

Der *Exegesa*-Bibel-Lehrdienst  
ist ein unabhängiger, überkonfessioneller,  
christlicher Service

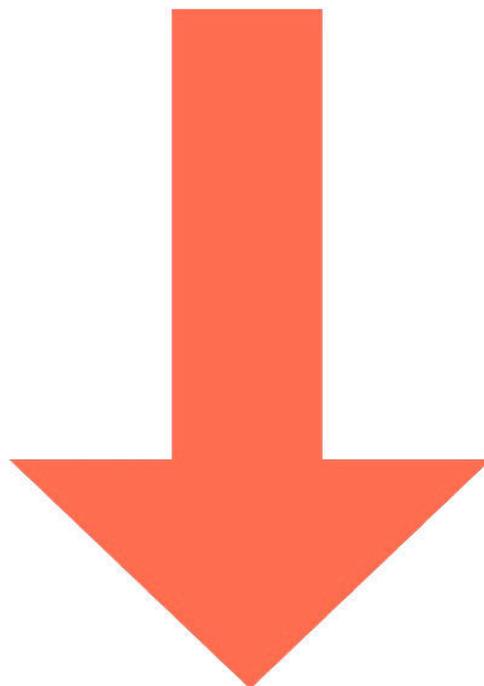


**Lieber Leser**, hat Dir diese Schrift bzw. der Flyer etwas gebracht? Hat sie Dir dabei geholfen geistlich weiterzukommen oder Zusammenhänge und Hintergründe besser zu verstehen? Wenn ja, dann solltest Du dir überlegen, wem Du jetzt damit weiterhelfen könntest! Maile das Dokument einfach jemandem zu. Oder drucke es aus und reiche es weiter. Denn das **Reich Gottes** wird heute oftmals nicht durch großmächtige Taten gebaut, sondern durch viele **unscheinbare Hilfestellungen** und durch **kleine Handgriffe** – z.B. durch einen **gezielten Mausklick** oder eine **Email** zur rechten Zeit an die richtige Person ...



## Flyer- Druckversion

(bei der Druckversion des Flyers befindet sich die *Titelseite* am Schluss, damit sie nach dem Falten auf der *ersten* Seite erscheint)



Urheberrecht - Copyright - Verbreitung:

Als Autor habe ich - **Joachim Hübel** - die Texte meiner Lehrschriften sorgfältig erarbeitet und die Fotos, Bilder, Zeichnungen und Graphiken aufwendig erstellt. Somit habe ich über diese Produkte nach geltendem Gesetz das **Urheberrecht** und beanspruche auch das **Copyright**.

Doch ich verfüge: Meine Lehrschriften, Bücher, Broschüren und Flyer dürfen zu **nicht-kommerziellen Zwecken** und als **unveränderte, ungekürzte, komplette Dokumente** beliebig oft weitergegeben werden, sei es im Internet, auf Datenträger oder als Papierausdrucke. Im Falle der Weitergabe müssen alle darin enthaltenen Angaben über mich, den Verfasser **Joachim Hübel**, sowie über den von meiner Ehefrau und mir gegründeten **Exegesa-Bibel-Lehrdienst** erhalten bleiben. Das **Logo** unseres Lehrdienstes ist amtlich registriert und markenrechtlich geschützt.



[www.exegesa-bibel-lehrdienst.de](http://www.exegesa-bibel-lehrdienst.de)

unbedingt Schlüssel zum Glücklichsein sind. Manche zogen damals radikale Konsequenzen, um eine Entschleunigung ihres Lebens zu erreichen: gestresste Manager „stiegen einfach aus“, kauften sich einen Bauernhof und begannen in aller Gemütsruhe Salat und Radieschen anzubauen - nach dem Motto: *Zurück zum einfachen Leben*. Ein Bestseller aus jenen Tagen trägt den Titel: **„Die Kunst ohne Überfluss glücklich zu leben“** (Josef Kirschner). Andere begannen die *spirituelle* (übermaterielle) Dimension des Lebens und des Glücks zu entdecken ...

Heute ist man noch ein paar Schritte weiter. Man weiß, dass Stress noch lange nicht das Ende der Fahnenstange ist! Als nächstes kommen *Erschöpfungsdepressionen* und der *Burnout* - und am Ende der Straße wartet die *völlige Verzweiflung* oder gar der *Suizid*.

Das Computer- und Medienzeitalter hat die Gefahr, ständig auf der Überholspur zu leben und seine Nerven zu ruinieren, geradezu potenziert. - Zeit für den Bestseller: *„Die Kunst des rechten Umgangs mit dem PC, Handy, Smartphone, Facebook, TV ...“* oder gar: **„Die Kunst, den PC, das Handy/Smartphone und das TV mal für eine Weile abzuschalten, um glücklich zu werden“**. Und tatsächlich gibt es auch heute wieder „Aussteiger“, die ihre elektronischen Sklaventreiber einfach abschalten, um sich auf wahre Lebensqualität zu besinnen. - ***Sie nehmen sich Zeit - und nicht das Leben.***

Dieser Spruch kann ja noch tiefer ausgelotet werden: Wer sich nicht **Zeit** nimmt für das Spirituelle, der verpasst jenes **„Leben“**, das Jesus

verheißen hat: *„Ich bin gekommen, damit sie das **LEBEN** haben und es im **Überfluss** haben.“* (Joh 10,10) - Denn nicht jeder der lebt, der **lebt!**

Wahres, sinnvolles und erfülltes *Leben* kommt allein von *dem*, der von sich sagte *„Ich bin der Weg, die Wahrheit und das **LEBEN**“* (Joh 16,4) - von **Jesus Christus**. Er kam im Auftrag seines himmlischen Vaters auf die Erde, um uns von allem zu erlösen, was uns das **LEBEN** raubt. Durch seinen Kreuzestod hat er jene Barriere durchbrochen, die uns an einer lebendigen Beziehung zu **Gott** hindert und von einem glücklichen, erfüllten **Leben** trennt. Wer auf Jesus *vertraut* (ihm glaubt) und ihn als seinen persönlichen Erlöser akzeptiert, der erfährt den Reichtum des von ihm verheißenen **LEBENS** schon **hier und heute**. Außerdem empfängt er für **später**, wenn sein Auftritt auf Erden beendet ist, das **ewig währende LEBEN** im Himmelreich Gottes. (Joh 3,16; 5,22; 6,51; 8,12; 11,25-27; Apg 17,23-31; Röm 10,8-13) Das **LEBEN**, das Jesus seinen Anhängern durch den Heiligen Geist schenkt, muss allerdings genährt und gepflegt werden, sonst verliert man es wieder (Tit 3,3-7; Eph 1,13; 1.Petr 2,2).

Viele Zeitgenossen klagen: *„Ich würde ja auch gern über spirituelle Fragen und über den Glauben nachdenken, doch **ich habe leider keine Zeit.**“* - Dass sie *keine Zeit* haben, das stimmt aber nicht. Denn wenn es unter dem Himmel *eine gerechte Gleichheit* gibt, dann an diesem Punkt: **Alle Menschen haben gleich viel Zeit!** In anderen Bereichen mag es vielerlei Unterschiede geben - z.B. in der gesellschaftlichen Stellung ...

in der Begabung ... in der Bildung ... oder in der Verteilung materieller Güter -, aber **Zeit** haben alle gleich viel, nämlich **24 Stunden am Tag** - nicht mehr und nicht weniger. Manche werden jetzt entrüstet rufen: *„Ja, aber die vielen Verpflichtungen!“* - Wenn man diese **Pflichten** näher untersucht, dann zeigt sich in den meisten Fällen, dass es **selbst auferlegte Lasten** sind. Niemand hat sie dazu gezwungen, sich für einen Hausbau und zur Anschaffung eines Mercedes hoch zu verschulden. Dass daraus die Verpflichtung erwächst, für die nächsten 40 Jahre wie ein Ackergaul zu schufteln, um die Kredite und die hohen Schuldzinsen zu tilgen, ist doch klar. Aber dann kann das nicht mehr als Ausrede benutzt werden. Jesus erklärte: *„Niemand kann **zwei Herren dienen ... Ihr könnt nicht gleichzeitig Gott dienen und dem Mammon.**“* (Mt 6,24)

Jeder hat also gleich viel Zeit, doch jeder nutzt sie anders. Die Zeit ist (ebenso wie das Ausgeben von Geld) ein *Indikator* (Anzeiger), der deutlich macht, **wer wir sind**, und **um was es uns geht**. - Sag mir, für was du deine Zeit (dein Geld) einsetzt, und ich sage dir, was dir *wirklich* wichtig ist. - **Denn für das, was einem wirklich wichtig ist, hat man immer Zeit (und Geld)!**

Und damit wären wir wieder an dem Punkt: ***Nimm dir Zeit - und nicht das Leben!*** - Denn wenn du dir nicht die Zeit nimmst, dann nimmt sie dir ein anderer! Beginne *sofort* damit, deine „Verpflichtungen“ zu reduzieren zugunsten dessen, was wirklich zählt. Gönn dir für das *wirklich wahre Leben* radikal **Aus-Zeiten**. Andernfalls könnte es für dich eines Tages heißen: **Zu spät!**

Eine Meditation zum Thema Aus-Zeiten:

Tage (Stunden) der Abgeschlossenheit und Stille  
... Aufatmen ... zur Ruhe kommen ... sich besinnen.

Zeit zum Nachdenken ...

Zeit, kreativ zu träumen ...

Zeit zum Erkennen ...

Zeit, mit Gott zu sprechen ... zu beten ... Ihn anzubeten ...

Zeit, das Wort Gottes (Bibel) zu studieren ...

Zeit, Erkenntnisse aufzuschreiben ...

Zeit, Briefe zu schreiben

und Erkanntes mitzuteilen ...

Zeit, Besuche zu machen ... Beziehungen zu bauen ...

Zeit, sich auf die „große Reise“ vorzubereiten ...

... auf den großen Umzug in die andere Welt ...

... oder auf die Ankunft des großen Königs ...

**Jesus Christus** selbst gibt uns das Recht, immer wieder einmal alles stehen und liegen zu lassen - für das **Wesentliche**, für das **Spirituelle**, für **Ihn**.

Denn das **spirituelle LEBEN** hat stets die Vorfahrt! Das **Königreich** und die **Königsherrschaft Gottes** hat **absolute Priorität** (Vorrang).

Jesus verheißt uns allen: „**Trachtet aber zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit! Und dies alles** - Essen, Trinken, Kleidung und was sonst noch nötig ist - **wird euch hinzugefügt werden.**“ (Mt 6,33) - Sein Versprechen gilt auch für dich!

Im Psalm 127,2 heißt es: „**Vergebens ist es für euch, dass ihr früh aufsteht und euch erst spät niedersetzt und das Brot der Mühsal esst. So**

**viel gibt er seinem Geliebten im Schlaf.**“

Wir dürfen, ja müssen von **Maria** und **Marta** (Lk 10,38-42) folgendes lernen: Es gibt genug „**Martas**“ in der Welt, die dafür sorgen, dass der Weltbetrieb läuft und „der Rubel rollt“. Die provokative Wahrheit der Bibel lautet: „**Dem Sünder aber gibt er (Gott) das Geschäft einzusammeln und aufzuhäufen, um es dem abzugeben, der vor Gott wohlgefällig ist.**“ (Pred 2,26)

Doch es gibt leider nur wenige „**Marias**“, die sich Zeit nehmen, dem Herrn zu Füßen zu sitzen und aufmerksam seinen Worten zu lauschen. „**Marias**“ wählen immer das „**bessere Teil**“ - nach der Ansicht des Herrn! Denn Jesus sagte nicht: „**Ich bin gekommen, damit sie Arbeit in Fülle haben ...**“

Wer sich keine Zeit zum **Leben** nimmt ... für ein **LEBEN mit** und **für** den Herrn, und sich obendrein weigert, Seine Erlösung und Königsherrschaft anzuerkennen, **der** ist wahrhaft ein Schmarotzer, ein Parasit, ein Schädling in Gottes Universum - und mag er noch so viel **arbeiten** und noch so viel **Geld verdienen** (weil er den Kragen nicht voll kriegt).

Doch wer sich Zeit nimmt, der findet das **wahre LEBEN** - **hier und heute** - und **dort und dann**. Außerdem macht er die Erfahrung, dass nach spirituellen Besinnungszeiten auch wieder die Arbeit „schmeckt“ ... und wunderbar gesegnet von der Hand geht.

© Joachim Hübel, Eckeltshof, Juli 2012



[www.exegeta-bibel-lehrdienst.de](http://www.exegeta-bibel-lehrdienst.de)

## Nimm dir Zeit - und nicht das Leben!



Vor etwa 40 Jahren kam der Slogan auf :

**„Nimm dir Zeit - und nicht das Leben!“**

In den Siebzigern hatten Warnsignale unsere Gesellschaft zur Einsicht gebracht, dass das neue, vom Fortschritt geprägte, technisierte Leben eine große Gefahr in sich birgt: **Hektik**. Und die verursacht **Stress** und stressbedingte Krankheiten (z.B. Herzinfarkt).

Um die Zeitgenossen in ihrem Beschleunigungswahn zu bremsen, wurde das Motto geprägt: **Nimm dir Zeit - und nicht das Leben!** - Nimm den Fuß vom Gaspedal! Denn wenn man **von allem immer mehr** hat und **alles immer schneller** geht, dann führt das keineswegs zu einer proportionalen Zunahme an Lebensqualität und Glück. Es gibt „**Grenzen des Wachstums**“ - auch für den Glücksfaktor.

Außerdem begannen viele zu merken, dass materieller Wohlstand und Elektrogeräte nicht