

People Are Born To Shine!

Menschen sind geboren, um zu glänzen!

Ein Newsletter, der im christlichen Glauben verwurzelt ist und als Inspiration und Unterstützung aller Menschen unabhängig von Nationalität, Rasse und Religion dienen soll.



HANDLUNGEN DER GÜTE

MIT ERLAUBNIS GEDRUCKTE AUSZÜGE

Ihre Lieblingsakte der Güte

Können kleine freundliche Handlungen die Welt verändern?

Wie Wellen, die in einem Teich nach außen kreisen, können einzelne freundliche Handlungen zusammen weltverändernde Auswirkungen haben.

In unserem Moment des Terrors saßen diese freundlichen Menschen und beteten mit mir für meinen Mann, für meine Kinder und für mein ungeborenes Baby. Ich danke Gott für sie...

Zur Rettung Kommen

Am Weihnachtsabend 1996 waren wir auf dem Heimweg vom Haus meines Cousins. Ich war schwanger mit meiner jüngsten Tochter und meine beiden älteren Töchter waren damals 9 und 4. Das Wetter war schrecklich, der Schnee fiel schnell und dicht ... Die Autos vor uns gerieten außer Kontrolle, mein Mann Der Versuch, den auf die Bremse getretenen Autos auszuweichen, geriet ebenfalls außer Kontrolle. Jemand, der mit einer höheren Geschwindigkeit aus der Mautstelle kam und breit auf die Fahrerseite des Autos fuhr, wirbelten außer Kontrolle und stießen gegen den Autobahnteiler.

Mein Mann war bewusstlos, meine ältere Tochter starrte nur blind vor sich hin. Mein Herz hörte auf zu denken, dass sie tot sein könnte. Die Leute hielten an, um uns zu helfen. Mein Mann wurde getrennt von uns ins Krankenhaus gebracht. Ich wusste nicht, was passiert ist oder wohin sie ihn bringen. Meine Tochter war geschockt. Ich war hysterisch.

Eine Familie aus dem Nahen Osten hielt an, um uns zu helfen, als mir klar wurde, dass mein jüngeres Kind nicht bei uns war. Im Chaos hatte jemand anderes angehalten und meine Tochter abgeholt und war mit ihr weggegangen. Ich fing an, nach meinem Baby zu schreien, und die Leute,

FREUNDLICHKEIT fortsetzung auf seite 2



In Dieser Ausgabe

Bildschirmzeit und Schlaf für Kinder

Die Mediennutzung in der Stunde vor dem Schlafengehen wirkt sich auf den Schlaf der Kinder aus.

Gesunde Ernährung im Alter

Sich für gesunde Lebensmittel zu entscheiden, ist eine kluge Sache - egal wie alt Sie sind!

Eindämmung unserer plastischen Besessenheit

Plastikflaschen bestehen normalerweise aus Petrochemikalien, deren natürlicher Abbau in der Umwelt etwa 450 Jahre dauert.

Erweiterte Sicherheitsfunktionen für Ihr Auto

Spitzentechnologie kann Sie und Ihre Familie schützen.

www.najicherfanfoundation.org

Es ist cool
freundlich
sein

FREUNDLICHKEIT fortsetzung von seite 1

die anhielten, um uns zu helfen, rannten los, um sie zu holen. Sie brachten sie sicher zu mir und hielten unsere Hände, bis ein weiterer Krankenwagen für uns kommen konnte.

In unserem Moment des Terrors saßen diese freundlichen Menschen und beteten mit mir für meinen Mann, für meine Kinder und für mein ungeborenes Baby. Ich danke Gott für sie, ich denke oft an sie und wünschte, ich könnte sie eines Tages wiedersehen, damit ich ihnen richtig danken könnte.

--Estelle

Die Extrameile Gehen

Eines Freitags war eine unserer Kunden weinerlich, weil der Riemen, der ihre Beinstütze sichert, abgebrochen war. Ihre große Angst fällt und die Zahnsperre war nicht genug gesichert, um einen Sturz zu verhindern. Ich habe mehrere Anrufe getätigt, konnte aber die Zahnsperre nicht rechtzeitig zum Wochenende reparieren oder ersetzen lassen. Ich habe mich mit einem anderen Mitarbeiter beraten, um zu sehen, was wir tun können. Diese Mitarbeiterin hatte selbst viele persönliche und medizinische Probleme und die Woche war für sie sehr stressig. Als ich jedoch das Dilemma unseres Kunden erklärte, entwickelte dieser Mitarbeiter ein Gefühl der Ruhe und entwickelte einen Plan, um unserem Kunden zu helfen. Was ich als nächstes gesehen habe, war einfach nur schön.

Dieser Mitarbeiter, der nur mit einer Hand geboren wurde, bereitete die Nähmaschine vor und hatte innerhalb der nächsten Stunde die Zahnsperre mit einem sehr sicheren Riemen befestigt. Zu sehen, wie sie die Nadeln einfädelt, die Materialien schnitt und die Zahnsperre positionierte, war wirklich eine Liebesarbeit. Dieser Mitarbeiter versteht nur zu gut, wie es ist, mit einem Handicap zu leben. Sie hätte sagen können, dass wir uns nächste Woche darum kümmern werden, aber sie vergaß ihre eigenen Probleme und kümmerte sich um diesen Kunden.

Ich war Zeuge einer selbstlosen Tat und wahrer Güte. Wir alle fühlten uns an diesem Tag gesegnet und diese Klientin ging sicher nach Hause in dem Wissen, dass sie nicht allein ist, sondern Teil einer Familie, die sich um sie kümmert.

--Joyce Bennett

Die Geschichten der Anderen Hören

Die Toleranz, Liebe und Freundlichkeit, die ich in den letzten sechs Jahren meines Lebens kontinuierlich erlebt und erhalten habe, ist vom seltsamsten Ort gekommen. Ich fand diesen Ort, als ich kurz vor dem Selbstmord stand; Ich hasste mich, mein Leben und die ganze Menschheit. Ich dachte, es gäbe nirgendwo auf der Welt liebevolle Güte. Ich betrat einen Raum voller Fremder und hörte mir ihre Geschichten an. Ich bin immer wieder erstaunt über die Großzügigkeit, die ich von Menschen erhalte, die ich gerade dort getroffen habe. Ich fand Hoffnung für ein besseres Leben. Diese wunderbaren Menschen liebten mich, bis ich lernte, mich selbst zu lieben. Einige dieser Fremden sind meine engsten Freunde geworden.

Ich bin nicht einzigartig in meiner Entdeckung. Jeden Tag versammeln sich Menschen an Tausenden und Abertausenden von Orten weltweit, um sich gegenseitig zu helfen. Es gibt Anwälte, Kellnerinnen, Ärzte und Hausmeister. Es gibt Katholiken, Baptisten, Buddhisten und Agnostiker. Es gibt keine Gebühren oder Gebühren für die Mitgliedschaft. Keine politischen oder religiösen Zugehörigkeiten. Jeder Mensch wird mit offenen Armen und Herzen empfangen.

Diese Freundlichkeit, Liebe, Großzügigkeit steht jedem zur Verfügung, der sie sucht. Ich fand es durch ein Zwölf-Schritte-Programm.

--Stephanie

Quelle: beliefnet.com

Bekenne deine
Sünden
zueinander
Und bete für
gegenseitig
Damit du
kann geheilt werden.
Das Gebet eines
Gerechten
Ist mächtig und
effektiv.

~ James 5:16

Gebetssecke

Mediennutzung vor dem Schlafengehen im Zusammenhang mit weniger Schlaf bei Kindern, die Schwierigkeiten haben, das Verhalten selbst zu regulieren

Laut einer Studie des Instituts für Psychologie der Arizona State University wirkt sich die Mediennutzung in der Stunde vor dem Schlafengehen darauf aus, wie Kinder schlafen, insbesondere Kinder, die Schwierigkeiten haben, ihr Verhalten selbst zu regulieren. Häufiger Mediengebrauch vor dem Schlafengehen bei diesen Kindern sagte spätere Schlafenszeiten und weniger Schlaf voraus.

Bei Kindern, die in der Stunde vor dem Schlafengehen die gleiche Menge an Medien verwendeten, wurden Unterschiede festgestellt, die durch ein Persönlichkeitsmerkmal erklärt wurden, das als mühsame Kontrolle bezeichnet wird. Kinder, die bei mühsamer Kontrolle nur wenig Punkte erzielen, sind diejenigen, die Schwierigkeiten haben, auf das Auspacken eines Geschenks zu warten, oder die leicht abgelenkt werden. Es gab einen starken Zusammenhang zwischen der Mediennutzung in der Stunde vor dem Schlafengehen und dem Zeitpunkt, zu dem diese Kinder schlafen gingen und wie lange sie schliefen. Die Mediennutzung vor dem Schlafengehen war nicht mit dem Schlaf von Kindern verbunden, die bei Maßnahmen zur mühsamen Kontrolle hohe Punktzahlen erzielten.

Das Forschungsteam verbrachte

eine Woche mit 547 Kindern im Alter von 7 bis 9 Jahren. Die Teilnehmergruppe war sozioökonomisch vielfältig und lebte in ländlichen und städtischen Gebieten. Die Eltern führten tägliche Tagebücher, in denen die Mediennutzung und die Schlafmuster der Kinder aufgezeichnet wurden. Sie haben auch eine Umfrage durchgeführt, in der nach dem Temperament ihrer Kinder gefragt wurde, einschließlich ihrer Fähigkeit, das Verhalten selbst zu regulieren. Während der gesamten Woche trugen die Kinder spezielle Armbanduhren, sogenannte Aktigrafen, die ihre Bewegung und auch das Umgebungslicht verfolgten. Die Aktigraphiedaten gaben dem Forschungsteam detaillierte Informationen darüber, wann und wie lange die Kinder schliefen.

Die Kinder schliefen durchschnittlich 8 Stunden pro Nacht und verwendeten während der Studienwoche durchschnittlich 5 Nächte vor dem Schlafengehen Medien. Kinder, die während der Studienwoche keine Medien vor dem Schlafengehen verwendeten, schliefen 23 Minuten länger und gingen 34 Minuten früher ins Bett als Kinder, die während der Studienwoche die meisten Nächte Medien verwendeten.

Die Mediennutzung war im Allgemeinen mit einer kürzeren Schlafdauer verbunden, aber dieser Effekt war bei Kindern mit geringer Kontrollanstrengung am ausgeprägtesten. Der Einfluss von Medien auf den Schlaf war ebenfalls ein durchschnittlicher Einfluss, was bedeutet, dass er die gewohnte Mediennutzung widerspiegelt, anstatt gelegentlich lange aufzubleiben, um einen Film anzusehen.

Kinder mit geringer Kontrollanstrengung haben möglicherweise Schwierigkeiten, ihre Aufmerksamkeit vom Betrachten von Medien vor dem Schlafengehen auf Beruhigen und Einschlafen zu lenken. Da mühsame Kontrolle ein Persönlichkeitsmerkmal ist, ist es schwieriger, sie zu ändern.

Anstatt sich die Eltern zu fragen, wie sie ihrem Kind helfen können, ihr Verhalten besser zu regulieren, können sie versuchen, sich darauf zu konzentrieren, konsistentere Schlaf- und Mediennutzungspläne zu erstellen.

Quelle: sciencedaily.com

Bei einigen Kindern bedeutet die Bildschirmzeit vor dem Schlafengehen weniger Schlaf.



Wählen Sie gesunde Mahlzeiten, wenn Sie älter werden

Sich für gesunde Lebensmittel zu entscheiden, ist eine kluge Sache - egal wie alt Sie sind! Ihr Körper verändert sich in den 60ern, 70ern, 80ern und darüber hinaus. Lebensmittel liefern Nährstoffe, die Sie im Alter benötigen. Verwenden Sie diese Tipps, um Lebensmittel und Getränke für eine bessere Gesundheit in jeder Lebensphase auszuwählen.

TRINKEN SIE VIEL FLÜSSIGKEIT

Mit zunehmendem Alter verlieren Sie möglicherweise etwas von Ihrem Durstgefühl. Trink oft Wasser. Fettarme oder fettfreie Milch oder 100% Saft helfen Ihnen auch, hydratisiert zu bleiben. Begrenzen Sie Getränke, die viel Zucker oder Salz enthalten.

MACHEN SIE DAS ESSEN ZU EINEM GESELLSCHAFTLICHEN EREIGNIS

Mahlzeiten sind angenehmer, wenn Sie mit anderen essen. Laden Sie einen Freund ein, sich Ihnen anzuschließen oder mindestens zweimal pro Woche an einem Potluck teilzunehmen. Ein Seniorenzentrum oder eine Kultstätte kann Mahlzeiten anbieten, die mit anderen geteilt werden. Es gibt viele Möglichkeiten, die Mahlzeiten angenehm zu gestalten.

PLANEN SIE GESUNDE MAHLZEITEN

Lassen Sie sich beraten, was Sie essen, wie viel Sie essen und welche Lebensmittel Sie wählen sollten. Finden Sie vernünftige, flexible Möglichkeiten, um leckere Mahlzeiten auszuwählen und zuzubereiten, damit Sie die Lebensmittel essen können, die Sie benötigen.

WISSEN, WIE VIEL ZU ESSEN

Erfahren Sie, wie viel Sie essen müssen, damit Sie die Portionsgröße steuern können. Packen Sie beim Essen einen Teil Ihrer Mahlzeit ein, um sie später zu essen. Ein Restaurantgericht kann für zwei oder mehr Mahlzeiten ausreichen.

VARIIEREN SIE IHR GEMÜSE

Fügen Sie eine Vielzahl von verschiedenfarbigem, aromatisiertem und strukturiertem Gemüse hinzu. Das meiste Gemüse ist eine kalorienarme Nährstoffquelle. Gemüse ist auch eine gute



Quelle für Ballaststoffe.

ESSEN SIE FÜR IHRE ZÄHNE UND ZAHNFLEISCH

Viele Menschen stellen fest, dass sich ihre Zähne und ihr Zahnfleisch mit zunehmendem Alter verändern. Menschen mit Zahnproblemen haben manchmal Schwierigkeiten, Obst, Gemüse oder Fleisch zu kauen. Verpassen Sie nicht die benötigten Nährstoffe! Das Essen weicherer Lebensmittel kann helfen.

VERWENDEN SIE KRÄUTER UND GEWÜRZE

Lebensmittel scheinen mit zunehmendem Alter ihren Geschmack zu verlieren. Wenn Lieblingsgerichte anders schmecken, ist es möglicherweise nicht der Koch! Vielleicht hat sich Ihr Geruchssinn, Geschmackssinn oder beides geändert. Medikamente können auch den Geschmack von Lebensmitteln verändern. Verleihen Sie Ihren Mahlzeiten mit Kräutern und Gewürzen Geschmack.

LEBENSMITTEL SICHER AUFBEWAHRENE

Gehen Sie mit Ihrer Gesundheit kein Risiko ein. Eine lebensmittelbedingte Krankheit kann für einen älteren Menschen lebensbedrohlich sein. Werfen Sie Lebensmittel weg, die möglicherweise nicht sicher sind. Vermeiden Sie bestimmte Lebensmittel, die für eine ältere Person immer riskant sind, wie nicht pasteurisierte Milchprodukte.

LESEN SIE DAS NÄHRWERTKENNZEICHEN

Treffen Sie beim Kauf von Lebensmitteln die richtigen Entscheidungen. Achten Sie auf wichtige Nährstoffe sowie auf Kalorien, Fette, Natrium und den Rest des Nährwertkennzeichens.

FRAGEN SIE IHREN ARZT NACH VITAMINEN ODER NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTELN

Food is the best way to get nutrients you need. Should you take vitamins or other pills or powders with herbs and minerals? These are called dietary supplements. Your doctor will know if you need them.

Quelle: nia.nih.gov

Unsere plastische Besessenheit (Und wie man es zügelt)



Unsere Gesellschaft ist angekettet und an Plastik gebunden. Schauen Sie sich in diesem Moment um. Es gibt wahrscheinlich eine Verpackung mit Ihrem Haushaltsreinigungsmittel oder einen Behälter zur Aufbewahrung Ihrer Lebensmittel. Unabhängig vom Produkt können wir uns der Verwendung von Kunststoff nicht entziehen. Und seien wir ehrlich, es wird noch lange dauern. Plastikflaschen bestehen normalerweise aus Petrochemikalien, deren natürlicher Abbau in der Umwelt etwa 450 Jahre dauert. Unsere Haushalte können der Größe nicht mehr standhalten, daher ist das synthetische Material in unsere Ozeane und Ökosysteme eingedrungen. Trotz unserer Bemühungen schaffen es nur 9 Prozent der für das Recycling bestimmten Materialien, während der Rest auf Mülldeponien landet. Zwar werden einige dieser Kunststoffe recycelt, bei weitaus mehr jedoch nicht. Tatsächlich ist das Great Pacific Garbage Patch, ein schwimmendes Konglomerat aus Mikroplastik, eine der vielen schwimmenden Inseln in den Ozeanen unseres Planeten.

Aber leider sind wir nicht machtlos. Viele Nationen auf der ganzen Welt ergreifen Maßnahmen, um Einwegkunststoffe zu reduzieren, indem sie Gesetze umsetzen und Recycling-Systeme einführen, die der Gesellschaft insgesamt sehr zugute kommen. Frankreich nahm 2016 eine bahnbrechende Haltung ein, als es als erstes Land der Welt die Verwendung von Plastikgeschirr verbot. Kompostierbare Alternativen (einige essbare) werden ihren Platz einnehmen. Norwegen hat ein anreizbasiertes Recyclingsystem eingeführt, bei dem die Verbraucher für jede gekaufte Plastikflasche eine Kautions hinterlegen, die später bei Rückgabe an eine Recyclingmaschine eingelöst werden kann. Großbritannien soll auch mit der Idee flirten.

Bewusstseins- und alarmierende Statistiken haben sogar diejenigen, die nicht von der grünen Überzeugung überzeugt sind, dazu gebracht, nach Alternativen zu unserer Plastiksucht zu suchen. Einführung biologisch abbaubarer Kunststoffe. Biologisch abbaubare Kunststoffe sind eine moderne Variante unserer konventionellen Kunststoffverwendung und werden hergestellt, um die Umwelt schneller zu zersetzen. Erwähnenswert ist, dass biologisch abbaubarer Kunststoff nicht unbedingt aus Biomaterial besteht. Oft werden diese Kunststofftypen mit einer gewissen Menge Öl hergestellt, ähnlich wie herkömmlicher Kunststoff. Der Hauptunterschied zwischen beiden ist der Abbauprozess, für den Mikroorganismen eine Rolle spielen. Die Umwelt und die Erosion sind Schlüsselkomponenten beim Zersetzungsprozess biologisch abbaubarer Materialien und scheinen daher eine viel attraktivere grüne Option zu sein.

WAS IST DIE BESTE LÖSUNG?

Plastik, ob auf Mülldeponien verbracht oder verbrannt, ist für die Umwelt schrecklich. Der Schwerpunkt sollte auf der Verwendung von Alternativen zu herkömmlichem Kunststoff liegen. Biologisch abbaubar in seiner wahren Form ist die beste Lösung. Die Sensibilisierung durch geeignete Recyclingprogramme (solche, die biologisch abbaubare Materialien tatsächlich zu ihrer endgültigen Ruhestätte bringen) ist sicherlich eine Schlüsselkomponente. Verbraucher haben heutzutage auch viel Kaufkraft. Die Kontaktaufnahme mit Marken, die ihnen wichtig sind, und die leidenschaftliche Bitte solcher Unternehmen, ihr grünes Engagement zu überdenken, könnte auch dazu beitragen, unsere Abhängigkeit von Kunststoff einzudämmen.

Quelle: gogreen.org

VERKEHRSSICHERHEIT

Elektronische Schutzengel:

Erweiterte Sicherheitsfunktionen für Ihr Auto



Experten sind sich einig, dass Ihre erste und beste Verteidigungslinie beim Fahren darin besteht, wachsam zu sein und sich Ihrer Umgebung bewusst zu sein. Aber in der realen Welt, in der Ablenkungen und schlechtes Wetter gegen Sie verschwören können, ist es hilfreich, ein Backup zu haben.

Glücklicherweise haben die Autohersteller hart an der neuesten Technologie gearbeitet, die Sie und Ihre Familie schützen kann. Einige dieser Funktionen können sogar eingreifen, um Sie davon abzuhalten, von der Straße oder in ein anderes Fahrzeug zu fahren. Betrachten Sie sie als einen elektronischen Schutzengel.

Hier ist eine Liste der fortschrittlichsten Sicherheitsfunktionen, die heute auf der Straße verfügbar sind.

Quelle: believnet.com

SPURVERLASSENSWARNUNG UND -VERHÜTUNG

Haben Sie jemals nach Haben Sie jemals nach etwas im Auto gegriffen, um festzustellen, dass Sie von Ihrer Fahrspur abgekommen sind, wenn Sie wieder nach oben schauen? Spurverlassenswarnsysteme verwenden eine Kamera, um nach vorne zu schauen und zu verfolgen, wo sich Ihr Fahrzeug in Bezug auf Spurmarkierungen befindet. Wenn Sie zu nahe kommen, ohne Ihren Blinker zu verwenden oder das Rad absichtlich zu drehen, werden Sie vom System benachrichtigt.

BLIND SPOT DETECTION & PRÄVENTION

Sie können nicht vermeiden, was Sie nicht sehen können. Blind Spot Detection-Systeme verwenden Radarsensoren, um Autos zu erkennen, die sich entweder in Ihrem toten Winkel befinden oder sich sehr schnell nähern. Warnungen enthalten im Allgemeinen eine Art Warnleuchte an oder in der Nähe der Seitenspiegel.

COLLISION MITIGATION

Kollisionsminderungssysteme verwenden eine Kombination aus Kameras, Lasern und Radar, um auf Hindernisse zu achten. Wenn eine Kollision unmittelbar bevorsteht, benachrichtigt das System den Fahrer. Und wenn der Fahrer nicht auf die Warnung reagiert, können einige Systeme sogar die Bremsen betätigen, um den Unfall entweder vollständig zu vermeiden oder zumindest die Schwere des Treffers zu minimieren. Kollisionsminderungssysteme sind jedoch nicht kinderleicht. Es dauert ein oder zwei Momente, bis die Sensoren neue Hindernisse erkennen. Manchmal können Regen oder Schnee die Sensoren verwirren und das System vorübergehend ausschalten.

DROWSINESS-ALARM

Einige der tödlichsten Unfälle werden von Fahrern verursacht, die am Steuer einschlafen. Wenn ein Auto mit hoher Geschwindigkeit den Bürgersteig

verlässt, besteht ein viel höheres Risiko für einen gefährlichen Überschlag. Wenn Sie sich schläfrig fühlen, ziehen Sie am besten vorbei und holen Sie sich den Rest, den Ihr Körper braucht. Damit Sie wissen, wann genug genug ist, haben einige Autohersteller Systeme entwickelt, die auf Schläfrigkeit achten und dann den Fahrer alarmieren.

ELEKTRONISCHE STABILITÄTSKONTROLLE

Systeme verwenden eine Vielzahl von Sensoren, um zu vergleichen, wohin der Fahrer das Fahrzeug fahren möchte und wohin das Fahrzeug tatsächlich fährt. Wenn das Fahrzeug außer Kontrolle gerät, tritt das System ein und aktiviert vorsichtig eine oder mehrere Bremsen, um das Schleudern anzuhalten und das Fahrzeug unter Kontrolle zu halten.

NACHTSICHT

Wenn Sie nachts jemals eine verlassene Straße entlang gefahren sind, wissen Sie, dass Überraschungen auftreten können, die außerhalb der Reichweite Ihrer Scheinwerfer liegen, wenn Sie sie am wenigsten erwarten. Einige Autos verfügen über Nachtsichtsysteme, ähnlich denen, die das Militär für nächtliche Kampfeinsätze verwendet. Diese Geräte verwenden eine Infrarotkamera, um weit nach unten zu schauen und große Objekte mit großer Klarheit anzuzeigen. Viele dieser Systeme können sogar menschliche Formen erkennen und hervorheben, sodass Sie vermeiden können, dass Jogger oder Radfahrer am Straßenrand trainieren.

MEIN SCHLÜSSEL

Es soll jugendliche Fahrer schützen und ermöglicht es Ihnen, jedem Fahrer in Ihrem Haushalt separate Schlüssel zuzuweisen. Jeder Schlüssel kann codiert werden, um bestimmte Fahrbeschränkungen durchzusetzen. Wenn Sie verhindern möchten, dass Ihr Teenager zu schnell fährt oder abgelenkt wird, können Sie eine Höchstgeschwindigkeit für das Auto und eine maximale Lautstärke für das

Audiosystem einstellen.

AUTO HOCH STRAHL

Die meisten Leute sagen, dass sie vergessen haben, ihre Brights einzuschalten, oder dass sie Angst haben, andere Fahrer zu blenden. Wie auch immer der Fall sein mag; In manchen Situationen kann es gefährlich sein, sich auf das Abblendlicht zu verlassen, da Sie nicht genügend Zeit haben, um Hindernisse zu erkennen und darauf zu reagieren. Ein neues Sicherheitssystem kann Ihr Fernlicht automatisch einschalten, wenn die Bedingungen dies zulassen. Es verwendet eine spezielle Kamera, um auf die Scheinwerfer und Bremslichter anderer Fahrzeuge zu achten und sicherzustellen, dass Sie die bestmögliche Sicht haben, ohne sich um die Blendung anderer Autofahrer sorgen zu müssen.

FUSSGÄNGER ERKENNUNG

Fußgänger waren traditionell sehr schwer mit Radar oder Laser zu erkennen, daher verwendet die neueste Technologie eine Kamera, um sich nach Menschen umzusehen, ähnlich wie es ein menschlicher Fahrer tun würde. Das System verwendet eine spezielle Software, um Fußgänger anhand ihrer Form und Bewegungen zu identifizieren und sie dann zu verfolgen, bis das Auto vorbeifährt. schauen?

SICHERHEIT GEMEINSAMER SINN

Stellen Sie vor allem sicher, dass Ihre Reifen ein ausreichendes Profil haben und richtig aufgepumpt sind. Stellen Sie sicher, dass auch Ihre Seitenspiegel richtig eingestellt sind.

Zuletzt ist es wichtig, sich daran zu erinnern, dass Sie, der Fahrer, die wichtigste Sicherheitsausrüstung in Ihrem Auto sind. Halten Sie Ablenkungen auf ein Minimum und tun Sie Ihr Bestes, um wachsam zu bleiben und sich Ihrer Umgebung bewusst zu sein.

Der Favorit

Wie ich dich geliebt habe, so musst du einander lieben.

Johannes 13:34

Der Bruder meines Mannes lebt ungefähr 1.200 Meilen entfernt in den Bergen von Colorado. Trotz der Distanz war Gerrits wegen seines großartigen Sinns für Humor und seines freundlichen Herzens immer ein geliebtes Familienmitglied. So lange ich mich erinnern kann, haben seine Geschwister gutmütig über seinen bevorzugten Status in den Augen ihrer Mutter gescherzt. Vor einigen Jahren überreichten sie ihm sogar ein T-Shirt mit den Worten "Ich bin Mamas Favorit". Während wir alle die Albernheit unserer Geschwister genossen haben, ist wahre Bevorzugung keine Scherzsache.

In 1. Mose 37 lesen wir über Jakob, der seinem Sohn Joseph einen verzierten Mantel gab - ein Hinweis für seine anderen Kinder, dass Joseph etwas Besonderes war (Vers 3). Ohne einen Hauch von Subtilität rief die Botschaft des Mantels: "Joseph ist mein Lieblingssohn."

Bevorzugung kann in einer Familie lähmend sein. Jakobs Mutter Rebekka hatte ihn ihrem Sohn Esau vorgezogen, was zu Konflikten zwischen den beiden Brüdern führte (25:28). Die Funktionsstörung wurde aufrechterhalten, als Jakob seine Frau Rachel (Josephs Mutter) gegenüber seiner Frau Lea bevorzugte, was zu Zwietracht und Herzschmerz führte (29: 30–31). Zweifellos war dieses Muster die ungesunde Grundlage für Josephs Brüder, ihren jüngeren Bruder zu verachten und sogar seinen Mord zu planen (37:18).

Wenn es um unsere Beziehungen geht, fällt es uns manchmal schwer, objektiv zu sein. Aber unser Ziel muss es sein, jeden ohne Bevorzugung zu behandeln und jeden Menschen in unserem Leben so zu lieben, wie unser Vater uns liebt (Johannes 13:34).

— Cindy Hess Kasper

Quelle: odb.org



REFLEKTIEREN UND BETEN

Wann haben Sie erlebt? Wann haben Sie Probleme damit, Bevorzugung zu zeigen? Wie hilft Gott Ihnen, alle gleich zu behandeln?

Wenn ich Gott liebe, wenn ich mit anderen interagiere, kann ich vermeiden, ungesunde Vorlieben zu zeigen. Hilf mir, andere so zu sehen wie du und alle fair und ohne Bevorzugung zu behandeln.

Möchten Sie die Arbeit von NCF fördern?

Die Naji Cherfan Foundation wurde nach dem Tod des geliebten Naji Cherfan gegründet. Unser Hauptziel ist es Gott durch Arbeit fuer das Gemeinwohl zu loben. Die Stiftung moechte die Lebensqualitaet der Aermsten der Armen aller Altersgruppen lindern, sowohl von Gesunden als auch von jenen mit Gesundheitsproblemen, oder mit Gehirnverletzungen jeglicher Art sei es durch Unfaelle, Schlaganfaelle usw., waehrend gleichzeitig christliche Werte verbreitet werden.

Wenn Sie die Arbeit der NCF moegen und sich beteiligen moechten, laden wir Sie ein Mitglied unseres Komitees zu werden. Das Ziel ist es unsere Inspiration und unsere Aktivaeten in Ihrem Land zu verbreiten. Bitte kontaktieren Sie uns fuer weitere Information +961 (0) 4 522221.

info@najicherfanfoundation.org

Zitierbar!

“Gnade ist eine Kraft, die kommt herein und verwandelt a moment zu etwas besserem.”

— Caroline Myss

Wie ich mich an Naji erinnere...

Auszug aus "Erleuchtung eines tugendhaften Lebens".



Kapitel III (1999-2006)

Virtuelle Notizen

1. Ablehnung. Ich lebte und lebe teilweise immer noch in Ablehnung. Endlich wurde mir klar, dass ich einige Fakten im Leben akzeptieren musste. Niemand ist perfekt. Dies ist eine Tatsache, die ich nicht akzeptiert habe. Vielleicht merke ich nur, wie tief und schmerzhaft es war, als ich meinen Unfall überwunden habe. Wäre ich in der Lage gewesen, die Person zu sein, die ich ohne sie bin? Zeit. Die Zeit für mich ist gekommen, die Verleugnung beiseite zu legen und mich an mein Leben anzupassen.
2. Ich habe gelernt, korrekte Prinzipien zu entwickeln und diese einzuhalten. Wenn Sie an etwas glauben, müssen Sie wissen, warum Sie glauben.
3. Starker Wille und Glaube führten mich während meiner Genesung.
4. Ich muss mich vor einigen meiner Gedanken schützen. Als ich ein Kind war, benutzte ich eine Analogie, um ein Positiv zu erhalten, indem ich zwei Negative multiplizierte. Jetzt verstehe ich, dass ich positive Energie erzeugen werde, wenn ich positiv auf etwas Negatives reagiere.
5. Nur diejenigen, die eine ähnliche traumatische Erfahrung wie ich gemacht haben, können verstehen, was ich durchmache.
6. Ein Problem, mit dem ich nach neun Jahren Therapie und harter Arbeit konfrontiert bin, besteht darin, dass meine obsessiven Gedanken mich kontrollieren. Obwohl ich so viel erreicht habe, muss ich verstehen, dass es noch viel mehr zu erreichen gibt. Jede Erfahrung gibt mir einen Schlüssel, um eine andere Tür zu allen Bereichen meines Lebens zu öffnen. Diese Schlüssel sind vorsichtig zu verwenden und dürfen nicht missbraucht werden. Wir alle haben das Potenzial, mit Liebe voranzukommen. Ich wurde ermutigt, ein hohes Selbstwertgefühl zu haben, und ich lernte, dass Reife durch Erfahrung entsteht.
7. Wir machen so viel aus uns und den Dingen, die wir haben. Es ist nicht immer ein sonniger Tag. Manchmal müssen wir die Natur nachahmen. Niemand ist perfekt.
8. Wir werden immer Missverständnisse haben. Ich habe eine positive Einstellung und schaue auf die gute Seite des Lebens, indem ich liebe, arbeite und spiele.
9. In diesem Leben werden wir mit nichts geboren und wenn wir sterben, gehen wir mit nichts. Wir verwalten unseren eigenen Raum und wie wir uns entscheiden, dieses Leben zu leben.
10. Menschen kommen aus einem bestimmten Grund in Ihr Leben. Wenn Menschen zusammen sein sollen, verbindet sie die wahre Liebe und Gott segnet sie.
11. Fürchte dich nicht. Schließen Sie die Tür zum Strom der Angst und stellen Sie sie hinter sich.

Kommen Sie zu uns für Neuigkeiten und inspirierende Botschaften! Siehe unsere Facebook-Seite!



www.facebook.com/najicherfanfoundation

Menschen Sind Geboren Um Zu Glänzen!

Menschen Sind Geboren Um Zu Glänzen ist ein elektronischer Newsletter der Naji Cherfan Foundation, der sich auf Spiritualität und Gesundheit konzentriert. Das Ziel von People are Born to Shine ist es, unsere Leser für gesundheitliche Herausforderungen und die Prävention von Krankheiten zu sensibilisieren und sie zu einem volleren und reichhaltigeren Leben zu inspirieren, das von christlichen Werten geleitet wird. Dieser Newsletter richtet sich an Menschen jeden Alters, an Menschen mit Gesundheit, an Gesundheitsproblemen und an Menschen mit Hirnverletzungen jeglicher Art, die durch Unfälle, Schlaganfälle usw. verursacht wurden.

Der Inhalt wurde sorgfältig aus Quellen ausgewählt, die als zuverlässig und genau gelten, um Ihnen gute Nachrichten über Gesundheit und geistiges Wohlbefinden zu bringen. Die Naji Cherfan Foundation übernimmt keine Verantwortung für ungenaue Informationen. Die NCF möchte die engagierte Arbeit ihrer Freiwilligen, hauptsächlich von mir, anerkennen. Kamal Rahal, ich, Harold Alvarez, Joyce Abou Jaoude, Marleine Nassrany, Dima Rbeiz, Reine Kassis, Nabil Khoury, Roland Khoury, Camille Cherfan, Rémy Kfoury, Michel Eid und alle Freiwilligen vor Ort, die NCF bei der Verbreitung der Worte Jesu durch ihre Institutionen unterstützen. Kirchen, Krankenhäuser, Einrichtungen usw.

Diese Ausgabe ist in Arabisch, Englisch, Griechisch, Niederländisch, Französisch, Spanisch, Portugiesisch und Deutsch verfügbar. Das NCF-Management und die Mitarbeiter sind sehr dankbar für die Bemühungen der Herausgeber, die sich freiwillig melden, um den Newsletter in mehrere Sprachen zu übersetzen und / oder zu bearbeiten, nämlich Isabelle Boghossian für die griechische Sprache, Carlos Brigolas für die portugiesische Sprache, Myriam Salibi für die französische Sprache und Rita Abou Jaoudé als Gutachterin, Professorin Lydia & Botschafterin Alejandro Diaz für die spanische Sprache, Panagiotis für die deutsche Sprache, Roly Lakeman für die niederländische Sprache, Lina Rizkallah & Rita Abou Jaoudé für die arabische Sprache.

For FREE subscriptions, please sign up through our website: www.najicherfanfoundation.org or call us at +961 (0)4 522 221. ALL material on our website is downloadable for FREE.

Publisher: CCM Group; Editorial Consultants: George and Sana Cherfan and Kelley Nemitz.; Reviewer: Sana Cherfan; Editor of the English Language : Kelley Nemitz, Layout : Art Department, CCM International ,Greece & Rita Abou Jaoudé, Lebanon.

© 2020 von der Naji Cherfan Foundation. Alle Rechte einschließlich Veröffentlichung und Verbreitung sind vorbehalten.