uns alle so nach dem Glück sehnen und auch welche bewährten Methoden es gibt, um zu diesem Glück im Leben zu kommen.

Im Grunde tragen wir alle eine schier unstillbare Sehnsucht nach paradiesischen Zuständen in uns. Denn wir sind zum Glücklichsein geschaffen! Oder kennen wir jemanden, dem es gefällt, in Schmerz und Leid zu leben? Wahrscheinlich nicht. Was uns antreibt, ist unsere Sehnsucht nach dem Glück, einer Art paradiesischem Zustand, und letztlich das Paradies, für das wir erschaffen sind, auch wenn wir es verloren haben. Doch irgendwie wollen wir alle dorthin zurück. Das Problem ist nur, dass wir in der Regel den Weg nicht finden und im Grunde darauf angewiesen sind, dass uns jemand diesen Weg zum Glück zeigt, der es weiß.

> „Wer sich keine Annehmlichkeiten versagen kann, wird sich nie ein Glück erobern."
>
> *Marie von Ebner-Eschenbach (1830–1916), bekannte österreichische Erzählerin*

C. S. Lewis, der Autor der bekannten Narnia-Bücher, deren Verfilmung vor einigen Jahren um die Welt ging, einst Literaturprofessor in Oxford, schreibt in einem seiner Werke sogar: *„Wir tragen ein Verlangen in uns, das durch kein natürliches Glück gestillt werden kann. Auf dieser Erde bleibt immer ein Rest von Enttäuschung."* Tatsächlich gibt es unzählige Menschen, die, auch wenn sie alles haben, noch immer das Gefühl haben, es fehlt ihnen etwas.

Durst nach Leben

Vielleicht ist es tatsächlich dieser „Durst nach mehr vom Leben", wie es in einem Buch von Rudolf Kring heißt, der uns antreibt und letztlich auch keine Ruhe lässt, bis er gestillt wird.

> „Glücklich ist, wer Gott zu jeder Zeit achtet und ehrt!"
>
> *Aus der BIBEL, Sprüche 28,14*

Auch in der Bibel begegnen wir Menschen, die auf der Suche nach dem Glück waren. Die Frau am Brunnen z. B., der Jesus Christus ein schier unglaubliches Angebot macht, nachdem er sie zuerst um ein Glas Wasser bat. Ihr sagt Jesus: *„Wenn du wüsstest, was Gott dir geben will und wer dich hier um Wasser bittet, dann würdest du mich um das Wasser bitten, das du zum Leben brauchst. Und ich würde es dir geben. (...) Jeder, der dieses Wasser trinkt, wird bald wieder durstig sein. Wer aber von dem Wasser trinkt, das ich ihm gebe, der wird nie wieder Durst bekommen. Dieses Wasser wird in ihm zu einer Quelle, die bis ins ewige Leben hinein fließt."* (Joh 4,10-14)

Es ist eine Tragödie unseres Lebens, dass wir zumeist ein Leben lang unsere selbst gebauten Brunnen aufsuchen, um unseren Durst nach Glück und mehr vom Leben zu stillen, während wir am Wasser, das Jesus Christus uns seit mehr als 2000 Jahren anbietet, achtlos vorbei gehen. Von den Brunnen, die wir uns graben, erhoffen wir uns, den Lebensdurst nach Liebe, Sex, Beziehungen, Geld und gesellschaftlichem Ansehen zu stillen. Die Bibel sagt, dass nur Gott uns diesen Durst stillen kann. Texte von Popsongs bringen es manchmal auf den Punkt. So heißt es im Lied von Christina Stürmer *„Ich kriege nie genug!"*

Aber Gott will nicht, dass wir uns ein Leben lang abplagen und dennoch „nie genug kriegen", er will auch nicht, dass wir uns nur mit vordergründigem Glück zufriedengeben. Er will, dass wir erkennen, dass wir für viel mehr geschaffen sind. Deshalb möchte er, dass wir endlich damit anfangen, die eine große Sehnsucht hinter all den Sehnsüchten unseres irdischen Daseins zu entdecken (vgl. Joh 17,3). Wenn auch Sie zu den Menschen gehören, die nie genug vom Leben kriegen, dann hat Jesus Christus die Antwort für Sie, denn er sagt: *„Ich bin gekommen, um ihnen das Leben zu geben, Leben im Überfluss."* (Joh 10,10b) Jesus Christus will weder unser Geld noch unsere

> „Wer die Liebe Gottes versteht, hat den Schlüssel zum Glück seines Lebens gefunden."
>
> Hermann H. Grafe (1818–1869), Dichter von Kirchenliedern

Foto: Werner Heiber/fotolia.com

Zeit, sondern unser Glück: *„Wer durstig ist, soll kommen, und wer von dem Wasser des Lebens trinken will, wird es geschenkt bekommen."* (Offb 22,17b)

Wer also möchte, dass seine Sehnsucht nach Glück gestillt wird, muss zu Jesus Christus kommen. Dann wird er erleben, wie Jesus seinen Durst stillt. Denn *„das Glück ist weder außerhalb von uns, noch in uns"* zu finden, so der französische Philosoph Blaise Pascal. *„Das Glück"*, sagte er, *„ist in Gott. Und wenn wir es in ihm gefunden haben, so ist es überall."*

Macht der Glaube glücklich?

Christen bringen gute Voraussetzungen mit, um glücklich zu sein. Doch auch Christen sind nicht automatisch glücklich, nur weil sie Christen sind. Sie bringen nur die Voraussetzungen mit, um glücklich zu sein. Ernst Bai, der ehemalige Leiter der Seelsorgeabteilung des ERF Schweiz, schreibt: „Wenn Christen sich von Angst bestimmen lassen und sich zu viele Sorgen machen, so sind das keine guten Voraussetzungen, um glücklich zu sein." Das Gleiche gilt für Menschen, die sich zwar als Christen bezeichnen, aber ständig das Gefühl haben, zu kurz zu kommen und deshalb unzufrieden sind. Leider gibt es in den christlichen Kirchen noch immer Menschen, die genau diese Kennzeichen aufweisen. Schuld daran ist nicht selten eine mangelnde Kenntnis der Bibel, die uns klar und deutlich sagt, dass Gott in allem unser Glück will. Gott verspricht uns zwar nicht, dass alles glatt gehen wird, wenn wir zum Glauben an Jesus Christus kommen, aber er verspricht uns, dass er immer bei uns sein wird, selbst wenn wir Zeiten erleben, die nicht einfach sind.

> „Menschen zu finden, die mit uns fühlen und empfinden, ist wohl das schönste Glück auf Erden."
>
> Carl Spitteler (1845–1924), Schriftsteller

Es gibt unzählige Berichte von Menschen auf der ganzen Welt, die aufgrund ihres Glaubens verfolgt oder sogar eingekerkert wurden, und die dennoch sagen konnten, dass sie erlebten, wie Gott bei ihnen war, sie tröstete und ihnen half. Das war so in den Arbeitslagern des Kommunismus, wo in der Sowjetunion und auch in China Tausende, die sich zum christlichen Glauben bekannten, interniert waren, wie auch in den muslimischen Ländern, wo in unserer Zeit wiederum Menschen darunter zu leiden haben, dass sie verfolgt werden, wenn sie sich zu Christus bekennen. Gott ist in Jesus Christus bei ihnen und hilft. Das erleben Bertroffene immer wieder.

> „Das größte Glück besteht darin, in Jesus Christus das zu finden, was einem noch wichtiger wird als das eigene Glück."
>
> Hans Joachim Eckstein (geb. 1950), deutscher Theologe

Vergebung – eines der großen Themen

Eines der großen Themen, wenn es um unser Glück, unsere Freude und unseren Frieden geht, ist die Vergebung. Wer nicht imstande ist, anderen zu vergeben, wird auch als Christ nicht glücklich, zufrieden und voller Freude sein können. Dabei ist es wichtig zu bedenken, dass Vergebung nicht in erster Linie für den gedacht ist, dem wir vergeben, sondern für den, der vergibt.

Wie soll ich glücklich werden, wenn ich anderen ständig ihre Schuld „nachtragen" muss? Gott hat in Jesus Christus eine Möglichkeit geschaffen, anderen zu vergeben, um frei zu werden von dem, was andere uns antun. Das muss deshalb nicht unter den Teppich gekehrt werden. Doch weil Gott sich darum kümmert, können wir es loslassen und bereit sein zu vergeben. Wir können es Gott überlassen, wie er damit umgeht. Es ist nicht mehr unser „Problem", stattdessen können wir wissen, dass Gott alles kennt und weiß, während wir frei davon werden, um wieder neu das Glück zu erleben, dass Gott der Herr uns schenken will.

> „Glaubt an Gott und glaubt an mich!"
>
> *Worte Jesu in der BIBEL, Johannes 14,1*

Irdisches Glück

Jetzt ist es tatsächlich so, dass vielen Menschen, insbesondere Christen, irdisches Glück oftmals verdächtig erscheint, während andere wiederum genau darin den besonderen Segen Gottes erkennen. Die Bibel spricht davon, dass beides nicht überbewertet werden soll. Wenn Gott uns in seinem Sohn Jesus Christus irdisches Glück erleben lässt, so können wir uns daran erfreuen. Doch sollten wir auch daran denken, dass dieses Glück vergänglich ist, wie alles auf dieser Welt vergänglich ist. Andererseit wird uns auch an keiner Stelle der Bibel gesagt, dass wir nur dann in unserem Glaubensleben vor Gott bestehen können, wenn wir alles Glück dieser Welt erleben. Zwar verspricht uns die Bibel, dass Gott uns unbeschreibliches Glück und überaus große Freude, Friede und Liebe schenkt – und das auch bereits jetzt auf dieser Erde. Gleichzeitig kann es aber auch sein, dass wir um Jesu willen verfolgt, verleumdet und verkannt werden. Beides ist möglich – und beides sagt nichts darüber aus, ob wir unter dem Segen Gottes stehen oder nicht. Was wirklich zu unserem Besten dient, werden wir erst in der Zukunft, d. h. nach unserem Tod, erkennen. Inzwischen ist unsere Aufgabe, Gott zu vertrauen und nicht daran zu zweifeln, dass er immer nur das Beste für jeden einzelnen von uns will, egal ob wir Verfolgung erleiden oder das Glück unseres Lebens erleben. Gott allein weiß, was das Beste für uns ist.

> „Macht euch keine Sorgen, sondern wendet euch in jeder Lage an Gott und bringt eure Bitten vor ihn. Tut es mit Dank für das, was er euch geschenkt hat."
>
> *Die BIBEL, Philipper 4,6*

Worin besteht das Glück des Christen?

> „Ich habe zum Herrn gesagt: Du bist mein Herr; es gibt kein Glück für mich außer dir."
>
> *Die BIBEL,* Psalm 16,2

Als Christ bin ich verbunden mit Jesus Christus, „der mich geliebt und sich selbst für mich hingegeben hat" (Gal 2,20). Ich lebe vom Geschenk der Vergebung. „Wenn wir unsere Sünden bekennen, so ist er treu und gerecht, dass er uns die Sünden vergibt und reinigt uns von aller Ungerechtigkeit" (1Joh 1,9). Als Christen können uns die unterschiedlichsten Lebensumstände glücklich und zufrieden sein lassen, weil wir die besondere Nähe zu Gott, dem Vater, und zu Jesus Christus haben, die uns nichts und niemand nehmen kann. *„Ob ich nun wenig oder viel habe, beides ist mir durchaus vertraut, und so kann ich mit beidem fertig werden: Ich kann satt sein und hungern; ich kann Mangel leiden und Überfluss haben."* So schreibt es der Apostel Paulus in Philipper Kapitel 4, Vers 12.

Foto: Martina/fotolia.com

Als Christ kann ich dankbar sein für das, was ich habe. *„Nie will ich verschweigen, was du für mich getan hast. Immer und ewig will ich dir danken, mein Herr und mein Gott!"* (Ps 30,12). Wenn wir als Christen Gott lieben und ihm gehören, können wir sicher sein, dass er uns auch dann festhält, wenn wir durch Leiden und Schwierigkeiten gehen. Dazu lesen wir in der Bibel die Verheißung: *„Weder Hohes noch Tiefes oder sonst irgend etwas können uns von der Liebe Gottes trennen, die er uns in Jesus Christus, unserem Herrn, schenkt."* (Röm 8,39)

> „Was ist mit dem, der Ehrfurcht vor dem HERRN hat? Der HERR zeigt ihm den Weg, den er gehen soll. Er schenkt ihm Wohlstand und Glück, und seine Nachkommen werden das ganze Land erben. "
>
> *Die BIBEL, Psalm 25,12-13*

Als Christen haben wir aber vor allem eine Hoffnung und eine Zukunft, die über den Tod hinausreichen: *„Du hältst mich bei der Hand. Du führst mich nach deinem Plan und nimmst mich am Ende in Ehren auf."* (Ps 73,23-24) Hinzu kommt, dass wir als Christen zur großen weltweiten Gemeinschaft der Kirche Jesu Christi gehören: *„Wer glaubt, dass in Jesus der Sohn Gottes erschienen ist, hat Gott zum Vater. Und wer den Vater liebt, der ihn gezeugt hat, wird auch alle anderen lieben, die vom selben Vater stammen."* (1Joh 5,1)

Als Christen wissen wir, woher wir kommen, wer wir sind und wohin wir gehen. Dazu sagt der Apostel Paulus in einem seiner Briefe an die Gemeinde in Rom: *„Wenn ihr also mit dem Mund bekennt: ‚Jesus ist der Herr', und im Herzen glaubt, dass Gott ihn vom Tod auferweckt hat, werdet ihr gerettet."* (Röm 10,9)

Von der Freude, Christ zu sein

Wir haben es schon eingangs erwähnt: Es gibt eine Sehnsucht in uns, die selbst in den größten Glücksmomenten da ist. Denn wenn wir auch alles im Leben haben, wollen wir dennoch mehr. Das kommt von daher, dass tief in uns ein unstillbarer Durst nach Glück und Liebe ist. Wir sind einfach so geschaffen. Deshalb finden wir die Erfüllung dieser tiefen Sehnsucht auch in keiner noch so großen Freude dieser Welt, sondern nur in Gott. Er ist die Fülle, die unsere Sehnsucht stillt und uns wunschlos glücklich macht – und das schon in diesem Leben, wenn wir beginnen ihm zu vertrauen, ihn zu lieben und uns ihm anzuvertrauen.

> *„Das Geheimnis des Glücks liegt nicht im Besitz, sondern im Geben. Wer andere glücklich macht, der wird glücklich."*
>
> Andre Gide (1869–1951), französischer Schriftsteller, Nobelpreis der Literatur 1947

> „Lass nie zu, dass du jemandem begegnest, der nicht nach der Begegnung mit dir glücklicher ist."
>
> *Mutter Teresa (1910–1997), Friedensnobelpreisträgerin 1979*

Es ist keine billige Vertröstung, wenn wir sagen, dass jede wirkliche Freude von Gott kommt, denn Freude außerhalb und ohne Gott ist immer nur vorläufig und zumeist von kurzer Dauer. Glück und Freude ist wie die Grundmelodie unseres christlichen Glaubens, die die Sehnsucht nach der ursprünglichen Einheit mit Gott im verloren gegangenen Paradies in uns wachhält.

Die Welt täuscht sich, wenn sie glaubt, sie könne ohne Gott glücklich sein. In Johannes Kapitel 14, Vers 27 sagt Jesus: *„Meinen Frieden gebe ich euch – einen Frieden, den euch niemand sonst auf der Welt geben kann!"* Das hebräische Wort für Friede ist „Schalom". Es ist der Inbegriff von Ganzheit, Lebensfülle, Gerechtigkeit und Heil an Leib und Seele. Jesus sagt nicht, dass wir als Christen jederzeit ohne Beschwernisse und Unannehmlichkeiten durchs Leben gehen werden. Aber er verheißt uns seinen Frieden, der *„höher ist als unsere Vernunft"* (vgl. Phil 4,7).

Ob wir reich sind oder arm, ob die Welt uns zustimmt oder ob sie uns bekämpft, ob wir gesund sind oder krank – all das kann uns diesen Frieden und die Freude in Jesus Christus nicht nehmen. Dietrich Bonhoeffer, der 1945 im KZ starb, sagt in einem seiner Werke: *„Bei Gott wohnt die Freude und von ihm kommt sie herab und ergreift Geist, Seele und Leib, und wo diese Freude einen Menschen gefasst hat, dort greift sie um sich, dort reißt sie mit, dort sprengt sie verschlossene Türen. Es gibt eine Freude, die von Schmerz, Not und Angst des Herzens gar nichts weiß; sie hat keinen Bestand, sie kann nur für Augenblicke betäuben. Die Freude Gottes ist durch die Armut der Krippe und die Not des Kreuzes gegangen; darum ist sie unüberwindlich, unwiderleglich. Sie leugnet nicht die Not, wo sie da ist, aber sie findet mitten in ihr, gerade in ihr, Gott; sie be*streitet nicht die ernste Sünde, aber sie findet gerade so die Vergebung; sie sieht dem Tod ins Auge, aber sie findet gerade in ihm das Leben. Um diese Freude, die überwunden hat, geht es. Sie allein ist glaubwürdig, sie allein hilft und heilt."

Fotos: Tomo Jesenicnik/fotolia.com

Unser Buchtipp zum Thema des Monats:

Das Leben kann so glücklich sein

von Cornelia Mack

Erhältlich in der **Buchhandlung Buchgalerie,**
Meran, Lauben 315
www.buchgalerie.it
info@buchgalerie.it
Tel (+39) 0473 239779

Cornelia Mack

geb. 1955, verheiratet, vier Kinder, Studium der Diplom-Sozialpädagogik mit Schwerpunkt Psychiatrie, tätig als Autorin und Referentin.

Sie hören Cornelia Mack in unserer Sendereihe „**Thema des Monats**" Februar „Auf der Suche nach dem Glück".

Wie immer können Sie die Vortragsreihe kostenlos im Internet in der ERF Mediathek nachhören oder beim ERF Hörerservice auf CD bestellen.

FREITAG, 01.02.

5.00 **ERF für SIE**
Es geschah in Betanien
Dr. Ute Zintarra & Monika Kuschmirz
Johannes 11-12

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Mit Gott in die Freiheit
Hartmut Steeb
2. Mose 6,2-8

10.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

11.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

12.05 **Bibel heute**
Römer 5,1-11

13.00 **Mittendrin**

16.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 19,16 - 20,23

17.00 **Glaube + Denken**
Politische Verantwortung aus biblischer Sicht
Hans-Joachim Eckstein

18.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

20.30 **ERF für SIE**
Treffpunkt mit Gott
Waltraud Olfermann

17.00 Glaube + Denken
Christ sein und politische Verantwortung – heute geht es um diesen Gegensatz und diesen Zusammenhang.

22.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 19,16 - 20,23

23.30 **Dranbleiben**
Zukunft – was gibt Hoffnung
Werner Burkhardt

1.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

2.00 **Bibel heute**
Römer 5,12-21

3.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

4.00 **Andachtszeit**
Jesus, der große Gewinn
Hans-Jürgen Bienicke & Samuel Hagen

SAMSTAG, 02.02.

5.00 **Dranbleiben**
Zukunft – was gibt Hoffnung
Werner Burkhardt

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **ERF für SIE**
Treffpunkt mit Gott
Waltraud Olfermann

10.00 **Calando**

11.00 **Glaube + Denken**
Politische Verantwortung aus biblischer Sicht
Hans-Joachim Eckstein

12.05 **Bibel heute**
Römer 5,12-21

13.00 **Mittendrin**

17.00 **Radiotreff**
Achtsamkeit (1)
Ein Weg zu sich selbst und zum Nächsten
Thomas Krumpholz

18.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

19.00 **Kinderkiste**
Uli kann's nicht lassen (1)
Andreas Schwantge

20.30 **Christsein Heute**
Abgesichert um jeden Preis?
Harald Petersen

17.00 Radiotreff
Wie wichtig ist es, worauf ich achte, wo ich hin- oder wegsehe?

22.00 **Andachtszeit**
Jesus, der große Gewinn
Hans-Jürgen Bienicke & Samuel Hagen

23.30 **Christsein Heute**
Gerechtigkeit erhöht ein Volk
Anton Schulte

1.00 **Gedanken zum Sonntag**
Ein gerechtes Urteil
1. Korinther 4,5b + Lukas 10,38-42

2.00 **Bibel heute**
Psalm 82

3.00 **Gottesdienst**

4.00 **Immer wieder sonntags**

SONNTAG, 03.02.

5.00 **Christsein Heute**
Gerechtigkeit erhöht ein Volk
Anton Schulte

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Immer wieder sonntags**

9.00 **Gedanken zum Sonntag**
Ein gerechtes Urteil
1. Korinther 4,5b + Lukas 10,38-42

10.00 **Bibel heute**
Psalm 82

11.00 **Gottesdienst**

12.05 **Sonntagskonzert**

13.00 **Mittendrin**

15.00 **Gedanken zum Sonntag**
Ein gerechtes Urteil
1. Korinther 4,5b + Lukas 10,38-42

16.00 **Immer wieder sonntags**

17.00 **Andachtszeit**
Jesus, der große Gewinn
Hans-Jürgen Bienicke & Samuel Hagen

18.00 **Gottesdienst**

20.30 **Christsein Heute**
Liebe und Wahrheit
Ralf Kaemper

11.00 Gottesdienst
Gottesdienst-Aufnahme mit Predigt aus der St.-Matthäus-Gemeinde in Bremen.

22.00 **Oase**

23.30 **Christsein Heute**
Gott weitet deinen Raum
Günther Beck & Andrew Howes

1.00 **Glaube + Denken**
Politische Verantwortung aus biblischer Sicht
Hans-Joachim Eckstein

2.00 **Bibel heute**
Römer 6,1-11

3.00 **Thema des Monats**
Welche Lebensziele führen zum Glück? (1) Cornelia Mack

4.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 20,24 - 21,17

Fotos: Logan Bannatyne/Picture-Factory/Marilena Magnasco/Fotolia

Das THEMA des MONATS

Im Februar eine sechsteilige Vortragsreihe von **Cornelia Mack** zum Thema: **Auf der Suche nach dem Glück**. In der 2. und der 4. Woche täglich um 10.00 Uhr, um 18.00 Uhr und um 3.00 Uhr, in der 3. Woche außerdem jeweils um 14.00 Uhr.

Wenn Sie unser Thema des Monats noch einmal in Ruhe zu Hause anhören oder verschenken möchten, können Sie Kopien der Vorträge bei uns z.B. als CDs oder MP3s bestellen – oder auch auf unserer Internetseite www.erf-melodie.com in der Mediathek herunterladen.

Mediathek

Sie haben eine Sendung verpasst? Kein Problem – in der Mediathek auf unserer Webseite können Sie sich viele Sendungen noch einmal anhören und downloaden. Sie können dort gezielt nach Titel oder Sendereihe suchen oder auch in den verschiedenen Themenbereichen stöbern.

Facebook

Folgen Sie uns auf Facebook und erhalten Sie Programmtipps, interessante Artikel und Informationen, Einladungen zu aktuellen Veranstaltungen und Einblicke in die Arbeit des ERF Südtirol!

Find us on Facebook

MONTAG, 04.02.

- 5.00 **Christsein Heute** Gott weitet deinen Raum – Günther Beck & Andrew Howes
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Christsein Heute** Liebe und Wahrheit – Ralf Kaemper
- 10.00 **Thema des Monats** Welche Lebensziele führen zum Glück? (1) – Cornelia Mack
- 11.00 **Radiotreff** Achtsamkeit (1) – Ein Weg zu sich selbst und zum Nächsten – Thomas Krumpholz
- 12.05 **Bibel heute** Römer 6,1-11
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel** Matthäus 20,24 - 21,17
- 17.00 **Buch der Woche** Der falsche Amerikaner (1) – Jack Barsky
- 18.00 **Thema des Monats** Welche Lebensziele führen zum Glück? (1) – Cornelia Mack
- 20.30 **Dranbleiben** Weg von mir hin zu Jesus – Thomas Zels

20.30 Dranbleiben
Wie kann sich Jesus auf den „Chefsessel" meines Lebens setzen? Wie komme ich weg von mir und hin zu Jesus?

- 22.00 **Durch die Bibel** Matthäus 20,24 - 21,17
- 23.30 **Christsein Heute** Gott ist so weit weg – ich spüre ihn nicht! - Ursula Schmidt
- 1.00 **Radiotreff** Achtsamkeit (1) – Ein Weg zu sich selbst und zum Nächsten – Thomas Krumpholz
- 2.00 **Bibel heute** Römer 6,12-23
- 3.00 **Thema des Monats** Welche Lebensziele führen zum Glück? (2) – Cornelia Mack
- 4.00 **Durch die Bibel** Matthäus 21,18 - 22,14

DIENSTAG, 05.02.

- 5.00 **Christsein Heute** Gott ist so weit weg – ich spüre ihn nicht! - Ursula Schmidt
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Dranbleiben** Weg von mir hin zu Jesus – Thomas Zels
- 10.00 **Thema des Monats** Welche Lebensziele führen zum Glück? (2) – Cornelia Mack
- 11.00 **Buch der Woche** Der falsche Amerikaner (1) – Jack Barsky
- 12.05 **Bibel heute** Römer 6,12-23
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel** Matthäus 21,18 - 22,14
- 17.00 **Forum Familie** Bekannte oder Freunde? Freundschaften pflegen - Mathias Grasl
- 18.00 **Thema des Monats** Welche Lebensziele führen zum Glück? (2) – Cornelia Mack
- 20.30 **Christsein Heute** Hoffnung für benachteiligte Frauen - Enkeleda Hebibasi & Dana Mercioniu

11.00 Buch der Woche
Ein Jahrzehnt lang Jack Barsky unentdeckt zahlreiche Geheimoperationen als KGB-Spion aus. Bis er auf einmal alles in Frage stellt.

- 22.00 **Durch die Bibel** Matthäus 21,18 - 22,14
- 23.30 **Christsein Heute** Gott spricht ... – Winfried Geisel
- 1.00 **Buch der Woche** Der falsche Amerikaner (1) – Jack Barsky
- 2.00 **Bibel heute** Römer 7,1-6
- 3.00 **Thema des Monats** Was wirklich glücklich macht (1) – Cornelia Mack
- 4.00 **Durch die Bibel** Matthäus 22,15 - 23,22

MITTWOCH, 06.02.

- 5.00 **Christsein Heute** Gott spricht ... – Winfried Geisel
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Christsein Heute** Hoffnung für benachteiligte Frauen – Enkeleda Hebibasi & Dana Mercioniu
- 10.00 **Thema des Monats** Was wirklich glücklich macht (1) – Cornelia Mack
- 11.00 **Forum Familie** Bekannte oder Freunde? Freundschaften pflegen – Mathias Grasl
- 12.05 **Bibel heute:** Römer 7,1-6
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel** Matthäus 22,15 - 23,22
- 17.00 **Einführung in die Bibel** Jesus verbindet Wunden – Hanspeter & Doro E. Wolfsberger
- 18.00 **Thema des Monats** Was wirklich glücklich macht (1) – Cornelia Mack
- 20.30 **Christsein Heute** Ruhestörung! – Ulrich Parzany

18.00 Thema des Monats
Was ist eigentlich Glück? Cornelia Mack untersucht, was Glück ist, und was die Bibel dazu zu sagen hat.

- 22.00 **Durch die Bibel** Matthäus 22,15 - 23,22
- 23.30 **Christsein Heute** Intimität mit Jesus (1) – Rainer Harter
- 1.00 **Forum Familie** Bekannte oder Freunde? Freundschaften pflegen – Mathias Grasl
- 2.00 **Bibel heute** Römer 7,7-13
- 3.00 **Thema des Monats** Was wirklich glücklich macht (2) – Cornelia Mack
- 4.00 **Durch die Bibel** Matthäus 23,23 - 24,3

Fotos: SCM Hänssler

DONNERSTAG, 07.02.

5.00 **Christsein Heute**
Intimität mit Jesus (1)
Rainer Harter

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Ruhestörung!
Ulrich Parzany

10.00 **Thema des Monats**
Was wirklich glücklich macht (2)
Cornelia Mack

11.00 **Einführung in die Bibel**
Jesus verbindet Wunden
Hanspeter &
Doro E. Wolfsberger

12.05 **Bibel heute**
Römer 7,7-13

13.00 **Mittendrin**

16.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 23,23 - 24,3

17.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

18.00 **Thema des Monats**
Was wirklich glücklich macht (2)
Cornelia Mack

20.30 **Christsein Heute**
Frieden nachjagen
Heinrich Derksen
Psalm 34,15

8.00 Christsein Heute
Engel sind in. Engel verbreiten eine festlich-meditative Stimmung. Doch in der Bibel werden sie uns eher als Ruhestörer vorgestellt.

22.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 23,23 - 24,3

23.30 **ERF für SIE**
„Sieh mein Herz"
Beate Mehrens

1.00 **Einführung in die Bibel**
Jesus verbindet Wunden
Hanspeter &
Doro E. Wolfsberger

2.00 **Bibel heute**
Römer 7,14-25

3.00 **Thema des Monats**
Hindernisse zum Glück (1)
Cornelia Mack

4.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 24,3-14

FREITAG, 08.02.

5.00 **ERF für SIE**
„Sieh mein Herz"
Beate Mehrens

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Frieden nachjagen
Heinrich Derksen
Psalm 34,15

10.00 **Thema des Monats**
Hindernisse zum Glück (1)
Cornelia Mack

11.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

12.05 **Bibel heute**
Römer 7,14-25

13.00 **Mittendrin**

16.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 24,3-14

17.00 **Glaube + Denken**
Ähnlich und doch nicht gleich:
Matthäus, Markus, Lukas
Dr. Franz Graf-Stuhlhofer

18.00 **Thema des Monats**
Hindernisse zum Glück (1)
Cornelia Mack

20.30 **ERF für SIE**
Eine Frau für viele (Not-)Fälle
Eva Manderla

8.00 Christsein Heute
Suche Frieden und jage ihm nach – so lautet die Jahreslosung 2019. Was hat uns dieser Vers zu sagen?

22.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 24,3-14

23.30 **Dranbleiben**
Wenn aus Höhenflügen
Niedergeschlagenheit wird
Thomas Zels

1.00 **Fokus Jerusalem**

2.00 **Bibel heute**
Römer 8,1-17

3.00 **Thema des Monats**
Hindernisse zum Glück (2)
Cornelia Mack

4.00 **Andachtszeit**
Der barmherzige und heilige
Gott - Walter Rominger &
Traugott Fränkle

SAMSTAG, 09.02.

5.00 **Dranbleiben**
Wenn aus Höhenflügen
Niedergeschlagenheit wird
Thomas Zels

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **ERF für SIE**
Eine Frau für viele (Not-)Fälle
Eva Manderla

10.00 **Thema des Monats**
Hindernisse zum Glück (2)
Cornelia Mack

11.00 **Glaube + Denken**
Ähnlich und doch nicht gleich:
Matthäus, Markus, Lukas
Dr. Franz Graf-Stuhlhofer

12.05 **Bibel heute:** Römer 8,1-17

13.00 **Mittendrin**

17.00 **Radiotreff**
Achtsamkeit (2)
Thomas Krumpholz

18.00 **Thema des Monats**
Hindernisse zum Glück (2)
Cornelia Mack

19.00 **Kinderkiste**
Uli kann's nicht lassen (2)

20.30 **Leben + Gesundheit**
Lebensstil Vergebung
Heino Welscher

10.00 Thema des Monats
Wie können wir mit Krisen umgehen und wie können wir in Lebenskrisen wieder zum Glück finden?

22.00 **Andachtszeit**
Der barmherzige und
heilige Gott
Walter Rominger &
Traugott Fränkle

23.30 **Christsein Heute**
Grundfragen des Glaubens (1)
Ich wüsste gerne, ob es Gott
gibt Udo Vach

1.00 **Gedanken zum Sonntag**
Die Werke Gottes
Psalm 66,5 + Lukas 11,1-13

2.00 **Bibel heute**
Psalm 63

3.00 **Gottesdienst**

4.00 **Immer wieder sonntags**

SONNTAG, 10.02.

5.00 **Christsein Heute**
Grundfragen des Glaubens (1)
Ich wüsste gerne, ob es Gott
gibt Udo Vach

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Immer wieder sonntags**

9.00 **Gedanken zum Sonntag**
Die Werke Gottes
Psalm 66,5 + Lukas 11,1-13

10.00 **Bibel heute**
Psalm 63

11.00 **Gottesdienst**

12.05 **Sonntagskonzert**

13.00 **Mittendrin**

15.00 **Gedanken zum Sonntag**
Die Werke Gottes
Psalm 66,5 + Lukas 11,1-13

16.00 **Immer wieder sonntags**

17.00 **Andachtszeit**
Der barmherzige und
heilige Gott
Walter Rominger &
Traugott Fränkle

18.00 **Gottesdienst**

20.30 **Glaube – erlebt, gelebt**
Quartalstrinker: Der blaue Rudi
Elke & Rudi Toppel

20.30 Glaube – erlebt, gelebt
Über 20 Jahre Alkoholsucht: Rudi Toppel und seine Frau Elke erzählen, wie er frei geworden ist und heute abstinent lebt.

22.00 **Oase**

www.buchgalerie.it

23.30 **Christsein Heute**
Hoffnung für die Zukunft
Traugott Hopp

1.00 **Glaube + Denken**
Ähnlich und doch nicht gleich:
Matthäus, Markus, Lukas
Dr. Franz Graf-Stuhlhofer

2.00 **Bibel heute**
Römer 8,18-25

3.00 **Calando**

4.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 24,15-31

Fotos: Unsplash; Diego Cervo/olly/Africa Studio/Fotolia.com

Buch der Woche

Montag 04. - 25. Feb. 17.00
Dienstag 05. - 26. Feb. 11.00
Mittwoch 06. - 27. Feb. 1.00

Der falsche Amerikaner

Jack Barsky &
Cindy Coloma

„Der falsche Amerikaner" von Jack Barsky ist die unglaubliche wahre Lebensgeschichte eines Mannes, der gegen Ende des Krieges in Deutschland geboren wurde, in der DDR aufwuchs und später als russischer Spion in Amerika lebte. Der Autor erzählt, unterstützt von einer weiteren Autorin, ganz lebendig seine unglaubliche Lebensgeschichte, und neben dem spannenden Leben als Spion erfährt man auch viel über das Leben in der DDR in der damaligen Zeit.

Sehr interessant fand ich es, wie sich Barsky mit den verschiedenen Philosophien auseinandersetzte, die er in seiner Umgebung erlebte – so war er am Anfang überzeugter Kommunist, erlebte später das kapitalistische System in Amerika als ganz anders, als es ihm immer erklärt worden war, und wandte sich am Schluss dem christlichen Glauben zu.

Für Sie rezensiert von Iris

Gebunden, 424 Seiten, SCM Hänssler
EUR 21,90 - ISBN 978-3-7751-5826-8

Das Buch finden Sie hier:
Buchhandlung **BUCHGALERIE**
Lauben 315 · I-39012 Meran
www.buchgalerie.it · info@buchgalerie.it
Tel (+39) 0473 237 997

MONTAG, 11.02.

5.00 **Christsein Heute**
Hoffnung für die Zukunft
Traugott Hopp

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Glaube – erlebt, gelebt**
Quartalstrinker: Der blaue Rudi
Elke & Rudi Toppel

10.00 **Calando**

11.00 **Radiotreff**
Achtsamkeit (2) Ein Weg zu sich selbst und zum Nächsten
Thomas Krumpholz

12.05 **Bibel heute**
Römer 8,18-25

13.00 **Mittendrin**

14.00 **Thema des Monats**
Welche Lebensziele führen zum Glück? (1) Cornelia Mack

16.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 24,15-31

17.00 **Buch der Woche**
Der falsche Amerikaner (2)
Jack Barsky

18.00 **Calando**

20.30 **Dranbleiben**
Gott suchen und finden (1)
Werner Burkhardt

14.00 Thema des Monats
Cornelia Mack geht der Frage nach, welche von der Gesellschaft angepriesenen Lebensziele nicht zum Glück führen.

22.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 24,15-31

23.30 **Christsein Heute**
Ich habe keine Lust mehr
Heino Welscher

1.00 **Radiotreff**
Achtsamkeit (2)
Ein Weg zu sich selbst und zum Nächsten
Thomas Krumpholz

2.00 **Bibel heute**
Römer 8,26-30

3.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

4.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 24,32 - 25,30

DIENSTAG, 12.02.

5.00 **Christsein Heute**
Ich habe keine Lust mehr
Heino Welscher

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Dranbleiben**
Gott suchen und finden (1)
Werner Burkhardt

10.00 **Calando**

11.00 **Buch der Woche**
Der falsche Amerikaner (2)
Jack Barsky

12.05 **Bibel heute**
Römer 8,26-30

13.00 **Mittendrin**

14.00 **Thema des Monats**
Welche Lebensziele führen zum Glück? (2) Cornelia Mack

16.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 24,32 - 25,30

17.00 **Forum Familie**
Abenteuer Familie (1)
Jugendliche & Erziehung
Claudia & Eberhard Mühlan

18.00 **Calando**

20.30 **Christsein Heute**
MAK Coffee Afrika
Katharina & Allan Mutagwaba

20.30 Dranbleiben
Werner Burkhardt erarbeitet sieben Wegweiser als Hilfe für die Suche nach Gott.

22.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 24,32 - 25,30

23.30 **Christsein Heute**
Der Mensch braucht Wegweisung
Horst Marquardt

1.00 **Buch der Woche**
Der falsche Amerikaner (2)
Jack Barsky

2.00 **Bibel heute**
Römer 8,31-39

3.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

4.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 25,31 - 26,22

MITTWOCH, 13.02.

5.00 **Christsein Heute**
Der Mensch braucht Wegweisung
Horst Marquardt

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
MAK Coffee Afrika
Katharina & Allan Mutagwaba

10.00 **Calando**

11.00 **Forum Familie**
Abenteuer Familie (1)
Jugendliche & Erziehung
Claudia & Eberhard Mühlan

12.05 **Bibel heute:** Römer 8,31-39

13.00 **Mittendrin**

14.00 **Thema des Monats**
Was wirklich glücklich macht (1)
Cornelia Mack

16.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 25,31 - 26,22

17.00 **Einführung in die Bibel**
Die Offenbarung (1): Das Buch mit den sieben Siegeln
Horst Marquardt

18.00 **Calando**

20.30 **Christsein Heute:** Warum ich Christ bin? Weil Jesus mich überzeugt hat (1) Peter Hahne

20.30 Christsein Heute
Warum glauben Sie an Gott? Darauf gibt es unterschiedliche Antworten, denn jeder hat seine eigene Geschichte.

22.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 25,31 - 26,22

23.30 **Christsein Heute**
Intimität mit Jesus (2)
Rainer Harter

1.00 **Forum Familie**
Abenteuer Familie (1)
Jugendliche & Erziehung
Claudia & Eberhard Mühlan, Familienpädagogen

2.00 **Bibel heute**
Römer 9,1-5

3.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

4.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 26,23-75

Fotos: Jochen Schönfeld/Fotolia.com; Unsplash; AJ Cotton/Fotolia.com

DONNERSTAG, 14.02.

5.00 **Christsein Heute**
Intimität mit Jesus (2)
Rainer Harter

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Warum ich Christ bin? Weil Jesus mich überzeugt hat (1)
Peter Hahne

10.00 **Calando**

11.00 **Einführung in die Bibel**
Die Offenbarung (1): Das Buch mit den sieben Siegeln
Horst Marquardt

12.05 **Bibel heute**
Römer 9,1-5

13.00 **Mittendrin**

14.00 **Thema des Monats**
Was wirklich glücklich macht (2)
Cornelia Mack

16.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 26,23-75

17.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

18.00 **Calando**

20.30 **Christsein Heute**
Nur einer!
Horst Marquardt

22.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 26,23-75

23.30 **ERF für SIE**
Mit inneren Verletzungen leben
Waltraud Volkmann

1.00 **Einführung in die Bibel**
Die Offenbarung (1): Das Buch mit den sieben Siegeln
Horst Marquardt

2.00 **Bibel heute**
Römer 9,6-13

3.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

4.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 27,1-50

11.00 Einführung in die Bibel
Damit das Buch der Offenbarung kein Buch mit sieben Siegeln bleibt, gibt Horst Marquardt Erläuterungen dazu.

FREITAG, 15.02.

5.00 **ERF für SIE**
Mit inneren Verletzungen leben
Waltraud Volkmann

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Nur einer!
Horst Marquardt

10.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

11.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

12.05 **Bibel heute**
Römer 9,6-13

13.00 **Mittendrin**

14.00 **Thema des Monats**
Hindernisse zum Glück (1)
Cornelia Mack

16.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 27,1-50

17.00 **Glaube + Denken**
Bastelbogen Gott – Glaube in der Postmoderne
Peter W. Henning

18.00 **Calando**

20.30 **ERF für SIE**
Kein Grund aufzugeben!
Dr. Ute Zintarra

22.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 27,1-50

23.30 **Dranbleiben**
Davids Absturz und Bekehrung
Thomas Zels

1.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

2.00 **Bibel heute**
Römer 9,14-29

3.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

4.00 **Andachtszeit**
Jesus, der Heilige Gottes
Doris Oehlenschläger & Martin Weidner

14.00 Thema des Monats
Welche Fehlhaltungen und Einstellungen in unserem Leben behindern das Glück?

SAMSTAG, 16.02.

5.00 **Dranbleiben**
Davids Absturz und Bekehrung
Thomas Zels

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **ERF für SIE**
Kein Grund aufzugeben!
Dr. Ute Zintarra

10.00 **Calando**

11.00 **Glaube + Denken**
Bastelbogen Gott – Glaube in der Postmoderne
Peter W. Henning

12.05 **Bibel heute:** Römer 9,14-29

13.00 **Mittendrin**

14.00 **Thema des Monats**
Hindernisse zum Glück (2)
Cornelia Mack

17.00 **Radiotreff**
Von früh bis spät (1)
Lutz Kettwig

18.00 **Calando**

19.00 **Kinderkiste**
Pfeile aus der Finsternis (1)
Dorothea Unbehend

20.30 **Christsein Heute**
Jünger sein – auch als Senior
Siegfried Lambeck

22.00 **Andachtszeit**
Jesus, der Heilige Gottes
Doris Oehlenschläger & Martin Weidner

23.30 **Christsein Heute**
Was wird aus mir?
Klaus Jürgen Diehl
1. Korinther 15,14-20 + Offenbarung 21,1

1.00 **Gedanken zum Sonntag**
Gott im Leiden
Daniel 9,18 + Lukas 11,14-26

2.00 **Bibel heute**
Psalm 60

3.00 **Gottesdienst**

4.00 **Immer wieder sonntags**

17.00 Radiotreff
Ein Leben im Spagat – das haben sich viele heutzutage angeeignet. Doch irgendwann ist der Absturz vorprogrammiert.

SONNTAG, 17.02.

5.00 **Christsein Heute**
Was wird aus mir?
Klaus Jürgen Diehl

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Immer wieder sonntags**

9.00 **Gedanken zum Sonntag**
Gott im Leiden
Daniel 9,18 + Lukas 11,14-26

10.00 **Bibel heute**
Psalm 60

11.00 **Gottesdienst**

12.05 **Sonntagskonzert**

13.00 **Mittendrin**

15.00 **Gedanken zum Sonntag**
Gott im Leiden
Daniel 9,18 + Lukas 11,14-26

16.00 **Immer wieder sonntags**

17.00 **Andachtszeit**
Jesus, der Heilige Gottes
Doris Oehlenschläger & Martin Weidner

18.00 **Gottesdienst**

20.30 **Christsein Heute**
Das Böse – der Feind, den wir nicht lieben müssen (1)
Markus Baum

22.00 **Oase**

23.30 **Christsein Heute**
Gefangen in Nordkorea

1.00 **Glaube + Denken**
Bastelbogen Gott – Glaube in der Postmoderne
Peter W. Henning
Schweizer Theologe

2.00 **Bibel heute**
Römer 9,30–10,4

3.00 **Thema des Monats**
Welche Lebensziele führen zum Glück? (1)
Cornelia Mack

4.00 **Durch die Bibel**
Matthäus 27,51 - 28,20

15.00 Gedanken zum Sonntag
In den „Gedanken zum Sonntag" haben wir wieder Impule und Lieder für Sie zusammengestellt.

Fotos: Unsplash (4)

Sie hören den ERF Südtirol auf diesen Frequenzen

In Südtirol

Meran	105,6 MHz
Bozen	105,3 MHz
Unt. Vinschgau	96,2 MHz
Ob. Vinschgau	101,7 MHz
Unterland	105,5 MHz
Brixen/Bruneck	105,2 MHz
Sterzing	107,6 MHz

In Nordtirol

Innsbruck	102,2 MHz

Im Tessin

Mendrisiotto	89,4 MHz
Sotto Céneri	96,7 MHz
Sopra Céneri	102,9 MHz
Cannóbio	106,6 MHz

Internet

www.erf-tirol.com

DigitalRadio

in Südtirol auch auf DAB+

ZEICHENERKLÄRUNG

In Sendungen mit diesem Symbol wird ein Buch vorgestellt.

Zu Sendungen mit diesem Symbol können Sie eine CD bei uns bestellen. Erhältlich sind alle mit dem CD-Symbol gekennzeichneten Sendungen auch als Audiodatei im mp3-Format für Computer, mp3-Player, Smartphone und vergleichbare Abspielgeräte.

ERF Hörerservice

Tel (+39) 0473 236 751
Fax (+39) 0473 276 252

service@erf-tirol.com

Postfach 149 / Lauben 315
I-39012 Meran

Im ERF Hörerservice sind Seelsorge-Mitarbeiter zu den Bürozeiten telefonisch für Sie erreichbar:

Tel (+39) 0473 236 751

MONTAG, 18.02.

- 5.00 **Christsein Heute** Gefangen in Nordkorea
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Christsein Heute** Das Böse – der Feind, den wir nicht lieben müssen (1) Markus Baum
- 10.00 **Thema des Monats** Welche Lebensziele führen zum Glück? (1) Cornelia Mack
- 11.00 **Radiotreff** Von früh bis spät (1) Lutz Kettwig
- 12.05 **Bibel heute** Römer 9,30–10,4
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel** Matthäus 27,51 - 28,20
- 17.00 **Buch der Woche** Der falsche Amerikaner (3) Jack Barsky
- 18.00 **Thema des Monats** Welche Lebensziele führen zum Glück? (1) Cornelia Mack
- 20.30 **Dranbleiben** Gott suchen und finden (2) In der Natur Werner Burkhardt

20.30 Dranbleiben
Die Schöpfung weißt darauf hin, dass es einen Schöpfer gibt. Werner Burkhardt zeigt, dass dies zu Dankbarkeit führen muss.

- 22.00 **Durch die Bibel** Matthäus 27,51 - 28,20
- 23.30 **Christsein Heute** Heilsgewissheit – gar nicht immer so gewiss Harald Petersen
- 1.00 **Radiotreff** Von früh bis spät (1) Lutz Kettwig
- 2.00 **Bibel heute** Römer 10,5-13
- 3.00 **Thema des Monats** Welche Lebensziele führen zum Glück? (2) Cornelia Mack
- 4.00 **Durch die Bibel** 2. Mose 1

DIENSTAG, 19.02.

- 5.00 **Christsein Heute** Heilsgewissheit – gar nicht immer so gewiss Harald Petersen
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Dranbleiben** Gott suchen und finden (2) In der Natur Werner Burkhardt
- 10.00 **Thema des Monats** Welche Lebensziele führen zum Glück? (2) Cornelia Mack
- 11.00 **Buch der Woche** Der falsche Amerikaner (3) Jack Barsky
- 12.05 **Bibel heute:** Römer 10,5-13
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel:** 2. Mose 1
- 17.00 **Forum Familie** Abenteuer Familie (2) Persönlichkeitsentwicklung Claudia & Eberhard Mühlan
- 18.00 **Thema des Monats** Welche Lebensziele führen zum Glück? (2) Cornelia Mack
- 20.30 **Christsein Heute** Bei den Penelakut-Indianern in Westkanada Tal & Christina James

10.00 Thema des Monats
Cornelia Mack spricht über vier Irrtümer in unserem Leben, die uns nicht glücklich machen. Aber was macht wirklich glücklich?

- 22.00 **Durch die Bibel** 2. Mose 1
- 23.30 **Christsein Heute** Blick zum Himmel: Wie mir meine Zukunftshoffnung hilft, im Hier und Heute zu leben Johannes Kuhn
- 1.00 **Buch der Woche** Der falsche Amerikaner (3) Jack Barsky
- 2.00 **Bibel heute:** Römer 10,14-21
- 3.00 **Thema des Monats** Was wirklich glücklich macht (1) Cornelia Mack
- 4.00 **Durch die Bibel** 2. Mose 2,1-21

MITTWOCH, 20.02.

- 5.00 **Christsein Heute** Blick zum Himmel Johannes Kuhn
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Christsein Heute** Bei den Penelakut-Indianern in Westkanada - Tal & Christina James
- 10.00 **Thema des Monats** Was wirklich glücklich macht (1) Cornelia Mack
- 11.00 **Forum Familie** Abenteuer Familie (2) Persönlichkeitsentwicklung Claudia & Eberhard Mühlan
- 12.05 **Bibel heute:** Römer 10,14-21
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel:** 2. Mose 2,1-21
- 17.00 **Einführung in die Bibel** Tiere der Bibel (8) Frosch und Fisch Hansjörg Bräumer
- 18.00 **Thema des Monats** Was wirklich glücklich macht (1) Cornelia Mack
- 20.30 **Christsein Heute** Warum ich Christ bin? Weil Jesus mich überzeugt hat (2) Peter Hahne

17.00 Einführung in die Bibel
In der Bibel werden etwa 130 Tierarten erwähnt. In dieser Folge beschäftigt der Theologe sich mit dem Frosch und dem Fisch.

- 22.00 **Durch die Bibel** 2. Mose 2,1-21
- 23.30 **Christsein Heute** Die Zukunft hat längst begonnen Peter Strauch
- 1.00 **Forum Familie** Abenteuer Familie (2) Persönlichkeitsentwicklung Claudia & Eberhard Mühlan
- 2.00 **Bibel heute:** Römer 11,1-10
- 3.00 **Thema des Monats** Was wirklich glücklich macht (2) Cornelia Mack
- 4.00 **Durch die Bibel** 2. Mose 2,22 - 3,8

Fotos: Unsplash; detailblick/Czintos Ödön/Fotolia.com

DONNERSTAG, 21.02.

- 5.00 **Christsein Heute** Die Zukunft hat längst begonnen Peter Strauch
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Christsein Heute** Warum ich Christ bin? Weil Jesus mich überzeugt hat (2) Peter Hahne
- 10.00 **Thema des Monats** Was wirklich glücklich macht (2) Cornelia Mack
- 11.00 **Einführung in die Bibel** Tiere der Bibel (8) Frosch und Fisch Hansjörg Bräumer
- 12.05 **Bibel heute** Römer 11,1-10
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel** 2. Mose 2,22 - 3,8
- 17.00 **Fokus Jerusalem** Das Magazin aus Israel
- 18.00 **Thema des Monats** Was wirklich glücklich macht (2) Cornelia Mack
- 20.30 **Christsein Heute** Berufene Frauen der Bibel

18.00 Thema des Monats
Im Schöpfungsbericht der Bibel hat Cornelia Mack einige Schlüssel zum Glück entdeckt.

- 22.00 **Durch die Bibel** 2. Mose 2,22 - 3,8
- 23.30 **ERF für SIE** „Sei getrost, ich bin mit dir" Dr. Adelheid von Hauff
- 1.00 **Einführung in die Bibel** Tiere der Bibel (8) Frosch und Fisch Hansjörg Bräumer
- 2.00 **Bibel heute** Römer 11,11-24
- 3.00 **Thema des Monats** Hindernisse zum Glück (1) Cornelia Mack
- 4.00 **Durch die Bibel** 2. Mose 3,9 - 4,5

FREITAG, 22.02.

- 5.00 **ERF für SIE** „Sei getrost, ich bin mit dir" Dr. Adelheid von Hauff
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Christsein Heute** Berufene Frauen der Bibel
- 10.00 **Thema des Monats** Hindernisse zum Glück (1) Cornelia Mack
- 11.00 **Fokus Jerusalem** Das Magazin aus Israel
- 12.05 **Bibel heute** Römer 11,11-24
- 13.00 **Mittendrin**
- 16.00 **Durch die Bibel** 2. Mose 3,9 - 4,5
- 17.00 **Glaube + Denken** Vor der Fastenzeit: Die Fastnacht Oliver Ploch
- 18.00 **Thema des Monats** Hindernisse zum Glück (1) Cornelia Mack
- 20.30 **ERF für SIE** Das Glück hat eine leise Stimme Elke Werner, Theologin und Schriftstellerin

17.00 Glaube + Denken
Die Fastnacht beherbergt manche Sünde – aber sie birgt auch manche christliche Tradition.

- 22.00 **Durch die Bibel** 2. Mose 3,9 - 4,5
- 23.30 **Dranbleiben** Echte Freude bewahren und weitergeben Werner Burkhardt
- 1.00 **Fokus Jerusalem** Das Magazin aus Israel
- 2.00 **Bibel heute** Römer 11,25-36
- 3.00 **Thema des Monats** Hindernisse zum Glück (2) Cornelia Mack
- 4.00 **Andachtszeit** Gott redet zu mir Hans-Christoph Werner & Waldemar Radegin

SAMSTAG, 23.02.

- 5.00 **Dranbleiben** Echte Freude bewahren und weitergeben Werner Burkhardt
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **ERF für SIE** Das Glück hat eine leise Stimme Elke Werner
- 10.00 **Thema des Monats** Hindernisse zum Glück (2) Cornelia Mack
- 11.00 **Glaube + Denken** Vor der Fastenzeit: Die Fastnacht - Oliver Ploch
- 12.05 **Bibel heute** Römer 11,25-36
- 13.00 **Mittendrin**
- 17.00 **Radiotreff** Von früh bis spät (2) Lutz Kettwig
- 18.00 **Thema des Monats** Hindernisse zum Glück (2) Cornelia Mack
- 19.00 **Kinderkiste** Pfeile aus der Finsternis (2) Dorothea Unbehend
- 20.30 **Christsein Heute** Augenblicke - Heino Welscher

22.00 Andachtszeit
Gott kommuniziert in erster Linie über die Bibel, dem Wort Gottes, und dem Heiligen Geist mit uns. Aber er gebraucht auch andere Mittel.

- 22.00 **Andachtszeit** Gott redet zu mir Hans-Christoph Werner & Waldemar Radegin
- 23.30 **Christsein Heute** Glauben heißt vertrauen können Alfred Nägele
- 1.00 **Gedanken zum Sonntag** Unser menschliches Herz Hebräer 3,15 + Lukas 11,27-36
- 2.00 **Bibel heute** Psalm 61
- 3.00 **Gottesdienst**
- 4.00 **Immer wieder sonntags**

SONNTAG, 24.02.

- 5.00 **Christsein Heute** Glauben heißt vertrauen können Alfred Nägele
- 6.00 **Mittendrin**
- 6.30 **Wort zum Tag**
- 7.00 **Mittendrin**
- 7.30 **Wort zum Tag**
- 8.00 **Immer wieder sonntags**
- 9.00 **Gedanken zum Sonntag** Unser menschliches Herz Hebräer 3,15 + Lukas 11,27-36
- 10.00 **Bibel heute** Psalm 61
- 11.00 **Gottesdienst**
- 12.05 **Sonntagskonzert**
- 13.00 **Mittendrin**
- 15.00 **Gedanken zum Sonntag** Unser menschliches Herz Hebräer 3,15 +Lukas 11,27-36
- 16.00 **Immer wieder sonntags**
- 17.00 **Andachtszeit** Gott redet zu mir Hans-Christoph Werner & Waldemar Radegin
- 18.00 **Gottesdienst**
- 20.30 **Christsein Heute** Das Böse – der Feind, den wir nicht lieben müssen (2) Markus Baum

11.00 Gottesdienst
Gottesdienst-Aufnahme mit Predigt aus der St.-Matthäus-Gemeinde in Bremen.

- 22.00 **Oase**

www.erf-melodie.com/spenden

- 23.30 **Christsein Heute** Mit uns – durch uns – trotz uns Dr. Michel Kenmogne
- 1.00 **Glaube + Denken** Vor der Fastenzeit: Die Fastnacht Oliver Ploch
- 2.00 **Bibel heute** 1. Samuel 1,1-20
- 3.00 **Calando**
- 4.00 **Durch die Bibel** 2. Mose 4,6 - 5,2

Fotos: naypong/Fotolia.com; Unsplash; aldomurillo/iStockphoto.com; Unsplash

ERF im Internet

Den ERF Südtirol mit allen Informationen, den Artikeln zum Monatsprogramm und vielen wertvollen Impulsen finden Sie im Internet unter

www.erf-tirol.com

Wenn Sie nicht in unserem UKW- oder Digitalradio-Sendegebiet wohnen, können Sie das 24-Stunden-Radioprogramm des ERF Südtirol auch über Internet hören. Den **Livestream** empfangen Sie über

www.erf-melodie.com

Alle lieferbaren Bücher, Kinderbücher, Hörbücher, Musik-CDs, DVDs, Poster, Ansichtskarten und Kalender und können Sie über die **ERF Buchhandlung BUCHGALERIE** bestellen.

Wenn Sie Bücher, Hörbücher oder Musik-CDs aus dem **ERF Verlag Südtirol** ansehen und bestellen möchten, können Sie das nun ebenfalls über den BUCHGALERIE-Shop.

www.buchgalerie.it

Das **ERF TV-Pogramm** wie auch weitere ERF Radioprogramme finden Sie im Internet unter

www.erf.de/tv

Auf Bibleserver finden Sie eine große Auswahl an Bibelübersetzungen mit praktischer Such- und Vergleichsfunktion:

www.bibleserver.com

Besuchen Sie uns im **Internet!**

MONTAG, 25.02.

5.00 **Christsein Heute**
Mit uns – durch uns – trotz uns
Dr. Michel Kenmogne

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Das Böse – der Feind, den wir nicht lieben müssen (2)
Markus Baum

10.00 **Calando**

11.00 **Radiotreff**
Von früh bis spät (2)
Arbeit zwischen Erfüllung und Notwendigkeit
Lutz Kettwig

12.05 **Bibel heute**
1. Samuel 1,1-20

13.00 **Mittendrin**

16.00 **Durch die Bibel**
2. Mose 4,6 - 5,2

17.00 **Buch der Woche**
Der falsche Amerikaner (4)
Jack Barsky

18.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

20.30 **Dranbleiben**
Gott suchen und finden (3)
In unserem Gewissen
Werner Burkhardt

22.00 **Durch die Bibel**
2. Mose 4,6 - 5,2

23.30 **Leben + Gesundheit**
Wer bin ich eigentlich?
Heino Welscher

1.00 **Radiotreff**
Von früh bis spät (2)
Arbeit zwischen Erfüllung und Notwendigkeit
Lutz Kettwig

2.00 **Bibel heute**
1. Samuel 1,21-28

3.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

4.00 **Durch die Bibel**
2. Mose 5,3 - 6,5

DIENSTAG, 26.02.

5.00 **Leben + Gesundheit**
Wer bin ich eigentlich?
Heino Welscher

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Dranbleiben**
Gott suchen und finden (3)
In unserem Gewissen
Werner Burkhardt

10.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

11.00 **Buch der Woche**
Der falsche Amerikaner (4)
Jack Barsky

12.05 **Bibel heute**
1. Samuel 1,21-28

13.00 **Mittendrin**

16.00 **Durch die Bibel**
2. Mose 5,3 - 6,5

17.00 **Forum Familie**
Wie in einer Familie
Daniela Kurz

18.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

20.30 **Christsein Heute**
Arabische Morgendämmerung
Theo Volland berichtet aus dem Nahen Osten - Theo Volland

22.00 **Durch die Bibel**
2. Mose 5,3 - 6,5

23.30 **Christsein Heute**
Mit neuem Mut
Horst Marquardt
Sprüche 15,15

1.00 **Buch der Woche**
Der falsche Amerikaner (4)
Jack Barsky

2.00 **Bibel heute**
1. Samuel 2,1-11

3.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

4.00 **Durch die Bibel**
2. Mose 6,6 - 7,1

MITTWOCH, 27.02.

5.00 **Christsein Heute**
Mit neuem Mut
Horst Marquardt

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Arabische Morgendämmerung
Theo Volland

10.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

11.00 **Forum Familie**
Wie in einer Familie
Daniela Kurz

12.05 **Bibel heute**
1. Samuel 2,1-11

13.00 **Mittendrin**

16.00 **Durch die Bibel**
2. Mose 6,6 - 7,1

17.00 **Einführung in die Bibel**
Jesus verbindet Menschen
Samuel Hartmann, Doro E. Wolfsberger & Thomas Binder

18.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

20.30 **Christsein Heute**
Grundfragen des Glaubens (4): Ich wüsste gerne, was genau „Sünde" ist
Ulrich Parzany

22.00 **Durch die Bibel**
2. Mose 6,6 - 7,1

23.30 **Glaube – erlebt, gelebt:**
Albtraum Okkultismus
Erfahrungsbericht von Chantal Jasmin Grandpair
Chantal Jasmin Grandpair

1.00 **Forum Familie**
Wie in einer Familie
Daniela Kurz

2.00 **Bibel heute**
1. Samuel 2,12-26

3.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

4.00 **Durch die Bibel**
2. Mose 7,1 - 8,1

20.30 Dranbleiben
Wie man sein Gewissen schulen kann, sodass es im Glaubensleben weiterhilft, erläutert Werner Burkhardt.

18.00 Calando
Gesellschaft, Kultur und lebendiges Christsein zum Querdenken, Neudenken, Andersdenken.

20.30 Christsein Heute
Was ist eigentlich Sünde? Wenn wir trotz Diät ein Stück Torte essen? Oder ist es doch noch etwas anderes?

Fotos: Dada Lin/contrastwerkstatt/Yuri Arcurs/Fotolia.com

DONNERSTAG, 28.02.

5.00 **Glaube – erlebt, gelebt:**
Albtraum Okkultismus
Chantal Jasmin Grandpair

6.00 **Mittendrin**

6.30 **Wort zum Tag**

7.00 **Mittendrin**

7.30 **Wort zum Tag**

8.00 **Christsein Heute**
Grundfragen des Glaubens (4): Ich wüsste gerne, was genau „Sünde" ist
Ulrich Parzany

10.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

11.00 **Einführung in die Bibel**
Jesus verbindet Menschen
Samuel Hartmann, Doro E. Wolfsberger & Thomas Binder

12.05 **Bibel heute**
1. Samuel 2,12-26

13.00 **Mittendrin**

16.00 **Durch die Bibel**
2. Mose 7,1 - 8,1

17.00 **Fokus Jerusalem**
Das Magazin aus Israel

18.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

20.30 **Christsein Heute**
Glaube auf dem Prüfstand
Horst Marquardt
Psalm 73

17.00 Fokus Jerusalem
Berichte über aktuelle politische Entwicklungen im Heiligen Land, Kultur und Tourismus, Wirtschaft und Forschung.

22.00 **Durch die Bibel**
2. Mose 7,1 - 8,1

23.30 **ERF für SIE**
Vergiss die Freude nicht!
Else Diehl

1.00 **Einführung in die Bibel**
Jesus verbindet Menschen
Samuel Hartmann, Doro E. Wolfsberger & Thomas Binder

2.00 **Bibel heute**
1. Samuel 2,27-36

3.00 **Calando**
Kultur und Charaktere

4.00 **Durch die Bibel**
2. Mose 8,2 - 9,7

Fotos: Fokus Jerusalem

DIGITALRADIO
Radio der Zukunft

49,90 EUR
Aktionspreis

Digitalradio DUAL DAB 4.1

Viele unserer Hörer in Südtirol wissen es bereits: Den ERF Südtirol kann man auch auf **Digitalradio DAB+** empfangen. Diese neue Technik haben wir in den letzten Jahren immer mehr ausgebaut, sodass mittlerweile fast ganz Südtirol abgedeckt ist. Selbst dort, wo man uns über UKW nicht empfängt, kann der ERF nun ganz bequem über ein Digitalradio-Gerät gehört werden. Zuletzt ist im Dezember 2018 ein Umsetzer in St. Pankranz in Betrieb gegangen, sodass nun das Ultnertal ebenfalls abgedeckt ist. Für Fragen können Sie sich gerne an unseren ERF Hörerservice wenden.

mehr Radios unter
www.buchgalerie.it

Wir freuen uns auf Ihren Anruf und beraten Sie gern:
Tel.: (+39) 0473 237997
info@buchgalerie.it

Bestellkarte

☐ **JA, bitte schicken Sie mir zukünftig das ERF JOURNAL kostenlos zu.**

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Telefon E-Mail

DATENSCHUTZHINWEIS

Der Einwilligende versichert, damit einverstanden zu sein, dass die Stiftung ERF Medien Südtirol die oben angegebenen Daten speichert.
☐ Ja, Kontakt auch per Telefon ☐ Ja, Kontakt auch per E-Mail

Wir nutzen diese nur intern im gesetzlich vorgeschriebenen Rahmen zur Kontakt- oder Informationsabwicklung an Sie. Ihre Zusage können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen.

Datum Unterschrift

Bitte ausschneiden und einsenden an: **ERF Südtirol**, Postfach 149, I-39012 Meran, oder per E-Mail: service@erf-tirol.com

Sa 02.02.

0.30 Dokumentation
Corrie ten Boom und ihr unbesiegbarer Glaube (1/2)
Corrie ten Boom und ihre Schwester verstecken Juden in ihrem Haus. Bis die Gestapo klopft.
4.45 MenschGott
Harter Kerl trifft Jesus
Rocker, Neonazi, Zuhälter – Jens-Johannes Müller war gewalttätig und skrupellos.
6.30 JoeMax.TV
Prophet voll krass in Aktion

So 03.02.

4.45 Gott sei Dank Magazin
Kamerafrau und Moderatorin Katharina Brée gibt Flüchtlingen und Obdachlosen eine Bühne.
6.30 JoeMax.TV
Jesus, ich habe eine Frage!
7.45 ERF Gottesdienst
aus der ev. Friedenskirche in Amstetten
mit Reinhard Hoene
11.30 ERF Gottesdienst
aus der ev. Kirche Rüdigheim in Neuberg
mit Daniel Geiss
21.15 ERF Dokumentation
Corrie ten Boom und ihr unbesiegbarer Glaube (2/2)
Corrie ten Boom überlebt das Konzentrationslager. Ihr Leben: Ein Zeugnis der Vergebung.
21.45 Gott sei Dank Magazin
Mach das Beste aus dir. Fitness-YouTuber Flavio Simonetti motiviert für ein Leben mit Gott
22.15 MenschGott!
„Rette mich, Jesus"
Als Daniel nach einer Überdosis Drogen im Sterben liegt, ruft er verzweifelt nach Jesus.

Do 07.02.

13.55 SchlafSchaf.TV
Mo-Fr
18.30 Gott sei Dank Magazin
Mach das Beste aus dir. Fitness-YouTuber Flavio Simonetti motiviert für ein Leben mit Gott
23.30 MenschGott!
„Rette mich, Jesus"
Als Daniel nach einer Überdosis Drogen im Sterben liegt, ruft er verzweifelt nach Jesus.

Sa 08.02.

0.30 Dokumentation
Corrie ten Boom und ihr unbesiegbarer Glaube (2/2)
Corrie ten Boom überlebt das Konzentrationslager. Ihr Leben: Ein Zeugnis der Vergebung.
4.45 MenschGott
„Rette mich, Jesus"
Als Daniel nach einer Überdosis Drogen im Sterben liegt, ruft er verzweifelt nach Jesus.
6.30 JoeMax.TV
Gottes Heerscharen gesehen

So 10.02.

4.45 Gott sei Dank Magazin
Mach das Beste aus dir. Fitness-YouTuber Flavio Simonetti motiviert für ein Leben mit Gott
6.30 JoeMax.TV
Amateur baut schwimmenden Zoo
7.45 ERF Gottesdienst
aus der ev. Kirche Rüdigheim in Neuberg
mit Daniel Geiss
11.30 ERF Gottesdienst
aus der Freien ev. Gemeinde in Ingolstadt
mit Heinz Weickel
21.15 ERF Dokumentation
Yembi, Yembi: zu allen Völkern
Eine Familie aus den USA geht als Missionare nach Papua Neuguinea.
21.45 Gott sei Dank Magazin
Christina Brudereck über den Sinn und Zweck von Ritualen.
22.15 MenschGott!
Mit 50 € um die Welt
Nach vier Jahren Weltreise kehrt Christopher Schacht als veränderter Mensch zurück.

03.02., 22.15
ERF MenschGott
„Rette mich, Jesus"
Als Daniel auf eine andere Schule kommt, versucht er alles, um seine neuen Freunde zu beeindrucken. Von da an wird sein Leben immer chaotischer. Er bricht zwei Ausbildungen ab, mehrere Beziehungen scheitern. Er lebt für seine Musik, spielt in einer Rockband und hofft, so Erfüllung im Leben zu finden. Doch stattdessen beginnt eine Abwärtsspirale aus Drogen und Alkohol. Als er nach einer Überdosis dem Tod nahe ist, hat er das Gefühl, dass nur noch Jesus ihn jetzt retten kann.

Do 14.02.

13.55 SchlafSchaf.TV
Mo-Fr
18.30 Gott sei Dank Magazin
Christina Brudereck über den Sinn und Zweck von Ritualen.
23.30 MenschGott!
Mit 50 € um die Welt
Nach vier Jahren Weltreise kehrt Christopher Schacht als veränderter Mensch zurück.

Sa 16.02.

0.30 Dokumentation
Yembi, Yembi: zu allen Völkern
Eine Familie aus den USA geht als Missionare nach Papua Neuguinea.
4.45 MenschGott
Mit 50 € um die Welt
Nach vier Jahren Weltreise kehrt Christopher Schacht als veränderter Mensch zurück.
6.30 JoeMax.TV
Tochter des ägyptischen Priesters

So 17.02.

4.45 Gott sei Dank Magazin
Christina Brudereck über den Sinn und Zweck von Ritualen.
6.30 JoeMax.TV
König baut viel Mist
7.45 ERF Gottesdienst
aus der Freien ev. Gemeinde in Ingolstadt mit Heinz Weickel
11.30 ERF Gottesdienst
aus der ev. Pfarrkirche St. Matthäus in Winterbach (Pfalz) mit Tilo Brach
21.15 ERF Dokumentation
„Pardon, ich bin Christ" – C. S. Lewis und seine Argumente für den Glauben (1/2)
Doku über den Klassiker von C. S. Lewis, der einige der großen Glaubensfragen anfasst.
21.45 Gott sei Dank Magazin
Frisch, frech, fromm und immer hintersinnig – Geschichten, die zum Staunen bringen.
22.15 MenschGott!
„Angst bestimmte mein Leben"
Je erfolgreicher der Banker Johannes Baptist Deuber wird, umso größer werden seine Ängste.

Sendungen von ERF Medien im Überblick

BEI BIBEL TV

JoeMax.TV	Sa. 6.30	So. 6.30
Willow Creek Gottesdienst	Sa. 12.00	
ERF Gottesdienst	So. 11.30	So. 7.45 (Wh)
Gott sei Dank	So. 21.45	Do. 18.30 (Wh)
	So. 4.45 (Wh)	
ERF Dokumentation	So. 21.15	Sa. 0.30 (Wh)
ERF MenschGott	So. 22.15	Do. 23.30 (Wh)
	Sa. 4.45 (Wh)	
SchlafSchaf.TV	Mo. - Fr. 13.55	

17.02., 22.15
ERF MenschGott
„Angst bestimmte mein Leben"
Je erfolgreicher der Banker Johannes Baptist Deuber wird, umso größer werden seine Ängste.

10.02., 22.15
ERF MenschGott
Mit 50 € um die Welt
Einmal um die Welt reisen - Christopher Schacht hat sich diesen Traum erfüllt. Nach dem Abitur bricht er mit nur 50 Euro Startkapital auf und erkundet vier Jahre lang ferne Länder. Er lebt bei Ureinwohnern, schürft Gold im Dschungel, segelt durch Piratengebiete. Mit dabei hat er eine Bibel, die er in der Zeit lesen will - aber er versteht kein Wort. Das ändert sich, als er im Urwald Missionaren begegnet. Von ihnen inspiriert, versucht er sogar zu beten. Mit ungeahnten Folgen.

Fotos: Oliver Mack; privat; Lehmann/ERF

Do 21.02.

13.55 SchlafSchaf.TV
Mo-Fr
18.30 Gott sei Dank Magazin
Frisch, frech, fromm und immer hintersinnig – Geschichten, die zum Staunen bringen.
23.30 MenschGott!
„Angst bestimmte mein Leben"
Je erfolgreicher der Banker Johannes Baptist Deuber wird, umso größer werden seine Ängste.

Sa 23.02.

0.30 Dokumentation
„Pardon, ich bin Christ" – C. S. Lewis und seine Argumente für den Glauben (1/2)
Doku über den Klassiker von C. S. Lewis, der einige der großen Glaubensfragen anfasst.
4.45 MenschGott
„Angst bestimmte mein Leben"
Je erfolgreicher der Banker Johannes Baptist Deuber wird, umso größer werden seine Ängste.
6.30 JoeMax.TV
Richtig feiern!

So 24.02.

4.45 Gott sei Dank Magazin
Frisch, frech, fromm und immer hintersinnig – Geschichten, die zum Staunen bringen.
6.30 JoeMax.TV
Briefträgerin von Paulus
7.45 ERF Gottesdienst
aus der ev. Pfarrkirche St. Matthäus in Winterbach (Pfalz) mit Tilo Brach
11.30 ERF Gottesdienst
aus der ev. Stadtmission in Worms
mit Martin Wilms
21.15 ERF Dokumentation
„Pardon, ich bin Christ" – C. S. Lewis und seine Argumente für den Glauben (2/2)
2. Teil über das Meisterwerk von C. S. Lewis. Glaube und Zweifel im Leben eines Menschen.
21.45 Gott sei Dank Magazin
Frisch, frech, fromm und immer hintersinnig – Geschichten, die zum Staunen bringen.
22.15 MenschGott!
Der Bibelraucher
Der zweifache Totschläger Wilhelm Buntz wird im Gefängnis ein neuer Mensch.

Do 28.02.

13.55 SchlafSchaf.TV
Mo-Fr
18.30 Gott sei Dank Magazin
Frisch, frech, fromm und immer hintersinnig – Geschichten, die zum Staunen bringen.
23.30 MenschGott!
Der Bibelraucher
Der zweifache Totschläger Wilhelm Buntz wird im Gefängnis ein neuer Mensch.

24.02., 22.15

ERF MenschGott
Der Bibelraucher
Gast: Wilhelm Buntz

Als Baby wird Wilhelm Buntz von seiner Mutter ausgesetzt. Der traumatisierte Junge entwickelt sich zum schwer erziehbaren Jugendlichen und gerät auf die schiefe Bahn. Er verübt fast 150 Straftaten. Nach einem Totschlag wird er zu 14 Jahren Haft verurteilt. Als ihm in der Zelle Papier zum Zigarettendrehen fehlt, greift er zur Bibel. Er liest eine Seite, reißt sie raus und rollt seinen Tabak darin ein. So qualmt er sich bis ins Neue Testament. Doch dann packt den „Bibelraucher" ein Text aus der Bergpredigt.

mehr Kurse gibt's online

KURSE, DIE IM GLAUBEN WEITERBRINGEN

Glauben praktisch

Welche Vorstellungen haben Sie von Gott und dem praktischen Leben als Christ? Unsere Online-Kurse helfen Ihnen, anhand eines Bibelstudiums mit Anleitung und konkreten Impulsen, diese Vorstellungen und Überzeugungen zu überprüfen – und vielleicht auch zu korrigieren. Die Anmeldung erfolgt unter **www.erf.de/workshops** und ist bis einen Tag vor Kurs-Beginn möglich. Dort finden Sie auch weitere Informationen zum Inhalt und Ablauf der Kurse.

Feb. 6

Eins mit Christus
Viele Christen verstehen ihren Glauben als Beziehung zu Gott. Gut so. Bloß gehen die biblischen Autoren weiter. Eine Spurensuche nach dem Kern des christlichen Glaubens.

Umfang: 5 Einheiten
Intervall: wöchentlich

Feb. 13

Gottesbilder: Polaroids vom Himmel
Falsche Vorstellungen von Gott belasten oft unnötigerweise unseren Glauben. Höchste Zeit für eine Inventur.

Umfang: 6 Einheiten
Intervall: wöchentlich

Feb. 27

Bibel heute: Titus
Zum Christsein gehört mehr, als an Gott zu glauben und zum Gottesdienst zu gehen. Zum Beispiel praktische Nächstenliebe. Lassen Sie mit diesem Kurs Worten Taten folgen.

Umfang: 4 Einheiten
Intervall: alle 2 Tage

Fotos: Rolf Krüger; Unsplash (2); Rückseite: JLG/Fotolia.com

Gottesdienste CHRISTSEIN HEUTE

Sonntag, 3. Februar
Die Zeit vergeht – was hat Bestand?

Sonntag, 3. März
Glück und Unglück – alles nur Zufall?

Beginn: 10.00 Uhr
Bürgersaal Meran
Otto-Huber-Straße 8
I-39012 Meran

Jeden **1. Sonntag im Monat**, jeweils um 10.00 Uhr mit einem speziellen Kinder-Programm während der Predigt

Arbeitsgemeinschaft Christsein Heute