

ADAM ONLINE

Für den
Mann mit
Werten

49

In Beziehungen
investieren

Josef, der Mann im
Hintergrund

Marathon
mit dem
himmlischen
Papa

**SIND MÄNNER
BEZIEHUNGSUNFÄHIG?**

INHALT

04 | MENTORING IN BEZIEHUNGEN INVESTIEREN



06 | MÄNNER DER BIBEL JOSEF, DER MANN IM HINTERGRUND

Warum der Pflegevater von Jesus so wichtig war



07 | ONLINE MIT GOTT MARATHON MIT DEM HIMMLISCHEN PAPA



08 | PARTNERSCHAFT & SEXUALITÄT SICH SELBST ENTDECKEN – AUCH FÜR DEN ANDEREN



9 | PARTNERSCHAFT & SEXUALITÄT STERNSTUNDEN DER LIEBE

Eine Betrachtung zu Himmels-Körpern und Mars-Männchen



10 | EVA ONLINE RAUS AUS DEN HAMSTERRÄDERN



16 | DAS LETZTE WORT MÄNNERFREUNDSCHAFT



RUBRIKEN

Impressum	2	Männer-Events	13
Editorial	3	Service	14
In eigener Sache	11	Leserbriefe	14
Bücher für Männer	12		

IMPRESSUM

Bestelladresse

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

Herausgeber

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

AO-Team

Emmerich Adam
(Redaktionsleitung)
Sabine Adam
(Redaktionsassistentin)
Martin Jockel (Redaktion)
Jennifer Adam (Eva online und Korrekturlesung)
Peter Müller (Webdesign)

Beirat

Mario Christ (FreeatHeart Deutschland)
Rüdiger Fock (Evangelisch-Freikirchliche Männerarbeit)
Thomas Lieberwirth (Männerarbeit der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsens)
Rainer Osterloh (Christliches Männertraining)

Friedbert Reinert (CVJM Thüringen)
Hans-Peter Rösch (Christliche Männerbewegung)
Raymond Schmid (Männerforum Schweiz)
Rainer Zilly (Kreativ-Agentur Zilly)

Layout

Grafikbüro Sonnhüter,
www.sonnhueter.com

Anzeigen

Dorothee Schöffel
Am Hasenberg 6
86899 Landsberg
Tel. 08191 969245
Fax 08191 969254
E-Mail: anzeigen@image-d.de

Druck

apm alpha print medien AG

Copyright

CVMEF e. V.

Titelbild

Volodymyr Tverdokhlib
(shutterstock.com)

Internet

www.adam-online.de

Facebook

www.facebook.com/Adamonlinemagazin

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.
Bank: Evangelische Bank Kiel
IBAN: DE59 5206 0410
0006 4136 50
BIC: GENODEF1EK1

Spendenkonto Schweiz

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

WAS HEISST „BEZIEHUNG“?

Das ist so eine Sache mit dem Wort „Beziehung“. Gibt man es in eine Suchmaschine ein, werden Seiten rund um die Themen „Partnerschaft“ und „Sexualität“ gelistet. Dabei gibt es doch auch nicht-erotische Beziehungen!

In unserer neuen Ausgabe fragen wir uns: Sind Männer beziehungsunfähig? Genau das ist nämlich ein Vorwurf, den man von Frauen hören kann. Wir Männer seien unfähig, tiefe Beziehungen (erotischer und nicht-erotischer Art) einzugehen, wir seien wortkarg, wir hätten keine echten Freunde. Das alles mag es geben. Aber wir müssen schon genauer hinschauen: Oft ist es nämlich so, dass wir Männer Beziehung einfach anders (als Frauen) leben.

Einige Beispiele finden Sie in dieser Ausgabe: Männer, die ihre Beziehung zu anderen, zu Gott und zu sich selbst leben – als Männer.

Natürlich gibt es auch Männer – und Frauen (!) –, die tatsächlich ein Problem damit haben, Beziehungen aufzubauen und zu pflegen. Wie gerne verschancen sich viele Männer z. B. hinter ihrer Arbeit und vernachlässigen ihre Familien. Unser erster Beitrag ermutigt daher, in Beziehungen zu investieren, auch wenn uns das nicht immer liegt oder wir gar nicht genau wissen, wie das gehen soll. Der Autor zeigt auf, wie uns Männern das gelingen kann.

Dass Beziehungen *auch* etwas mit Frauen zu tun haben, ist klar. Viel Vergnügen mit den „Mars-Männern“ und „Venus-Frauen“ auf Seite 9!

ADAM ONLINE IST EINE BEZIEHUNG

Unser Name ist unser Motto: Auf „Adam online“ kamen wir, weil wir Männer ermutigen wollen, eine Beziehung zu Gott aufzubauen („online gehen“) und diese auch konsequent zu leben („online bleiben“) – als Männer. Die Anfangsbuchstaben A und O weisen auf das biblische „Alpha und Omega“ (Offb 22,13 u. a.) hin, womit Jesus Christus gemeint ist. Er ist der Inbegriff an Beziehung zum himmlischen Vater, und er ist es, der auch uns diese Beziehung zu Gott ermöglicht.

Eine intakte Online-Verbindung wünscht Ihnen




Emmerich Adam
Chefredakteur



IN BEZIEHUNGEN INVESTIEREN

Als ich die Tage Ridley Scotts „Gladiator“ anschaute, gab es eine Szene, die mich besonders beeindruckte: Commodus, der intrigante Sohn des sterbenskranken Caesar Mark Aurel, bekam von seinem Vater eröffnet, dass er nicht dessen Thronfolger wird. Die erste Reaktion des enttäuschten Sohnes war etwa: „Eine einzige Umarmung von dir, Vater, hätte die Sonne in meinem Herzen tausend Jahre strahlen lassen.“

Commodus hatte sich zu einem Scheusal entwickelt, weil alle seine Versuche, Bestätigung von seinem Vater zu erhalten, scheiterten und er zeitlebens diese Vaterwunde mit sich herumtrug. Mark Aurel, der buchstäblich die Welt während seiner Herrschaft eroberte, blickte in seinen letzten Sekunden dem größten Versagen seines Lebens ins Gesicht, ehe sein zutiefst enttäuschter Junge ihn in seinem Wutanfall erstickte.

WAS SAGEN ANDERE ÜBER MICH?

Durch Schicksalsschläge in meiner eigenen Familie und durch Beobachtung vieler anderer, die ich als Pastor begleiten durfte, habe ich gelernt, vom Ende her zu denken. Das ist nicht sehr schwer: Man nehme sich etwas Zeit, ziehe sich an einen ruhigen Ort zurück und denke über folgende Frage nach: Was wünsche ich mir, dass die wichtigsten Menschen meines Lebens als Laudatio an meinem 90. Geburtstag sagen werden? Was wird der Chef sagen, was die besten Freunde, vor allem aber, was der Ehepartner und was die eigenen Kinder?

Üblicherweise erkennen Männer bei dieser Übung die Flüchtigkeit der Dinge, die wir im Alltag oft für so wichtig halten: die Karriere, die Pokale, die Titel, das Vermögen, die Macht ..., alles weicht den einfachen, ehrlichen Worten der Menschen, die uns die wichtigsten sind. War ich ein guter Vater für meine Kinder, der Zeit für sie hatte und sein Leben mit ihnen teilte? War ich ein Ehemann, der alles tat, um seine Frau auf Dauer glücklich zu machen?

Wenn man ehrlich genug mit sich selbst ist, kann man recht gut vorhersagen, was die wichtigsten Menschen meines Lebens sagen werden. Wenn ich weiterhin tue, was ich tue, werde ich weiterhin haben, was ich habe. Oder: Wenn ich tue, was alle tun, werde ich haben, was alle haben. Ist es das, was Sie wollen?

Ich selbst fand vor rund 20 Jahren heraus, dass ich definitiv nicht das haben wollte, was alle haben. Ich wollte mich nicht nach dem Verlust eines mir sehr wichtigen Menschen sagen hören: „Ich wollte ihr doch noch so viel sagen, so viel mit ihr unternehmen, so viel für sie tun...“. Denn eines ist sicher: Niemand gibt mir eine Garantie, dass ich ein weiteres Jahr mit diesem Menschen habe, nicht einmal der nächste Tag ist versprochen.

EIN VERMÄCHTNIS HINTERLASSEN

Bei meinen ersten Schritten mit dem, was ich *Quality Times* nenne, konzentrierte ich mich darauf, besonders meinen Kindern nicht nur Erbe, sondern ein Vermächtnis zu hinterlassen. Unser Land ist voll von unbestätigten Männern und Frauen, die wie Commodus ständig auf der Suche nach etwas sind, das die größte Frage ihres Herzens beantwortet: „Wer bin ich?“

Als Männer und Väter haben wir das große Vorrecht, in die Herzen und Leben unserer Kinder ein Vermächtnis zu legen, das über Generationen erhalten bleibt und sich weiterentwickeln kann. Damit meine ich die Werte, für die wir stehen, von Annahme und Bestätigung ohne Bedingungen, von echter Liebe, von Selbstbewusstsein und innerer Stärke. Ich halte es für sinnvoller, ein regelmäßiges Budget für gemeinsame Unternehmungen und Reisen bereitzustellen, als einen Sparplan für die Ausbildung oder den Führerschein meines Kindes abzuschließen.

GANZ PRAKTISCH LOSLEGEN

Wenn ich mit Männern über das Thema *Quality Time* spreche, erhalte ich nahezu ausnahmslos Zustimmung. Sie sind durchaus der Meinung, dass es sehr wichtig ist, Zeit in die wichtigsten Beziehungen seines Lebens zu investieren. Wenn ich dann darauf zu sprechen komme, warum sie es wenig oder gar nicht tun, ist die Antwort fast immer: „Weil ich nicht weiß, wie“.

Die wenigsten Männer haben in ihrer Kindheit erlebt, dass ihr Vater mit ihnen Qualitätszeit verbracht hat. Sie haben schlicht und ergreifend kein inneres Bild dafür, was sie denn mit ihrem vierjährigen Sohn oder ihrer 17-jährigen Tochter in solch einer Zeit machen sollen. Wie sollen wir also anfangen?

Um die ersten Schritte zu solchen Quality Times zu machen, empfehle ich wie folgt vorzugehen:

1. Entscheiden Sie, mit welchen Menschen Sie beginnen. In meinem Buch habe ich neben den Kindern, um die es in diesem Artikel geht, noch sieben weitere Zielgruppen definiert, wie die Eltern, die Familie, den Lebenspartner, Freunde, Kollegen, sich selbst und Gott. Wenn Sie Vater sind, warum beginnen Sie nicht mit Ihren Kindern?

2. Führen Sie ein Erstgespräch mit jeder Person einzeln. Erklären Sie ihre Absicht und werben Sie dafür, das auf jeden Fall einmal auszuprobieren. Seien Sie nicht enttäuscht, wenn erst einmal keine Begeisterung aufkommt oder das Gegenüber sogar misstrauisch ist. Halten Sie das aus. Machen Sie klar, dass Sie keine geheime Agenda mit diesen Treffen verfolgen, sondern einfach nur die Zeit zu zweit genießen möchten und selbst gespannt sind, wie das sein wird. Fragen Sie nach Dingen, die Ihr Gegenüber gerne mal mit Ihnen tun würde. Notieren Sie auch die seltsamsten Ideen auf einer Liste. Teilen Sie auch mit, was Sie sich gut vorstellen könnten. Auch die Frage nach dem „Wie oft im Jahr und zu welchen Zeiten“ könnte hier bereits abgestimmt werden. Dann verabreden Sie die erste gemeinsame Unternehmung.

3. Geben Sie diesen Treffen die höchste Priorität. Notieren Sie sich diese Termine in Ihrem Kalender und blockieren Sie diese Zeiten. Sie sollten für Sie genauso wichtig und bindend sein wie ein Besprechungstermin mit Angela Merkel.

4. Legen Sie ein Budget für diese *Quality Times* fest. Auch wenn diese grundsätzlich nicht immer etwas kosten müssen, erhöht es die Attraktivität und Vielfalt, wenn Sie z. B. 20 oder 30 € für einen Nachmittag mit einem Ihrer Kinder verfügbar haben.

Mit meinen Eltern unternehme ich neben mehreren jährlichen Treffen alle fünf Jahre eine kurze Reise (mit jedem einzeln), seit sie 60 sind. Als ich vor ein paar Jahren zu solch einer Reise mit meinem Vater aufbrach, stand mein damals noch kleiner Junge Raphael vor mir, und seine großen blauen Augen blitzten mich begeistert an, als er sagte: „Papa, wenn ich groß bin, mache ich auch solche Reisen mit Dir!“ In diesem Moment wusste ich ohne jeden Zweifel, dass ich das Richtige tue!

BERND C. TRÜMPER



ist verheiratet und Vater von drei Kindern. Er arbeitet als Autor, Seelsorger, Coach und Berater und leitet zusammen mit seiner Frau das Christus Centrum Limburg.

Sein Buch „*Quality Time*“ wurde von auflagenstarken Magazinen wie „*Freundin*“, „*Brigitte*“ und „*Psychologie heute*“ empfohlen. – Siehe auch Buchrezension auf Seite 12!

JOSEF,

DER MANN IM HINTERGRUND

Warum der Pflegevater von Jesus so wichtig war

Nur wenige Verse des Neuen Testaments (z. B. Mt 1,18-20.24) berichten von Josef, dem Pflegevater von Jesus. Seine Zeit ist die der weihnachtlichen Krippenspiele – danach hat dann an Josef aber wieder kaum jemand größeres Interesse. Gemessen an Ruhm und Bekanntheit seiner Frau Maria bleibt er ähnlich blass im Hintergrund wie die Frauen berühmter Fußballstars oder der Ehemann der Königin von England. Warum eigentlich? Für mich ist Josef einer der ganz Großen, ein Vorbild, wie man(n) erfolgreich Beziehungen leben kann. Es lohnt sich, ihn besser kennenzulernen.

JOSEF – MANN DER TAT

Auffällig ist zunächst: Die Bibel überliefert kein einziges gesprochenes Wort von Josef. Das heißt nicht zwingend, dass er wirklich ein stiller, schweigsamer Typ war. Es ist aber aufschlussreich, denn wir kennen verschiedene Worte, die Gott zu Josef sprach. Was dieser damit praktisch machte, ist offenbar wichtiger, als das, was Josef sagte. „Liebe darf sich nicht in Worten und schönen Reden erschöpfen; sie muss sich durch unser Tun als echt und wahr erweisen“, schreibt Johannes in einem seiner Briefe (1 Joh 3,18 – Neue Genfer Übersetzung). Josef hat genau dies gelebt.

GNADE VOR RECHT

Seinen ersten Auftritt hat er, als Maria, seine Verlobte schwanger wird, aber nicht von ihm. Sehr gnädig reagiert er da: Josef verzichtet auf sein Recht, Maria wegen offener Untreue und unehelichem Sex öffentlich bloßzustellen. Es liegt nahe, dass er sie liebte und dass ihn diese Schwangerschaft enorm verletzt haben muss. Trotzdem übt Josef keine Rache. Als Gott ihn dann sehr direkt auffordert, Frau und Kind dennoch zu sich zu nehmen, gehorcht er sofort. Damit riskiert er sehr viel, mindestens seinen guten Ruf als moralisch untadliger, frommer Jude.

JOSEF – VATER ZUM ANFASSEN

Die politischen Umstände zwingen Josef wenig später zu einer langen, beschwerlichen Reise mit der schwangeren Maria nach Bethlehem. So verbringt er vor, während und nach der Geburt seines Pflege Sohns Jesus wahrscheinlich deutlich mehr Zeit mit seiner kleinen Familie als unter normalen Lebensumständen. Gleiches gilt später auch mit Blick auf die Flucht der drei nach Ägypten. Hierzu fordert Gott Josef mitten in der Nacht auf – und wieder gehorcht er direkt. Würde auch ich mich auf Gottes Reden hin mitten in der Nacht ins Auto setzen und mit meiner Familie auf unbestimmte Zeit ins ferne Ausland fliehen?

Die Emigration nach Ägypten kostet Josef fast alles: den Schutz der Großfamilie, die berufliche und wirtschaftliche Existenz, dazu alle damit verbundenen Lebenspläne. Er ist bereit, diesen Preis in schlichtem Gehorsam zu zahlen – für ein Kind, das nicht einmal sein eigenes ist! Später wird Jesus davon sprechen, dass er seine Jünger so liebt wie sein eigener Vater ihn geliebt hat (Joh 15,9). Gut möglich, dass er dabei nicht nur seinen himmlischen Vater, sondern auch Josef vor Augen hatte – und dass Jesu Bezie-

hungsfähigkeit auch Abbild der engen Gemeinschaft war, die er in frühester Kindheit mit seiner Mutter und (für die damalige Zeit eher ungewöhnlich) seinem (Pflege-)Vater hatte.

JOSEF – EIN ERFOLGREICHER VATER

Das Letzte, was die Bibel ausführlicher über Josef berichtet, ist nicht ein erfolgreiches Projekt als Bautischler, sondern seine Begegnung mit dem zwölfjährigen Jesus im Jerusalemer Tempel. Kompromisslos deutlich grenzt dieser sich ab: „Mein wahrer Vater“, sagt Jesus sinngemäß, „bist nicht du, sondern der im Himmel!“ – War Josef wütend, verletzt und enttäuscht, nach allem, was ihn die Pflegevaterschaft gekostet hatte? Oder froh und dankbar, dass sein Sohn offenbar in einer persönlichen, vertrauensvollen Gottesbeziehung lebte? Die Bibel lässt dies offen und hüllt den weiteren Verlauf der Vater-Sohn-Beziehung wieder in ein Geheimnis. Schade – und doch ist gerade das für mich eine besonders kostbare, Mut machende Lehre aus Josefs Leben: Normale Väter, die ihren Kindern in schlichtem Gottesgehorsam helfen, den himmlischen Vater kennen und lieben zu lernen, sind erfolgreiche Väter (vgl. auch Psalm 112, 1+2) – egal ob sie in der ersten, zweiten oder dritten Reihe stehen.

MICHAEL VAN MARK

ist verheiratet und Vater von zwei inzwischen erwachsenen Töchtern. Zwei mehrjährige Elternzeiten haben das Leben des promovierten Volkswirts enorm bereichert.

MARATHON MIT DEM HIMMLISCHEN PAPA



© Ivanko80 / Shutterstock.com

Die Sonne scheint hell und warm über einer staubig roten Piste. Vor meinen Augen erstreckt sich ein wunderschönes grünes Tal, in dem noch die Wolkendecke hängt. Der Ausblick ist atemberaubend! Der erste Berg ist erklommen, ich laufe weiter, den Berg hinunter den Wolken entgegen. Eine Schulklasse am Straßenrand feuert mich an. Kinder rennen neben mir her, ein kleiner Junge ergreift meine Hand und begleitet mich einen Kilometer lang. – Zusammen mit 300 Weißen und 700 Ugandern laufen wir im südwestlich gelegenen Bergland von Uganda einen Marathon. Es erwarten uns 42 Kilometer mit über 1300 Höhenmeter.

GOTT FÜR UNS – OHNE WENN UND ABER

Um von Gott geliebt und angenommen zu sein, muss ich nichts leisten. Das weiß mein Kopf – aber leider fällt das meinem Herzen oftmals schwer zu glauben. In einem Bild beschrieben stehe ich neben Jesus auf einer Wiese, und wir blicken gemeinsam ins Tal, er hat seinen Arm um meine Schulter gelegt. Zwischen uns ist eine Verbindung, einfach nur beim Dastehen, ohne dass ich etwas leiste. Da ist Frieden, Annahme und Liebe. Das ist ein bisschen wie bei einem Vater, der seinem Sohn zusieht und sich darüber freut, wie dieser mit Bauklötzen spielt: Sohnemann ist voll und ganz ins Bauklötze-Bauen vertieft. Egal wie hoch oder krumm und schief der Turm auch wird, sein Vater liebt ihn. Ohne Wenn und Aber!

DER KOPF STEHT NICHT MEHR IM WEG

Was für manche paradox erscheinen mag – für mich bedeutet der Marathon genau

das im übertragenen Sinne: Ich laufe mit dieser kindlichen Einstellung. Ich freue mich von Herzen am Laufen und an dem Abenteuer hier in Uganda, und Gott freut sich mit. Es ist egal, ob ich den Marathon schaffe oder nicht, das Ergebnis schmälert oder vergrößert seine Liebe für mich kein Stück. Ich bleibe sein geliebter Sohn, so oder so.

In der körperlichen Anstrengung des Marathons kann ich meine Empfindungen viel besser spüren als das sonst der Fall ist. Irgendwie steht mir mein Kopf nicht mehr so im Weg. – Beim Laufen nehme ich auf einmal diese bedingungslose Liebe Gottes in meinem Herzen immer mehr wahr.

Am Rand der Laufstrecke sind zahlreiche lächelnde Kindergesichter. Ein Strahlen geht über ihr Gesicht, wenn sie rufen: „How are you?“ – Kilometer 35, die Sonne scheint jetzt richtig heiß, mit nassen Schwämmen wird am Versorgungsposten der Kopf gekühlt. Noch fünf Kilometer bergauf, der letzte Anstieg hat es in sich! Ich bin körperlich am Limit, aber irgendwie fühlt es sich gut an, und ich glaube, mein himmlischer Papa freut sich mit.

LAUFEN FÜR KINDER IN ARMUT

Vor dem Lauf haben wir uns vor Ort intensiv mit dem Thema „Kinderarmut“ auseinandergesetzt. Ziel jedes Teilnehmers war es, 10.000 Euro Spenden für Kinder in Armut zu sammeln und sich somit für sie stark zu machen. Im Moment der Erschöpfung, kurz vor dem letzten Gipfel der Strecke, kann mein Herz die Liebe spüren, mit der Gott mich anschaut. Sie durchflutet mein Herz – und das nicht we-

gen der Spendengelder für die Kinder oder weil ich den Marathon laufe. Es ist der liebevolle Blick, mit dem der Vater seinen Sohn beim Bauklötze-Bauen anschaut. Es ist die Verbindung zwischen Vater und Sohn beim gemeinsamen Blick ins Tal. Das Unglaubliche dabei ist, dass Jesus so durch mich wirkt. Nicht meine Leistung oder was ich produziere, zählt. Seine Liebe zählt! Und das Ergebnis schenkt Gott.

Kilometer 40, die letzten zwei Kilometer geht es bergab. Ich bin erschöpft, die Zunge klebt mir am Gaumen, ein letzter Schluck Wasser – die Kraft wird reichen. Da macht sich eine krasse Freude in mir breit. Es ist ein tolles Gefühl, anzukommen!

DR. MED. JOHANNES RÜDIGER



ist Arzt im Erzgebirge. Er ist verliebt in seine Doris.

Der Muskathlon wurde von der christlichen Männerarbeit „Der 4te Musketier“ organisiert. In Zusammenarbeit mit dem Kinderhilfswerk Compassion wurden 2016 insgesamt 1289 Kinderpatenschaften vermittelt und knapp 500.000 Euro Spenden gesammelt.

Für 2017 sind weitere Muskathlons in verschiedenen Ländern geplant.

Weitere Informationen:
www.muskathlon.de
www.4temusketier.de

SICH SELBST ENTDECKEN – AUCH FÜR DEN ANDEREN

In Beziehungen zeigen sich manchmal „unerwünschte Nebenwirkungen“. Unsere Unterschiedlichkeit kann das Beziehungsgefüge empfindlich gefährden. Man passt sich also an und arrangiert sich, so dass ein Bild von liebevoller Beziehungsharmonie entsteht; oft ist es aber eher das Gespenst von erotischer Blässe, Eintönigkeit und Langeweile: es passiert nichts Überraschendes mehr.

BESTÄTIGUNG DURCH ANDERE

Männer wie Frauen beziehen von Geburt an ihre Bestätigung und ihr Selbstgefühl von anderen. Die Gesichter, die sich freundlich zu mir als Säugling herabneigen, signalisieren mir, dass ich erwünscht bin. Aus der Beziehung zu den Eltern gewinnen wir Halt und den Mut zur Erkundung des Lebens. Später wollen wir dem anderen Geschlecht gefallen. Wir kleiden uns entsprechend und statten uns mit den „richtigen“ Accessoires wie Smartphone u. a. aus. Die Menge an Facebook-Freunden und „Likes“ schenkt uns ein Gefühl von (Fremd-)Bestätigung.

In festen Beziehungen geht das dann weiter: Unsere guten Gefühle für uns selbst entnehmen wir der Partnerin. Wohl daher spricht man von *Beziehung*: weil man vom anderen etwas bezieht – nämlich Bestätigung, Anerkennung, Wertschätzung, gute Gefühle usw. Oftmals werden wir aber nicht fündig und suchen vergeblich. Dann stellt sich Frust ein.

REIF WERDEN

Wenn wir reife Männer geworden sind, sollte sich zu unserer Abhängigkeit von Fremdbestätigung mittlerweile die Fähigkeit zur Selbstbestätigung hinzu gesellt haben. Statt nur von anderen etwas für unsere Identität zu beziehen, sollten wir nun auch in uns selbst das haben, womit uns früher nur andere versorgt haben. Leider rufen aber viele erwachsene Männer ihrer Partnerin förmlich zu: „Bitte gib du mir, was ich brauche!“

Was geschieht, wenn das ausbleibt? Viele Männer scheinen eine Art Strohalm zu haben, mit dem sie das Leben aus ihrer Partnerin herausaugen. Aus dem Ich *in Beziehung* wird ein Ich *aus Beziehung*, und irgendwann muss man(n) feststellen, dass der andere leer ist und nichts mehr zu geben hat. Dann tauscht man die leer gesaugte Partnerin gegen eine neue aus und wundert sich nach Jahren über das gleiche Ergebnis.

WIE FÜHRT MAN EINE GUTE EHE?

An diesem Punkt befand auch ich mich in unserer Ehe. Eingereiht in die Liga der Männer, die ein Eheversprechen gegeben hatten und es schaffen wollten, war auch ich angetreten mit den besten Vorsätzen. Aber niemand hatte mir gesagt, was es bedeutet, eine gute christliche Ehe zu führen, außer dass wir „Männer es schuldig sind, unsere Frauen zu lieben wie den eigenen Leib“ (Eph. 5, 28). Was das heißt, hatte mir jedoch keiner erklärt, obwohl Paulus gleich im nächsten Vers davon spricht: „Niemand hat je sein eigenes Leben vernachlässigt, sondern er nährt und pflegt es, gleichwie auch Christus die Gemeinde“ (Eph. 5, 29). Oder auf gut Deutsch: Wenn jeder in einer Partnerschaft Leben in sich selbst hat und für die Aufrechterhaltung dieses eigenen Lebens sorgt, indem er selbst es nährt und pflegt – statt sich bei der Partnerin zu bedienen –, dann hat er auch etwas, das er mit jemandem teilen kann.

Eine gesunde Paarbeziehung ist wie ein Portal mit zwei starken Säulen, welche durch den Torbogen der Liebe miteinander verbunden sind. Die romantische Vorstellung von einer Liebesbeziehung, in der jeder dem anderen gibt, was der sich selbst nicht geben kann – oder will – ist hingegen eine trügerische Illusion.

LEBEN IN SICH SELBST HABEN

„Das Geheimnis ist groß“ (Eph 5,32), schreibt Paulus. „Ein jeder von euch liebe seine Frau wie sich selbst“ (Eph 5,33). –

Was heißt das nun? Für mich bedeutete es einen Prozess der *Selbst-Gewahr-Werdung*: Ich entdeckte, dass der Vater es auch mir als seinem Sohn gegeben hat, Leben in sich selbst zu haben. Jesus spricht davon, wenn er sagt, dass der Vater es dem Sohn gegeben hat, Leben in sich selbst zu haben (Joh. 5,26). Ein Nachreifen im Selbstgefühl und in der Selbstbestätigung begann, und ich lernte – und lerne immer noch –, mir selbst Halt, innere Stärke und neuen Mut zu geben. Mich beschäftigte die Frage „Wer bin ich vor mir selbst?“ und nicht „Wer bin ich angesichts meiner Frau?“.

Dann fragte ich mich: Wer oder was möchte ich werden, was sind meine Werte, was sind meine Bedürfnisse? All das klärte ich zunächst einmal unabhängig von der Zustimmung oder Kritik meiner Partnerin. Ich wollte mir klar werden über mich selbst, eine eigene Meinung vertreten. Ich wollte mich selbst lieben, mit allen Widersprüchlichkeiten, Ängsten und Begehrlichkeiten. Schließlich liebt mich ja auch Gott, weil er mein Herz schon lange gesehen hat und dennoch seine Arme den ganzen Tag nach mir ausstreckt.

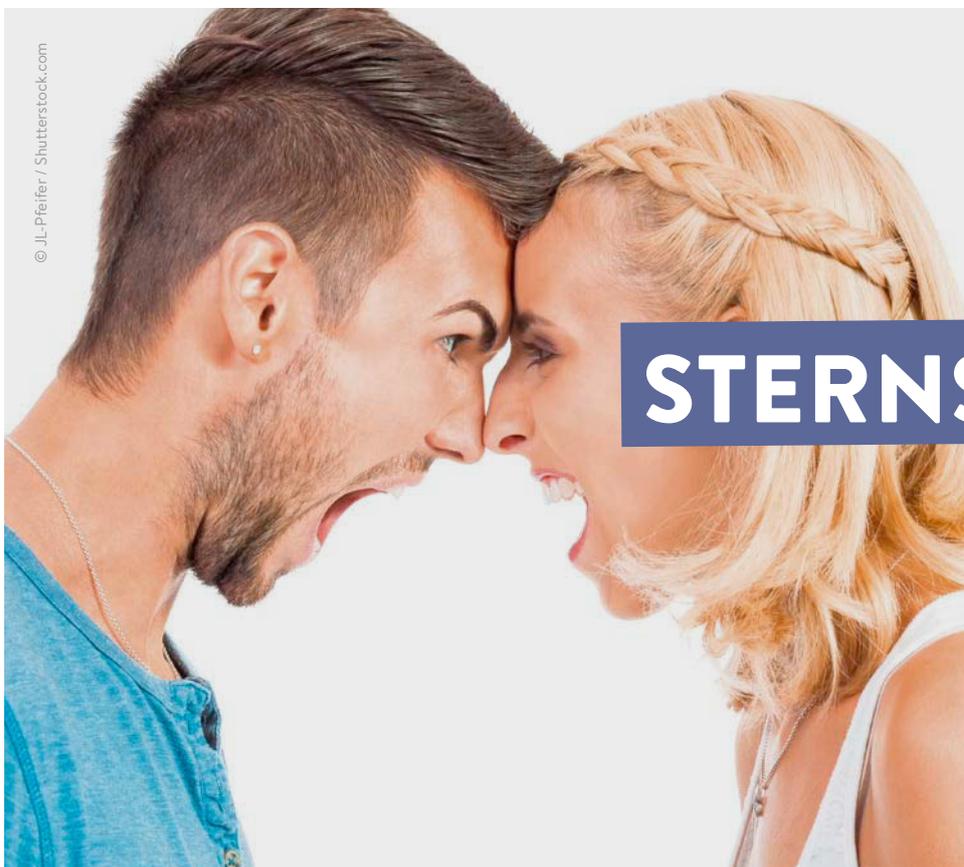
Anschließend hatte ich viel zu erzählen. Unzählige Nächte waren mit langen Gesprächen angefüllt, in denen meine Frau mich neu kennenlernte: in der Kraft der Selbstbestätigung eines Lebens in mir selbst.

Vermutlich ist dieser Prozess des Selbstwerdens nie ganz abgeschlossen. Aber wir können immer weiter ein besserer Partner werden, indem wir mehr werden von dem, was bereits in uns steckt.



HERBERT RUFFER

ehemaliger Pastor, ist psychologischer Berater und Paartherapeut. Er ist verheiratet und hat drei erwachsene Kinder.



STERNSTUNDEN

DER LIEBE

Eine Betrachtung zu
Himmels-Körpern und
Mars-Männchen

„**M**änner sind vom Mars. Frauen von der Venus“, schreibt John Gray in seinem Buch „Männer sind anders. Frauen auch“ (München 1988, ISBN 3-442-16107-x). Letzteres ahnten wir sch(m)erzhaft, bei Ersterem gehen die Meinungen zwischen den Geschlechtern auseinander.

WER GEHÖRT AUF DEN MOND?

Während Männer sich mit beiden Beinen auf dem Boden irdischer Tatsachen wähen, behaupten Frauen, die Herren lebten hinterm Mond (die letzte sichere männliche Domäne?). Gut, dort waren bisher nur Männer! Das hinderte sie nicht, Frauen bisweilen dahin zu wünschen – dann aber „ohne Rückfahrkarte“.

Nun fällt diese technische Sternstunde der Raumfahrt zusammen mit dem Zeitpunkt, da die Frauen in Sachen Emanzipation richtig durchstarteten. (Wären wir Männer 1969 besser hier geblieben?)

Bleibt festzuhalten: Männer sind fast überall – „und nirgends“, lässt sich manche weibliche Stimme halblaut vernehmen. Das „starke Geschlecht“ sei wohl etwas „desorientiert“.

DIE RICHTIGEN STERNE

Wiewohl wir Männer schon oft nach den Sternen gegriffen haben, so ist es uns weitgehend nicht gelungen, den Frauen dieselben vom Himmel zu holen. Dabei haben wir oft die Sterne gesehen ... (und Frauen nicken vielsagend lächelnd).

Bei so viel Erfolg in himmlischen Dingen verwundert es schon, dass die Mars-Männchen gerade auf der Venus bzw. auf der, die sie dafür halten, so schwer landen können. Es ist eben eine heiße Angelegenheit. Wenn Männer mit Frauen reden (ja, das kommt vor!), dann verstehen es die Frauen kaum. Umgekehrt soll es erfahrungsgemäß auch nicht so funktionieren – immerhin eine geschlechtsübergreifende Gemeinsamkeit.

WIE SAG' ICH'S IHR?

„Wie sag' ich's meiner/meinem Liebsten?“, lautet die erste Lektion des Kennenlernens. Dazu genügen wenige persönliche Sätze, die von Herzen kommen. Das ist eine Chance für die eher „schwerzüngigen“ Herren, und die Damen dürfen sich auf Wesentliches beschränken.

Die zweite Lektion, liebe Marsianer, ist: Wenn eine Frau breit ihr(e) Problem(e) schildert, haltet es aus – und etwas länger den Mund! Frauen brauchen das „offene Mikrofon“ und später den Widerhall der Zustimmung, etwa so: „Ja, Du hast es nicht leicht (mit mir?)!“

Falls hier Frauen mitlesen: Liebe „Venus-se“ („Venen“ duldet der Duden nicht): Das Schweigen der Männer ist keine schwerwiegende Beziehungsstörung, sondern zu allermeist der Urtrieb, sich in die eigene „Höhle“ – real Zeitung, Werkstatt, Hobbyraum – zurückzuziehen und mit sich selbst ins Reine zu kommen.

GELUNGENES MITEINANDER

Das alles wirkt seltsam für die/den jeweils andere/n. Aber Mann muss Sie so nehmen wie sie ist, Frau Ihn auch! Fakt ist: Der Wunsch nach der Partnerin, dem Partner, rangiert bei allen Altersgruppen ganz oben, und allen Beziehungsproblemen zum Trotz funktioniert das Miteinander von Frauen und Männern bei vielen. Das lässt hoffen, denn schließlich ist Partnerschaft kein blindes Schicksal, sondern auch (harte) Arbeit. Die Mühe wird belohnt mit Freude und Glück, Lustgewinn eben!

Ich wünsche allen bei ihrer Suche nach diesem Glück in der Liebe mit dem oder der Anderen ein gutes (inneres) Auge, ein Funkeln in demselben, damit die ersehnte Sternstunde Wirklichkeit wird. Übrigens: Die aktuelle Jahreszeit steht unter dem einzig wirklich „guten Stern“. Der ist das Zeichen für die Liebe schlechthin, im Himmel und auf Erden und dazwischen.

THOMAS LIEBERWIRTH



Diplom-Religionspädagoge, ist Landesgeschäftsführer der Männerarbeit der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsens. Er ist verheiratet und Vater von drei Kindern.

RAUS AUS DEN HAMSTERRÄDERN

Endlich! Mein Sommerloch ist vorbei. Ich mag es nicht. Gefühlt sind alle Menschen im Urlaub – niemand braucht ein Coaching, keiner ein Seminar. Jetzt geht es wieder los. Ein Seminar jagt das andere, Supervisionen in der Schweiz, Bewerbungstrainings beim Arbeitsamt, eine Referenten-Kollegin wird krank und ich springe ein – und irgendwann im Dreieck. Je stressiger mein Leben wird, umso schneller bin ich unterwegs. Zeit für Beziehungen? Fehlanzeige.

Szenenwechsel – auch bei meinem Mann bahnt sich ein stressiger Herbst an. Wer für „Weihnachten im Schuhkarton®“ unterwegs ist, hat ab September Hochsaison. Während ich lautstark über meinen Stress rede und Zuwendung erwarte, wird mein Mann immer stiller. Unter dem Motto „Das mache ich mit mir selbst aus.“ taucht er ab. Hin und wieder bekomme ich ein Lebenszeichen.

80 PROZENT SCHNELLER

Nach wenigen Tagen ist uns beiden klar: Wir müssen die Reißleine ziehen. Und so steigen wir beide aus unseren Hamsterrädern aus. Gemeinsam nehmen wir unsere Füße vom Gaspedal und überlegen, wie wir die kommenden Wochen leben wollen, ohne dass unsere Beziehung dabei leidet.

Noch vor 15 Jahren wäre an diesem Punkt der Ehekrach unvermeidbar gewesen. Viele Jahre und Weiterbildungen später staune ich – über meinen Mann, über mich und über Gott. Wir haben uns auf den Weg gemacht, haben uns selbst, unsere Beziehung, unsere Persönlichkeit und unseren Glauben unter die Lupe genommen.

Während ich noch dankbar über meine Ehe resümiere, sitze ich schon an meinem nächsten Termin. Ein Unternehmen fragt an, ob ich im Rahmen eines Teamcoachings einen Workshop halten könnte. Schon auf der Internetseite erfahre ich: „Wir sind 80 % schneller als alle anderen.“ „Wow“, denke ich. Dann haben die ja richtig viel Zeit – für sich, ihre Familien und für Beziehungen. Ich werde schnell eines Besseren belehrt: Vor mir sitzen Füh-

rungskräfte, ausschließlich Männer, für die ein 12-Stunden-Tag ein guter Tag ist. Morgens aus dem Haus gehen, wenn die Familie noch schläft, abends nach Hause kommen, wenn die Familie schon schläft – das verstehen die also unter „80 % schneller als die anderen“? Beziehungen? Fehlanzeige. Beziehungen gibt es nur noch zu Kollegen – was ja auch nicht schlecht ist. Da braucht Mann wenigstens nicht über seine Work-Life-Balance nachzudenken.

Als ich an diesem Abend nach Hause komme, bin ich 80 % schneller als meine Familie. Die fängt nach ein paar Minuten an lauthals zu meckern, weil ich noch nicht im Feierabendmodus angekommen bin.

MENSCHEN IM FOKUS

Wenige Tage später sitze ich einem Unternehmer gegenüber. Als Geschäftsführer und Personalleiter sind ihm seine Mitarbeiter unglaublich wichtig. Das spüre ich. Er ist ein Beziehungsmensch durch und durch und trotzdem erfolgreich wie ich feststelle. Beziehung und Erfolg – scheinbar kein Widerspruch. Die Firma expandiert, neue Mitarbeiter werden eingestellt. Dann erzählt mir dieser Unternehmer etwas, das mir die Tränen in die Augen treibt: Jeden Abend, wenn der letzte Mitarbeiter die Produktionshalle verlassen hat, geht er als Chef dorthin und dann kniet er nieder – auf dem Hallenboden und betet für seine Mitarbeiter. Er kennt sie alle, weiß um ihre Situationen, privat und beruflich. Er bringt sie alle vor Gott. Das beeindruckt mich. Das ermutigt mich. Ein Mann, der seiner Beziehung zu Gott Ausdruck verleiht, indem er mit ihm redet und dem die Nähe zu Gott Nähe zu den Menschen verleiht. Nicht die Arbeit steht im Vordergrund, sondern die Menschen; nicht der Gewinn, sondern der, der den Gewinn schenkt – Gott.

IN BEZIEHUNGEN INVESTIEREN

Jenseits von allen Klischees, dass Männer weniger gut in Beziehungsdingen sind als Frauen, hat mir dieser Unternehmer in meinem Hamsterrad die Augen für das Wesentliche geöffnet.

Beziehungen entstehen nicht von allein. Auch die Beziehung zu meinem Schöpfer ist kein Selbstläufer. Ich muss investieren, mir Zeit nehmen. Das gilt für Männer wie für Frauen. Wir sind beide erschaffen von einem Gott, der Beziehung ist und Beziehung will. Ihm ist nicht so sehr daran gelegen, dass ich 80 % schneller durchs Leben rase, sondern dass meine Beziehung zu ihm tiefer wird.



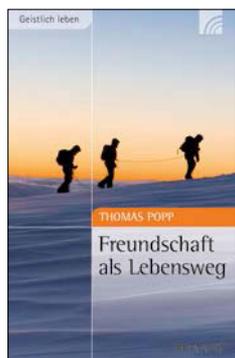
CORNELIA SCHMID

ist verheiratet und lebt mit ihrem Mann und zwei Teenagern im Kreis Calw. Als Theologin und Coach (www.cornelia-schmid.com) ist sie unterwegs, um Menschen mit Gottes Liebe in Berührung zu bringen.



BÜCHER FÜR MÄNNER

Hier finden Sie Bücher zum Heftthema oder Neuerscheinungen.



Verlag Brunnen, Gießen 2015
96 Seiten, 6,95 Euro
ISBN: 978-3765544667

Thomas Popp Freundschaft als Lebensweg

Was haben Hermann Hesse, der römische Staatsmann Cicero und der Evangelist Johannes gemeinsam? Sie alle sind sich mit Thomas Popp einig, dass ohne Freundschaft dem Leben die Farbe fehlt.

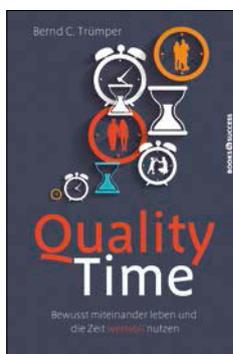
Deshalb widmet Popp der Freundschaft dieses Büchlein, in dem auch die oben genannten Herren zu Wort kommen. Er beleuchtet die verschiedensten Formen von Freundschaft mit Menschen und mit Gott und gibt spannende Einblicke in biblische und philosophische Gedanken zum Thema, sowie in seine eigene Biografie.

Besonders auffällig: Popp illustriert seine Gedanken anhand von Hesses Erzählung „Narziß und Goldmund“, der er ein ganzes Kapitel widmet. Das ist für ein christliches Buch unüblich, passt bei Popp aber sehr gut ins Gesamtbild.

Das Buch regt dazu an, über eigene Freundschaften nachzudenken und in diese zu investieren.

Fazit: Ein schnell gelesenes, aber nicht schnell verdautes, anregendes Buch.

Martin Jockel



Verlag books4success, Kallmbach 2014
224 Seiten, 19,99 Euro
ISBN: 978-3864702150

Bernd C. Trümper Quality Time Bewusst miteinander leben und die Zeit wertvoll nutzen

Was wäre, wenn wir unsere gemeinsame Zeit mit Partner, Kindern, Freunden und Gott intensiver und bewusster verbringen würden? Dieser Frage geht Bernd Trümper in seinem Buch nach – und regt an, vom Ende her zu denken: In den letzten Stunden unseres Lebens zählen nur noch Beziehungen und keine Oberflächlichkeiten mehr. Wenn wir lernen, jetzt schon unsere Prioritäten zu ordnen und nicht erst auf dem Sterbebett, dann gewinnt unser Leben an Tiefgang und Lebensglück.

Neben Anstößen zu unserer Einstellung gibt Bernd Trümper praktische Tipps, wie wir konkret in die verschiedenen Beziehungen unseres Lebens investieren können. Das geht von „Inseln“ mit dem Partner über größere Nähe zu den Kindern und Respekt gegenüber den eigenen Eltern bis hin zu Spielzeiten mit der Familie. Auch der berufliche Kontext, der Umgang mit sich selbst und die Beziehung zu Gott kommen nicht zu kurz. Was machen wir mit den 86.400 Sekunden, die wir jedes Jahr zur Verfügung haben?

Fazit: Ein intensiver Lebensratgeber zum Umgang mit unserer Zeit – aus der Praxis für die Praxis!

Christian Essl

Achtung: „Quality Time“ wird vom Verlag nicht mehr vertrieben – für Bestellungen wenden Sie sich bitte direkt an den Autor unter Bestellung@my-qt.de



Verlag Brunnen, Gießen 2016
208 Seiten, 14,99 Euro
ISBN: 978-3-7655-0957-5

Michael Stahl / Martin Schmiedel Kein Herz aus Stahl Außenseiter, Bodyguard, Herzenskämpfer

„Schwierigkeiten und Sorgen wird es immer geben. Aber du bist dann nicht mehr allein.“ Genauso ehrlich, wie Michael Stahl seinem Sohn die Beziehung mit Gott näher bringt, schildert der ehemalige Bodyguard seine Lebensgeschichte.

Ohne die (zahlreichen) Schattenseiten seines Lebens auszusparen oder zu verharmlosen, schafft es Michael Stahl, den Leser mit entwaffnender Ehrlichkeit und Authentizität für sich und sein Buch zu gewinnen. Dabei mindern auch mehrere Sprünge in der Erzählzeit keinesfalls die Lesbarkeit dieses bewegenden Buches.

Fazit: Jeder Mann kann durch dieses Buch herausgefordert und ermutigt werden, wenn er liest, welche große Rolle Vergebung im Leben Stahls spielt und wie wichtig die Vater-Sohn-Beziehung ist.

Tobias Adam

Unsere Empfehlung:
Fast jedes lieferbare Buch erhalten Sie bei unserem Partner FTH Books über Nacht.
Einfach via Mail (info@fthbooks.de) oder Telefon (0641 9797044) nachfragen und bestellen!

ADAM ONLINE ENTWICKELT SICH WEITER

Es ist uns eine große Freude, nun schon im zwölften Jahr Adam online zu verschenken! Auch alle anderen Medien und Dienstleistungen bieten wir kostenlos an. Damit wollen wir den Dienstcharakter unserer Aktivitäten unterstreichen und jedem ermöglichen, auch ohne Geld unsere Ressourcen zu nutzen.

Das ist möglich, weil es Männer (und Frauen) gibt, die durch Ihre Spenden unsere Vision mittragen: Durch Gott erneuerte Männer erneuern unsere Gesellschaft und werden zum Segen für andere.

Akut stehen wir vor besonderen finanziellen Herausforderungen, die wir gerne mit Ihrer Hilfe schultern würden:

1. Unsere 50. Ausgabe soll eine besondere werden! Freuen Sie sich auf eine umfangreichere Nummer, die einige Extras enthalten soll.

2. Die meisten Internet-Zugriffe erfolgen inzwischen durch Smartphones und andere mobile Geräte. Daher wird zurzeit unsere Internetseite komplett neu programmiert, um auch in Zukunft gut erreichbar zu sein – wichtig für unsere Stammler, aber auch für neue Abonnenten.

3. Wir würden Ihnen gerne noch weitere Dienste anbieten, doch die anspruchsvollen und zeitintensiven Arbeiten rund um den ganzen Medienbereich von Adam online sind allein ehrenamtlich

nicht zu leisten. Deswegen wollen wir unser Team verstärken.

Helfen Sie uns mit, diese Herausforderungen zu meistern! So können Sie mit packen:

→ Mit einer Einzelspende, durch die Sie eines der oben genannten Projekte mitfinanzieren

→ Mit einem Dauerauftrag, durch den Sie unsere laufenden Ausgaben mittragen

Unser Spendenkonto finden Sie im Impressum auf Seite 2.

UNSERE NEUE INTERNETSEITE

Unsere Internetseite erfährt gerade eine Runderneuerung. Denn das Internet ist mobiler und interaktiver geworden in den letzten Jahren. Das soll unsere neue Webseite auch sein! Sie sollen sie z. B. auch mit mobilen Geräten optimal anschauen können, Sie sollen Artikel bewerten und kommentieren können, Sie sollen Männergruppen in Ihrer Nähe finden und eintragen können – das sind nur einige der neuen Funktionen. Auch optisch wird sie neu gestaltet und ein frisches Layout bekommen.

Wir gehen mit unserer neuen Internetseite in den nächsten Wochen online. Schauen Sie am besten immer wieder mal vorbei. Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldungen:

WWW.ADAM-ONLINE.DE



ADAM ONLINE NR. 50: CHRISTLICHE MÄNNERARBEIT IN DEUTSCHLAND

Unsere nächste Ausgabe wollen wir der christlichen Männerarbeit in Deutschland widmen. Da läuft nämlich einiges, aber vieles ist gar nicht bekannt. Hinzu kommen die vielen kleinen Männergruppen, die man kaum wahrnimmt. Dabei erleben viele Männer gerade dort gegenseitige Ermutigung, Bruderschaft und männliche Aktionen.

Schreiben Sie uns über Ihre Männergruppen und Männerveranstaltungen! Wie gestalten Sie Ihre Männergruppen? Was für coole Aktionen haben Sie schon zusammen gemacht? Welche positiven Erfahrungen haben Sie mit Ihrer eigenen Männergruppe gemacht?

Interessante Beiträge wollen wir dann in der nächsten Ausgabe veröffentlichen. Schicken Sie uns Ihre Beiträge an: redaktion@adam-online.de

MÄNNER-EVENTS

DEUTSCHLAND

DEZEMBER 2016

2.-4.12.2016 Schreibwerkstatt für Männer

Thema: Von Mann zu Mann
Veranstalter: Männerarbeit Ev. Kirche von Kurhessen-Waldeck
Ort: 34516 Vöhl
Infos: Tel. 0561 9378477, stefan.sigel@ekkw.de, www.ekkw.de/maennerarbeit

3.12.2016 Männerkonferenz

Veranstalter: Freie Evangelische Gemeinde Buxtehude – mit Dr. Chuck Stecker
Ort: 21614 Buxtehude
Infos: arealman@gmx.de

9.-11.12.2016 Männerwochenende

Thema: Winter-Grillen
Veranstalter: Christliche Gästehäuser Monbachtal
Ort: 75378 Bad Liebenzell
Infos: Tel. 07052 9261510, www.monbachtal.de

10.12.2016 Meditationstag für Männer

Thema: „Sei achtsam, komm zur Ruhe, fürchte dich nicht!“ (Jes 4,7)
Veranstalter: Männerseelsorge im Bistum Augsburg
Ort: 86316 Friedberg
Infos: Tel. 0821 31662131, maennerseelsorge@bistum-augsburg.de, www.maennerseelsorge.bistum.augsburg.de

15.-18.12.2016 Männertage im Kloster

Thema: Zur Ruhe kommen
Veranstalter: Männerarbeit Ev. Kirche von Kurhessen-Waldeck
Ort: 59872 Meschede
Infos: Tel. 0561 9378477, erwachsenenbildung@ekkw.de, www.ekkw.de/maennerarbeit

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

JANUAR 2017

5.1.2017 Spirituelle Männer-Sternführung

Thema: Männer-Sternstunde
Veranstalter: Männerseelsorge im Bistum Augsburg
Ort: 89264 Weißenhorn
Infos: Tel. 0821 31662131, maennerseelsorge@bistum-augsburg.de, www.maennerseelsorge.bistum.augsburg.de

13.-15.1.2017 Vater-Kind-Ski-Lern-Rüstzeit

Thema: Lichterglanz
Veranstalter: Männerarbeit der EVLKS – mit Hartmut Günther
Ort: 09484 Oberwiesenthal
Infos: Tel. 037293 89851, tl.lgst@maennerarbeit-sachsen.de, www.maennerarbeit-sachsen.de

20.-21.1.2017 Männerwerkstatt Ostsachsen

Thema: So macht Mann das
Veranstalter: Männerarbeit der EVLKS – mit K. Schriever, P. Pantke
Ort: 01824 Rathen
Infos: Tel. 037293 89851, tl.lgst@maennerarbeit-sachsen.de, www.maennerarbeit-sachsen.de

20.-22.1.2017 Ausbildung für Vater-Kind-Angebote

Thema: Aktive Väter
Veranstalter: Männerarbeit Ev. Kirche von Kurhessen-Waldeck
Ort: 34593 Niederbeisheim
Infos: Tel. 0561 9378477, stefan.sigel@ekkw.de, www.ekkw.de/service/maenner/10614.htm

20.-22.1.2017 Männerwochenende

Thema: Männer kämpfen
Veranstalter: Kloster Germerode
Ort: 37290 Meißner-Germerode
Infos: Tel. 05654 923888, manfred.gerland@ekkw.de, www.kloster-germerode.de

29.1.2017 Volleyball-Neujahrsturnier der Männerarbeit

Veranstalter: Männerarbeit der EVLKS – mit Hartmut Günther
Ort: 04741 Roßwein
Infos: Tel. 03431 6789827, hg@maennerarbeit-sachsen.de, www.maennerarbeit-sachsen.de

FEBRUAR 2017

4.2.2017 Männertag

Veranstalter: Liebenzeller Gemeinschaftsverband – mit Prof. Dr. T. Schimmel und Y. Eric
Ort: 75378 Bad Liebenzell
Infos: www.maennertag.lgv.org

4.2.2017 Opa-Enkel-Tage

Thema: „Opa, glaubst du an den lieben Gott?“
Veranstalter: Männerseelsorge im Bistum Augsburg / Bildungszentrum Roggenburg
Ort: 89297 Roggenburg
Infos: Tel. 07300 96110, zentrum@kloster-roggenburg.de, www.kloster-roggenburg.de

12.-15.2.2017 Vater-Tochter-Ski-Rüstzeit

Thema: Steil und heil
Veranstalter: Männerarbeit der EVLKS – mit Hartmut Günther
Ort: 93470 Lohberg
Infos: Tel. 037293 89851, tl.lgst@maennerarbeit-sachsen.de, www.maennerarbeit-sachsen.de

12.-17.2.2017 Charakterwochenende

Thema: Vier Tage, die Männerherzen herausfordern, bewegen, begeistern und stärken
Veranstalter: Der 4te Musketier e.V.
Ort: 77793 Gutach
Infos: www.der4temusketier.de, info@der4temusketier.de

ÖSTERREICH

11.-18.2.2017 Ski fahren für JederMann

Veranstalter: LIVE e. V. – mit T. Mock, K. Sewing
Ort: 5753 Saalbach
Infos: Tel. 05223 6598173, info@live-gemeinschaft.de, www.live-gemeinschaft.de

SCHWEIZ

20.-23.1.2017 Männer-Skifreizeit

Veranstalter: JMS/men@work – mit Gaetan Roy
Ort: 3715 Adelboden
Infos: Tel. 07453 91341, maenner@jms-altensteig.de, www.jms-altensteig.de



Think - Act - Change! Jede Veränderung beginnt mit guten Gedanken!
Sie sind Entscheider, Führungskraft in Wirtschaft oder Verwaltung ... , jemand der etwas bewegt?
Sie stört Wirtschaften und Miteinander ohne Moral und der Verfall der guten Sitten?
Sie sehnen sich nach Verlässlichkeit und Nachhaltigkeit im Geschäftsleben?
Sie wünschen sich Transformation für Deutschland?

TOG
▶ Thinktank mit Gleichgesinnten in angenehmer Umgebung für Leute wie Sie, die etwas verändern wollen.

anmeldung@transform-germany.de www.transform-germany.de

▶ **Golf Event in Alzenau**
18. - 20.08.2017

▶ **Natur & Action in Schottland**
28.09. - 01.10.2017

▶ **Segeltörn in Mallorca**
20. - 23.04.2017

Geheimnis & Gemeinschaft **Austausch & Sport** **2017 Abenteuer & Erlebnis**

LESERBRIEFE

Wir freuen uns über Ihre Rückmeldungen und Anregungen! Schreiben Sie an redaktion@adam-online.de. Haben Sie bitte Verständnis, dass wir aus Platzgründen nur eine Auswahl Ihrer Leserbriefe veröffentlichen können – in der Regel gekürzt. In der letzten Adam online baten wir Sie um Kurzberichte zum Thema „Beten und Arbeiten“:

BESSERES VERHÄLTNISS ZU MITARBEITERN

Mit einem Kollegen bete ich jede Woche 15 bis 30 Minuten für unsere Firma (15 Mitarbeiter), die Mitarbeiter (vor allem die Chefs), die Projekte, gute Kommunikation, Heilung usw. Das schaffen wir etwa in 45 von 52 Wochen im Jahr.

Die Chefs sind auch über die Gebetsaktion informiert, mit der Einladung für Anliegen (bisher aber noch nicht genutzt). Ist ´ne gute Sache, weil wir auch Sachen an Jesus abgeben können.

Seit Anfang des Jahres habe ich bis Ende Juni für einen Mitarbeiter gebetet (5 x pro Woche). Dadurch hat sich im Verhältnis zu dem Mitarbeiter dramatisch etwas gebessert – wurde dann nach Ende Juni wieder schlechter ... Seit Anfang Juli bete ich für einen Chef. Auch hier trat bisher Besserung

ein. Werde das bis Ende Dezember fortführen. Ich glaube, dass wir hierdurch die Kraft des Heiligen Geistes, die uns allen ja zur Verfügung steht, gut nutzen können.

Roman Schäfer-Janzen

LIEBER MITEINANDER ALS ÜBEREINANDER REDEN

Ich besprach mich mit einem Mitchristen in der VR-Bank, und wir starteten im Januar 2014 einen Gebetskreis. Wir sind mittlerweile ca. 5 bis 7 Leute und treffen uns einmal monatlich in einer Kirche in Mannheim, um v. a. für Bankanliegen zu beten. Uns liegt vor allem der Dank für unseren Arbeitsplatz am Herzen, das Gebet für alle Leitungsebenen, wozu uns die Bibel in 1 Tim 2 auffordert („Betet für die, die euch leiten, damit ihr in Frieden lebt ...“), wir beten auch für Kranke und Beladene.

Ein regelmäßiges Anliegen ist die gute und noch besser werdende Kommunikation, damit wir besser „miteinander als übereinander“ reden.

Seit Einführung des Gebetskreises hat sich meine Sicht auf die Arbeit und meinen Arbeitgeber erheblich verbessert. Dadurch, dass ich heute sehr viel stärker als früher auf mein Innenleben achte, d. h. was die Dinge mit mir machen, lote ich sehr viel stärker aus, was gut ist und was nicht. Unerslässlich ist für mich heute das tägliche Anzapfen der „göttlichen Heils- und Kraftquelle“ nicht nur in meiner „stillen Zeit“ zu Hause, sondern gerade auch in meinem Arbeitsplatzgeschehen ... Für mich ist es mein Beitrag, Salz und Licht auch an dem Ort zu sein, wo Gott mich hingestellt hat.

Stefan Köhler

SERVICE

Adam online ist mehr als eine Zeitschrift. Mit folgenden Angeboten erhalten Sie weitere Dienstleistungen und Informationen von uns:



INTERNET-SEITE

www.adam-online.de
News und Veranstaltungshinweise, Artikelarchiv, Männerbücher u. a.



AUDIO-PODCAST

Über 60 Ausgaben vorhanden! Interviews, Audioversion bestimmter Artikel, Männerwitze. Länge jeweils 20 bis 30 Minuten. Ideal für längere Fahrten oder beim Laufen! Benutzen Sie den Audioplayer auf unserer Internetseite – oder iTunes.



FACEBOOK-SEITE

www.facebook.com/adamonline magazin
Unterhaltsames und Wissenswertes für Männer, Neuigkeiten aus dem Redaktionsteam, Leserkommentare



NEWSLETTER

Monatlich biblische Impulse aus männlicher Perspektive, Medientipps, aktuelle Termine u. a. Bestellung über unsere Internetseite.



E-PAPER

Unsere Zeitschrift als PDF-Datei – zum Lesen auf Ihrem (Tablet-)PC oder zum digitalen Archivieren. Bestellung über unsere Internetseite.



BESTELLMÖGLICHKEITEN

Internet: www.adam-online.de
E-Mail: vertrieb@adam-online.de
Telefon: 0641 9433541
Fax: 0641 9433542
Post: Adresse s. Impressum auf Seite 3!



KOSTENLOS, ABER NICHT UMSONST

Alle unsere Dienstleistungen und Medien sind für unsere Leser kostenlos – jeder soll sie sich leisten können! Zur Finanzierung sind wir daher auf Spenden angewiesen. Spendenkonto: Empfänger: CVMEF e. V., Bank: Evangelische Bank Kiel IBAN: DE59 5206 0410 0006 4136 50, BIC: GENODEF1EK1



SIE ZIEHEN UM?

Nach einem Umzug werden Zeitschriften von der Post nicht nachgesandt, sondern einfach entsorgt. Damit Sie lückenlos jede Ausgabe erhalten und uns keine zusätzlichen Kosten entstehen, teilen Sie uns bitte vor Ihrem Umzug Ihre neue Adresse mit.

10.02 - 12.02.2017
 Männerbootcamp bei Pforzheim auf
Burg Steinegg
 Reflexion über dein Männerleben anhand des
europäischen Ritterideals mit Schwert-, Bogen- und Nahkampf.

Der Weg des Königssohnes
 a strong male KISS of heaven

„Du aber folge mir nach“
 Mt 8,22 - Mt 9,9 - Mt 16,24 - Mt 19,21 - Mk 2,14 - Mk 8,34



Lerne wie ein Königssohn zu leben im Reich deines Vaters
 anhand der mittelalterlichen Ausbildung für Königsöhne

Männer 120,- € - Söhne 60,- € - Großväter 90,- €
 Veranstalter: Christliche Männergruppen
 um Hans-Peter Rösch
www.c-men.de

TAGUNG NUR FÜR MÄNNER

»Gottes Verschwendung«
mit Lothar Kosse
 8.-10. Sept. 2017 (Fr-So)
www.tagungen.duenenhof.org



URLAUB AN DER NORDSEE FÜR ALLE
 Frische Nordseeluft genießen
 im Ferienhotel in Cuxhaven!

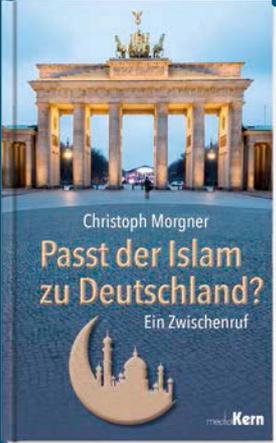
Barrierearm in
 ruhiger Lage, Halb-
 oder Vollpension,
 Schwimmbad, Sauna,
 Radverleih.

Halbpension/Tag
 ab **55€** * p.P.
hotel.duenenhof.org



Dünenhof
 wo Himmel und Erde sich berühren
 In den Dünen 2 · 27476 Cuxhaven · info@duenhof.org

BRANDNEU
 Informieren + Schenken!



Christoph Morgner
Passt der Islam zu Deutschland?
 Ein Zwischenruf
 mod. Kern

Auch als E-Book erhältlich
 Nr. 5.121.007 | 144 S. | € 9,95

TOP AKTUELL

Koran der **Friedfertigen**,
 Koran der **Gewalttäter** -
 was gilt denn nun?

Wer **mitreden** will,
 muss **informiert** sein

Die unendliche Geschichte:
 das **Kopftuch**, die **Burka**

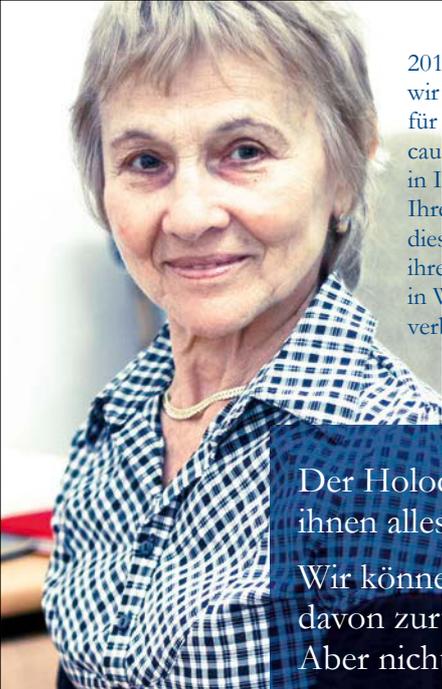
Moscheen bauen:
 ja oder nein?

Als **Christen**
Flagge zeigen

Klarheit und
 gute **Nachbarschaft**

Peter Hahne:
 »Brandaktuelle
 Beispiele gepaart
 mit Grundsatz-
 gedanken.
 Ein **MUSS** für
 jeden, der heute
 mitreden will!«

media **Kern** GmbH
 im **Kawohl Verlag** e.K.
 46485 Wesel · Blumenkamper Weg 16
 Tel 0281 96299-0 · www.kawohl.de



2010 konnten wir ein Altenheim für verarmte Holocaust-Überlebende in Israel eröffnen. Ihre Spende hilft diesen Menschen, ihren Lebensabend in Würde zu verbringen.

Der Holocaust hat ihnen alles genommen.
 Wir können ihnen etwas davon zurückgeben. Jetzt. Aber nicht mehr lange.

ICEJ – Deutscher Zweig e.V.
 Telefon 0711 83 88 94 80
info@icej.de · www.icej.de

ICEJ  INTERNATIONALE CHRISTLICHE BOTSCHAFT JERUSALEM

Spendenkonto: Evangelische Bank · IBAN: DE63 5206 0410 0004 0202 00 · BIC: GENODEF1EK1

kawohl

Ihr freundliches
 christliches Medienhaus



Erfrischende Neuheiten
www.kawohl.de

Reinschauen lohnt sich!
 Kataloge gratis. 0281/96299-0
 Blumenkamper Weg 16 · 46485 Wesel

ADAM ONLINE IM ABO

Gegen freiwillige Spende –
 keine Abgebühren!

Abo jederzeit fristlos und
 formlos kündbar

Mehrfach-Abos und kostenlose
 Verteilexemplare erhältlich

Mehr Infos: www.adam-online.de

Jesus, du hast deine Jünger Freunde genannt.
Du hast das Geheimnis der Freundschaft
gelebt wie kein Zweiter:

Lieben, ohne zu besitzen.
Vorangehen, ohne zu kommandieren.
Nah sein, ohne zu manipulieren.
Geben, ohne etwas zurück zu wollen.

Du liest im Herzen deiner Freunde.
Sie müssen nicht viel reden mit dir.
Du sagst meistens auch nichts.
Und bist doch da.

Ich freue mich über meine Freunde,
die mir etwas zeigen,
was mir sonst keiner zeigen kann.

Und ich danke dir für die Begabung zur Freundschaft,
die ich bei meinen besten Freunden sehe
und die ich selber manchmal leben kann.

MÄNNERFREUNDSCHAFT