

## Der Preis des amerikanischen Traumes...

Was ist der „American Dream“? Der schwer arbeitende Manager, der sich durch unzählige 80-Stunden-Wochen den Weg nach oben erkämpft hat. Der Unternehmer, der aus seinem Hobby eine Firma mit mehreren Millionen Umsatz pro Jahr gemacht hat. Der Teenager, der einen Sommerjob in eine Karriere verwandelt. Der amerikanische Traum bedeutet: durch harte Arbeit ist alles möglich!

Dieser Traum erfüllt sich oft – es ist tatsächlich möglich, durch persönlichen Einsatz, lange Arbeitsstunden und gute Planung ein Vermögen zu verdienen. Doch oft wird dieser Traum zum Alptraum – und zwar dann, wenn die Kosten fällig werden: zerstörte Beziehungen, eine ruinierte Gesundheit und der Verlust der eigenen Seele. Jesus sagte:

MATTHÄUS 16,26

*Denn was wird es einem Menschen nützen, wenn er die ganze Welt gewönne, aber sein Leben einbüßte? Oder was wird ein Mensch als Lösegeld geben für sein Leben?*

### Eine Checkliste für Arbeitssüchtige<sup>1</sup>

- Glaube ich, dass meine Identität in erster Linie auf meiner Arbeit beruht?
- Beschäftige ich mich gerne mit Details und Listen, habe jedoch Schwierigkeiten damit, wichtige Projekten zu starten?
- Fällt es mir schwer, meine Zeit einzuteilen?
- Fällt es mir schwer, mit meinem letzten Ergebnis zufrieden zu sein?
- Habe ich den Eindruck, dass mich meine Arbeit kontrolliert?
- Achte ich darauf, dass andere wissen, wie viel und wie lange ich arbeite?
- Nehme ich es anderen übel, wenn sie nicht so viel arbeiten, wie sie es meiner Meinung nach sollten?
- Fühle ich mich schuldig, wenn ich mich entspanne oder Spaß habe?

- Bin ich oft müde?
- Ist die Arbeit für mich wichtiger als meine Angehörigen?
- Rede ich hauptsächlich über meine Aktivitäten?
- Befürchte ich, dass die anderen glauben könnten, dass ich nicht schwer genug arbeite?
- Fällt es mir schwer, nein zu sagen?
- Glaube ich, dass ich Gott umso mehr gefalle, je mehr ich arbeite?
- Habe ich mehr Hingabe an meine Arbeit als Hingabe an den Herrn?

PREDIGER 2,20

*Da wandte ich mich, mein Herz der Verzweiflung zu überlassen, wegen all dem Mühen, mit dem ich mich abgemüht hatte unter der Sonne.*

### Der Druck, noch mehr zu tun...

- Der Druck, sich zu beweisen (das Streben nach Selbstwert)
- Der Druck zu produzieren (das Streben nach Bedeutung)
- Der Druck, etwas zu leisten (das Streben nach Bewunderung und Anerkennung)
- Der Druck, für jemanden zu sorgen (sich unentbehrlich fühlen)
- Der Druck, jemanden zu beschützen (vertraute Beziehungen vermeiden)
- Der Druck, perfekt zu sein (starr und unbiegsam sein)
- Der Druck zu verdienen (Überbetonung von materiellem Besitz)
- Der Druck, zu gefallen (eine gesetzliche Sichtweise von Gott)

1. THESSALONICHER 4,11-12

*... und eure Ehre darein zu setzen, still zu sein und eure eigenen Geschäfte zu tun und mit euren Händen zu arbeiten, so wie wir euch geboten haben, damit ihr anständig wandelt gegen die draußen und niemanden nötig habt.*

### Wie man mit Arbeitswütigen umgeht

- Kontrolliere deine Zunge. Negative Bemerkungen üben nur Druck aus (Sprüche 16,21).
- Entscheide dich, was du bei dem Gespräch erreichen willst. Konfrontiere in Liebe (Epheser 4,15).
- Sage dich von deinem Zorn los. Zorn verursacht Bitterkeit (Hebräer 12,15).

### Schlüssellers zum Auswendiglernen

PREDIGER 8,15

*Und ich pries die Freude, weil es für den Menschen nichts Besseres unter der Sonne gibt, als zu essen und zu trinken und sich zu freuen. Und dies wird ihn begleiten bei seinem Mühen die Tage seines Lebens hindurch, die Gott ihm unter der Sonne gegeben hat.*

### Schlüsselstelle für das wiederholte Lesen

LUKAS 10,38-42

### Ratschläge für Arbeitswütige

- Gib die Vorstellung auf, dass Tag und Nacht arbeiten eine geistliche, opferbereite Haltung bedeutet (Psalm 127,2).
- Mache möglichst am Vorabend eine Liste der Dinge, die du am nächsten Tag erledigen willst (Sprüche 21,29).
- Ordne die Punkte auf deiner Liste nach ihrer Priorität (Sprüche 21,5).
- Lege einen genauen Stundenplan für jede Aufgabe fest (Prediger 3,1).
- Sorge dafür, dass du bei der Arbeit nicht unterbrochen wirst (Matthäus 14,23).
- Plane Zeit für deine Familie, deine Freunde und für dich selbst ein (Sprüche 14,22).

### Freiheit von Arbeitssucht<sup>2</sup>

- Triff eine feste Entscheidung, nicht unter dem Gesetz, sondern unter der Gnade zu leben (Galater 4,8-9).
- Lass die Last der Schuld los (Hebräer 10,22).

<sup>1</sup> Quellenangabe für diesen Abschnitt: Frank Minirth et al., The Workaholic and His Family: An Inside Look (Grand Rapids: Baker, 1981), 29-31, 59-64.

<sup>2</sup> Quellenangabe für diesen Abschnitt: Minirth et al., The Workaholic and His Family, 137-59.

- Sage dich von dem Verlangen los, anderen gefallen zu wollen, und konzentriere dich darauf, Gott zu gefallen (Galater 1,10).
- Konzentriere dich darauf, Zeiten für Ruhe, Entspannung und Gemeinschaft mit dem Herrn einzuhalten (Prediger 2,23).
- Entscheide dich, hinsichtlich deiner Gefühle vollkommen ehrlich zu sein und anderen gegenüber verwundbar zu sein (Sprüche 23,23).
- Gehorche dem Gesetz der Liebe statt dem Gesetz der Angst (1. Johannes 4,16-18).
- Lerne, dein Bedürfnis nach Bedeutung und Sicherheit sowie deine Identität in Christus zu finden (Galater 2,19-20).

### „Ist es falsch, ehrgeizig zu sein?“

Ehrgeiz ist nicht immer falsch. Ehrgeiz hat zwei Seiten:<sup>3</sup> ein demütiger Wunsch, ein besonderes Ziel zu erreichen, ein egoistischer Wunsch nach Rang, Ruhm oder Macht

#### Positiver Ehrgeiz (Selbstlosigkeit)

- der Wunsch, mein Bestes zu geben
- der Wunsch, anderen zu dienen
- der Wunsch, ein höheres Ziel zu erreichen
- der Wunsch, Gottes Zweck zu erfüllen

#### Negativer Ehrgeiz (Selbstsucht)

- der Zwang, perfekt zu sein
- der Zwang, vor anderen gut dazustehen
- der Zwang der Selbstverwirklichung
- der Zwang, meinen Zweck zu erfüllen

#### 1. PETRUS 5,5

*Ebenso ihr Jüngerer, ordnet euch den Ältesten unter! Alle aber umkleidet euch mit Demut <im Umgang> miteinander! Denn »Gott widersteht den Hochmütigen, den Demütigen aber gibt er Gnade«.*

<sup>3</sup> Robert Heavner, "Great Aspirations: How Ambitious Should a Christian Be?" Discipleship Journal, Juli/August 1988.

## Weitere Themen

- Gesundes Selbstwertgefühl - Entdecke deinen Gottgegebenen Wert
- Sinnerfülltes Leben – Die richtigen Prioritäten setzen
- Stress – Was tun, wenn ich unter Druck stehe?
- Wohlstandsevangelium - Ein Beispiel für falsch verstandenen Glauben
- Zeitmanagement– Aus jeder Minute das Beste machen

## Kontaktadresse

Precept Ministries International e. V.

Am Neuen Weg 3

D – 82041 Oberhaching

Deutschland

Telefon: +49 (0) 89 63 89 92 27

E-Mail: [info@precept-ministries.de](mailto:info@precept-ministries.de)

Internet: [www.hopefortheheart.de](http://www.hopefortheheart.de)  
[www.precept-ministries.de](http://www.precept-ministries.de)

Österreich

Telefon: +43 (0) 664 / 555 14 33

Die Bibelstellen sind der Bibel nach der Revidierten Elberfelder Übersetzung, Copyright © 1985 R. BROCKHAUS VERLAG, Wuppertal und Zürich entnommen (Abdruckgenehmigung Nr. 10.117).

Copyright © 2008 HOPE FOR THE HEART

# SCHLÜSSEL ZUR BIBLISCHEN SEELSORGE

*„Das Gesetz des HERRN ist vollkommen und erquickt die Seele.“ (Psalm 19,8)*



*Biblische Antworten zu fundamentalen Problemen  
unseres Lebens*

## Arbeitssucht

*Der schnelle Weg zum Zusammenbruch*

*(Quick Reference Guide - das Wichtigste in Kürze)*



**HOPE**  
*for the Heart*

[www.hopefortheheart.de](http://www.hopefortheheart.de)