



Jüngerschaft und Ruhe

Zur Ruhe kommen



34 »Meine Tochter«, sagte Jesus zu ihr, »dein Glaube hat dich gerettet. Geh in Frieden! Du bist von deinem Leiden geheilt.«

35 Während Jesus noch mit ihr redete, kamen einige Leute vom Haus des Synagogenvorstehers. »Deine Tochter ist gestorben«, sagten sie zu Jairus. »Was bemühst du den Meister noch länger?«

36 Jesus hatte zugehört. Er wandte sich zu dem Synagogenvorsteher und sagte: »Du brauchst dich nicht zu fürchten; glaube nur!« Markus 5, [22]34-36



Übe dich [engl. *train yourself*] vielmehr darin,
so zu leben, dass Gott geehrt wird!

1. Timotheus 4, 7

Übungen,
bei denen ich bewusst verzichte (**Ich lasse etwas**)

Übungen,
bei denen ich bewusst etwas einübe (**Ich tue etwas**)

Jüngerschaft und Ruhe

1. **Still** und **abgeschieden**
2. **Sabbat** (ein Ruhetag)
3. **Einfach** und **schlicht**
4. (Ver)**Langsam**(en)

»Darum gleicht jeder, der meine Worte hört
und danach handelt, einem klugen Mann,
der sein Haus auf felsigen Grund baut.

Matthäus 7, 24



Evangelische
Freikirche Erbach
Christus leben



Evangelische
Freikirche Erbach
Christus leben

Eine **Disziplin** [ein Einüben] ist jede Aktivität,
die ich **durch direkte Anstrengung tun kann**,
die mich letztendlich **dazu befähigt, das zu tun**,
was ich derzeit nicht durch direkte Anstrengung
tun kann.

. . . es ist ein Weg um Kraft zu bekommen.

Dallas Willard

Jüngerschaft und Ruhe

1. Still und abgeschieden

Früh am Morgen, als es noch völlig dunkel war, stand **Jesus** auf, verließ ´das Haus` und ging an einen **einsamen Ort** [eremos], um dort **zu beten**.

Markus 1, 35

Nach der Speisung der 5.000

Als er (Jesus) sich von der Menge verabschiedet hatte, ging er auf einen Berg, um **zu beten**.

Markus 6, 46



¹ Danach wurde Jesus **vom Geist `Gottes` in die Wüste** [eremos] **geführt**, weil er dort vom Teufel versucht werden sollte.

² Nachdem er vierzig Tage und Nächte gefastet hatte, war er sehr hungrig.

³ **Da trat der Versucher an ihn heran** und sagte:
»Wenn du Gottes Sohn bist, dann befiehl, dass diese Steine hier zu Brot werden!«

Matthäus 4, 1-3



Da sagte Jesus zu ihnen: »Kommt, wir gehen an einen **einsamen Ort** [eremos], wo **wir allein sind** und **wo ihr euch ein wenig ausruhen könnt.**«

Denn es war ein **ständiges Kommen** und **Gehen**, sodass sie nicht einmal Zeit zum Essen fanden.

Markus 6, 31



Evangelische
Freikirche Erbach
Christus leben

Jüngerschaft und Ruhe

1. **Still und abgeschieden**

2. **Sabbat (ein Ruhetag)**

»**Der Sabbat ist für den Menschen gemacht,**
nicht der Mensch für den Sabbat. Markus 2, 27

Jüngerschaft und Ruhe

1. **Still** und **abgeschlossen**
2. **Sabbat** (ein Ruhetag)
3. **Einfach** und **schlicht**

„Der Trieb zu besitzen, ist der Motor der Eile“
Alan Fadling



17 Schärfe denen, die es **in dieser Welt zu Reichtum gebracht haben**, ein, **nicht überheblich** zu sein und ihre Hoffnung nicht auf etwas so Unbeständiges wie den Reichtum zu setzen, **sondern auf Gott**; denn Gott gibt uns alles, 'was wir brauchen,' in reichem Maß und möchte, dass wir Freude daran haben.

18 **Ermahne sie, Gutes zu tun, freigebig zu sein** und ihren **Besitz mit anderen zu teilen**. Wenn ihr Reichtum in solchen Taten besteht,

19 ist das **im Hinblick auf ihre Zukunft** eine **sichere Kapitalanlage**, und sie werden das wahre Leben gewinnen.

1. Timotheus 6, 17-19



Evangelische
Freikirche Erbach

Christus leben

3. Einfach und schlicht

Was wird mich „diese Sache“ wirklich kosten?

Welche Auswirkungen hat mein Kauf?

Keine Impulskäufe!

Qualität – wer billig kauft, kauft mehrmals!

Manches kann man verleihen!

Gewöhne Dir an „Dinge“ weiter zu geben!

Genieße die Natur und lerne sie zu schätzen!

Kultiviere die Kunst der einfachen Dinge!

Erkenne die Propaganda in der Werbung!



Jüngerschaft und Ruhe

1. **Still** und **abgeschlossen**
2. **Sabbat** (ein Ruhetag)
3. **Einfach** und **schlicht**
4. (Ver)**Langsam**(en)

4. (Ver)Langsam(en)

Fahr angemessen und in der rechten Spur!

Keine „Ablenker“ beim Fahren!

Stell dich (ab und zu) an der längsten Warteschlange an!

Kein Smartphone im Schlafzimmer!

Zeitblöcke für email und sie sozialen Medien!

Zeitblöcke für TV und YouTube!

Keine „Kopfhörer“ beim „walken“ oder laufen!

„Single-task“ – eines nach dem Anderen!

Gönne dir regelmäßige Ruhezeiten!

Fang ein „Journal“ an und halte erlebtes fest!



Jüngerschaft und Ruhe

1. **Still** und **abgeschlossen**
2. **Sabbat** (ein Ruhetag)
3. **Einfach** und **schlicht**
4. (Ver)**Langsam**(en)