

4. JANUAR 2025

WAS WIRKLICH ..  
ZÄHLT

CHRISCHONA  
HALLAU

# CRASH DIÄT

COMMUNITY  
CHURCH

EXTREMER STRESS

ÜBERLEBENSMODUS

LANGSAMER  
STOFFWECHSEL

JOJO EFFEKT

MUSKELKATER

# WAS IST SCHOKOLADE?

“SCHMECKT UND SEHT, WIE GUT  
DER HERR IST. FREUEN DARF  
SICH, WER AUF IHN VERTRAUT.”

PSALM 34,9

“KOMMT HER ALLE, DIE IHR  
MÜHSEELIG UND BELADEN SEID,  
ICH WILL EUCH ERQUICKEN. ICH  
WERDE EUCH DIE LAST  
ABNEHMEN UND EUCH RUHE  
GEBEN.”

MATTHÄUS 11, 28

“ALLES KANN ICH DURCH  
CHRISTUS, DER MIR KRAFT UND  
STÄRKE GIBT.”

PHILIPPER 4, 13

“WEIL IHR GOTTES REICHE BARMHERZIGKEIT  
ERFAHREN HABT, FORDERE ICH EUCH AUF,  
LIEBE BRÜDER UND SCHWESTERN, EUCH MIT  
EUREM GANZEN LEBEN GOTT ZUR  
VERFÜGUNG ZU STELLEN. SEID EIN LEBENDIGES  
OPFER, DAS GOTT DARGEBRACHT WIRD UND  
IHM GEFÄLLT. IHM AUF DIESE WEISE ZU  
DIENEN IST DER WAHRE GOTTESDIENST UND  
DIE ANGEMESSENE ANTWORT AUF SEINE  
LIEBE.”

RÖMER 12, 1-2

“PASST EUCH NICHT DEN MAßSTÄBEN  
DIESER WELT AN, SONDERN LASST EUCH  
VON GOTT VERÄNDERN, DAMIT EUER  
GANZES DENKEN NEU AUSGERICHTET  
WIRD. NUR DANN KÖNNT IHR  
BEURTEILEN, WAS GOTTES WILLE IST, WAS  
GUT UND VOLLKOMMEN IST UND WAS  
IHM GEFÄLLT.”

RÖMER 12, 1-2

“ERINNERT EUCH AN DAS, WAS ICH EUCH ANGEKÜNDIGT HABE, ALS ICH NOCH MIT EUCH ZUSAMMEN WAR: ›ALLES MUSS SICH ERFÜLLEN, WAS BEI MOSE, BEI DEN PROPHETEN UND IN DEN PSALMEN ÜBER MICH STEHT.“

LUKAS 24, 44

“ICH BIN IN CHRISTUS  
GEKREUZIGT WORDEN; NICHT  
MEHR ICH LEBE, SONDERN  
CHRISTUS IN MIR.”

GALATER 2, 20