

FÜR DEN MANN MIT WERTEN

ADAM

online



Vaterschaft & Erziehung
**Väter können nicht
bemuttern**

Männerprobleme
„Kevin allein zuhause“

Mannsein

Wie aus Jungen Männer werden



www.gzbg.de/sobi

SOMMERBIBELSCHULE

Tage der Wiederherstellung

14. Juli – 8. August 2008

Wir werden Tage der Wiederherstellung erleben. In entspannter Atmosphäre, beim Hören des Wortes Gottes, in Zeiten der Erquickung, in intensiven Lobpreiszeiten werden wir auferbaut und somit befähigt, Gottes ursprüngliche Absichten für unser Leben zu verwirklichen.

- Wort Gottes, Anbetung, Erholung und Gemeinschaft
- dienstags und donnerstags um 19:30 Uhr Gottesdienst
- Teilnahme ist auch wochenweise möglich

Für Familien, Singles, Ehepaare, Jugendliche und Kinder!

Glaubenzentrum Bad Gandersheim
Dr.-Heinrich-Jasper-Straße 20
37581 Bad Gandersheim

Tel.: (0 53 82) 9 30-0
Fax: (0 53 82) 9 30-1 00
www.glaubenzentrum.de

GLAUBENZENTRUM
Bad Gandersheim



4

Mannsein

Wo beginnt der Weg zum echten Mannsein?

Wie aus Jungen Männer werden



6

Mannsein

Wahre Freunde

Warum Freundschaft für Männer so wichtig ist (Teil 2)



8

Männerprobleme

Auf dünnem Eis

Tagebuchnotizen (Folgen 6 und 7)



9

Vaterschaft & Erziehung

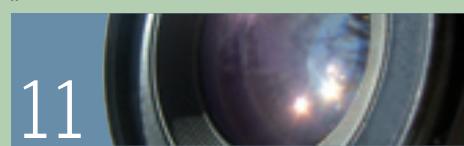
Väter können nicht bemuttern

Interview mit Thomas Schirmacher



10

Online mit Gott

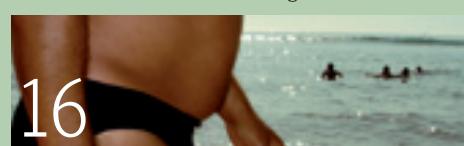
Sind wir „Flachwurzler“ oder „Tiefwurzler“?

11

Eva online

Schreiben oder Nichtschreiben

Kleine Ursachenforschung



16

Das letzte Wort

Männlichkeit**Rubriken**

- 3 – Editorial
- 12 – Bücher für Männer
- 13 – Veranstaltungen für Männer
- 14 – Leserbriefe
- 14 – Impressum
- 15 – In eigener Sache
- 15 – Bestellcoupon

Christlicher Partnerschafts-Dienst

Wünschen Sie sich einen gläubigen Ehepartner?



Unverbindliche Infos anfordern unter "Info 22" bei:

**cpd, Glockwiesenstr. 5,
75217 Birkenfeld
Tel. 07231 472164
www.cpdiest.de**

Jetzt unser Jahresprogramm 2008 anfordern!

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

Theologie, die verändert
deine Beziehung zu Gott,
zu Dir und den Anderen

Theologie, die befähigt
zu Mission, Gemeindeaufbau
und Seelsorge

 **BIBELSCHULE
KIRCHBERG**

Schöneck 1 • 74592 Kirchberg
07954/591 • 07954/8610
info@bsk.org • www.bsk.org



Ein spannendes Jahr

Vorhaben

Wenn diese Ausgabe bei Ihnen landet, steht zwar schon der Frühling vor der Tür, aber: Wie sieht es mit Ihren Vorsätzen und Zielen für dieses Jahr aus? Haben Sie angefangen, die ersten Dinge bereits umzusetzen? Oder gehören Sie zu denjenigen, die sich aus Frustration lieber keine konkreten Ziele mehr setzen, um nicht wieder enttäuscht zu werden?

Wir als Redaktionsteam, aber auch als Trägerverein, haben uns einiges vorgenommen für dieses Jahr. Beflügelt durch die weiterhin steigende Nachfrage und dem zunehmenden Interesse an einer Zusammenarbeit mit uns wollen wir einiges Neues anpacken dieses Jahr. Ich will hier noch nichts verraten, aber ich kann Ihnen versprechen: Im Laufe dieses Jahres wird Ihnen einiges mehr von uns geboten werden. Entsprechende Gespräche mit verantwortlichen Leuten laufen bereits. Seien Sie gespannt ...

Themen dieser Ausgabe

Wo bzw. wann beginnt unser Mannsein? Interessante Antworten auf diese und andere Fragen gibt uns der Kanadier Fraser Haug ab Seite 4. Es folgt mein eigener Artikel über „**wahre Freunde**“ (S. 6-7), dessen ersten Teil Sie in der letzten Ausgabe lesen konnten. Über die **Versuchungen des Alleinseins** sowie über **Sexsucht** geht es diesmal in Joachims Tagebuchnotizen (S. 8). In einem kürzlich geführten Interview erläutert Prof. Dr. Thomas Schirrmacher, **warum Väter so wichtig sind** – aber nicht als Ersatzmütter (S. 9). Praktisch wird es wieder in unserem „ABC der Männerarbeit“: **Wie mache ich einen Männerabend?** Damit wir „online mit Gott“ bleiben, brauchen wir **tiefe Wurzeln**; diesen Gedanken beleuchtet Michael Mogel für Sie (S. 10). Eine echte Eva kommt diesmal in unserer Eva-online-Kolumne zu Wort: Eva Jung, kreative Initiatorin von www.godnews.de und vieler anderer Projekte, schreibt über das **Schreiben** ...

Schauen Sie auch auf unsere Bücherseite, auf der wir wieder einigen interessanten Lesestoff für Sie zusammengetragen haben – speziell für Männer. Besonders gefreut habe ich mich über die vielen Veranstaltungshinweise, die bei uns gelandet sind; wann waren Sie auf dem letzten Männerseminar?

Viel Gewinn beim Lesen wünscht Ihnen

Emmerich Adam
Chefredakteur

„Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei..“ 1. Mose 2,18

Mit unserem Angebot für Singles wollen wir Alleinstehenden die Möglichkeit bieten, andere christliche Singles einfach und effektiv kennenzulernen. Zusätzlich wollen wir mit einem eigenen Magazin, themenrelevanten Büchern und maßgeschneiderten Seminaren Unterstützung anbieten.

DAS ANGEBOT für Singles

- 1.** **PARTNER FOREVER - MAGAZIN**
Unser Magazin möchte Sie auf der Suche nach dem Partner fürs Leben begleiten, Fragen stellen und ins Gespräch bringen.
- 2.** **DIE SINGLEPLATTFORM**
Seitens war es einfacher, online nach einem christlichen Partner zu suchen! Finden Sie den Partner fürs Leben, oder lassen Sie sich einfach finden!
- 3.** **DER SHOP RUND UM DIE LIEBE**
Im Partner ForEver-Shop finden Sie ausgewählte Bücher, CDs und andere Produkte rund um das Thema Liebe, Singlesein und Partnerschaft.
- 4.** **EINE VON FÜNF ZEITSCHRIFTEN**
In der Mitgliedschaft enthalten ist ein Jahresabo einer dieser fünf Zeitschriften: family, ewan, JOYCE, Aufatmen oder Lebenslauf
- 5.** **..und natürlich noch vieles mehr, was es zu entdecken gibt!**

[AUF WWW.PARTNER-FOREVER.DE](http://www.partner-forever.de)

für 59,90 EURO*
zzgl. Versandkosten

Auch für Paare gibt es ein umfangreiches Angebot!

JETZT online und **kostenlos**:
die erste Ausgabe des Partner ForEver-Magazins!

www.partner-forever.de

In ZUSAMMENARBEIT MIT:

*Rabattpreis gilt nur noch bis zum 30.04.2008, Dienst für 19,90 Euro

© 2008 Partner-ForEver GmbH

FÜR DEN MANN MIT WERTEN

3

Wo beginnt der Weg zum echten Mannsein?

Wie aus Jungen Männer werden



Fraser Haug ist gebürtiger Kanadier und zusammen mit seiner Frau Puanana seit über 30 Jahren in internationalen Missionsprojekten engagiert. Besonders liegen ihm arme und bedürftige Kinder auf dem Herzen. Er ist ordiniertes Pfarrer innerhalb des Verbundes der Episkopalkirchen und lebt in Kaufering.

Verärgert kommt der Junge vom Kindergottesdienst nach Hause und erklärt dem erstaunten Vater, dass er wegen einem Lied so sauer ist: „Da heißt es doch glatt: „Ich möchte ein Sonnenstrahl für Jesus sein.“ Auf die Rückfrage, was an diesem Text denn so entsetzlich sei, meint der Sohn: „Ich will aber kein Sonnenstrahl werden. Ich will doch Fernfahrer werden!“

Tun und Sein

Die meisten von uns Männern können sich wohl in diesen Jungen hineinversetzen: Sein Problem, diesen starken Gegensatz von „Sonnenstrahl“ und „Fernfahrer“, können wir gut verstehen. Aber das ist noch gar nicht das Entscheidende. Der eigentliche Knackpunkt ist das ungeklärte Verhältnis zwischen dem, was wir tun und dem, wer wir sind; es geht also um den Gegensatz von Tun und Sein.

In unserem westlichen Kulturkreis wird Männlichkeit und männliches Selbstbewusstsein vorrangig aus dem abgeleitet, was wir tun. Schon deshalb kommt sich ein Mann ziemlich eingeschränkt vor, wenn seine Männlichkeit darin bestehen soll, (nur) etwas zu sein. – Aber glücklicherweise verwirklicht sich *echtes* Mannsein sowohl durch das Handeln als auch durch das Sein.

Die Männer-Falle

Jesus behauptet, dass er die einzige und endgültige Antwort ist auf die Frage nach dem Sein, nach dem Selbstverständnis, nach der Identität. Daraus ergeben sich dann aber auch die folgenden Überlegungen (auf die ich später noch ausführlicher eingehen werde): Nur ein Christ kann im eigentlichen, umfassenden Sinn

Mann sein. Wenn ein Mann diese echte Männlichkeit „in Christus“ aber nicht entdecken will, dann steht ihm nur ein einziger Ausweg offen: der Versuch, sich zumindest den Anschein starker Männlichkeit zuzulegen. Auf der Suche nach seiner eigentlichen Männlichkeit ist er dann dazu verurteilt, sich sein Leben lang wie ein Mann zu verhalten, ohne es tatsächlich zu sein.

Wir wollen diese anstrengende Falle nun etwas genauer betrachten, um uns besser zu verstehen und um den Zugang zu echter Männlichkeit entdecken zu können. Am besten setzen wir bei der simplen Beobachtung an, dass alle Männer ihre „Männerkarriere“ einmal als kleine Jungen angefangen haben. Gott hat uns Menschen so konzipiert, dass wir auf dem Weg zur Persönlichkeitsreifung verschiedene Entwicklungsphasen durchlaufen. Wenn wir eine dieser Stufen erfolgreich bewältigt haben, dient sie als solide Grundlage für die folgende. Um herauszufinden, wie sich eine gesunde männliche Identität entwickelt, müssen wir uns vor allem mit zwei dieser Entwicklungsstufen befassen:

Etwas leisten ...

Die Zeit zwischen dem siebten und dem zwölften Lebensjahr ist von besonders großer Aktivität gekennzeichnet. Die Aufgabe, die ein Junge in dieser Zeit zu bewältigen hat, besteht nämlich in der Entdeckung, dass er „etwas leisten“ kann. Er muss herausfinden, was er – v. a. außerhalb der Familie – kann und was er nicht kann. Er findet also durch aktives Erforschen und Experimentieren in diesem nun vergrößerten Lebensraum heraus, wie diese Welt funktioniert. (Der bekannte dänische Entwicklungspsychologe Erik H. Erikson be-



© BUNGO

zeichnet dies als den „Gegensatz zwischen Leistung und Minderwertigkeitsgefühl“, den er für das bestimmende Grundmuster dieses Altersabschnitts hält.)

Damit ihm dieser Erfahrungsprozess gelingt, braucht der Junge sowohl die Erlaubnis als auch die Gelegenheit zum Ausprobieren. Dabei wird er allerdings oft ein Durcheinander anrichten, sich eine blutige Nase holen und den Erwachsenen im Großen und Ganzen auf die Nerven gehen. Innerhalb bestimmter Grenzen ist dies aber ein durchaus gesundes Verhalten.

Leider haben viele von uns nie die Erlaubnis oder die Gelegenheit zum Ausprobieren gehabt. Die Folge davon ist ein Minderwertigkeitsgefühl: das Empfinden, der Welt nicht gewachsen zu sein. Dann verlassen wir diese Phase mit unbeantworteten Fragen: „Bin ich überhaupt fähig zu erfolgreichem Handeln?“ „Kann ich wirklich etwas leisten?“ „Kann ich die Herausforderungen des Lebens aktiv meistern?“

... und jemand sein

Die nächste Station auf diesem abenteuerlichen Weg der Persönlichkeitsentfaltung ist die Pubertät. Im Gegensatz zur weit verbreiteten Ansicht geht es dem Jungen in dieser Entwicklungsphase gar nicht vorrangig um Mädchen oder um die Frage, wie er mit seinem Pickelgesicht fertig wird. Der Teenager ist vielmehr auf der Suche nach sich selbst. (Erikson bezeichnet dies als den „Gegensatz zwischen Identität und Zwiespalt“ bzw. „Rollenkonfusion“.)

Die Fähigkeit, abstrakt zu denken, entwickelt sich mit dem Eintritt in die Pubertät deutlich weiter. Der Teenager benutzt diese neue intellektuelle Fähigkeit nun zur Klärung seiner bisherigen Lebenserfahrungen.

Die Aufgabe dieser Entwicklungsphase heißt in erster Linie: in allen Lebensbereichen, in denen es auf das Sein ankommt, Erfolg zu haben. Im Mittelpunkt stehen also die Bemühungen des Jugendlichen um intellektuellen Erfolg, um Erfolg im sozialen Beziehungsgeflecht, um Klärung seiner Gefühle, seiner ethischen Werte und seiner geistlichen Identität. Darüber hinaus versucht der Teenager, alle diese Aspekte zu einer umfassenden Identität zusammenzufassen. Seine Aufgabe besteht also schlicht und einfach darin, zu „sein“.

Der Stolperstein bei der Ich-Findung

Eines der größten Hindernisse auf diesem Weg zu einer abgerundeten Identität ist das unbewältigte Minderwertigkeitsgefühl aus der vorhergehenden Phase,

mit dem manche Jugendliche dann in die nächste Phase, die Pubertät, hineinstolpern. Wenn wir nämlich die vorpubertäre Aufgabe, das Tun zu erlernen, nicht erfolgreich gelöst haben, dann schleppen wir sie weiter mit uns herum. Dadurch wird die große Aufgabe der Pubertät, unser Sein zu finden, dann natürlich umso schwieriger.

Dies sieht so aus: Wir versuchen, unsere Identität primär durch Leistung und Aktivität, also durch unser Tun, aufzubauen. Wir spielen bestimmte Rollen, um uns dadurch diese Identität zu verschaffen. Eine solche künstliche Identität tragen wir als Fassade vor uns her; sie ist nichts Echtes, was in uns selbst gewachsen ist. Unter solchen Bedingungen endet die Suche nach Identität schließlich in Unsicherheit und Zwiespalt, in der „Rollenkonfusion“.

Es trifft die meisten von uns!

Das Tragische an diesem Rollenzwiespalt ist, dass die meisten von uns genau diesen Weg einschlagen. Hinzu kommt, dass die westliche Kultur bei den meisten Männern die Tendenz, ihr Mannsein nur vorzuspülen, noch verstärkt. Diese Männlichkeit besteht dann nur aus einer Fassade, die durch „typisch männliches“ Verhalten und Gehabe aufgebaut und aufrechterhalten wird – also durch ein Tun anstelle von echtem Mannsein.

Das offensichtlichste Beispiel, wie man Männlichkeit durch eine solche Rolle vortäuschen kann, ist der „Macho“: Was er tut, ist cool. Was er sagt, ist knallhart. Er raucht die heißeste Zigarette. Er benutzt das schärfste Rasierwasser. Er fährt das stärkste Auto. Er zeigt Härte. – Aber in Wirklichkeit ist er zerbrechlich, seine Härte ist ja nur die Fassade, die um einen unsicheren, zwiespältigen Personenkerne aufgebaut wurde.

Echtes Mannsein beruht aber darauf, dass Denken, Fühlen und geistliches Leben („Spiritualität“) eine echte Einheit bilden, die von innen kommt. (Mit den Worten der Bibel könnte man deshalb auch sagen: Echtes Mannsein ist vor allem ein Zustand des Herzens.) Daraus folgt: Das Leben als Christ ist der einzige Nährboden, auf dem echtes Mannsein sich gesund entwickeln kann.

Das Grundproblem aller Männer

Diese These entspricht deshalb der Wirklichkeit, weil die Sünde die Quelle aller Desintegration im Kosmos ist: Sie trennt uns von Gott, von anderen Menschen und von uns selbst. Die Sünde macht Einheit in der Persönlichkeit unmöglich und beseitigt die Hoffnung, dass jemals wahres Mannsein entstehen kann. Aber Christus kam, um uns Leben zu bringen. Durch sein Opfer hat er unser Problem gelöst und wahres Mannsein erreichbar gemacht für alle, die sich an ihn wenden.

Deshalb gilt der Satz: Das wahre Mannsein kann letztlich nur in Christus beginnen. In ihm können wir nämlich – ganz unabhängig von unserer Vergangenheit – dieses Grundproblem, wer wir sind, lösen. Und von diesem Ausgangspunkt einer geklärten Identität her (von unserem Sein) können wir dann auch zu effektivem Handeln (zu unserem Tun) fortschreiten.

Wahres Mannsein beginnt tatsächlich „im Herzen“ – und es beginnt mit Christus. Daraus entsteht Stärke, die uns das Dienen ermöglicht, und nicht Härte, die zum Herrschen führt.

**Der
Teenager
ist auf der
Suche
nach sich
selbst.**

Wahre Freunde

Warum Freundschaft für Männer so wichtig ist Teil 2

Im ersten Teil dieses Artikels (in *Adam online* Nr. 13) haben wir uns mit ein paar Grundlagen zum Thema „Männerfreundschaft“ beschäftigt; wir haben uns gefragt, was einen echten Freund ausmacht und haben gezeigt, dass auch die beste Frau keinen Freund ersetzen kann.

Im zweiten Teil wollen wir das Thema weiter vertiefen, biblische Aussagen beleuchten und praktische Schritte aufzeigen, wie man eine Freundschaft aufbauen kann.

Freundschaft – Mangelware

In unserer letzten Ausgabe baten wir unsere Leser darum, uns zu schreiben, wie sie Freunde gefunden haben; es kam zwar wieder eine Reihe von Leserbriefen bei uns an – aber bis zum jetzigen Zeitpunkt kein einziger, der vom Aufbau einer Freundschaft erzählt hätte. Seltsam – oder doch nicht? Diese Erfahrung passt zu den Antworten unserer Umfrage, die wir auf unserer Homepage (www.adam-online.de) durchführten: Über die Hälfte der Teilnehmer gab an, keinen (echten) Freund zu haben!

Viele Männer scheinen alleine zu sein – oft, ohne sich dessen bewusst zu sein. Schließlich kennt man ja alle möglichen Leute, ist vielleicht verheiratet und gehört einer christlichen Gemeinde an. Aber wo sind die Freunde?

Ich fand es wirklich beeindruckend, als ich mal einen Mann sagen hörte: „Meinen Freund kann ich mitten in der Nacht anrufen, und er wird für mich da sein!“ Kennen Sie auch jemanden, den Sie mitten in der Nacht anrufen können, ohne dass er Sie für verrückt erklärt? Dann haben Sie tatsächlich einen Freund!

Warum ein Mann einen Freund braucht

Aus verschiedenen Gründen scheinen viele Männer sich damit abgefunden zu haben, keine echten Freunde zu haben; der oft fehlende (oder verdrängte) Leidensdruck lässt sie z. B. zum Schluss kommen: „Sicher wäre ein guter Freund nicht schlecht, aber letztlich komme ich auch alleine klar!“

Einmal meinte die Ehefrau eines Bekannten zu mir: „Mein Mann bräuchte so sehr einen Freund!“ – Oft erkennen unsere Frauen dieses Bedürfnis eher als wir selbst.

Warum brauche ich als Mann einen Freund? Hier einige Gründe (es gibt noch viel mehr):

1. Um jemanden zu haben, der mich wirklich versteht. Auch die beste Ehefrau wird nicht alles nachvoll-



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

ziehen können, was uns Männer bewegt und wie „wir ticken“. Es ist eine ausgesprochene Freude, mit einem guten Freund zusammen zu sein und zu erleben: Er weiß, was ich meine, er fühlt mit mir, er versteht mich. Auch wir Männer teilen gerne unsere Gedanken, Gefühle, Vorlieben, Hobbys etc.

2. Um jemanden zu haben, der mir in der Not hilft. So gut wir auch alleine klar kommen mögen – jeder von uns kommt mal in eine äußere oder innere Not-situation, in der er Hilfe braucht, manchmal sofort. Wie gut, wenn ich dann wissen kann: Ich bin nicht alleine. Da ist jemand, der mir auf alle Fälle hilft.

3. Um jemanden zu haben, der an meiner Seite „kämpft“. Wir Männer haben viele Kämpfe zu bestehen, auch ohne Waffen. Unsere „Schlachtfelder“ können uns im Arbeitsumfeld begegnen, in der Beziehung zu „schwierigen Menschen“, in widrigen Umständen, oft auch in uns selbst. Ein Freund stellt sich an meine Seite und sagt: „Du kämpfst nicht alleine! Du kannst auf mich zählen! Ich helfe dir, deinen Kampf zu bestehen!“ Von einem wahren Freund geht Kraft aus, an der wir teilhaben können; umgekehrt lassen wir ihn an unserer eigenen Kraft teilhaben.

4. Um jemanden zu haben, der mich konfrontiert. Es gibt eine Menge netter Leute, aber wer hat den Mut,



© DAPIET

Literaturhinweise

Stuart Miller, Männerfreundschaft, München 1986

C. S. Lewis, Was man Liebe nennt. Zuneigung – Freundschaft – Eros – Agape, Basel 1982

Rodney L. Cooper, Schulter an Schulter, Wie Männer zu Brüdern werden, Basel 1998

Aristoteles, Nikomachische Ethik, Buch VI-II-IX, Stuttgart 1983

mir (immer) die Wahrheit zu sagen? Der Freund! Wir Männer brauchen solch ein Gegenüber, das uns nicht schmeichelt oder Angst vor uns hat, sondern das uns mit unserer eigenen Wahrheit konfrontiert. Das kann unangenehm sein, aber es bringt uns voran!

5. Um jemanden zu haben, der an mich „glaubt“. Kritik hören wir genug – vielleicht von Vorgesetzten, von Kunden, vielleicht sogar innerhalb unserer Familie. Was für ein Segen ist es da, einen Freund zu haben, der – obwohl er mich kennt – an mich glaubt, der mir zutraut, dass ich es schaffe.

Laut Stuart Miller (s. Literaturhinweise) hat es eine Verschiebung gegeben: Man hat heutzutage v. a. Freundschaft mit Frauen. Viele Männer sind so frauenfixiert, dass sie letztlich zu viel von ihnen erwarten und sie damit überfordern. Frauen können uns vieles geben – aber nicht alles. Männer brauchen auch Männer!

Die Bibel zum Thema „Freundschaft“

Ich möchte drei biblische Beispiele für Freundschaften herausgreifen: Hiobs Freunde, David und Jonatan, Jesus und seine Jünger:

1. Hiobs Freunde: Die Freunde Hiobs werden oft einseitig als zu negativ beurteilt. Wenngleich sie sich im Verlauf der Hiobsgeschichte tatsächlich als nicht besonders hilfreiche Freunde erweisen, so zeigen sie zumindest am Anfang Zeichen

echter Freundschaft: Sie zeigen Anteilnahme, möchten ihren Freund trösten, weinen mit ihm und sind sieben Tage und Nächte einfach nur bei ihm, ohne ein Wort zu sagen (Hiob 2,11-13).

2. David und Jonatan: Eine in unserer Zeit und in unserem Kulturkreis kaum nachvollziehbare Tiefe, Intensität und Ausdrucksstärke männlicher Freundschaft finden wir in der Beziehung zwischen dem späteren König David und Jonatan, dem Sohn des Königs Saul. Dabei hätte Jonatan allen Grund gehabt, auf David eifersüchtig zu sein und in ihm einen feindlichen Konkurrenten zu sehen: David hatte (zunächst) die Gunst des Königs, des Volkes und der Frauen, die ihn besangen (1 Sam 18,5-7). Jonatan erkannte früh, dass David zum mächtigsten Mann in Israel werden würde (1 Sam 20,14), aber er reagierte nicht neidisch, sondern setzte sich sogar beim König für ihn ein und verteidigte ihn (1 Sam 19,1-7). Seine Freundschaft mit David war ihm so wichtig, dass er einen Bund mit ihm schloss, von dem sogar seine Nachkommen profitieren sollten (1 Sam 20,14-17).

Die Freundschaft zwischen David und Jonatan war nicht nur von absoluter Loyalität und Beständigkeit gekennzeichnet, sondern auch von einer besonders großen Innigkeit, die Gefühlen Ausdruck verliehen und

sogar körperliche Nähe zulassen konnte (1 Sam 20,41). Die beiden Männer verband sogar Liebe (1 Sam 18,1). Fälschlicherweise wird dies – v. a. seit den 1980-er Jahren – vermehrt als homosexuelle Neigung oder sogar homosexuelles Verhalten ausgelegt. Doch zeigt der Kontext und besonders die Geschichte um David und Bathseba (2 Sam 11), dass es sich bei David und Jonatan keinesfalls um eine homosexuelle Beziehung gehandelt haben kann. Dass sich Männer küssen (1 Sam 20,41), mag bei uns Anstoß erregen, aber in vielen Ländern ist dies auch heute noch eine durchaus übliche, eindeutig nicht-sexuelle Art der Begegnung. Sogar die steile Aussage Davids, dass ihm Jonatans Liebe mehr bedeutet habe als Frauenliebe (2 Sam 1,26), relativiert sich stark, wenn man bedenkt, dass David jede Frau haben konnte, die er wollte; aber einen treuen und verlässlichen Freund zu haben, war angesichts seiner vielen Feinde etwas ganz Besonderes. Weniger irreführend als in der *Elberfelder Übersetzung* heißt es da in der *Hoffnung für alle*: „Niemals kann die Liebe einer Frau ersetzen, was deine Freundschaft mir bedeutet hat.“ (1 Sam 1,26).

3. Jesus und seine Jünger: In Joh 15,15 bezeichnet Jesus seine Jünger als Freunde. Nur ihnen offenbart er alles, was er vom Vater gehört hat. Diese Offenbarung ist zugleich Selbstoffenbarung. Was Jesus im Grunde seines Wesens ausmacht, teilt er seinen Freunden mit – Zeichen wahrer Freundschaft. Der ganze Umgang Jesu mit seinen Jüngern zeigt, dass er nicht nur „Treffen“ mit ihnen hatte, sondern sein Leben mit ihnen teilte. Bei der Vorbereitung auf seinen bevorstehenden Kreuzestod bittet er seine drei engsten Freunde, ihm beizustehen (Mk 14,32f.). Wenn sogar Jesus Freunde wichtig waren, wie viel mehr sollten sie uns wichtig sein?!

Freundschaften aufbauen

Freundschaften erfordern unseren Einsatz. Vieles hält uns davon ab: Männer ziehen sich gerne zurück, sind oft leistungsorientiert („bloß keine Schwäche zeigen!“), fühlen sich arbeitsmäßig überfordert, sind viel unterwegs. Übermäßiger Medienkonsum und virtuelle Beziehungen (Chats, Communities, ICQ, Second Life u. a.) sind auch nicht gerade förderlich für tiefe Freundschaften.

Bevor Sie auf jemanden zugehen, checken Sie erst einmal Ihre bestehenden Kontakte, auch diejenigen, die Sie vielleicht lange vernachlässigt haben; es ist leichter, bestehende Kontakte zu intensivieren, als ganz neue aufzubauen. Seien Sie dabei auch bereit, eine gewisse geographische Distanz in Kauf zu nehmen.

Ergreifen Sie die Initiative, und seien Sie beharrlich – ohne aber aufdringlich zu werden. Bevor Männer sich öffnen und tiefere Beziehungen eingehen, brauchen sie etwas Zeit. Beginnen Sie mit der Einladung zu einem Essen, einem Filmabend, einem Lauf, einem gemeinsamen Hobby ...

Wenn Sie nur wenige Kontakte haben, könnte es auch hilfreich sein, wenn Sie sich einer Männergruppe anschließen; schon oft sind tiefe Freundschaften aus Männergruppen hervorgegangen.

Geben Sie nicht gleich auf, wenn jemand „keine Zeit“ hat (was meistens so viel bedeutet wie „kein Interesse“). Es gibt viele Männer, denen ein wahrer Freund fehlt. Seien Sie bereit, für jemanden ein wahrer Freund zu werden, auch wenn Sie das einiges kosten wird (z. B. Zeit!); dann werden Sie den Segen einer tiefen Freundschaft erleben – und das tut uns allen Männern gut, ob ledig oder verheiratet.

Die nachfolgenden Tagebuchnotizen eines anonymen Autors (wir nennen ihn „Joachim“) kommen nicht von einem, der von Sieg zu Sieg eilt und sagt: „Macht es wie ich, dann habt ihr keine Probleme mehr!“ Vielmehr gibt der Autor Einblick in den oft herausfordernden Ehe- und Berufsalltag, berichtet über die erlebten Unterschiede von Mann und Frau und nennt die Gefahrenpunkte von (fast) allen Männern.

Folge 6: „Kevin allein zuhause“

Sicher kennst du den gleichnamigen Film: Eine Familie verreist in großer Hektik – und erst am Flughafen merken die Eltern, dass der kleine Kevin nicht dabei ist. Für ihn beginnt ein Abenteuer, er vertreibt Einbrecher und hat eine Menge Spaß.

Wie ist das bei dir, wenn du überraschend oder geplant alleine zuhause bleibst? Witterst du ebenso das große Abenteuer? Endlich mal alleine, endlich mal frei, kein anderer Mensch in der Nähe! Was könnte dir helfen, damit du nicht in eine zwielichtige Situation oder ein erotisches Abenteuer hineinschlitterst? – Mir hat geholfen, ziemlich klare Regeln aufzustellen: kein Fernsehen mehr nach den Spätnachrichten, eine Flasche Bier oder zwei Glas Wein sind das Maximum. Ich lese ein schönes Buch und höre dazu eine CD, die ich schon lange nicht mehr gehört habe.

Zugegeben, das ist die Theorie. Dass meine sauberen Regeln manchmal schon am ersten, spätestens am zweiten Abend nicht mehr geholfen haben, steht auf einem anderen Blatt. Immer wieder musste ich erkennen: Es ist wie bei einem Süchtigen – er kann mit der Sucht nicht „ein bisschen“ spielen. Er muss das Gefahrengebiet komplett meiden, sonst hat er schon verloren. Man kann sich das etwa so vorstellen wie bei der großen Oderflut im Sommer 2002: Dort, wo ein Deich nicht hoch oder dicht genug war, begann das Wasser durchzubrechen und hat manchmal das ganze Hinterland überschwemmt. So erging es mir nicht selten auch beim Spielen mit der Lust: später habe nicht mehr ich sie kontrolliert, sondern sie mich!

Lege dir Verhaltensregeln fest, mit denen du „überleben“ kannst. Verabredet dich mit einem Freund, oder telefoniert miteinander. Nimm dir ein Projekt vor, das deine volle Konzentration braucht (müsste nicht mal wieder der Keller oder Hobbyraum gründlich aufgeräumt werden?)



Auf dünnem Eis Tagebuchnotizen

Die bisher veröffentlichten Folgen sowie weitere Tagebuchnotizen finden Sie im Archiv auf unserer Website (www.adam-online.de).

Für einen Süchtigen besteht ein Großteil der Gedanken darin, wie er seine Sucht befriedigen kann, und er ist ein guter Schauspieler. Sein Blick ist treu und unschuldig, gleichzeitig laufen seine Gedanken Amok, wann er endlich wieder alleine sein kann, um seiner Sucht nachzugeben. Manch einer läuft zur Meisterschaft auf, wie er diese zwei Welten miteinander verbinden kann. Man kennt das von Alkoholikern, aber es trifft genauso für einen Sexsüchtigen zu.

Und wie viel Heuchelei ist nötig, wenn du deiner Frau vorspielst, als sei nichts gewesen!

Doch da du dein „Pulver“ schon verschossen hast, bist du im Bett nicht mehr so aufmerksam und ihr zugewandt, vielleicht hast du sogar Mühe mit einer Erektion. Deine Frau meint dann vielleicht scherhaft, dass du jetzt wohl in das Alter kommst, in dem alles etwas nachlässt. Du stimmst ihr brummend zu, weißt aber genau, dass es nicht am Alter liegt ... Oder sie bezieht die Sache auf sich und meint, sie sei nicht mehr so attraktiv wie früher.

Als mir ein Freund einmal sagte, ich sei sexsüchtig, habe ich das zuerst weit von mir gewiesen. Doch er meinte, je eher ich das akzeptierte, desto schneller würde der Heilungsprozess beginnen. Durch eine Männergruppe und eine Zweierschaft habe ich dann viel Hilfe erfahren, trotzdem muss ich meine Sucht immer wieder an Gott ausliefern und darf mich nicht treiben lassen. So wie ein „trockener Alkoholiker“ kann auch ein ehemals Sexsüchtiger von heute auf morgen wieder rückfällig werden. Das kann dann wie ein Dammbroch sein, der alles mühsam Aufgebaute über Nacht hinwegreißen. Denn ein Süchtiger wird nicht wieder klein anfangen, sondern etwa dort einsteigen, wo er beim letzten Mal aufgehört hat. Darum gilt: Wehre den Anfängen! Spiele keine harmlosen Spielchen, glaube nicht, dass du die Stärke der Sucht aus eigener Kraft aufhalten kannst.

Unterziehe einmal ehrlich deinen Lebensstil der Frage, wo es Handlungen oder Abläufe gibt, die ein Außenstehender leicht als „Sucht“ definieren könnte. Was wirst du damit machen?

Joachim

AO



Anonyme Sexaholiker: „Das Programm der 12 Schritte“
www.anonyme-sexsuechte.de

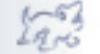
ICH spiele mit ihm



ICH spiele mit **IHM**



ich spiele mit **IHM**



ER spielt mit mir



ER unterjocht mich!





AO: „Moderne Väter“? Waren die alten Väter nicht gut genug?

Thomas Schirrmacher: Es gab immer schon gute und schlechte Väter. Aber zu keiner Zeit war die Rolle der Vater so undefiniert. Kaum jemand, der Vater wird, geht heute noch mit einer religiösen, kulturell oder pädagogisch vorgegebenen Aufgabe ins Rennen. Das bringt viele Nachteile mit sich. Statt aber nur darüber zu jammern, geht es mir darum, dass engagierter Väter auch die neuen Chancen darin sehen und nutzen. Gerade die Freiheit von alten Rollenbildern gibt Vätern heute ganz neue Möglichkeiten, eine enorm positive Aufgabe für die Entwicklung ihrer Kinder zu übernehmen und eine stabile Beziehung zur Mutter zu pflegen, die gerade von der Unterschiedlichkeit der Geschlechter her lebt.

AO: Wieso Unterschiedlichkeit? Reicht es nicht, wenn der Vater von Zeit zu Zeit die Mutter bei der Betreuung ablöst?

Nein, Väter können ihre Kinder nur schlecht „bemuttern“. Aber ebenso gilt: Auch die besten Mütter können Väter nicht ersetzen! Lange Zeit hielt die Forschung den Vater als Erzieher für überflüssig, vor allem in den ersten Lebensjahren der Kinder. Dann kam der Ruf, der Mann solle sich gefälligst an der Erziehung praktisch beteiligen, aber eigentlich nur als Kopie der Mutter. War er keine Zweitmutter, galt er als faul. Erst jüngst bricht sich die Erkenntnis Bahn: Der Vater ist anders – und mit seinen ganz anderen Interessen und Vorgehensweisen für seine Kinder unverzichtbar.

AO: Können Sie dafür praktische Beispiele nennen?

Ja, natürlich, die kann jeder sehen, wenn er Eltern auch nur kurze Zeit beobachtet. Mütter sind stark auf Sicherheit bedacht, und das ist gut so. Väter erziehen die Kinder eher zum Risiko, und auch das ist gut so! Väter spielen sehr viel mehr mit Kindern. Früher sah man das oft als Ausflucht vor der Hausarbeit an. Heute weiß man, dass die Kinder

hier Unverzichtbares lernen, zum Beispiel kontrolliert Risiken einzugehen oder sich an Regeln zu halten.

AO: Sie haben das Buch im Czernin Palais in Prag im Beisein des tschechischen Sozialministers und stellvertretenden Premierministers sowie des Familienbeauftragten der tschechischen Regierung der Öffentlichkeit übergeben.

Ist das nicht etwas ungewöhnlich für ein deutsches Buch?

Mag sein, aber da die deutsche Regierung rechts wie links ja gerade auf den Ausverkauf der elterlichen Betreuung zugunsten der Krippen setzt, hätte diese mir sicher eine solche Ehre nicht zuteil werden lassen. Ich setze ja auf eine möglichst intensive Betreuung der Kinder nicht nur durch die Mutter, sondern eben

auch durch die Väter. In der Tschechischen Republik ist man von den Erfahrungen mit den Krippen in kommunistischer Zeit ein gebranntes Kind. Deswegen werden Familien mit kleinen Kindern in den ersten Lebensjahren unabhängig von ihrem Einkommen massiv gefördert. Eltern können ihr Geld für den Krippenbesuch einsetzen, werden aber nicht dazu ermutigt, und Krippen dürfen nicht direkt vom Staat bezuschusst werden. Obwohl der Anteil der Frauen in der Arbeitswelt in der Tschechischen Republik wesentlich höher ist als in Deutschland, wählen über 90% der Eltern für die ersten drei Lebensjahre den Weg der Selbstbetreuung!

AO: Ihr Familieninstitut hat die Eröffnungsvorträge der Konferenz des tschechischen Sozial-, Arbeits- und Familienministeriums „Betreuung der Kleinkinder zwischen Familie und Staat“ übernommen. Wie kommen christliche Ethiker in einem so stark säkularisierten Land dazu?

Mein Kollege Prof. Dr. Thomas Johnson und ich haben beide für unser Institut für Lebens- und Familienwissenschaft die wissenschaftlichen Gründe für den Vorrang für die Betreuung der Kinder durch ihre Eltern vorgetragen. Zudem sind wir beide selbst engagierte moderne Väter, die trotz beruflicher Erfolge der Familie Vorrang vor der Wirtschaft einräumen. Wer als Christ nicht nur kritisiert, sondern sich engagiert und informiert mitdiskutiert, wird oft auch gerne gehört.



Prof. Dr. Thomas Schirrmacher ist u.a. Rektor des Martin-Bucer-Seminars und wissenschaftlicher Leiter des Instituts für Lebens- und Familienwissenschaften. Sein Buch „Moderne Vater“ erschien 2007 im Hänsler-Verlag.



SIE KÖNNEN EVANGELISIEREN

The Reinhard Bonnke School of Fire

Effektive Seelenrettung und Evangelisation

Umfangreiches Selbststudium mit 20 Lehreinheiten **69,90 €**
Studienbuch inklusive
Begleitheft auf CD

Bitte senden Sie mir kostenlose Infos zu.
 Ich bestelle ___ Exemplare à 69,90 €
 Herr Frau

Vorname _____
Name _____
Straße _____
PLZ/Ort _____
Land _____
Telefon _____

An: E-R Production GmbH
Postfach 60 05 95
60335 Frankfurt am Main
www.e-r-productions.com

Adam online 2/08

LOPBREISGEBET „Christuslied“

Dieses Gebet ist in der Sprachform der Psalmen verfasst. Es eignet sich besonders zur persönlichen Meditation, aber auch zum wechselseitigen Beten im Gottesdienst.

Das Gebet darf von der Homepage **kostenlos** kopiert werden:
www.christuslied.de

Außerdem ist es als Buch erschienen:
WDL-Verlag ISBN 978-3-86682-112-5

Der christliche Stellenvermittler für alle, die gute Jobs suchen oder anbieten ... **Rufen Sie uns an!**
0561.93875-12


cps
Christen im Personal-Service
www.cps-online.org

ERF
Gute Nachrichten

Der Sender für ein ganzes Leben

Gute Nachrichten in **Radio, Fernsehen, Internet**

www.erf.de



Ja, bitte schicken Sie mir ein kostenloses Infopäckchen des ERF!

Vorname, Name _____

Straße, Nr. _____

PLZ, Ort _____

Geburtsdatum, Beruf _____

Evangeliums-Rundfunk, 35573 Wetzlar

Adam online 2/08

Vor einem Jahr, im Januar 2007, ist der Orkan „Kyrill“ mit großer Macht über uns hinweg gezogen. Obwohl es eine erstaunlich präzise Vorwarnung gab und deshalb manche Vorfahrungen getroffen werden konnten, hat die brachiale Gewalt des Sturmes viele überrascht. Schäden in Milliardenhöhe sind entstanden, manche Wälder werden 30 Jahre brauchen, um die großen Verluste auszugleichen.

In der Nähe meines Büros stand eine stattliche Fichte. Sie sah eigentlich kerngesund aus, und ich habe sie oft bewundert. Aber warum lag sie am nächsten Morgen dann am Boden? Bei näherem Hinschauen entdeckte ich, dass sie im Verhältnis zu ihrer Höhe nur sehr flache Wurzeln hatte. Darum konnte sie den Orkanböen offensichtlich keinen wirksamen Widerstand entgegen setzen.

Irgendwie drängte sich mir der Vergleich auf, und ich musste mich fragen, ob meine Wurzeln denn kräftig genug sind – oder ob mich eine starke Anfechtung eventuell auch flachlegen könnte? Man kann immer wieder mal von geistlichen Leitern lesen, die entweder durch finanziellen oder sexuellen Missbrauch gestraucht sind und alle Ämter aufgeben mussten. Da fällt es uns nicht schwer, mit den Fingern zu zeigen und zu sagen: „Guck mal, der da! Das musste ja so kommen!“ Aber darf man es sich so einfach machen, wenn eine hohe Persönlichkeit fällt? Haben da nicht viel zu viele erst an dem hohen Podest mit gebaut – später aber vielleicht selbst zu Hammer und Meißel gegriffen, um das Denkmal mit Spott und Sensationsgier zu stürzen?

Ziehen wir rasch unseren ausgestreckten Finger wieder zurück und fragen uns selbst, ob wir – im Rahmen unseres geistlichen Lebens und unserer gesellschaftlichen Verantwortung – alles richtig gemacht haben. Es müssen ja nicht gleich spektakuläre Dinge sein, die Palette unserer Gefährdungen ist auch ohne diese noch umfangreich genug: Gefahr des Vergleichens, Neid,

Sind wir „Flachwurzler“ oder „Tiefwurzler“?



Michael Mogel ist Redakteur bei der *Stiftung Marburger Medien*. Er lebt mit seiner Familie in Pohlheim bei Gießen. Bei Adam online arbeitet er ehrenamtlich im Vorstand und als Redakteur mit.

„Eva, schreib jetzt endlich deine Kolumne für Adam online!“ Offen gestanden hat Eva aber gerade gar keine Lust zum Schreiben. Mir wäre viel mehr nach Fotografieren. Denn im Moment zieht eine neue, tiefschwarze, mit viel Können ausgestattete Digitalkamera all meine Aufmerksamkeit auf sich. Schon gestern, gleich nach dem Auspacken und Schnellstudium der 173 Seiten dicken Gebrauchsanleitung, war jegliches andere Thema absolut sekundär. Und heute – mit voll aufgeladenem Akku, vier unbeschriebenen GB auf der Speicherkarte – soll ich mich erst mal brav hinter die Tastatur klemmen und etwas fürs andere Geschlecht schreiben? Also, werte Herren, über meine Recherche bezüglich Superzoom, Megapixel, Bildrauschen etc., darüber könnte ich jetzt ins Schwärmen geraten.

Vielleicht würde das ja auch der eine oder andere hier lesen wollen. Männermagazin mit Fotofachrubrik wäre gar nicht so abwegig.

Dennnoch will ich mich kurz meinem momentanen Lieblingsthema ab- und dem Schreiben zuwenden. Über's Schreiben wollte ich hier nämlich gern mal ein Wörtchen verlieren. Sozusagen Eva schreibt an Adam. Weil nämlich immerzu behauptet wird, Adam schreibe nicht gern an Eva. Und nicht nur nicht an Eva, sondern Adam – also Mann – schreibt angeblich überhaupt nicht gern. Zumindest Postkarten. Bei Liebesgedichten scheint das anders zu sein. Ich habe ein Buch voller Gedichte zum Thema Liebe. Zweiunddreißig an der Zahl. Und, was zu erwarten war, die Männer führen: 20 : 12. Und das Buch der Bücher, die Bibel: alles männ-



Eva Jung lebt mit ihrem Mann Ingbert in Hamburg und ist freiberufliche Grafikerin, Texterin und kreativer Kopf von ps145 – Büro für schöne Bekanntmachung (www.ps145.de). Sie ist Initiatorin der Website www.godnews.de und gestaltet für den Präsenz-Verlag ungewöhnliche Grußkarten – tauglich für Mann und Frau.



Schreiben oder Nichtschreiben

liche Verfasser. Also schreiben tut der Mann wohl schon – und bisweilen offensichtlich auch gern. Nicht nur pragmatisch und fachlich, nein, sogar romantisch. Das schöne Schreiben scheinen also auch Männer ganz gut zu beherrschen. Dennoch kommt mir immer wieder mal die Begegnung unter, der Mann schreibe nicht gern

Postkarten. Wenn's nicht am Schreiben liegt, vielleicht liegt es ja an den Karten. Ich vermisse, es liegt nicht mal daran, dass es keine schönen, dem Männerauge gefälligen Motive gäbe. Ich bin mir sicher, es kommt daher,

dass die wirklich gute Postkarte nicht in jedem Ständer steckt. Also gewissermaßen nicht auf Abruf parat steht. Ich kenne einige Frauen mit so genanntem Kartentick. Solche bleiben regelmäßig an diesen Postkartenständern hängen, sammeln das ein oder andere Motiv in ihr Körbchen und murmeln dabei: „Man weiß ja nie, worfür man die mal brauchen könnte ...!“ Mann dagegen betritt Buchhandlung oder Schreibwarengeschäft, fokussiert das gerade benötigte Lese- oder Schreibutensil, ergreift, bezahlt und verlässt den Laden; ungeachtet der vielen Karten, die seinen Weg links und rechts säumen. Und gerät dann in Panik, wenn plötzlich ein Geburtstag bevor steht und nichts Vernünftiges zum Grußdrafuschreiben im Haus und auf die Schnelle zu finden ist. Darum, liebe Männer, mein Rat: Werdet vom Jäger zum Sammler! Legt euch einfach einen kleinen Stapel brauchbarer Grußkarten auf Halde (und versteckt sie gut vor besagten Kartentickfrauen). Und dann klappt das mit dem Schreiben fast wie von selbst. Weil Schreiben könnt ihr. So, wie Evas sich auch für Digitalkameras begeistern können. **AO**

Missgunst, Hass, Undankbarkeit Gott gegenüber, Unbarmherzigkeit anderen gegenüber – und vieles andere mehr ... Alle diese Dinge führen nicht gleich zum Sturz, doch sie gefährden unsere Wurzeln und das geistliche Wachstum.

Beim weiteren Nachdenken stieß ich auf den Psalm 1, wo auch von einem Baum die Rede ist. Die Beschreibung gipfelt in der Aussage: „Und was er macht, das gerät wohl.“ (Vers 3). Das klingt ja auffallend persönlich für einen Baum! Wie kann denn ein Baum etwas „wohl machen“? Ich vernehme daraus einen Appell an mich: Wenn schon eine Pflanze sich um die rechte Nahrung und einen guten Halt in der Erde kümmern kann, wie viel mehr hat das auch meine erste Aufgabe zu sein. Denn davon hängt alles andere ab.

Wer glaubt, zu stehen, mag zusehen, dass er nicht falle. (1 Kor 10,12) **AO**

Neues wagen und Veränderung gestalten, privat und im Beruf

Wir bieten dazu an:
Beratung,
Coaching,
Erlebnis-Seminare,
Outdoor-Trainings.

Zukunft wagen
Dipl.Päd. Georg Braun
63679 Schotten
Tel. 06044/950158
info@zukunft-wagen.de
www.zukunft-wagen.de

Erweckungs- und Evangelisationskonferenz
30.4.-3.5.2008 - ZELTHALLE TÜBINGEN

HARVEST FIRE Steve Hill
Suzette Hartung
John Bittner
Ted Pearce BE'ER SHEVA

WWW.tos.info
Fon: 07071-360910
Email: mailbox@tos.info
Auch über TOS Internet-TV
Anmelden oder Prospekt anfordern



Jörg Berger
Ein loderndes Feuer
Frauen, Männer und das Wagnis der Intimität
Francke Verlag, Marburg 2007, 160 Seiten,
7,95 Euro, ISBN 978-3-86122-963-6

Der Wunsch des Autors ist es, dass das Buch zum orientierenden Kompass werden möge, an dem man seine sexuelle Entwicklung ausrichtet. Eine anschauliche Sprache macht es dem Leser leicht, sich selbst zu begegnen und Worte für die oft mit Sprachlosigkeit besetzte Thematik zu finden. Mutig spricht er u. a. über Themen wie: die dunkle Seite der weiblichen und männlichen Sexualität oder die Rolle von Fantasien. Er betont die Ganzheitlichkeit der Persönlichkeit, die sich auch auf der sexuellen Seite ausdrückt. Wo sie (noch) unheil ist, zeigt sich das in Sehnsüchten, Fantasien und Träumen eben in Lebensthemen, die noch auf gute Weise vervollständigt werden können. Jörg Berger zeigt dafür gangbare Reifeschritte auf. Sein Utopiewunsch am Schluss: dass gute Werte (vor-)gelebt werden, an denen sich unsere Jugend orientieren kann. Eine einzige Einschränkung dieses komprimiert geschriebenen Buches: Es erfordert unbedingt einen sich selbst reflektierenden Leserkreis.

Jörg Berger ist Psychotherapeut an der Klinik Hohe Mark in Oberursel.

Meine Empfehlung: Lesen Sie das Buch gemeinsam als Paar und reden Sie darüber und dann ...?

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



Andreas Malessa, Ulrich Gieseckus
Männer sind einfach
... aber sie haben's nicht leicht
Brunnen Verlag, Gießen 2007, 160 Seiten,
11,95 Euro, ISBN 978-3-7655-1398-5



Manfred Twrznik
Was Frauen glücklich macht
... und Männer wissen müssen
Claudius Verlag, München 2004, 2. Auflage, 203 Seiten,
12,80 Euro, ISBN 978-3-532-62306-0

Muss Mann wirklich täglich den Drahten töten und seine Prinzessin beschützen, um – wie von vielen christlichen Ratgeberbüchern propagiert – seinen Weg zu biblischer Männlichkeit zu finden? Mit viel Witz sowie sprachlicher Schärfe decken die Autoren manche Rollenkrisen auf. Der rote Faden ihrer Überlegungen bildet die gesellschaftliche Veränderung der letzten Jahrzehnte. Hat die traditionelle Rollenverteilung in der Moderne noch die Verhältnisse geordnet, so hilft sie dem postmodernen Mann heute nicht, seine Identitätskrise zu überwinden. Die Männerwelt ist verunsichert: einst gütige Vorstellungen vom *vernünftigen* Mann sind unglaublich geworden. Der Mann hat seine Machtstellung eingebüßt und sieht sich nun mit einer Welt konfrontiert, in der er sich selbst neu definieren muss. Biblisch verankert, sensibel und offen, versuchen die Schreiber eine Orientierungshilfe zu liefern.

Fazit: Meine starke Empfehlung für jeden Mann, der genug von den Floskeln rund um christliche Rollenkrisen hat und sich auf die Suche nach echter Männlichkeit innerhalb der veränderten Gesellschaft begeben will.

Serge Enns

Der österreichische Autor, von Beruf Informatiker, will in seinem Buch aufzeigen, wie ein Mann seine Partnerin glücklich machen und zugleich sein Mannsein voll ausschöpfen kann. Viele Interviews mit Frauen und seine über zehnjährige Erfahrung in Männerarbeit bilden die Grundlage für ein Buch, das nicht nur gelesen, sondern auch durchdacht und gelebt werden will: Bewusst stellt der Autor immer wieder Fragen an den Leser und gibt ihm eine Reihe praktischer Tipps.

Manche der empfohlenen Übungen und die starke Anlehnung an C. G. Jung – bis hin zu der Empfehlung, sich mit seiner „inneren Frau“ (Anima) zu treffen – sind mitunter schwer nachvollziehbar, die meisten Grundaussagen und Tipps dürften sich aber für viele Männer als hilfreich erweisen; besonders gut sind die Anregungen zu einer gesunden Streitkultur.

Fazit: Wer sich nicht durch die teilweise fragwürdigen Praktiken und Tipps abschrecken lässt, wird hier insgesamt eine Reihe interessanter Erkenntnisse und Anregungen finden, die für Mannsein und Partnerschaft hilfreich sind.

Emmerich Adam



Mehr Informationen zum Seminar und der Anmeldung erhalten Sie auf unserer Webseite:

www.financialfreedom.de

oder per E-Mail an: info@financialfreedom.de oder an unserem Infotelefon: 03984 / 718 00 55
Veranstaltungsort: AGAPE Glaubensgemeinde, Stettiner Straße 61, 17291 Prenzlau / Uckermark

Finanzielle Freiheit

Seminar mit
Pastor Bill Krause / USA

30. April – 02. Mai 2008
in 17291 Prenzlau / Uckermark

Wir sind immer auf der Suche nach Veranstaltungen speziell für Männer – überregionale Männerkonferenzen, Männerseminare, Männerfreizeiten etc. Für Hinweise sind wir Ihnen dankbar. Termine für die nächste Ausgabe (Juni bis August 2008) können Sie uns noch bis Ende April nennen.

TERMINE

Veranstaltungen für Männer

MÄRZ

■ 01.03.2008 Oberlausitzer Männertag Thema: **Zehn Gebote für den Mann**

Referenten: Prof. J. Berthold (FH Moritzburg) und Männerteam; Ort: Grubschütz bei Bautzen; Infos: Männerarbeit der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsen, Lindenweg 4, 09575 Eppendorf, Tel. 037293/89851, tl.lgst@maennerarbeit-sachsen.de, www.maennerarbeit-sachsen.de

■ 07.-08.03.2008 Seminar für Väter (und solche, die es werden ...)

Thema: Zwischen Verantwortung und Verführung, Referent: Matthias Unger (Theaterapeutischer Seelsorger); Ort: Schmiedeberg/Osterzgebirge; Infos: Männerarbeit der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsen, Lindenweg 4, 09575 Eppendorf, Tel. 037293/89851, tl.lgst@maennerarbeit-sachsen.de, www.maennerarbeit-sachsen.de

■ 07.-09.03.2008 Männerwochenende Leitung: Roel Knoops und Thomas Stein mit Team; Ort: Alberndorf (Österreich); Infos: Werner März, Pürstling 3, A-4844 Regau, Tel. A-0437672/72072, info@team-f.at, www.team-f.at

■ 07.-09.03.2008 Männertage Thema: **Mann nach dem Herzen Gottes**

Referenten: Hannes Steets, Dr. Reinhard Meyer zu Bentrup und Team; Ort: Schwäbisch Gmünd; Infos: Missionswerk „Leben in Christus“, Hochimst 3, A-6460 Imst, Tel. A-0043/5412/6605010, verwaltung@mission.swerk.co.at, www.missionswerk.co.at

■ 13.-16.03.2008 Männerfreizeit

Thema: Die Axt im Haus – Männer und Technik? Referent: Jürgen Morgenstern (Landesmännerpfarrer); Ort: Kohren-Sahlis; Infos: Männerarbeit der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsen, Lindenweg 4, 09575 Eppendorf, Tel. 037293/89851, tl.lgst@maennerarbeit-sachsen.de, www.maennerarbeit-sachsen.de

■ 29.03.2008 Männertag

Thema: Mann ist eine neue Kreatur! Referent: Thomas Kurowski und Team; Ort: Friedberg-Hügelshart (bei Augsburg); Infos: Jeremia-Werk e.V., Alstro. 11, 86316 Friedberg-Hügelshart, Tel. 0821/603373, jerem iawerk@t-online.de, www.jeremia-werk.de

APRIL

■ 04.-06.04.2008 Männerseminar

Thema: Männer auf dem Weg zur eigenen Identität, Referent: Pfarrer Thomas Piehler; Ort: Degglingen; Infos: Kirche im Aufbruch, Tagungsstätte Nordalb, 73326 Degglingen, info@kirche-im-aufbruch.de

■ 05.04.2008 Männertag

Thema: Männer mit Leidenschaft, Referenten: Eberhard Mühlau, Christof Matthias u. a.; Ort: Nürnberg; Infos: Team.F, Honsele Bruch 30, 58511 Lüdenscheid, Tel. 02351/81686, s.harder@team-f.de, www.team-f.de

■ 10.-13.04.2008 Männertage

Thema: Sehnsucht nach geistlichen Vätern, Referenten: Reinhart Wedeleit, Rudi Pinke, Rainer Osterloh; Ort: Krelingen; Infos: Christliches Männer-Training, Rainer Osterloh, Königsbergerstr. 26, 29225 Celle, Tel. 05141/44113, info@grz-krelingen.de, www.grz-krelingen.de

■ 11.04.2008 Männervesper Thema: **Die vier Herausforderungen für den Mann von heute**

Referent: Pfarrer i. R. Friedrich Walther, Neuenfeldtsau; Infos: Tankstelle für Leib und Seele, Werner Berr, Kaubenheim 39 f, 91472 Ipsheim; Tel. 09846/978606, werner.berr@elops.de, www.tls-kaubenheim.de

■ 11.-13.04.2008 Männerwochenende

Thema: 40 Jahre und (k)ein bisschen Weise, Halbzeit – Neue Ziele für die zweite Lebenshälfte; Referent: Werner Berr; Infos: Tankstelle für Leib und Seele, Werner Berr, Kaubenheim 39 f, 91472 Ipsheim; Tel. 09846/978606, werner.berr@elops.de, www.tls-kaubenheim.de

■ 22.-27.04.2008 Männerwoche Erzgebirge

Thema: „Männeraufstand“, Referent: Pro-Christ-Redner Ulrich Parzany; Ort: Aue/Erzgebirge; Infos: Koordinierungsbüro „Männerwoche Erzgebirge“, idea e.V., Thomas Schneider, Alter Schulweg 3, 08359 Breitenbrunn, Tel. 037756/1432, thomas.schneider@idea.de, www.maenneraufstand.de

■ 24.-27.04.2008 Männerfreizeit

Thema: (Ge-)Schaffen für's Glück? Referenten: Günther Pilz, Ulrich Müller; Ort: Rathen/Sächsische Schweiz; Infos: Männerarbeit der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsen, Lindenweg 4, 09575 Eppendorf, Tel. 037293/89851, tl.lgst@maennerarbeit-sachsen.de, www.maennerarbeit-sachsen.de

MAI

■ 02.-04.05.2008 Vater-Sohn-Wochenende

Thema: „Papa, bitte hör mir zu!“, Mitarbeiter: Team der katholischen Gemeinschaft *Familien mit Christus*; Ort: Geistliches Familienzentrum, Heiligenbrunn, 84098 Hohenhann; Infos: Diakon Franz-Adolf Kleinrahm, Tel. 08784/278, www.familienmitchristus.de

■ 03.05.2008 Männer-Wandertag

Thema: Glauben mit Füßen ...? Referenten: Stefan Irgang, Ulrich Müller; Ort: Schmiedeberg/Ammelsdorf; Infos: Männerarbeit der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsen, Lindenweg 4, 09575 Eppendorf, Tel. 037293/89851, tl.lgst@maennerarbeit-sachsen.de, www.maennerarbeit-sachsen.de

■ 17.05.2008 Tagesseminar

Thema: Raus aus der Stressfalle

Leitung: Georg Braun; Ort: Schotten; Infos: Zukunft wagen, Am Hohenwiesenweg 5, 63679 Schotten, Tel: 06044/950158, info@zukunft-wagen.de, www.zukunft-wagen.de

■ 29.05.2008 Männertag

Thema: Männer brauchen Beziehungen

Referenten: Männer der Männerweggemeinschaft Lintzel; Ort: Celle; Infos: Christliches Männer-Training, Rainer Osterloh, Königsbergerstr. 26, 29225 Celle, Tel. 05141/44113, office@cmt-online.org

■ 31.05.-02.06.2008 Vater-Sohn-Erlebniswochenende; Leitung: Rainer Salathé und Team; Ort: Wiler (Schweiz); Infos: JMEM Family Ministries, Hauptstr. 15, CH-3266 Wiler, info@family-ministries.ch, www.family-ministries.ch

Diese und weitere Termine nach Redaktionsschluss finden Sie auf unserer Website: www.adam-online.de

BÜCHER WIE NAVIGATIONS-SYSTEME VON FRANCKE



Gary Chapman: Die fünf Sprachen der Liebe für Männer

Der Schlüssel zum Herzen Ihrer Frau

Versteh einer die Frauen! Wenn er schon mal Blumen mitbringt, will sie einfach nur umarmt werden. Doch bevor man(n) sein Herz sprechen lässt, sollte man(n) auf seinen Kopf hören: Was versteht meine Frau eigentlich unter Liebe? Lernen Sie die Liebessprache Ihrer Frau, und sie wird Ihnen in Ihrer antworten! 160 S., geb., 978-3-86122-808-0 EUR 13,95 / A 14,40 / sFr 25,90



Jörg Berger: Ein loderndes Feuer
Frauen, Männer und der Wagnis der Intimität

Wir wissen genug über die Sexualität, doch verstehen wir sie auch? Welche Sehnsüchte stehen hinter unseren Wünschen und wie stillen wir sie, ohne die Kontrolle über sie zu verlieren? Berger führt an den Abgrundern der Sexualität vorbei in den Lebensraum, in dem sexuelle Energie dem persönlichen und geistlichen Wachstum dient. 160 S., geb., 978-3-86122-963-6 EUR 7,95 / A 8,20 / sFr 14,60



Martin Grabe:
Zeitkrankheit Burnout
Warum Menschen ausbrennen und was man dagegen tun kann

Burnout – Zeitscheinung auf dem Weg zur Volkskrankheit. Wie läuft diese Störung ab, wie erkennt man Frühsymptome, wie sorgt man vor? Unsere Gesundheits- und Lebensorganisation als Ganzes steht zur Debatte und es lohnt sich, Zeit in das Thema zu investieren! 128 S., geb., 978-3-86122-808-4 EUR 6,95 / A 7,20 / sFr 12,60



Jörg Berger:
Lebensziel Berufung
Frauen, Männer und das Wagnis der Intimität

Wie finde ich die Lebensform, die meinem Wesen entspricht? Hier gibt der Autor praktische Antworten, die sich in der Psychotherapie bewährt haben. **Wofür** setze ich mein Leben ein? Hier zeigt die Bibel Lösungen, die den Menschen freisetzen zu einem schöpferischen Leben. 128 S., geb., 978-3-86122-812-7 EUR D 6,95 / A 7,20 / sFr 12,60

Verlag der FRANCKE-Buchhandlung
www.francke-buch.de

Impressum

Bestelladresse
Adam online
Am Alten Friedhof 12
D-35394 Gießen
Tel. 06 41/9 43 35-41
Fax 06 41/9 43 35-42
E-Mail: vertrieb@adam-online.de

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

Redaktionsleitung
Dipl.-Theol. Emmerich Adam
E-Mail: redaktion@adam-online.de

Redaktionsassistenz
Sabine Adam

Redaktionelle Mitarbeiter
Michael Mogel
Serge Enns

Beirat
Marienfeld, Uli
Müller, Rolf & Birgit
Prescha, Andreas
Pröpper, Dirk & Diane
Wigand, Christian & Mirjam

Anzeigen
Daniel Zabel
Münchener Str. 30
D-86899 Landsberg
Tel. 0 81 91/29 00 38-0
Fax 0 81 91/4 28 06 24
ao@smartart24.de

Layout & Grafik
Daniel Zabel
www.smartart24.de

Druck
Stafadruck, Hüttenberg

Copyright
CVMEF e. V.

Bildnachweis
Alle Fotos, wenn nicht anders vermerkt, aus dem Archiv von D. Zabel; S.1,4,6,9,16 photocase.com

Internet
www.adam-online.de

Erscheinungsweise
vierteljährlich (März, Juni, September und Dezember)

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

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

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



Evangelisation mit Leidenschaft

Der alles überragende Auftrag

Jeden Tag bewegen sich Millionen von Menschen auf dem Weg ins Verderben. Unter ihnen befinden sich Kollegen, Nachbarn und Freunde. Sie alle gingen unweigerlich verloren, gäbe es da nicht die eine Person, die sich ihnen mitten in den Weg stellt. Jesus Christus. Seine Arme sind weit ausgebreitet. Er weist jede einzelne Person in die entgegengesetzte Richtung und leitet sie liebevoll in ein Leben voller Hoffnung und Freude.

Reinhard Bonnkes neuestes Buch wird Sie dazu inspirieren, die Verlorenen für Jesus zu gewinnen und Ihnen gleichzeitig vermitteln, wie dieses Ziel erreicht werden kann. Lesen Sie dieses Buch und ernten Sie ewigen Gewinn.

ISBN: 978-3-937180-32-8

Preis: 13,80 € • Paperback
230 Seiten + 16 Fotos Seiten



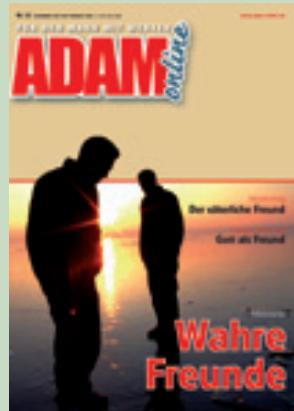
Internetbestellungen:

www.e-r-productions.com

E-R Productions GmbH

Telefon: (069) 4 78 78 98

E-Mail: info@e-r-productions.com



Gott fängt klein an

Danke für die neue Ausgabe der Zeitschrift. Sie geht durch viele Hände. Ein Kollege, der mit „Gott“ nichts anfangen kann, kommt mit mir in einen Männerkreis. Er ist offen und erstaunt, dass er so einfach und herzlich als Mann und „Nichtgläubiger“ empfangen wurde. Auch er ist euer Leser. Ich bin gespannt, wie es mit ihm weitergeht ... Schön, dass Gott klein anfängt!

Peter Großmann

Wichtig, für die Männer so etwas zu tun

Seit Beginn von *Adam online* bekomme ich nun Ihre Zeitschrift und finde die Arbeit, die Sie tun, klasse. Es ist so wichtig, für die Männer so etwas zu tun.

Alexander Wich

Geniale Zeitschrift

Viel Dank für die geniale Zeitschrift. Wurde von einem Freund darauf aufmerksam gemacht, der mir ein Exemplar geschenkt hat. Finde sie toll und würde sie auch gerne abonnieren.

Anonym

Bereicherung für mein Leben

Ich lese Ihre Zeitschrift jetzt ca. ein Jahr und sehe dies als Bereicherung für mein Leben und meinen Glauben. Die Ehrlichkeit und Direktheit, mit der verschiedene Themen angesprochen werden, tun mir als jungen Mann gut! Es ermutigt mich, und fordert mich in einer guten Art

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

und Weise heraus, mich mit mir selbst auseinander zu setzen. Vielen Dank für all die guten Anregungen!

Friedrich Eilzer

Fan ihrer Zeitschrift

Ich bin ein Fan Ihrer guten und wertvollen Zeitschrift – weiter so! Vielen Dank.

Andreas Fritz

Mit Rohstoffen besser haushalten

Von Anfang an habe ich gerne die Zeitung *Adam online* ausgelegt, verteilt und gelesen. Dass ihr aber nun auch die Seiten immer mehr mit Werbung auffüllt ..., finde ich nicht gut ... Als Bezieher mehrerer Zeitschriften flattert mir überall fast dasselbe entgegen. So landet viel davon im Altpapier ... Lasst uns lieber mit den wichtigen Rohstoffen besser haushalten und sie maßvoll einsetzen ...

Johannes Friese

Anmerkung der Redaktion: Auch unsere Werbeseiten verstehen wir als Service am Leser. Außerdem sind wir auf Werbung angewiesen, da sich unsere Zeitschrift allein aus den Spenden nicht finanzieren lässt; wir verkaufen die Zeitschrift ja nicht, sondern verschenken sie, damit viele erreicht werden können. Im Unterschied zu den meisten anderen Zeitschriften verbrauchen wir relativ wenig Papier (nur 16 Seiten incl. Werbung) und verschicken seit der ersten Ausgabe *Adam online* an viele Leser als E-Paper (die komplette Zeitschrift als PDF-Datei).

Bei „online“ denkt man normalerweise ans Internet: Adam geht online? Also eine Internet-Zeitschrift für Männer? Nein.

„Adam“ bezieht sich auf den ersten Mann, von dem wir in der Bibel lesen.

Streng genommen hat „Adam“ im 1. Buch der Bibel (Genesis/1. Buch Mose) zunächst die allgemeine Bedeutung „Mensch“, und erst ab Genesis 4,25 wird „Adam“ als Eigename für den ersten Mann verwendet.

OFFLINE: Adam war nicht nur im Einklang mit der ihn umgebenden Natur, sondern er hatte auch eine klare Verbindung zu Gott, er war sozusagen *online* mit ihm. Diese innige Verbindung ging verloren, als sich Adam von Gott abwandte.

Doch die verloren gegangene Verbindung zu Gott kann wiederhergestellt werden – durch den „neuen“ oder „letzten Adam“, wie er von Paulus genannt wird (1 Kor 15,45): Jesus Christus.

ONLINE: Das Anliegen von *Adam online* ist es, dass Männer online mit



Warum heißt unsere Zeitschrift *Adam online*?

Gott gehen und online mit ihm bleiben. Den ersten Schritt dazu hat Gott selbst schon getan, indem er durch Jesus Christus mit uns in Verbindung trat. Doch eine Online-Verbindung kann nie einseitig aufgebaut und gehalten werden; der andere muss darauf reagieren und die Verbindung halten, sonst bricht sie ab.

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

Wie finanziert sich *Adam online*?

Was viele nicht wissen – besonders diejenigen, die unsere Zeitschrift von jemandem geschenkt bekommen oder in einer Auslage entdeckt haben: *Adam online* finanziert sich nicht über Abogebühren. Auch steht kein finanziertiger Verlag oder Sponsor hinter uns. Zum Großteil versuchen wir, jede Ausgabe über die freiwilligen Spenden von Lesern zu finanzieren – und zu einem geringen Teil über die in der Zeitschrift enthaltenen Anzeigen. Beides gelingt uns von Ausgabe zu Ausgabe mal mehr, mal weniger gut.

Wenn Sie unsere Zeitschrift gut finden und Sie es sich leisten können, unterstützen Sie uns bitte mit einer einmaligen oder regelmäßigen Spende. Unser Spendenkonto finden Sie links unten im Impressum. Ihr Team von *Adam online*

BESTELLCOUPON

Ich will *Adam online* abonnieren. (4 Ausgaben pro Jahr)

Ich möchte mithelfen, *Adam online* bekannt zu machen.

Bitte schicken Sie mir zum Weitergeben:

einmalig regelmäßig
 10 Exemplare 20 Exemplare

Ich möchte den Dienst von *Adam online* mit einer **Spende** unterstützen:

einmalig regelmäßig

in Höhe von:

Spenden (von der Steuer absetzbar) bitte an den gemeinnützigen Verein CVMF e. V. (Spendenkonten links unten im Impressum).

Wir interessieren uns für eine **Anzeige**:

Bitte schicken Sie uns Ihre Mediadaten

Organisation:

Name _____ Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ, Ort: _____

E-Mail: _____ Telefon (für Rückfragen): _____

Bitte einsenden an:

Adam online
Am Alten Friedhof 12
D-35394 Gießen

Tel.: 06 41/9 43 35-41
Fax: 06 41/9 43 35-42
vertrieb@adam-online.de

Ferienanlage im Nordschwarzwald



Umgeben von Wiesen, in sonniger Lage, bieten wir Ferienwohnungen und Gästezimmer mit viel Komfort und Behaglichkeit. Ob zum Wandern, Radfahren oder einfach nur Entspannen – bei uns kommt jeder auf seine Kosten. Fordern Sie unser Hausprospekt an.

Landhaus Mühlengrund · Familie Frey

72270 Baiersbronn-Tonbach · Tonbachstraße 95 und 97
Telefon 07442/8432-0 und 5276 · Fax 07442/8432-10
info@landhaus-muehlengrund.de
www.landhaus-muehlengrund.de



THRE BOTSCHAFT IN JERUSALEM



ICEJ - Deutscher Zweig e. V. Spendenkonto

Postfach 31 13 37
70473 Stuttgart
Telefon: 0711 83 88 94 80
Email: info@icej.de
Internet: www.icej.de

bei der Evangelischen Kreditgenossenschaft eG
Konto: 40 20 200
BLZ: 500 605 00



DAS LETZTE WORT

Männlichkeit

1. Je weniger **Schlaf** ich benötige,
2. je mehr **Schmerzen** ich ertragen kann,
3. je mehr **Alkohol** ich vertrage,
4. je weniger ich mich darum kümmere, was ich **esse**,
5. je weniger ich jemanden um **Hilfe** bitte und von jemandem abhängig bin,
6. je mehr ich meine **Gefühle** kontrolliere und unterdrücke,
7. je weniger ich meinen **Körper** achte,

desto männlicher bin ich.