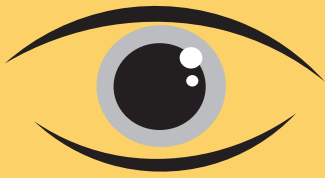


Aus dem Leben der Christusgemeinde Zirndorf – Oberasbach

Ausgabe Nr. 110

Mai bis

Juli 2026



Augen Oblick



Bild von Soufiane Koraihi auf Pixabay



Vor kurzem war ich wegen eines Bandscheibenleidens am schönen Tegernsee zu einer orthopädischen Reha. Die Anwendungen und der Ablauf tun gut. Ich spüre, wie belastende Faktoren ab und die stärkenden Faktoren für die Wirbelsäule zunehmen. Für ein starkes Rückgrat werden hier drei Bereiche immer wieder betont: Eine ausgewogene Ernährung, ausreichend und gezielte Bewegung und eine gesunde Belastungssteuerung. Eine „Formel“, die durchaus auch geistlich starkmachen kann.

1. Ernährung: Mit was versorge ich meine Seele? Welche Nährstoffe führe ich meiner Seele zu, damit sie wachsen und gedeihen kann? In einem Lied der Christusträger heißt es: „Eins aber tut Not und ist so wichtig wie das tägliche Brot; das Wort Jesu zu hören, von Herzen begehren, seinen Willen spontan zu erfüllen. Und ihm heute und morgen in Freude und Sorgen immer zugewandt bleiben“. In Jesus zu bleiben, wie die Rebe am Weinstock, und sein Wort zu hören und sich danach zu orientieren ist Nahrung, die unser Geist benötigt, denn der Mensch lebt von jedem Wort, das aus dem Mund Gottes geht (Matthäus 4,4). Das Lesen von Gottes Wort, das Gebet, der Austausch mit unserem himmlischen Vater und die Gemeinschaft unterein-

ander stärken unsere Seele. Ich denke, es ist klug, diese Dinge in seinen Alltag als festen Bestandteil zu integrieren, damit unsere Seele die Nahrung erhält, die stark macht und wir uns nicht nur mit „Junkfood“ zufriedengeben.

2. Bewegung: Schon vor meiner Reha habe ich es mir zur Gewohnheit gemacht regelmäßig Sport zu treiben. Dadurch habe ich Schmerzen reduzieren können und ich fühle mich körperlich stärker und belastbarer. Die gezielten Bewegungen stärken die Muskeln, die Knochen und Gelenke und erhöhen die Stoffwechselrate. Die Gefahren von Bewegungsmangel sind vielfältig: Energieverlust, Muskelschwund, Osteoporose, Stimmungsschwankungen, Herz-Kreislauferkrankungen, Diabetes ... Die Gefahr sich geistlich nicht mehr zu bewegen, erscheint mir ähnlich gravierend. Was passiert, wenn sich in der Nachfolge Jesu Passivität und Bequemlichkeit einschleicht? Ich könnte mir vorstellen, dass ich Mut und die Freude am Glauben verliere und mich dem Gedanken hingeebe, Gott könne mich nicht gebrauchen. In Epheser 2 Vers 10 (einer meiner Lieblingsverse) steht: „Denn wir sind sein Werk, geschaffen in Christus Jesus zu guten Werken, die Gott zuvor bereitet hat, dass

wir darin wandeln sollen“. Hier steht nicht „vielleicht sind wir sein Werk“ oder „Andere sind sein Werk“. Nein, die zu Jesus gehören sind sein Werk! Und Gott hat uns befähigt in seinen Werken zu wandeln. Gott macht uns wirksam! In meiner „Resilienzgruppe“, die ich in meiner Arbeit leite, ist der Punkt „sich als wirksam zu erleben“ von großer Bedeutung und macht laut Literatur den Menschen widerstandsfähiger gegenüber Krisen und Stress. Ich habe die Erfahrung gemacht, wenn die Teilnehmer anfangen sich etwas zuzutrauen und Dinge anpacken und umsetzen, sie stärker und gesünder werden (und dankbarer). Deshalb möchte ich auch hier Mut machen, in Bewegung zu bleiben und mutig die Dinge zu tun, die Gott dir/uns aufs Herz legt.

3. Belastungssteuerung: Bei Belastung fallen mir die Worte Jesu ein „Kommt zu mir, alle die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken. Nehmt auf euch mein Joch und lernt von mir; denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig; so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen. Denn mein Joch ist sanft, und meine Last ist leicht“. Ich habe vor kurzem eine Predigt gehört, worin beschrieben wurde, was „das Joch“ im Rabbinertum zu Zeiten Jesu bedeu-

tete. Die verschiedenen Rabbis lehrten zusätzlich zu den Geboten und Verboten der Tora noch weitere eigene Auslegungen, die das Leben der Juden regeln sollten. Diese nannte man „Joch“. Dabei legten sie den Menschen noch mehr nicht zu erfüllende Lasten auf. So hatte man stets das Gefühl den Ansprüchen nicht gerecht zu werden. Jesus distanziert sich vehement davon und klagt dies in Matthäus 23,4 sogar an: „Sie (die Schriftgelehrten) binden schwere und unerträgliche Bürden und legen sie den Menschen auf die Schultern ...“. Das Joch Jesu ist leicht, denn ER ist für mich zur Gerechtigkeit geworden. Durch sein Sterben am Kreuz hat ER die Last der ganzen Welt auf sich genommen. Auch deine und meine Last! Nun dürfen wir zu ihm kommen und sind angenommen und dürfen unser Bestes für ihn geben. Nicht um den Erwartungen meines Umfeldes gerecht zu werden, denn zur Freiheit hat Gott uns berufen. Sondern aus Liebe zu Jesus und den Menschen. Denn Gott ist Liebe!

Daher möchte ich euch zu einer geistlichen Reha einladen. In der wir durch eine ausgewogene Ernährung, ausreichend und gezielte Bewegung und eine gesunde Belastungssteuerung unsere Seele stärken.

Euer Martin Hellmann

Termine des Leitungsteams (zur Fürbitte)

20.05. / 03.+17.06. / 15.07., 18:00 Uhr Gebet; ab 18:30 Uhr Leitungsteam

Gemeindeversammlungen

Mi., 27.05. / Mi., 22.07., 19:30 Uhr

Begegnungscafé – immer am ersten Mittwoch im Monat um 15:00 Uhr in den Räumen der Christuskirche

Folgende Termine und Themen sind geplant:

06. Mai: Gottes Hand (Christine Renner)

03. Juni: Ausflug zum Garten der Hoffnung nach Puschendorf – mit Führung (H. Lämmermann) – Abfahrt an der CG um 13:30 Uhr (Rückkehr ca. 17:30 Uhr)!

01. Juli: Der Krug – was hat er mit meinem Leben zu tun? (Günter Guthmann)

Übersicht besonderer Veranstaltungen von Mai bis September 2026

- 01. bis 03.05.2026: Frauen-Wochenende in Regen
- 09.05.2026: INSPIRATION – Der Tag für Mitarbeitende im HGV in Gunzenhausen. Nähere Infos u. a. zu den Seminaren unter hgv-gunzenhausen.de/inspiration
- 14. + 16.05.2026: OpenDoors-Tag in Karlsruhe – das komplette Programm kann man einsehen unter opendoors.de/aktiv-werden/veranstaltungen
- 19.05.2026: Vortrags- und Gesprächsabend mit Dr. Roland Werner via zoom um 19:30 Uhr zum Thema „Vergessene Vorbilder“ oder „Faszination frühe Christen und was wir heute von ihnen lernen können“. Dafür bitten wir um Anmeldung unter info@gemeinschaft-muenchen.de
- 23. + 24.05.2026: Pfingstkonferenz in Gunzenhausen (mit Campingmöglichkeit). Weitere Infos unter pfungstkonferenz-gunzenhausen.de
- 13.06.2026: Männertag mit Bernd Hildner in Gunzenhausen
- 02. bis 05.07.2026: Männer-Wochenende in Regen (siehe auch Seite 7)
- 25. bis 27.09.2026: Gemeindefest im Evangelischen Bildungs- und Tagungszentrum in Pappenheim. Thema „GOTT (neu) entdecken“ (siehe auch Seite 11)

Besuch von Bine Vogel (casayohana)



Wir sind casayohana - Verein und Stiftung

Stiftung casayohana
Save a child, save a mother, save a family
Deutschland

casayohana
Save an info, save a mother, save a life
Peru

- Vorträge & Information
- Netzwerke & Kontakte
- Benefizveranstaltungen
- Kleinspenden
- Finanzielle Unterstützung
- Social Media
- Zukunftssicherung
- Beratung & Therapieangebote
- Mediation für Ehepaare
- Partnerschaften
- Weiterbildung bei Behörden
- Schulungen und Auszubildung

Das Logo casayohana Peruvand Eltern Druck: Annelie Göbel, Öffentlichkeitsarbeit bei: 2020

6 | GOTTESDIENSTE

Mai

03.05.	10:00 Uhr	Kämpfe – widerstehe – fliehe (1. Petrus 5,8)		Günter Guthmann
10.05. Muttertag	10:00 Uhr	Missions-Gottesdienst Kollekte für die Marburger Mission		Schwester Maren Martens (Marburger Mission)
14.05. Himmelfahrt	10:00 Uhr	Teilnahme am Gottesdienst an der Alten Veste (kein Gottesdienst in der Christusgemeinde)		
17.05.	10:00 Uhr	Ich möchte Eisen schwimmen sehen (2. Könige 6,1–6)	 	Günter Guthmann
24.05. Pfingstsonntag	10:00 Uhr	Ein gefährlicher Auftrag (Apostelgeschichte 9,10–19)		Günter Guthmann
31.05.	10:00 Uhr	Gottesdienst		Martina Brix (LKG Stein)

Juni

07.06.	10:00 Uhr	Gottesdienst Kollekte für die Marburger Mission		Birgit Scheidig
14.06.	10:00 Uhr	Erfolgreich scheitern (1)		Günter Guthmann
21.06.	10:00 Uhr	Erfolgreich scheitern (2)	 	Günter Guthmann
28.06.	10:00 Uhr	Gottesdienst		Werner Schindler

Nach dem gemeinsamen Gottesdienstbeginn bieten wir einen **KINDERGOTTESDIENST** an. Neben spannenden Geschichten aus

Änderungen möglich!

05.07.	10:00 Uhr	Gottesdienst Kollekte für die Marburger Mission		Irena Stolz
12.07.	10:00 Uhr	Wort-Gottesdienst		
19.07.	10:00 Uhr	Schubladen und andere Denkfehler (Lukas 7,36–50)	 	Günter Guthmann
26.07.	10:00 Uhr	Gottesdienst		Samuel Haubner (CG Ingolstadt)



Gemeinde dankt dem Herrn



Gemeindecafé im Anschluss



Abendmahl

MEN ONLY

Wochenende vom 02. bis 05. Juli 2026

in Regen im Bayerischen Wald (Seminar- und Gruppenhaus Kopp, Kalvarienbergweg 51, 94209 Regen). Männer-Gemeinschaft genießen, Gott erfahren, Bibel entdecken, Freundschaften ausbauen und zusammen unterwegs sein! **Wer?** Männer ab 18 Jahre. **Ankommen:** Freitagabend ab 16:00 Uhr (je nachdem wie die Fahrgemeinschaften sich absprechen). **Kosten für Unterkunft und Verpflegung:** je nach Teilnehmerzahl ca. 120,- € (vor Ort zu entrichten; je mehr Teilnehmer desto preiswerter!); eigene Anreise mit Fahrgemeinschaften. **Anmeldung:** auf der Anmelde-liste an der Infowand im Foyer der Christusgemeinde! **WICHTIG:** Mit der Anmeldung bitte 50,- €

Anzahlung in bar an Hartmut Reinlasöder!!! **Man(n)** kann nachfragen bei Markus Vorbrugg (Tel. 0911 / 3 75 15 77). **Das Haus** anschauen kann man(n) sich auch unter: www.youtube.com/watch?v=Jck6J7Oa2E



der Bibel, gibt es coole Spiele, Bastelarbeiten und Aktionen gestaltet von einem Mitarbeiter des KiGo-Teams.

8 | KLEINGRUPPEN

Was?	Wann?
Gebetskreise	
Gebet für Zirndorf	Jeden letzten Montag im Monat um 19:00 Uhr
Gebetstreffen	Dienstags um 18:00 Uhr
Gebetskreis	Donnerstags um 09:00 Uhr
Gebet um Heilung	Nach Absprache
Gebetskreis	Freitags um 06:00 bis 06:45 Uhr
Gebetskreis	Samstags um 07:00 Uhr
Gebet für den Gottesdienst	Sonntags um 09:30 Uhr
Kleingruppen mit Bibelgespräch	
Kleingruppe Günther	Dienstags um 19:00 bis 20:30 Uhr (14-tägig)
Kleingruppe Hannemann	Mittwochs um 19:00 Uhr (alle 4 Wochen)
Kleingruppe Hellmann	Donnerstags um 20:00 Uhr (wöchentlich)
Kleingruppe Schmidt	Montags um 19:00 Uhr (14-tägig)
Kleingruppe Vorbrugg	Dienstags um 19:00 bis 20:30 Uhr (14-tägig)
Bibelgesprächskreis	2.+4. Mittwoch im Monat um 15:00 bis 16:00 Uhr
Sonstige Kleingruppen	
Frauenfreude	Nach Absprache
„Men Only!“ Männertreff	Nach Absprache (monatlich)

Wo?	Kontakt
Nach Absprache	G. Scholl (Tel. 0911 / 6 99 52 66)
CGZ	kontakt@christusgemeinde-zirndorf.de
CGZ	H. Thomae (Tel. 0911 / 69 24 40)
Nach Absprache	kontakt@christusgemeinde-zirndorf.de
CGZ	kontakt@christusgemeinde-zirndorf.de
CGZ	kontakt@christusgemeinde-zirndorf.de
CGZ – 1. Stock (Kapelle)	kontakt@christusgemeinde-zirndorf.de
Familie Günther	A. Günther (Tel. 0151 17856803)
Familie Hannemann	I. Hannemann (Tel. 09127 / 52 15)
Familie Hellmann	M. Hellmann (Tel. 0911 / 5 04 83 61)
Familie Schmidt	M. Schmidt (Tel. 0151 29784884)
Familie Vorbrugg	H. Vorbrugg (Tel. 0911 / 3 75 15 77)
CGZ – 1. Stock	C. Renner (Tel. 0911 / 6 00 24 52)
Nach Absprache	T. Wiedmer (Tel. 0170 457 35 01) A. Gruß (Tel. 0911 / 71 85 22)
Nach Absprache	kontakt@christusgemeinde-zirndorf.de

Wir gratulieren zum Geburtstag

Mai



Juli

Juni

Geburtstage durch Vorgaben
des Datenschutzes
nicht abgebildet!



Aus Datenschutzgründen werden im AUGENBLICK nur Geburtstage von Personen genannt, die der Veröffentlichung schriftlich zugestimmt haben. Datenschutzerklärungen sind unter kontakt@christusgemeinde-zirndorf.de erhältlich.

Wir danken dem
Gott und Vater unseres
Herrn Jesus Christus allezeit,
indem wir für euch beten.

Kolosser 1,3

**Herzliche Einladung
zum Gemeinde-
wochenende der CG
im Evangelischen
Bildungs- und
Tagungszentrum
vom 25. bis 27.
September 2026
in Pappenheim**



***Es ist wieder mal soweit! Gemeinsam wollen wir im
September 2026 GOTT (neu) entdecken***



- im Lobpreis***
- in der Bibel***
- in der Natur***
- im Gegenüber***

**Verbindliche Anmeldung
über Karin Westphal oder Hartmut Reinlasöder
(Anzahlung 50,- €). Anmeldeschluss: 28.06.2026. Anmeldeflyer
liegen im Foyer aus.**

HGV Verbands-Termine

- Sa., 09.05.** INSPIRATION – Der Tag für Mitarbeitende
im HGV in Gunzenhausen
- So., 24.05.** Pfingstkonferenz mit Family Camp
(23. bis 25.05.) in Gunzenhausen
- Sa., 13.06.** Männertag mit Bernd Hildner
in Gunzenhausen
- Di., 23.06.** HGV-Hauptamtlichentag in Gunzenhausen



**Hensoltshöher
Gemeinschafts-
Verband e.V.**

Sie finden uns im Stadtzentrum von Zirndorf



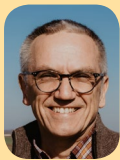
Wer wir sind

Die **Christusgemeinde Zirndorf** ist eine eigenständige evangelische Gemeinde, die 1913 als Landeskirchliche Gemeinschaft (LKG) gegründet wurde. „Jesus Christus nach innen leben und nach außen tragen“



ist uns Vision und Herzensanliegen gleichermaßen: Wir wollen Menschen unserer Zeit mit der guten Botschaft von Jesus Christus erreichen und ihnen helfen, ihr Christsein im Alltag praktisch zu leben. Jesus Christus steht dabei im Mittelpunkt unserer Gemeinde. Grundsätzlich gehen wir davon aus, dass die Gemeinde Gott selbst gehört und in ihm gegründet ist. Wir glauben, dass wir ohne Jesus nichts tun können. Wir beten darum, dass er selbst uns führt und leitet, dass er uns hilft, unsere Gaben zu entdecken und einzusetzen. Wir rechnen fest mit dem

Heiligen Geist, der uns prägt und mit seiner Liebe ausrüstet. Das können wir nur, wenn wir eine persönliche Beziehung zu Jesus haben und unser Leben mit ihm gestalten. Dabei ist die Bibel sein lebendiges Wort, in allen Entscheidungen, unsere Orientierung und Maßstab. Wir wollen Abstand nehmen von Aktivismus und falschen Erwartungen. Stattdessen wollen wir gemeinsam auf Gott hören, was unser Auftrag ist. Andere Dinge haben keine Priorität.



Kontakt

Pastor Günter Guthmann

Saarbrückener Straße 6, 90513 Zirndorf

Tel.: 0911 / 47 84 27 68, Handy: 0176 20028453

guenter.guthmann@hgv.church

Impressum

Christusgemeinde | Evangelische Gemeinschaft im HGV e. V.
Oelstraße 2, 90513 Zirndorf | www.christusgemeinde-zirndorf.de

Bankverbindung: Sparkasse Fürth | **IBAN DE32 7625 0000 0190 4410 22**

Baukonto: Sparkasse Fürth | **IBAN DE67 7625 0000 0009 7661 55**

Für beide Konten gilt der BIC: **BYLADEM1SFU**

Redaktionelle Mitarbeit: Christine Renner; Layout: Harald Gruß

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 07.07.2026

Auflage: 250 | Druck: Gemeindebriefdruckerei | 29393 Groß Oesingen

Der Augenblick erscheint viermal im Jahr.

