



TOGETHER

#dowhatUcan

Sonnenblumen

Ausgabe Nr. 11: sommer 2026 - deutsch

Veränderungen liegen in der Luft!

Wir sind in der europäischen Region mit vielen begabten und fähigen Leiterinnen gesegnet, die einen großen Beitrag zum Wachstum der Europäischen Frauenkommission geleistet haben. Dies gilt auch für Schwester Harmony Pace, die kürzlich nach mehrjähriger Tätigkeit als Leiterin der Frauenkommission und in weiteren Ämtern von ihrem Amt zurückgetreten ist. Ihre Leidenschaft und ihr Engagement haben den Frauendienst in Europa nachhaltig geprägt, und wir sind dankbar für alles, was sie zur Arbeit der Frauenkommission im Reich Gottes beigetragen hat. Schwester Kay Burgess aus Spanien wird ihre Nachfolge als Leiterin antreten. Sie und ihr Ehemann sind erfahrene Missionare, die in Argentinien, El Salvador und nun in Spanien tätig waren, wo sie die letzten 11 Jahre gedient haben. Sie war im Laufe der Jahre auf allen Ebenen des Frauendienstes tätig und blickt voller Begeisterung auf die Zukunft des Frauendienstes in Europa.

Außerdem hat Schwester Crystal Wallace, unsere Vertreterin für Westeuropa, beschlossen, zu diesem Zeitpunkt zurückzutreten, und wird durch Schwester Carla Calhoun, die Ehefrau eines Missionars in den Niederlanden, ersetzt. Wir sind Schwester Crystal aufrichtig dankbar für ihren langjährigen engagierten Dienst und wünschen ihr alles Gute. Ebenfalls neu im Mittelmeerraum dabei ist Schwester Christene Moreno, die Ehefrau eines Missionars in Griechenland. Herzlich willkommen an beide Damen! Wir freuen uns sehr, dass ihr nun gemeinsam mit uns in der Frauenkommission mitarbeitet, und blicken voller Zuversicht auf eine großartige Zukunft des europäischen Frauendienstes!

Zusammen studieren:

Rizpah: Gott in schwieriger Lage folgen

Sonnenlicht ist für die Menschheit von größter Bedeutung. Wir genießen nicht nur seine Schönheit und Wärme und schätzen seine lebensspendende Wirkung auf unsere Pflanzen und Nahrungsmittel, sondern Sonnenlicht ist auch für unsere allgemeine Gesundheit unverzichtbar. In der Bibel gibt es über 180 direkte Verweise auf die Sonne sowie viele weitere Synonyme und indirekte Begriffe dafür. Von ihrer Erschaffung am vierten Tag bis zu ihrem täglichen Auf- und Untergang seitdem ist Gottes lebensspendendes Sonnenlicht seit Anbeginn Teil der menschlichen Erfahrung. Unser Leben richtet sich nach ihrer Anwesenheit; unsere Existenz hängt von ihr ab. Der Gedanke, dass die Sonne eines Tages vielleicht nicht mehr über uns aufgehen könnte – das würde das Ende der Welt bedeuten, wie wir sie kennen.

Es stimmt auch, dass zu viel des Guten manchmal schädlich sein kann, wie es bei übermäßiger

Sonneneinstrahlung auf die menschliche Haut oder auf Pflanzen der Fall ist. Selbst die robuste Sonnenblume kann durch zu viel Sonne Schaden nehmen! Kluge Frauen versuchen, unbedeckte Haut zu bedecken, um Verbrennungen zu vermeiden, und viele Pflanzen müssen beschattet werden, um übermäßige Sonneneinstrahlung und Verbrennungen zu vermeiden. Eine solche Frau finden wir in der Bibel, die in der Geschichte von Rizpa in 2. Samuel 21 einen Kampf gegen die Verwüstungen der Sonne führte. Rizpa war eine von Sauls Frauen, die ungerechtfertigterweise für die Sünden ihres Mannes und ihres Volkes leiden musste. Nachdem Saul getötet worden war und David König geworden war, schlich sich Rizpa still mit ihren beiden Söhnen davon und lebte ihr Leben weiter, bis Gottes Zeitplan sie in einen Albtraum unvorstellbarer Ereignisse verwickelte. Eine tödliche Hungersnot ergriff Israel, und Gott ließ David wissen, dass Sauls Sünden in der Angelegenheit der Gibeoniter die Wurzel des Problems waren und dass Gerechtigkeit geschehen müsse, bevor die Hungersnot beendet würde. Nur das Blut von Sauls Nachkommen würde genügen, was bedeutete, dass unschuldige Kinder die schwere Strafe für die Sünden ihres Vaters tragen mussten. Und plötzlich wurden Rizpas zwei Söhne, zusammen mit fünf anderen, die von Michal aufgezogen wurden, ihr entrissen, an einem grausamen Baum aufgehängt und geschlachtet. Die Hungersnot war vorbei, und das Leben kehrte zur Normalität zurück – mit Ausnahme der untröstlichen Rizpa, die Tag und Nacht darum kämpfte, die verwesenden Leichen ihrer Söhne vor den Elementen (Sonneneinstrahlung!) und Raubtieren zu bewahren. Sie wusste in ihrem Herzen, dass diese jungen Männer trotz der Taten ihres Vaters Söhne des Königs waren und ein würdiges Begräbnis verdienten. Sie wusste auch, dass das Ungebegrabene-Lassen ihrer Leichen von der Rache der Menschen und nicht von der Rache Gottes zeugte, denn das Gesetz verlangte, dass jeder, der an einem Baum gehängt wurde, noch vor Sonnenuntergang desselben Tages begraben werden musste.

Wie die widerstandsfähige Sonnenblume, die unter fast allen Bedingungen wachsen kann, blieb Rizpa an ihrem Posten und gab nicht auf. Während des langen Sommers und der Erntezeit schwang sie ihr Sacktuch gegen die Invasion von Raubtieren und die Verwüstungen der Sonne, bis der Regen kam – das Zeichen, dass Gott sein Urteil zurückgenommen hatte. Da wurde David

endlich auf ihre Taten aufmerksam, und von Mitgefühl für ihr Opfer bewegt, tat er das Richtige und sorgte dafür, dass alle Nachkommen Sauls ordnungsgemäß im Familiengrab beigesetzt wurden.

Wussten Sie, dass Sonnenblumen in der Bibel gar nicht erwähnt werden? Sie sind im Nahen Osten nicht heimisch und gab es daher zu biblischen Zeiten noch nicht. Erst viele Jahre später wurden sie in Amerika entdeckt. Doch auch wenn sie in der Heiligen Schrift nicht vorkommen, lassen sich doch einige Parallelen zwischen dieser schönen, fröhlichen und robusten Blume und der Geschichte von Rizpa ziehen:

1. Sie sind für ihren Heliotropismus bekannt; junge Knospen folgen dem Lauf der Sonne, während ausgewachsene Blüten stets nach Osten ausgerichtet sind. Rizpa wusste, wohin sie schauen musste, um ihre Antwort zu finden! Treue, standhafte, erschöpfte und sonnenverbrannte – dennoch wusste sie, dass Gott sie erhören und ihr antworten würde. Sie hob den Kopf und folgte Gottes Wegen – auch wenn diese eine Zeit lang schwer zu erkennen waren –, bis Er ihr antwortete. Lukas 21,28 sagt uns, wir sollen „aufblicken“, wenn um uns herum schlimme Dinge geschehen. „Wenn aber diese (erschreckenden) Dinge anfangen zu geschehen, so blicket auf und hebet eure Häupter empor, weil eure Erlösung naht“. Schau auf zu Jesus, meine Schwester!
2. Sonnenblumen haben eine tiefe Pfahlwurzel und ein ausgedehntes Seitenwurzelsystem, was sie relativ trockenheitstolerant macht. Rizpa war fest in der Wahrheit verwurzelt, was sie befähigte, schrecklichen Lebensumständen zu trotzen, ohne zu welken.

3. Sonnenblumen sind reich an Nährstoffen und Vitaminen und werden vor allem wegen ihrer Samen angebaut. Rizpas Geschichte dient als reichhaltige „Nahrung“ für unser Leben – wir können von ihrem Beispiel lernen!

4. Sonnenblumen können die Welt reinigen! Sonnenblumen besitzen die bemerkenswerte Fähigkeit, Giftstoffe, Schwermetalle und Strahlung zu absorbieren. Nach nuklearen Katastrophen pflanzten Wissenschaftler Millionen von Sonnenblumen, um die Regeneration des Bodens zu unterstützen. Wie Rizpa müssen wir dort blühen, wo wir gepflanzt sind! Wir können die Atmosphäre um uns herum verändern, indem wir weltliche Giftstoffe herausfiltern, die das Voranschreiten von Gottes Reich behindern.

Der Name Rizpa bedeutet „glühende Kohle“ oder „Backstein“. Ob sie nun von einer brennenden Leidenschaft für den Schutz ihrer Söhne erfüllt war oder ob sie das Gefühl hatte, ungerechtfertigterweise in Umstände hineingezogen worden zu sein, die sich ihrer Kontrolle entzogen – Rizpa wankte niemals. Sie stand aufrecht da, tief verwurzelt in ihrem Glauben an Gott, trotzte den unvorstellbarsten Umständen und sah schließlich, wie ihre Treue belohnt und ihr Flehen von dem erhört wurde, der ihre Umstände ändern konnte. Wir täten gut daran, ihrem Beispiel zu folgen.

Kay Burgess

Zusammen chatten: Sherri Hemus

Die Apostolische Kirche von Liverpool, England (ACOL)

Hallo. Mein Name ist Sherri Hemus, und mein Mann John und ich sind als Missionare im Vereinigten Königreich, genauer gesagt in England, tätig. Vor fast 25 Jahren sind wir mit unseren drei Kindern nach Liverpool gezogen, um in einem alten Kirchengebäude acht Frauen seelsorgerisch zu betreuen. Gott war uns gegenüber sehr treu, und wir konnten ein neues Kirchengebäude errichten und viele Menschen zu Jesus Christus führen. Unsere beiden Söhne haben England zu ihrer Heimat gemacht und leiten gemeinsam mit ihren Frauen und Kindern die ACOL. Unsere Tochter hat einen Mann aus Kalifornien geheiratet, und dort sind sie als Pfarrerin tätig.

Wie lange leiten Sie schon Dienste für Frauen? Ich begann fast sofort, die Frauen zu leiten, und zwar mit zwei wöchentlichen Frauengebetstreffen pro Jahr. Sie waren sehr hilfsbereit und fast alle machten mit. Ich glaube, sie waren einfach so dankbar, nach über drei Jahren, in denen sie auf sich allein gestellt waren, einen Pastor und seine Frau zu haben, dass sie alles getan hätten, worum wir sie gebeten hätten. Sie waren so gut zu mir!

Welche Bibelstelle beschreibt am besten Ihren Dienst für Frauen? Es gibt zwei Bibelstellen, die die ACOL-Frauen beschreiben würden. Die erste ist Johannes 4,39: „Aus jener Stadt aber glaubten viele von den Samaritanern an ihn um des Wortes des Weibes willen, welches bezeugte: Er hat mir alles gesagt, was irgend ich getan habe.“ Ich verwende diese Bibelstelle, weil den Frauen beigebracht wird, dass sie alle ein Zeugnis haben und dass sie genau das mit anderen teilen sollen ... wie gut Gott zu ihnen gewesen ist.

Die zweite Schriftstelle ist Titus 2,3–4: „Die alten Frauen desgleichen in ihrem Betragen wie es dem heiligen Stande geziemt, nicht verleumderisch, nicht Sklavinnen von vielem Wein, Lehrerinnen des Guten; auf dass sie die jungen Frauen unterweisen, ihre Männer zu lieben, ihre Kinder zu lieben“.

Die älteren und erfahrenen Frauen haben den jüngeren Frauen so viel zu geben, sie zu lehren und ihnen zu zeigen, wie man eine Frau Gottes ist: eine Beziehung zu Jesus aufzubauen und zu pflegen; ihren Männern eine gottesfürchtige Ehefrau zu sein; ihre Kinder so zu erziehen und zu unterweisen, wie Gott es von ihnen erwartet; und, wenn sie ledig sind, als alleinstehende Frau in Gott zu wachsen.

Was war für Sie die größte Herausforderung in der Frauenarbeit? Ich habe festgestellt, dass die größte Herausforderung in unserer Frauenarbeit darin besteht, die Frauen zum Mitmachen zu bewegen. Manche kommen einfach nicht zu den Treffen, egal was man sagt oder tut, während andere wieder sehr zuverlässig dabei sind. Es gibt so viele Frauen, die leiden und gebrochen sind, und man möchte ihnen unbedingt zeigen, dass es einen sicheren Ort gibt, an dem sie ihr Herz ausschütten und ihre Lasten teilen können.

Was war Ihr größter Erfolg in der Frauenarbeit? Ich glaube, der größte Erfolg unserer Frauenarbeit besteht darin, dass wir so viele der Frauen, die an unseren Treffen teilnehmen, dazu bewegen konnten, andere Frauen zu unterrichten. Es ist uns gelungen, Frauen, die noch nie vor einer Gruppe gesprochen hatten, dazu zu bringen, aufzustehen und die anderen Frauen zu unterrichten. Sie zu ermutigen, andere zu unterrichten, und ihnen dabei zuzusehen, war einer unserer größten Erfolge. Frauen, die sagten, sie könnten niemals anderen von Jesus erzählen, standen auf und lehrten und erstellten sogar Powerpoint-Präsentationen, um ihren Unterricht zu unterstützen. Sie erkannten, dass Gott mit ihnen und in ihnen war und dass sie, wenn sie sich auf Ihn verließen, alles tun konnten, was Er von ihnen erwartete. Viele hielten danach ihr erstes Bibelstudium für eine Freundin oder ein Familienmitglied. Was für eine Leistung!

Welchen Tipp haben Sie, um Frauen zu motivieren, bei den Ladies Ministries mitzumachen?

Um Frauen zu motivieren, Teil unseres Frauenkreises zu werden, habe ich ihnen immer gesagt, dass es sich um einen sicheren Raum nur für Frauen handelt, in dem wir Themen besprechen können, die speziell Frauen betreffen, und an dem wir Liebe, Gebet und Unterstützung von anderen Frauen erfahren können. Es ist kein Klatschkreis und kein Ort, an dem wir uns über unsere Ehemänner auslassen, sondern ein Ort, an dem wir uns gegenseitig austauschen und gottgefälligen Rat erhalten können, der uns hilft.

Was haben Sie ausprobiert, was am besten funktioniert? Ich glaube wirklich nicht, dass es eine bestimmte Maßnahme gibt, die am besten funktioniert hat, um die Frauen für unsere Frauenarbeit zu gewinnen. Ich wechsle das Team unserer Frauenarbeit gerne mindestens alle 24 Monate aus, weil wir neue Ideen und neue Impulse vom Team wollen. Natürlich haben wir treue Frauen, die immer Teil unserer Frauenarbeit sein werden, wofür wir dankbar sind, aber wir bemühen uns stets um diejenigen, die selten oder noch nie dabei waren.

Was haben Sie ausprobiert, das nicht funktioniert hat? Das Einzige, was nicht funktioniert hat, um Frauen zur Teilnahme an unserem Frauenkreis zu bewegen, war das Anbieten einer Verlosung mit Preisen oder Geschenken. Ich wünschte, es hätte funktioniert, aber heutzutage muss man schon etwas sehr Teures anbieten, damit es funktioniert.

Haben Sie eine bestimmte Ressource, die Sie gerne weitergeben möchten? Wir sind immer auf der Suche nach Materialien für unseren Frauenkreis, und wir beten jedes Jahr darüber und bitten Gott, uns zu den Bereichen im Leben zu führen, von denen er möchte, dass wir sie mit den Frauen teilen. Dieses Jahr konzentrieren wir uns auf Prüfungen, und wir haben ein großartiges Buch von Joy Haney über Prüfungen gefunden. Wir nutzen es als Leitfaden und fügen Dinge hinzu oder streichen sie, je nachdem, wohin Gott uns führt. Bislang war es ein wunderbares Thema, mit dem sich alle Frauen wirklich identifizieren konnten, und natürlich erleben wir alle Prüfungen, daher ist es etwas,

das die Frauen brauchen und wollen.

Hat Ihr Frauenministerium schon etwas für die Gemeinschaft getan? Erzählen Sie uns davon.

Unsere Frauenarbeit hat bisher kaum eigene gemeinnützige Aktivitäten durchgeführt. Unsere Gemeinde engagiert sich sehr in der gemeinnützigen Arbeit, zum Beispiel mit unserer eigenen wöchentlichen Lebensmittelausgabe, der Säuberung der Umgebung rund um die Kirche, der Versorgung und Betreuung von Obdachlosen, und wir stellen jedes Jahr über 75 Weihnachtspakete für bedürftige Familien zusammen und verteilen diese.

Welchen Rat oder welche Ermutigung würden Sie jemandem geben, der gerade erst anfängt?

Ich bin sicherlich keine Expertin für Frauenarbeit, aber der Rat, den ich jemandem geben würde, der gerade erst anfängt, ist, ein Team von Frauen zu bilden, auch wenn es anfangs nur zu zweit ist. Man kann nicht alles alleine schaffen und braucht jemanden, der einem hilft, zu beten und Ideen einzubringen. Es steckt definitiv Wahrheit in dem Sprichwort „Viele Ratgeber“ (Sprüche 11:14), denn andere Frauen haben unterschiedliche Lasten und Gaben von Gott, und wir brauchen dies, wenn wir versuchen, andere Frauen zu erreichen, zu lehren und zu lieben. Wenn ihr ein wenig gewachsen seid, nehmt eine dritte Frau in das Team auf. Ihr seid alle unterschiedliche Frauen mit unterschiedlichen Ideen, Hintergründen und Talenten, und das bereichert eure Frauenarbeit ungemein.

Debra Summers

Zusammen führen: Die widerstandsfähige Sonnenblume

Im Jahr 1889 malte Vincent van Gogh ein wunderschönes Stillleben mit einer Vase voller Sonnenblumen. Dieses Gemälde, „Sonnenblumen“, fasziniert die Betrachter auch heute noch mit seinen leuchtenden Farben und seiner bezaubernden Schönheit. Tatsächlich sind Sonnenblumen beeindruckende Blumen, die bis zu 3,6 Meter hoch werden können. Sie besitzen zudem Eigenschaften, die wertvolle Lektionen für Leiterinnen bereithalten.

Sonnenblumen symbolisieren oft Widerstandsfähigkeit und Anpassungsfähigkeit. Ihre Stiele werden dick, und ihre Wurzeln wachsen tief. Aufgrund ihrer Größe sind Sonnenblumenstiele so beschaffen, dass sie sich im Wind biegen, anstatt starr Widerstand zu leisten und schließlich zu brechen. Diese Flexibilität wird durch ihre Wurzeln ermöglicht, die 1–2 Meter tief wachsen und sich auf der Suche nach Wasser ausbreiten können. Die Sonnenblume steht nicht deshalb aufrecht, weil das Leben einfach ist, sondern weil ihre Wurzeln tief reichen. Sonnenblumen vertragen Hitze und können unter schwierigen Bedingungen gedeihen. Diese Eigenschaften spiegeln auch die treue, widerstandsfähige Leiterin wider.

In Jeremia 17,7–8 heißt es: „Gesegnet ist der Mann, der auf Jahwe vertraut und dessen Vertrauen Jahwe ist! Und er wird sein wie ein Baum, der am Wasser gepflanzt ist und am Bache seine Wurzeln ausstreckt, und sich nicht fürchtet, wenn die Hitze kommt; und sein Laub ist grün, und im Jahre der Dürre ist er unbekümmert, und er hört nicht auf, Frucht zu tragen.“ Dass unser Fundament tief im Herrn verwurzelt ist, hält uns aufrecht, wenn schwierige Zeiten kommen. Eine Leiterin steht nicht aufrecht, weil das Leben einfach ist, sondern weil ihre Wurzeln tief reichen. Wenn die Winde des Lebens wehen, bricht die widerstandsfähige Leiterin nicht, sondern beugt sich dem Wind, passt sich der Situation an und findet geeignete Lösungen und Wege, um trotz Herausforderungen und Schwierigkeiten weiter zu wachsen.

Unter den richtigen Bedingungen können Sonnenblumen Phasen rascher Entwicklung durchlaufen, in

denen sie an einem einzigen Tag mehrere Zentimeter wachsen können. Zeiten des Wachstums und der Entwicklung sind uns nur allzu vertraut. Wie uns der Prediger in Prediger 3,1 erinnert: „Alles hat eine bestimmte Zeit, und jedes Vorhaben unter dem Himmel hat seine Zeit.“ Manche Zeiten scheinen im Schneckentempo zu vergehen, in denen kaum Fortschritte zu erkennen sind, während andere Phasen voller Energie und großem Vorwärtsdrang sind.

Wenn wir uns in einer Phase langsamen Wachstums befinden, kann es schwierig sein, standhaft zu bleiben und auf Gottes perfekten Zeitplan zu vertrauen. Doch können wir uns erneut von der Sonnenblume inspirieren lassen. Gottes perfekter Zeitplan geht mit Gottes perfekten Bedingungen einher. Gott weiß genau, wann die Bedingungen für schnelles und bedeutendes Wachstum gegeben sind. In ruhigen Phasen sammelt die Sonnenblume Wasser und Nährstoffe und baut ihr Wurzelwerk aus, um sich auf das kommende Wachstum vorzubereiten. In unseren eigenen Phasen des Stillstands als Leiterin vertieft Gott unser Fundament, schult uns darin, auf

seine Stimme zu hören, stärkt unser Vertrauen und bereitet uns auf die kommende Expansion vor. In Galater 6,9 heißt es: „Lasst uns aber in Gutes tun nicht müde werden, denn zu seiner Zeit werden wir ernten, wenn wir nicht ermatten.“ Die widerstandsfähige Leiterin schreitet voran, im Wissen, dass Wachstum und Expansion in Gottes perfektem Timing und gemäß seinen Bedingungen kommen werden.

Sonnenblumen besitzen zudem regenerierende Eigenschaften. Sie werden oft gepflanzt, um geschädigten Boden wiederherzustellen, da sie bestimmte Giftstoffe aufnehmen und die Umweltbedingungen im Laufe der Zeit verbessern können. Als Hände und Füße Jesu sind wir an Orten gepflanzt, an denen es viele verletzte und gebrochene Menschen gibt. In Matthäus 5,9 heißt es: „Glückselig die Friedensstifter, denn sie werden Söhne Gottes heißen.“ Als Friedensstifter sollten wir Situationen in einem besseren Zustand hinterlassen, als wir sie vorgefunden haben. Unsere Worte können Hoffnung und Heilung vermitteln; unsere Taten können ein unterstützendes Umfeld schaffen, in dem gesundes Wachstum stattfinden kann. Unsere Gebete können helfen, gebrochene Herzen, Gedanken und Seelen zu heilen. In Römer 14,19 heißt es: „Also lasst uns nun dem nachstreben, was des Friedens ist, und dem, was zur gegenseitigen Erbauung dient.“ So wie Sonnenblumen helfen, geschädigten Boden wiederherzustellen, sind wir dazu berufen, Heilung, Erneuerung und Hoffnung zu fördern, wo immer Zerbrochenheit herrscht.

Sonnenblumen sind von Natur aus widerstandsfähig: Sie beugen sich bei starkem Wind, gedeihen in sengender Hitze, regenerieren geschädigten Boden und wachsen in der richtigen Jahreszeit schnell. In vielerlei Hinsicht spiegeln sie die Art von Leiterschaft wider, zu der uns die Heilige Schrift aufruft. Mögen wir als Leiterinnen von der Sonnenblume lernen: uns tief in Gott zu verwurzeln, in Widrigkeiten widerstandsfähig zu bleiben, in Zeiten des Wachstums auf seinen Zeitplan zu vertrauen und überall dort, wo wir gepflanzt sind, Wiederherstellung zu bringen. Wenn unser Leben stets auf das Licht Christi ausgerichtet bleibt, werden wir zu Quellen der Hoffnung, der Kraft und der Ermutigung für unsere Mitmenschen.

Candace Lindholm

Zusammen treffen

Blühen wie Sonnenblumen – und wenden uns dem Sohn [Gottes] zu!

Die Sonnenblume ist meine Lieblingsblume. Wenn sie Saison haben, stehen bei mir immer frische

Sonnenblumen im Haus. Wenn ich sie anschau, zaubern sie mir einfach ein Lächeln ins Gesicht.

Vielleicht denkt man nicht sofort an eine Sonnenblume, wenn man eine Frauenveranstaltung oder einen Frauenbibelkreis organisiert. Doch von dieser wunderschönen Blume können wir so viel lernen.

So wie sich Sonnenblumen von Natur aus der Sonne zuwenden, sind gläubige Frauen dazu aufgerufen, sich in jeder Lebensphase Jesus zuzuwenden. Hier sind einige Gedanken, die in einem Bibelkreis verwendet werden können, um Wachstum, Freude, Standhaftigkeit und geistliches Gedeihen zu fördern.

„Wir alle aber . . . werden verwandelt nach demselben Bilde von Herrlichkeit zu Herrlichkeit“ (1. Korinther 3,18).

Studienübersicht

Verbrauchsmaterial

- Kleine Sonnenblumen oder Sonnenblumenbilder
- Stifte/Textmarker
- Tagebücher/Notizbücher
- Gelbe Notizkarten
- Sonnenblumenkerne als Gastgeschenke

Kennenlernspiele

1. „Sonnenschein-Vorstellungen“

- Gehen Sie durch den Raum und fragen Sie:
 - Was ist eine Sache, die Sonnenschein in Ihr Leben bringt?
 - Welche Jahreszeit beschreibt Ihr Leben gerade am besten: Pflanzen, Wachsen, Blühen oder Warten?

2. „Blühen oder Verwelken?“

- Lesen Sie verschiedene Szenarien vor und lassen Sie die Frauen antworten:
 - „Blühen“ = geistlich gedeihen
 - „Verwelken“ = geistlich zu kämpfen haben

Beispiele:

- Täglich Zeit mit Gott verbringen
- Sich mit anderen vergleichen
- Eine andere Frau ermutigen
- Alleine mit Ängsten kämpfen
- Gott in unsicheren Zeiten vertrauen

Besprechen Sie anschließend:

- Was hilft uns, geistlich zu blühen?
- Was lässt uns verwelken?

Bibelkreis

Sonnenblumen folgen der Sonne

„Ich bin das Licht der Welt; wer mir nachfolgt, wird nicht in der Finsternis wandeln“ (Johannes 8,12).

Lehrpunkt

Sonnenblumen folgen den ganzen Tag über der Sonne. In geistlicher Hinsicht gedeihen wir, wenn wir uns ständig Jesus zuwenden.

Diskussionsfragen

- Was lenkt Sie davon ab, sich auf Christus zu konzentrieren?
- Wie können wir uns bewusst „jeden Tag Jesus zuwenden“?
- Welche Gewohnheiten helfen Ihnen, geistlich gesund zu bleiben?

Tiefe Wurzeln sorgen für üppige Blüten

„Gesegnet ist der Mann, der auf Jahwe vertraut!“ (Jeremia 17,7.8).

Sonnenblumen brauchen starke Wurzeln, um aufrecht zu stehen. Frauen, die im Glauben leben, brauchen tiefe geistliche Wurzeln, um Stürmen standzuhalten.

Anschauungsbeispiel

Halten Sie eine Sonnenblume hoch und besprechen Sie Folgendes:

- Die sichtbare Blüte wird von unsichtbaren Wurzeln gestützt.
- Geistliche Reife entsteht im Verborgenen, bevor sie öffentlich sichtbar wird.

Diskussionsfragen

- Was vertieft Ihre geistlichen Wurzeln?
- Welche Stürme haben Ihren Glauben gestärkt?
- Wie können wir uns gegenseitig geistlich unterstützen?

Blühen Sie dort, wo Gott Sie gepflanzt hat

„Laßt uns aber in Gutestun nicht müde werden“ (Galater 6,9).

Lehrpunkt

Sonnenblumen blühen genau dort, wo sie gepflanzt wurden. Gott kann uns in unseren Familien, an unseren Arbeitsplätzen, in unseren Gemeinden und in unserem Umfeld gebrauchen. Halten Sie einige Bilder von verschiedenen Orten bereit, an denen Sonnenblumen gewachsen sind.

Diskussionsfragen

- Wo hat Gott Sie gerade hingepflanzt?
 - Fällt es Ihnen schwer, in Ihrer aktuellen Lebensphase zu blühen?
 - Welche Gaben hat Gott Ihnen gegeben, um anderen Gutes zu tun?
-

„Samen der Ermutigung“

Geben Sie jeder Frau mehrere gelbe Kärtchen.

Bitten Sie sie, darauf Folgendes zu schreiben:

- ermutigende Worte
- Bibelverse
- Gebete
- positive Affirmationen

Legen Sie die Kärtchen anschließend in einen Korb und lassen Sie jede Frau eines ziehen, das sie mit nach Hause nehmen kann.

„Sich dem Sohn zuwenden“

Bitten Sie alle, still nachzudenken und ihre Gedanken aufzuschreiben:

- Welcher Bereich meines Lebens braucht mehr Sonnenlicht von Jesus?
 - Was hindert mich daran, zu wachsen?
 - Welche geistlichen Samen möchte ich, dass Gott in mir wachsen lässt?
-

Betet für:

- Wachstum
- Heilung
- Treue
- Gemeinschaft
- geistliches Gedeihen

Ermutigt die Frauen, sich weiterhin täglich Jesus zuzuwenden.

Ideen für Snacks

- Studentenfutter mit Sonnenblumenkernen
 - Zitronen-Cupcakes
 - Obstteller mit gelben Früchten (Ananas, Bananen, Mango)
 - Kekse in Sonnenblumenform
-

Ermutigung zum Mitnehmen

Befeste diese Botschaft an einem kleinen Päckchen Sonnenblumensamen: „Richte deinen Blick auf den Sohn, dann wirst du zu jeder Jahreszeit erblühen.“

Ich bete darum, dass Ihre Frauen durch Ihren Unterricht ermutigt werden, näher mit dem Herrn zu wandeln.

In Schottland haben wir nicht immer viel Sonnenschein. Deshalb habe ich unseren Frauen hier gesagt: „Wenn es keinen Sonnenschein gibt, dann sei heute der Sonnenschein im Leben eines anderen.“ Lassen Sie Jesus durch Sie strahlen, wo immer Sie hingehen und mit wem auch immer Sie zu tun haben.

Mary Catherine Beek

Zusammen unterrichten

Der Sommer ist da! Unsere Familie fährt normalerweise einmal im Monat in den Nordwesten Rumäniens, um dort Kirchen und Predigtstätten zu besuchen. Diese Fahrten führen uns oft viele Stunden lang durch ruhige Dörfer, über die Karpaten und an zahlreichen Feldern entlang. Ein Zeichen für den Sommer sind die weitläufigen Sonnenblumenfelder. In ganz Europa sind sie weit verbreitet – von den südlichen und zentralen Regionen Frankreichs bis hin zur Toskana und Umbrien in Italien.

Wissenswertes: Rumänien ist neben unseren Nachbarländern Bulgarien und Ungarn der größte Sonnenblumenproduzent in der EU! Sonnenblumen sind in ihrer Art zu wachsen einzigartig. Sie sind heliotrop, was bedeutet, dass sie der Bewegung der Sonne von Osten nach Westen folgen. Gemeinsam drehen sie sich wie aus einem Guss – wie ein großer Chor, vereint in einem gemeinsamen Ziel, sich in Harmonie bewegend.

Für uns als apostolische Frauen ist es so wichtig, einander zu unterstützen. In einer Welt, die oft zu schnelllebig ist und uns erschöpft zurücklassen kann, ist es so wichtig, dass wir einander aufrichten. Lasst uns unsere Zweige miteinander verflechten – stark stehen, im Glauben verwurzelt und einander stützend, während wir unseren Blick auf Christus richten. Gemeinsam können wir als Vorbilder in unseren Familien, unseren Gemeinden und unseren Nationen leuchten.

Eine Möglichkeit, ermutigt und verbunden zu bleiben, sind die Zeugnisse und Stimmen anderer apostolischer Frauen. Ihre Geschichten erinnern uns daran, dass Gott immer am Werk ist, an jedem Ort und zu jeder Zeit.

Hier sind einige Ressourcen, die mich inspiriert haben: (Englisch)

- Reflections (UPCI Ladies Ministries) – Podcast
- For the perfecting – Schwester Rachel French – Podcast
- Added Blessings – Schwester Tanya Harrod – Buch
- Suddenly – Schwester Cyllinda M. Nickel – Buch

**Die Podcasts finden Sie auf Spotify/Apple Podcasts und YouTube. Diese Bücher finden Sie bei Ihrem lokalen Amazon-Händler.*

Nun würden wir uns sehr freuen, von Ihnen zu hören! Welche Bücher, Podcasts oder andere Ressourcen in Ihrer Muttersprache haben Sie ermutigt und gestärkt? Unser Wunsch ist es, so viele aufbauende Ressourcen wie möglich mit Frauen in ganz Europa zu teilen, damit wir GEMEINSAM im Glauben stärker werden können.

Christine Patterson