

# People Are Born To Shine!

A newsletter rooted in the Christian faith created to inspire and support all people, irrespective of nationality, race, and religion.



## LEKTIONEN DES LEBENS

# Missbrauch und das Wunder des Genesens

Von Joyce Meyer

Während meiner Kindheit wurde ich sexuell, emotional und physisch missbraucht. Viele von euch wurden ebenfalls missbraucht oder kennen jemanden mit einem Hintergrund des Missbrauchs und Schwierigkeiten im Leben.

Der Philipperbrief 1:6 sagt uns, dass Er, der das gute Werk in uns begonnen hat, es auch zur Vollendung bringen kann. Ihr werdet euch verändern, wenn ihr Gottes Wort treu bleibt und auf Jesus schaut, der das Alpha und Omega eures Glaubens ist. Ich genieße nun das Leben des Königreichs der Rechtschaffenheit, des Friedens und der Freude im Heiligen Geist.

Was bedeutet Missbrauch? Es bedeutet ‚missbrauchen, unsachgemäß brauchen, aufbrauchen oder durch falsche Behandlung verletzen‘. Die Auswirkungen von Missbrauch können verheerend und langwierig sein. Viele Menschen erholen sich niemals davon.

Obwohl ich mich scheinbar in Gesellschaft normal zu verhalten schien, hatte ich viele innere Probleme und eine komplizierte gestörte Persönlichkeit. Es gab mehrere Dinge, die mich während einer langen Zeit daran hinderten, die Rechtschaffenheit und die Freuden des Reiches Gottes zu erhalten und erfahren. Aber Jesus ist auf diese Welt gekommen, damit wir sein Reich erleben dürfen.

Aufgrund meiner Vergangenheit war ich ein bitterer Mensch und meine Haltung verursachte, dass andere dachten, man müsste mich bevorzugt behandeln. Ich war voller Selbstmitleid, besonders dann, wenn etwas nicht nach meinem Willen funktionierte. Ich kontrollierte, manipulierte, war ängstlich, unsicher und barsch. Es war einfach schwierig, mit mir zurechtzukommen, denn ich war richtig unangenehm. Ich wusste alles besser, war argwöhnisch und sehr negativ. Man gab mir oft Schuld und ich erfuhr viel Tadel. Ich

RECOVERY continued on page 6



## In this issue

### Purifying Your Blood Naturally

Our body has its own detoxification system, constantly filtering the blood.

### How to Get a Song Out of Your Head

Called “earworms” or “brainworms,” songs can be pleasant and relaxing, or a nightmare.

### Skiing and Snowboarding Safety Tips

Staying safe while enjoying these fun, popular sports.

### The Benefits of Recycling Paper

Because recycling makes sense economically and environmentally.

[www.najicherfanfoundation.org](http://www.najicherfanfoundation.org)

# Nährstoffe, die euer Blut auf natürliche Weise reinigen

Blut ist ein wichtiger Bestandteil unseres Körpers. Die Aufgabe unseres Blutes ist, wichtige Nährstoffe und Sauerstoff in die verschiedenen Teile des Körpers zu transportieren und Abfallstoffe und Kohlendioxid von diesen Körperzellen zu entfernen. Unser Körper hat sein eigenes Entgiftungssystem durch Nieren, Leber, den Darm und unsere Haut. Diese filtern beständig das Blut, um schädliche Gifte aus unserem Körper zu eliminieren und uns eine gute Gesundheit zu erhalten. Die Reinigung des Blutes ist äußerst wichtig für das gesunde Funktionieren des Körpers, denn die allgemeine Gesundheit eines jeden ist abhängig von seinem Blut. Wenn man deshalb sein Blut auf natürliche Weise reinigen will, sollte man folgende entgiftenden Nahrungsmittel in seine Ernährung miteinschließen.

## Löwenzahn

Die große Menge an Antioxidanten und pflanzlichen Nährstoffen im Löwenzahn helfen, Toxine und Freie Radikale aus unserem Verdauungstrakt zu eliminieren. Tee aus Löwenzahnwurzeln stimuliert die Leber und spült Giftstoffe aus dem Blutkreislauf.

## Grünes Gemüse

Grüne Gemüse wie Kohl, Blumenkohl, Brokkoli und Spinat sind reich an Antioxidanten und Antikrebsstoffen, die der Leber bei der Entgiftung helfen und das Blut auf natürliche Weise reinigen. Deshalb sollten diese Gemüse regelmäßig auf den Speiseplan.

## Knoblauch

Knoblauch ist reich an Schwefel; es ist ein Mineralstoff, der dem Körper hilft, schädliche Giftstoffe auszuscheiden. Er hält den Darm frei von Viren, Parasiten und schlechten Bakterien.

## Karotten

Karotten sind reich an den Vitaminen A, C, B6, K und Glutathion, einem natürlichen Protein, das die Leber reinigt. Ein Glas frischer Karottensaft auf nüchternen Magen am Morgen hilft, den Körper zu reinigen und Giftstoffe auszuscheiden.

## Leinsamen

Leinsamen sind reich an Omega-3 Fettsäuren und Ballaststoffen und helfen, Blutzucker und Giftstoffe aus dem Körper auszuscheiden.

## Avocado

Avocados sind sehr hilfreich zur Reinigung des Blutes und zum Erhalt einer gesunden Haut. Sie helfen, den Blutzuckerspiegel und das Cholesterin zu senken und die Leber zu entgiften.

## Petersilie

Petersilie wird häufig verwendet zur Reinigung des Blutes und hilft den Nieren, Giftstoffe im Urin auszuscheiden.

## Turmeric

Turmeric ist sehr bekannt in der Ayurveda Medizin, um die Leber zu entgiften und generell den Entgiftungsprozess im Körper zu beschleunigen.

Quelle: [dailyhealthgen.com](http://dailyhealthgen.com)



# Wie man einen Ohrwurm entfernt



Immer wieder mal hat man einen Ohrwurm im Kopf, der angenehm und entspannend sein kann, oder aber sehr unangenehm. Im folgenden Artikel erfährst du, wie man einen solchen wieder aus seinem Kopf entfernt.

## Durch Ablenkung

**KAUGUMMIKAUEN.** Bei vielen Leuten scheint Kaugummikauen die Fähigkeit Musik im Kopf zu 'hören' zu unterbinden. Dies kann deshalb helfen, das Lied loszuwerden.

**LASS DEINE GEDANKEN WANDERN.** Eine Studie hat gezeigt, dass oft das Bekämpfen eines Liedes zu häufigeren und längeren Episoden führt. Versuche die Melodie zu ignorieren, indem du an etwas anderes denkst. Dies ist nicht immer möglich, versuche es jedoch einige Minuten lang.

**LÖSE WORTRÄTSEL.** Anagramme, Kreuzworträtsel und andere Worträtsel können helfen, das Lied zu vertreiben. Über Worte nachzudenken, beschäftigt die gleiche Gegend im Gehirn, die die Melodie spielt. Konzentriere dich darauf, denn das Gehirn kann nur eine dieser beiden Aufgaben erfüllen.

Hör auf, falls du keine Besserung spürst und frustriert wirst. Ein Ohrwurm kann manchmal noch schlimmer werden, wenn man versucht, ihn zu bekämpfen.

Lenke dich mit einer ruhigen, verbalen Aktivität ab. Eine entspannende Tätigkeit kann am besten helfen, wenn der Ohrwurm dich stresst oder es dich beunruhigt, dass du ihn nicht kontrollieren kannst. Hier sind einige Optionen, die die Hör- und Sprachzentren deines Gehirns beschäftigen:

- Trage etwas vor oder lies laut vor.
- Unterhalte dich mit jemandem.
- Meditiere.
- Bete.
- Lies ein Buch.
- Schau Fernsehen.
- Spiel ein Videospiel, das Sprache oder/und einen Test beinhaltet.

SONG continued on page 6

## GEBET FÜR EINHEIT IN DER FAMILIE

Lieber Gott,  
Du hast das Gleichgewicht erschaffen.  
Die Nacht folgt auf den Tag.  
Das Meer berührt das Land.  
All die wunderschönen Tiere, Fische und Vögel.  
Du bist der große Schöpfer der Verschiedenheit und der Vielfalt.  
Wir danken Dir, dass wir alle einmalig sind und Deine Liebe widerspiegeln.  
Bring unsere Familie ganz eng zusammen in ihrer wunderbaren Schönheit.  
Hilf uns, dass wir uns lieben und gegenseitig respektieren.  
Zeige uns, wie wir einander helfen und uns ermutigen können.  
Inspiriere uns, dass wir gemeinsam ein Bild Deiner perfekten Liebe werden.  
Amen.

Quelle: [lords-prayer-with-words.com](http://lords-prayer-with-words.com)

Gebet

It is with great pleasure that the NCF has been bringing to you inspiring stories from around the world in each edition of *People Are Born To Shine*. We continuously search many online sources to bring you the most touching stories of hope, encouragement and health, and we want to thank you all for your continuous support. We are committed to bringing you more and more inspiring stories full of love, giving and sharing in 2016.

## UNSER TÄGLICHES BROT

# Ein dienender Führer

Ich konnte meine Handlung nicht rückgängig machen. Eine Frau hatte ihr Auto so geparkt, dass sie meinen Weg zur Tankstelle blockierte. Sie sprang schnell aus ihrem Wagen, um einige Artikel zum Recycling abzugeben, und ich wollte nicht länger warten und hupte. Verärgert stieß ich rückwärts und fuhr einen anderen Weg. Sofort bereute ich, dass ich ungeduldig war und nicht 30 Sekunden (höchstens) warten wollte. Ich bat Gott um Entschuldigung. Ja, sie hätte in der markierten Parkzone parken sollen, aber ich hätte freundlich sein und Geduld zeigen können. Es war leider zu spät, um mich bei ihr zu entschuldigen – sie war fort.

Viele der Sprichwörter fordern uns zum Nachdenken auf, wie man reagieren sollte, wenn Leute unsere Pläne durchkreuzen. Eines sagt 'Dumme zeigen ihren Ärger sofort' (Prov. 12:16), ein anderes 'Es gebührt dem Ehre, der Zank vermeidet, denn jeder Dumme streitet schnell' (20:3). Und dieses, das ins Herz trifft: 'Dumme geraten sofort in Wut, der Weise bringt am Ende Ruhe und Schlichtung' (29:11).

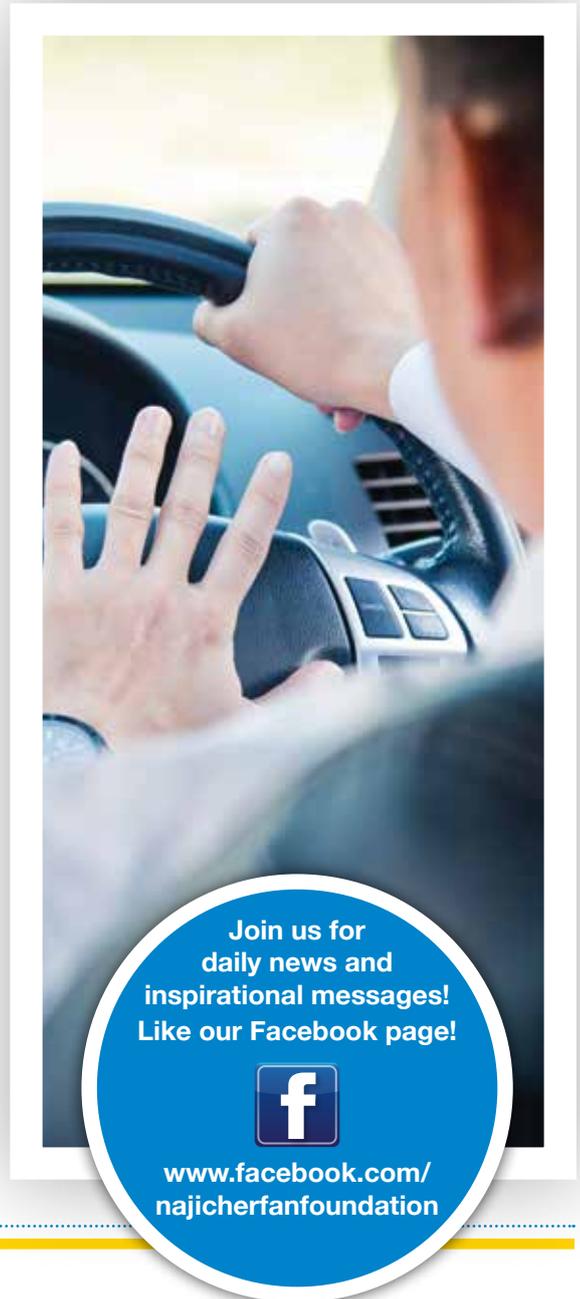
Wenn wir mit Gott zusammenarbeiten und auf Ihn vertrauen, bringt Er in uns die Frucht des Heiligen Geistes hervor.

Sich in Freundlichkeit und Geduld zu üben scheint manchmal schwierig zu sein. Der Apostel Paulus sagt jedoch, dass die 'Frucht des Geistes' (Gal. 5.22-23) das Werk Gottes ist. Sowie wir mit Ihm zusammenarbeiten und auf Ihn vertrauen, bringt Er in uns diese Frucht hervor. Bitte ändere uns, lieber Gott!

*Mach einen milden Menschen aus mir, lieber Gott! Einen, der nicht auf jedes Ärgernis mit Frust reagiert.*

Schenk mir einen Geist der Selbstbeherrschung und der Geduld.

Quelle: odb.org



Join us for  
daily news and  
inspirational messages!  
Like our Facebook page!



[www.facebook.com/  
najicherfanfoundation](http://www.facebook.com/najicherfanfoundation)

## Will You Further NCF's Work?

The Naji Cherfan Foundation was founded after the passing of the beloved Naji Cherfan. Our main goal is to praise the Lord through community work.

The foundation works to improve the quality of life of the poorest of the poor of all ages, both those who are healthy and those with health problems, and those with brain injury of any kind, resulting from accident, stroke, etc, while promoting Christian values.

If you like the work NCF is doing and wish to participate, we invite you to become a member of our Board. The goal is to share our inspiration and activities in your country. Please contact us for more information at +961 (0)4 522221.

[info@najicherfanfoundation.org](mailto:info@najicherfanfoundation.org)

## Spruchwort

Das Leben ist wie Fahrradfahren.  
Um das Gleichgewicht zu halten,  
muss man sich stets bewegen.

—Albert Einstein

# Skifahren und Snowboarden: Sicherheitstipps für Familien

Skifahren und Snowboarden sind beliebte Wintersportarten. Jedes Jahr verletzen sich jedoch Kinder und Erwachsene während sie diese Sportarten praktizieren, und manchmal sind diese Verletzungen sehr ernsthaft.

## *Wusstest du, dass:*

- Snowboarden und Abfahrtsski zu den drei Hauptursachen bei Verletzungen gehören, die mit Schnee und Eis in Verbindung stehen.
- Bei jungen Skifahrern Verletzungen am häufigsten bei Anfängern vorkommen und oft am ersten Tag.
- Die Zahl der Gehirn- und Rückgradsverletzungen, die auf Skifahren und Snowboarden zurückzuführen sind, weltweit zunimmt.

## *Die Sicherheit beginnt mit der richtigen Ausrüstung*

- Trage die entsprechende Ausrüstung, Helm und Brille miteingeschlossen, und Handgelenkschutz für Snowboarden. Helme können das Risiko einer Kopfverletzung reduzieren. Kinder, Teenager und Erwachsene sollten immer einen Helm speziell für Skifahrer oder Snowboarder tragen. Vergewissere dich, dass der Helm richtig sitzt. Die meisten Helme kommen mit den entsprechenden Anweisungen.
- Kontrolliere die Ausrüstung deines Kindes und die eigene zu Beginn eines jeden Skitages. Du solltest auch deinem Kind zeigen, wie es seine eigene Ausrüstung prüft. Manche Unfälle passieren wegen schlecht sitzender Bindungen. Die Bindungen an Skiern oder Snowboards sollten so angepasst sein, dass sie genau dem Gewicht und Können deines Kind oder Teenagers entsprechen. Wenn du keine eigene Ausrüstung besitzt, leihe sie die nur bei einem Skifachgeschäft oder Skizentrum und vergewissere dich, dass Skistiefel und Bindungen richtig eingestellt sind.

## *Bereite Dich vor dem Start vor*

- Prüfe die Wettervorhersage. Kleide dich entsprechend. Trage Kleidung in Schichten und nimm eine extra Mütze und ein zweites Paar Handschuhe mit.

- Nimm Unterricht. Falls dein Kind oder Teenager zum erstenmal fährt, lass es Unterricht bei einem geprüften Lehrer nehmen.
- - Informiere dich über die Abfahrten. Fahre nicht Ski oder Snowboard auf Pisten, die geschlossenen sind oder deren Zustand du nicht kennst.
- Mach Stretchübungen und wärme deine Muskeln vorher auf, bevor du dich auf die Piste begibst.

## *Sei vorsichtig auf der Piste*

- Fahre niemals Ski oder Snowboard allein. Weise ältere Kinder an, sich regelmäßig bei Begleitpersonen zu melden.
- Achte auf eventuelle Bäume oder Eisplatten.
- Sei deiner Grenzen bewusst. Fahre nicht auf Hängen, die dein Können überfordern. Auch deine Kinder oder Teenager sollten auf schwierigeren Pisten nur dann fahren, wenn sie die Sportart schon besser beherrschen.
- Achte darauf keine Frostbeulen zu bekommen.
- Ruhe dich aus, wenn du müde wirst.

Quelle: [caringforkids.cps.ca](http://caringforkids.cps.ca)



**RECOVERY** continued from page 1

hatte ein schandhaftes Naturell und deshalb war alles was ich anstrebte vergiftet. Weil ich mich selbst nicht mochte, versuchte ich viele Jahre ein anderer zu sein. Ich bin sicher, ihr versteht was ich meine – ich war einfach schrecklich!

Was ich euch jetzt sagen möchte ist wichtig. Denn ich wurde wiedergeboren! Ich wurde aktiv im Kirchenleben. Wir gingen regelmäßig zur Kirche und waren dort tätig. Unsere Leben spielten sich rund um die Kirche ab, aber trotzdem wurde ich meiner Probleme nicht Herr. Das Traurige dabei war, dass ich gar nicht verstand, dass ich ein Problem hatte. Ich dachte, alle anderen hätten ein Problem und wenn sie sich änderten, würde ich glücklich werden.

1976 wurde ich im Namen des Heiligen Geistes getauft. Tun ist jedoch etwas anderes als sein. Mein Äußeres war zwar poliert, aber innerlich war ich kaputt. Oft explodierte mein Inneres, und dann konnte jeder sehen, dass ich nicht der war, der ich zu sein schien.

Der überströmende Einfluss des Heiligen Geistes in meinem Leben erfüllte mich jedoch mit echter Liebe für das Wort Gottes und der Fähigkeit, es zu verstehen wie niemals zuvor. Wenn man das Wort Gottes schaut, gemäß des Korintherbriefs 3:18, ist es als ob man in einen Spiegel schaut, der uns in sein glorreiches Ebenbild verwandelt. Seitdem habe ich mich verändert. Ich habe mich immer wieder aufs Neue verän-

dert. Und ich verändere mich immer noch! Die meisten meiner Probleme sind für immer verschwunden, die übrigen treten nur noch ab und zu in Erscheinung. Ich sehe sogar anders aus – jünger, glücklicher, friedlicher.

Alte Dinge sind in den Hintergrund getreten, alles ist erneuert. Aber das bedeutet nicht, dass alles aus der Vergangenheit verschwunden ist. Die Erweiterte Bibel erklärt das folgendermaßen: Halt ein, das Frische und Neue ist gekommen! Mit anderen Worten, ohne Jesus gibt es keine Hoffnung für Erneuerung des Lebens. Ohne die Macht Gottes hat die Vergangenheit immer eine Auswirkung auf die Zukunft. Aber sogar mit Jesus sind wir nicht automatisch frei von unserer Vergangenheit. Wenn Frisches und Neues kommt, ist dies eine Gelegenheit frei zu werden. Wir müssen jedoch dem Wort Gottes einen größeren Platz in unserem Leben geben. Wir müssen die Wahrheit sehen, so wie sie uns in Seinem Wort geoffenbart wird, dann wird uns die Wahrheit befreien und in uns wirken.

Ich möchte euch ermutigen nach vorne zu schauen!

Es ist gleichgültig, was ihr in eurer Vergangenheit erdulden musstet und wieviele Probleme ihr habt, Gott wird ein Wunder in euch vollbringen. Er wird euch in das Ebenbild von Jesus Christus verwandeln und euch ein neues, lebenswertes Leben schenken!

Quelle: [joycemeyer.org](http://joycemeyer.org)

**SONG** continued from page 3

**HÖR EINE MUSIKALISCHE 'HEILUNG' AN.** Wähle immer ein Lied, das du magst, falls es den Ohrwurm ersetzen sollte!

Falls Du die Idee ein Lied zu hören nicht magst, lies über andere Ratschläge nach oder finde deine eigene Heilmethode.

**SING EIN WENIGER BEKANNTES LIED.** Beginne mit einem Lied, das weniger wahrscheinlich in deinem Kopf bleibt. Vermeide 'fesselnde' Melodien und wähle eine, die du erst ein- oder zweimal gehört hast. Je schwerer es ist, sie nachzusingen, desto weniger leicht wird sie sich in deinem Kopf festsetzen.

**SING EIN LIED NACH, DAS DU GUT KENNST.** Falls das nicht hilft, ist es an der Zeit 'schweres Geschütz aufzufahren'. Diese Heilmethode wird sich stattdessen in deinem Kopf festsetzen, aber falls dies geschieht wird es angenehmer für dich sein.

- Lieder, die du gut kennst, besonders jene, die mit Sehnsucht und mit Erinnerungen verbunden sind.
- Lieder, die einfach zum Mitsingen sind. Diese haben gewöhnlich lange Noten und wenig Wechsel in den Höhen. Die meisten Schlager passen zu dieser Beschreibung.
- Lieder mit Wiederholungen, wie Kinderlieder und Lieder mit Chören und erneut die meisten Schlager.

**LÖSE MATHEMATISCHE AUFGABEN.** Manchmal kann man einen Ohrwurm unterbrechen mit einer mathematischen Aufgabe, die die ganze Konzentration erfordert. Versuche 8208:17 zu lösen, oder  $2 \times 2 \times 2 \dots$  so weit du kannst.

Eine Aufgabe, die zu schwierig ist, wird dich nicht fesseln; wähle eine, die im Bereich deines Könnens liegt.

Quelle: [wikihow.com](http://wikihow.com)



# 5 Vorteile des Papier-Recyclings



Die meisten Unternehmen verwenden eine Vielfalt von bedrucktem Material. Prospekte oder Businesskarten können viel Papier verbrauchen. Verantwortungsvolle Unternehmen handeln umweltbewusst, da Recycling auch wirtschaftlich Sinn macht und das Image eines Unternehmens verbessert. Es ist eine intelligente Entscheidung für jedes Unternehmen, professionelle Druckereien zu wählen, die Recycling Material benützen.

Es gibt fünf Hauptgründe für ein Unternehmen Recycling Papier zu verwenden.

## *Recycling Papier hilft der Umwelt*

Man nimmt leicht an, dass die kleine Menge, die ein einzelnes Büro an Recycling Material verwendet, wenig Unterschied für die Umwelt macht. Wenn jedoch ein Unternehmen sich dafür entscheidet, hat dies größere Folgen im ganzen Land. Die australische 'Conservation Foundation' (Stiftung zur Bewahrung der Umwelt) hat herausgefunden, dass eine Tonne Recycling Material über 31.000 Liter Wasser, 4.100 KW Strom und mindestens 13 Bäume einspart. In einem Land, das so trocken ist wie Australien und der Gefahr der globalen Erwärmung ausgesetzt ist, ist jede noch so kleine Einsparung ein bedeutender Beitrag zur Verbesserung der Umwelt.

## *Recycling Papier ist wirtschaftlich vorteilhaft.*

Kleine Schritte, die bewusst auf Recycling in einem Büro oder Geschäft aufmerksam machen, führen zu erheblichen Einsparungen für das Unternehmen. Wenn man beispielsweise Material von einer Dr-

ckerei bestellt, kann das Bedrucken auf Vorder- und Rückseite Einsparnisse für das Unternehmen und die Umwelt mit sich bringen.

Der einzelne Angestellte kann ebenfalls zu Einsparnissen im Büro beitragen. Auch die Rückseite eines Blatt Papiers bei Notizen sowie beim Drucken zu benützen trägt ebenfalls zu Einsparnissen und dem Schutz der Umwelt bei.

## *Recycling vermindert Abfall und verbessert die Effizienz*

Recycling vermindert Abfall, beispielsweise bei der Müllabfuhr und Abfallbeseitigung. Dies wiederum vermindert die Abfallmenge eines Unternehmens. Viele Müllabfuhrfirmen berechnen ihre Kosten gemäß dem Gewicht ihres wöchentlichen Abtransports. So reduzieren sich nicht nur Abfall sondern auch die Kosten hierfür.

## *Recycling Papier fördert ein sauberes Umwelt-Image*

Ein verantwortungsbewusstes Image ist enorm wichtig für ein Unternehmen. Dieses kann durch den Gebrauch von Recycling Papier gefördert werden. Der Hinweis auf dem offiziellen Papier eines Unternehmens, dass es Recycling Papier verwendet, zeigt Verantwortungsbewusstsein und Einsatz für die Allgemeinheit. Dies ist günstig für ein 'grünes' Image, das wiederum für die Verkaufszahlen und den Ruf förderlich ist.

## *Recycling schafft Jobs*

Das Recycling jeder Art schafft Arbeitsplätze im Bereich der grünen Energie, d.h. mehr Arbeitsplätze mit disponiblen Einkommen. Verantwortungsvolles Recycling hilft nicht nur im weiten Sinn der Wirtschaft, es hat auch Auswirkungen auf Unternehmen im Servicebereich.

Alle Unternehmen verlassen sich auf gedrucktes Material bei der Werbung durch Businesskarten, Broschüren oder Papier im Bürobereich. Hier Recycling Papier zu verwenden hat viele Vorteile für Unternehmen jeder Größe. Es ist wirtschaftlich und umweltfreundlich und trägt zum Wohl der Allgemeinheit bei. Es wirkt sich positiv auf das Image eines Unternehmens aus.

Quelle: [ways2gogreenblog.com](http://ways2gogreenblog.com)

## Wie ich mich an Naji erinnere

....Zu jener Zeit tauschten wir Ideen aus und schrieben sie für eine Darstellung seines Lebens auf. Aber wir waren uns nicht sicher, ob wir in voller Länge eine spirituell ausgerichtete Geschichte erzählen wollten über jemanden, der einen ähnlichen Schicksalsschlag wie Naji erlitten hatte, und wie dieser ihn überwunden hat und was für Auswirkungen dessen Wiederaufstehen auf die Welt hatte.

Naji und ich verbrachten immer Stunden am Telefon und unterhielten uns über das Leben, Freunde, alte Zeiten im College und dieses Filmprojekt.

Er strahlte ein Charisma und eine Wärme aus, durch die man sich erleuchtet fühlte. Ähnlich wie das Gefühl, das man beim Verlassen des Kinos nach einem inspirierenden Film hat. So habe ich mich gefühlt jedes Mal, wenn wir am Telefon sprachen.

Er war ein großartiger Freund, ein Bruder. Wenige Menschen, außer der Mutter, berühren einen geistig und durch bereichernde und motivierende Gespräche wirklich so sehr, lassen einen so besonders fühlen. Dies ist die Gabe, die Naji Cherfan hatte.

Naji und ich trafen uns am Kunst Institut von Fort Lauderdale. Wir wurden sofort enge Freunde.

Wegen der Lage, in der er sich befand, seiner Wärme und seines Charismas war er sehr beliebt bei Professoren und Mitstudenten. Wegen seines Zustands jedoch, soviel ich mich erinnere, hatte er nicht allzu viele enge Freunde. Ihr wisst schon, wie die meisten College Studenten sind, sie leben in ihrer eigenen Welt und in ihrer Clique mit Leuten, die so ähnlich sind wie sie.

Meine Freundin und ich haben uns in Naji verliebt. Ich erinnere mich, wie er uns zum Lachen brachte, mein Gott, was hatte er für einen Sinn für Humor. Meiner ist ähnlich, und so waren wir unentwegt am Witzeerzählen, aber gleichzeitig auch in sehr tiefe und bedeutende Gespräche verwickelt. Er war ein sehr intelligenter junger Mann mit Scharfblick.



Wir gingen zusammen ins Kino, zu Abendessen, zu Collegeveranstaltungen und wir luden wir ihn immer ein, wenn Filme gezeigt wurden. Schade, dass damals noch keine Smartphones existierten, sonst hätten wir jetzt Unmengen an Photos.

Ich habe wahrscheinlich Tonnen von Emails, die wir austauschten, und die ich irgendwann, wenn ich mehr Zeit habe, in meinem Computer wiederfinden werde. Jetzt möchte ich euch meine brüderliche Liebe für diesen wundervollen Menschen mitteilen, der uns zu früh verlassen hat, und einige wertvolle Erinnerungen, die ich mit ihm erlebte.

Najis Tod 2008 hat mich tief getroffen, ich habe mich verloren gefühlt. Ich habe nicht nur einen Bruder und Freund verloren und die Hoffnung, ihn nie wiederzusehen, sondern auch meinen wichtigen Partner für ein Projekt, das entstanden wäre, wäre er noch bei uns: unsere Begeisterung war magisch. Jahrelang habe ich mich gefragt, wie ich Najis Familie kontaktieren könnte und mich ihnen vorstellen könnte. Ich bin so froh, dass aufgrund von Najis kürzlichem Geburtstag ich durch Facebook und den Dokumentarfilm wieder Kontakt bekommen konnte und diese Geschichte mit euch teilen kann.

Mit grosser Zuneigung,  
Danny Holguin

## People Are Born To Shine!

*People are Born To Shine* is a bi-monthly, electronic newsletter owned by The Naji Cherfan Foundation focusing on spirituality and health. The objective of People are Born to Shine is to raise awareness among our readers on health challenges and disease prevention, while inspiring them to live a fuller, more abundant life guided by Christian values. This newsletter is dedicated to people of all ages, those who are healthy and those with health problems and those with brain injury of any kind, resulting from accident, stroke, etc.

The content has been carefully selected from internet sources considered reliable and accurate to bring you good news of health and spiritual well being, however The Naji Cherfan Foundation assumes no responsibility for inaccurate information. The NCF would like to recognize the devoted work of its volunteers, mainly Marianne Debs, Me. Kamal Rahal, Me. Harold Alvarez, Zeina Costantine, Joyce Abou Jaoude, Rita Kassis, Marleine Nassrany, Diala Ghostine Nassrany, Dima Rbeiz, Father Joseph Abdel Sater, Father Joseph Soueid, Reine Kassis, Nabil Khoury, Roland Khoury, Father Elia Chalhoub, Valéria de Proença, Athena and Christina Georgotas, Violette Nakhle, and all the field volunteers who are supporting NCF in spreading the words of Jesus through their institutions, churches, hospitals, establishments, etc.

This issue is available in Arabic, English, Greek, Dutch, French, German, Italian, Portuguese and Spanish. The NCF management and staff are very grateful for the efforts of the Chief Editors who are volunteering to translate and edit the Newsletter into several languages namely Cristina Monfeli and Father Carlo Pioppi for the Italian Language, Isabelle Boghossian for the Greek language, Leopoldine Theophanopoulos for the German language, Maria Goreti for the Portuguese language, Myriam Salibi for the French language, Professor Lydia & Ambassador Alejandro Diaz for the Spanish language, Roly Lakeman for the Dutch language, Sawsan Bechara for the Arabic language.

For FREE subscriptions, please sign up through our website: [www.najicherfanfoundation.org](http://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 Consultant: George C. Cherfan; Editor in Chief: Christina A. Bitar; Layout: Art Department, CCM Group, USA; Contributors: Sana Cherfan and Kelley Nemitz.

© 2015 by The Naji Cherfan Foundation. All rights including publication and distribution are reserved.