

## Freiheit, um das zu tun, wozu du erschaffen worden bist...

„Die Zeit am besten ausnützen“ – dieses Motto kann zu vielen Missverständnissen führen. Ein gutes Zeitmanagement bedeutet nicht, sich strikt an irgendwelche Anforderungen zu halten, die angeblich eine erhöhte Produktivität zur Folge haben, sondern bedeutet, jene Freiheit zu finden, die Gott uns gegeben hat, damit wir so sein können, wie er uns erschaffen hat, ein ausgewogenes Leben führen und mit unserer Zeit verantwortungsvoll umgehen. Dieses Prinzip wird im Buch des Predigers, Kapitel 3, in poetischer Sprache ausgedrückt, um uns zu ermutigen, in der Harmonie mit Gott zu leben und ihm zu folgen.<sup>1</sup>

PREDIGER 3,1

*Für alles gibt es eine <bestimmte> Stunde. Und für jedes Vorhaben unter dem Himmel <gibt es> eine Zeit:*

### Ein weiser Verwalter der Zeit

EPHESER 5,15-17

„Achte darauf, wie du lebst...“

- Der weise Verwalter - weiß um die Wichtigkeit der Zeit ist wachsam und auf der Hut, um seine Zeit zu beschützen ist sich seiner Verantwortung bewusst

„Nicht als unweise, sondern als weise...“<sup>2</sup>

- Der weise Verwalter - verlässt sich auf Gott kennt Gottes Willen ist vernünftig und ausgeglichen
- Der weise Verwalter - vertraut jeden Tag dem Herrn an ist offen für Gottes Eingreifen hält nach Gelegenheiten Ausschau, von Gott benutzt zu werden

„... denn die Tage sind böse...“

- Der weise Verwalter weiß: er wird versucht werden, seine Zeit zu verschwenden - von der Umwelt von seinen eigenen Sehnsüchten von Satan, unserem Gegner

„Seid deshalb nicht unweise...“

- Der weise Verwalter - lernt aus seinen Fehlern verlässt sich auf die Kraft des Herrn, um Versuchungen zu überwinden

<sup>1</sup> Philip D. Patterson, *Redeeming the Time: The Christian Walk in a Hurried World* (Joplin, MO: College Press, 1995), 128-30.

<sup>2</sup> Quellenangabe für diesen Abschnitt: Littleton, *Escaping the Time Crunch*, 130.

kann zwischen dem Guten und dem Besten unterscheiden

„... sondern versteht, was der Wille des Herrn ist“.

- Der weise Verwalter. verbringt Zeit in vertrauter Gemeinschaft mit dem Herrn folgt der Führung des Heiligen Geistes kennt seine Gaben und Fähigkeiten und benutzt sie für den Dienst des Herrn

### Schlüssellers zum Auswendiglernen

SPRÜCHE 3,5

*Vertraue auf den HERRN mit deinem ganzen Herzen und stütze dich nicht auf deinen Verstand!*

### Schlüsselstelle für das wiederholte Lesen

EPHESER 5,15-17

### Praktische Verheißungen<sup>3</sup>

Gottes Prioritäten den Vorrang geben (Römer 12,2)

- Sein Wille (5. Mose 6,5) - Der Herr muss im Mittelpunkt deines Lebens stehen.
- Sein Werk (Römer 8,29) - Der Charakter Christi muss in dir Gestalt annehmen.

Bitte Gott, dass er dir hilft, mit deiner Zeit richtig umzugehen (Kolosser 1,9)

- Bete um die richtige Einstellung hinsichtlich der Qualität deiner Aktivitäten.
- Bete für Weisheit in Entscheidungen.

Denke über den Zweck deines Lebens nach<sup>4</sup> (Josua 24,15)

- Entdecke deine geistlichen Gaben.
- Verfasse eine schriftliche „Absichtserklärung“ für dein Leben.

Plane deine Ziele (für die nächsten sechs Monate bzw. das nächste Jahr)<sup>5</sup> (Sprüche 21,29)

- Deine Ziele sollten vernünftig und erreichbar sein.
- Deine Ziele sollten messbar und konkret sein.
- Deine Ziele sollten dem Zweck deines Lebens dienen.<sup>6</sup>

<sup>3</sup> Quellenangabe für diesen Abschnitt: Littleton, *Escaping the Time Crunch*, 116, 119, 122, 180-3, 214.

<sup>4</sup> Siehe Cheryl Biehl, *I Can't Do Everything: The Christian Women's Guide to Focused Living* (Sisters, OR: Questar, 1990), 58-60; Wright, *Simplify Your Life and Get More Out of It!* 106.

<sup>5</sup> MacDonald, *Ordering Your Private World*, 83-4.

<sup>6</sup> Doug Sherman and William Hendricks, *How to Balance Competing Time Demands: Keeping the Five Most Important Areas of Your Life in Perspective* (Colorado Springs, CO: NavPress, 1989), 126-30; Stanton, *The 25 Hour Woman*, 79-89.

Setze die notwendigen Schritte, um deine Ziele zu erreichen<sup>7</sup> (Sprüche 13,4)

- Mache deine Ziele zu einem Gegenstand täglichen Gebetes.
- Verpflichte dich dazu, deine Ziele als Prioritäten zu behandeln.

Den Baum der „Zeiträuber“ zurechtstutzen<sup>8</sup> (Hebräer 12,1)

- Erledige nicht nur die Dinge, die dringend zu sein scheinen.<sup>9</sup>
- Plane nicht, pünktlich zu sein, sondern plane, zehn Minuten zu früh zu kommen!

Überlege dir, wie du auf die Anliegen anderer reagieren sollst (Sprüche 14,15)

- Bitte qualifizierte Ratgeber um ihr Urteil.
- Bitte Gott, das Anliegen zu bestätigen, wenn es sein Wille ist.

Wenn notwendig, sage höflich „nein“<sup>10</sup> (Galater 1,10)

- Sage öfter „nein“ als „ja.“
- Wenn du „nein“ sagst, vergiss nicht, dies in einer Haltung der Dankbarkeit zu tun:

Gute Tipps für Zeitersparnis (Sprüche 21,5)

- Verwende einen Kalender.
- Entwickle ein detailliertes Ablagesystem – für die einzelnen Familienmitglieder, für Haushaltsgeräte, usw.

Betrachte Unterbrechungen als Gelegenheiten (Galater 6,10)

- Bitte Gott, dir den Zweck für die Unterbrechung zu zeigen.

### VOM CHRONOS ZUM KAIROS

Das neutestamentliche griechische Wort *chronos* bedeutet einen „Zeitraum“ und bezieht sich auf die Einteilung der Zeit in Stunden, Tage, Monate und Kalenderjahre.<sup>11</sup> Während *chronos* die Länge bzw. Quantität der Zeit betont, betont der Begriff *kairos* ihre Merkmale und Qualität.<sup>12</sup> Zeit, die durch Gottes Gegenwart einen ewigen Wert erhält, ist *kairos*. Wenn dein Körper und dein Geist die Ruhe Gottes erfahren, dann wird es dir leichter fallen, in den *kairos* einzutreten, und zwar jederzeit - während der Arbeit oder in der Freizeit.<sup>13</sup>

- Erinnere dich an Gottes Gegenwart<sup>14</sup> - Denke während des gesamten Tagesablaufes, in Augenblicken der Freude, Sorge und Unruhe an die Tatsache der Gegenwart Gottes in deinem Herzen. (5. Mose 31,6)

<sup>7</sup> Richard A. Swenson, *The Overload Syndrome: Learning to Live Within Your Limits* (Colorado Springs, CO: NavPress, 1998), 68.

<sup>8</sup> Quellenangabe für diesen Abschnitt: Swenson, *The Overload Syndrome*, 69-70, 129-30.

<sup>9</sup> MacDonald, *Ordering Your Private World*, 76.

<sup>10</sup> Swenson, *The Overload Syndrome*, 69.

<sup>11</sup> James Strong, *Strong's Greek Lexicon* (elektronische Ausgabe; Online Bible Millennium Edition v. 1.13) (Timnathserah Inc., 6. Juli 2002).

<sup>12</sup> H. Norman Wright, *Simplify Your Life and Get More Out of It!* (Wheaton, IL: Tyndale House, 1998), 34.

<sup>13</sup> Quellenangabe für diesen Abschnitt: Jean M. Blomquist, „Holy Time, Holy Timing,“ *Weavings* 6, no. 1 (Jan./Feb. 1991): 6-13.

<sup>14</sup> MacDonald, *Ordering Your Private World*, 169-75.

- Akzeptiere Gottes Liebe - Stelle dich der manchmal schwierigen Herausforderung, Gottes bedingungslose Liebe anzunehmen. Er liebt dich ungeachtet dessen, was du getan hast! (Jeremia 31,3)
- Schärfte dein geistliches Ohr<sup>15</sup> - Frage dich, wie du auf die Führung des Heiligen Geistes reagierst. Denke daran, dass du ein Gefühl des Friedens haben wirst, wenn du die richtige Entscheidung triffst, bzw. ein Gefühl der Erwartung, dass Gott etwas Neues in deinem Leben tun wird. (Sprüche 4,11)
- Mache kurze Pausen<sup>16</sup> - Du kannst nicht von heute auf morgen im *kairos* leben. Ebenso wie du bei einer langen Wanderung Wasser mitnehmen würdest, um immer wieder zu trinken, so musst du auch auf deiner geistlichen Wanderung immer wieder einhalten, um von der Quelle des Lebens zu trinken. (Johannes 7,37)

### ZEIT IST...

... ein Schatz

- Zeit ist ein Geschenk Gottes, das uns Freude und Zufriedenheit bringt.<sup>17</sup>

### PREDIGER 2,24

*Es gibt nichts Besseres für den Menschen, als dass er isst und trinkt und seine Seele Gutes sehen lässt bei seinem Mühen. Auch das sah ich, dass dies alles aus der Hand Gottes <kommt>.*

... eine Wertanlage

- Zeit ist die Gelegenheit, in die Ewigkeit zu investieren.<sup>18</sup>

### MATTHÄUS 6,19-20

*Sammelt euch nicht Schätze auf der Erde, wo Motte und Fraß zerstören und wo Diebe durchgraben und stehlen; sammelt euch aber Schätze im Himmel, wo weder Motte noch Fraß zerstören und wo Diebe nicht durchgraben noch stehlen!*

... begrenzt

- Unsere Zeit auf der Erde ist begrenzt, und das zwingt uns, Prioritäten zu setzen.

### PSALM 90,12

*So lehre <uns> denn zählen unsere Tage, damit wir ein weises Herz erlangen!*

... ewig

Zeit ist unbegrenzt, wenn wir uns in der Gegenwart Gottes befinden.

### JOHANNES 5,24

*Wahrlich, wahrlich, ich sage euch: Wer mein Wort hört und glaubt dem, der mich gesandt hat, <der> hat ewiges Leben und kommt nicht ins Gericht, sondern er ist aus dem Tod in das Leben übergegangen.*

### Weitere Themen

- Arbeitssucht – Der schnelle Weg zum Zusammenbruch
- Beruf – Überdurchschnittliche Leistungen in einer durchschnittlichen Umgebung
- Perfektionismus – Der Druck des Leistungszwanges
- Saumseligkeit – Den verzögerungsbedingten Verfall verhindern
- Stress – Was tun, wenn ich unter Druck stehe?

### 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*

*Zeitmanagement  
Aus jeder Minute das Beste machen*

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



**HOPE**  
*for the Heart*

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

<sup>15</sup> MacDonald, *Ordering Your Private World*, 129-30.

<sup>16</sup> Littleton, *Escaping the Time Crunch*, 182.

<sup>17</sup> Mark Littleton, *Escaping the Time Crunch* (Chicago: Moody, 1990), 138, 148; Gordon MacDonald, *Ordering Your Private World*, erweiterte Ausgabe (Nashville: Oliver-Nelson, 1985), 63.

<sup>18</sup> MacDonald, *Ordering Your Private World*, 63.