

Geistlichen Jetlag überwinden

ABSICHT: Anschauen, was geistlicher Jetlag ist und wir ihn überwinden können.

1. WAS IST (NATÜRLICHER) JETLAG?

- **Flug von South Carolina, USA in die Schweiz ca. 9 Stunden.** Zeitunterschied 6 Stunden: damit neue Zeitzone, anderer Lebensrhythmus, anderes Klima, andere Leute und neue Umgebung.
- **Jetlag (Definition):** Eine temporäre Störung der körperlichen Rhythmen, die v.a. durch Flugreisen durch mehrere Zeitzonen verursacht wird. "Zeitzonekater."
- **Symptome / Erscheinungen:** Müdigkeit, Desorientierung, Übelkeit, Kopfschmerzen, unregelmäßiger Schlaf, Dehydration, Appetitlosigkeit, Reizbarkeit, Irrationalität.
 - Erschwert wird das Leben am neuen Aufenthaltsort, wenn man sich nicht anpasst (Schlaf- und Essenszeiten).
- Auf uns bezogen sieht das folgendermassen aus: Wir alle gehen durch verschiedene Lebensphasen und die damit verbundenen Veränderungen. So kommen wir ständig in neue „Zeitzone“ bzw. Lebensabschnitte. Es kommt oft vor, dass wir uns dann nicht auf die neue Zeitzone einstellen und sind entsprechend unzufrieden.
- Dazu möchten wir uns drei sehr bekannte Zeitabschnitte anschauen:

2. VERGANGENHEIT: DIE ZEITZONE, DIE HINTER UNS IST

Phil 3:13-14

13 Brüder, ich denke von mir selbst nicht, [es] ergriffen zu haben; eines aber [tue ich]: Ich vergesse, was dahinten, strecke mich aber aus nach dem, was vorn ist,
14 und jage auf das Ziel zu, hin zu dem Kampfpriestertum der Berufung Gottes nach oben in Christus Jesus.

- Die leben im Land von „Gestern“. Lassen die Vergangenheit nie hinter sich. Zerbrecen sich nach Jahren den Kopf. Wir haben alle Fehler gemacht!
- "*Deine Vergangenheit wird immer so sein, wie sie war. Höre mit dem Versuch auf, sie ändern zu wollen.*" (Zitat von Unbekannt)

1 Joh 1:9

Wenn wir unsere Sünden bekennen, ist er treu und gerecht, daß er uns die Sünden vergibt und uns reinigt von jeder Ungerechtigkeit.

- Lerne von der Vergangenheit, statt in ihr zu leben.

Ps 103:2-3

2 Preise den HERRN, meine Seele, und vergiß nicht alle seine Wohltaten!

3 Der da vergißt alle deine Sünde, der da heilt alle deine Krankheiten.

- **BALANCE:** Wir sollen die Segnungen Gottes nie vergessen. Gute Erinnerungen behalten.

3. ZUKUNFT: DIE ZEITZONE, DIE ERST MORGEN KOMMT

- Hauptaugenmerk ist morgen: neues Auto, heiraten, besseren Job, schönere Wohnung etc.
- *Wenn das Wörtche wenn nicht wär, wär mein Vater Millionär.*

Jak 3:16 LUTH

Denn wo Neid und Zank ist, da ist Unordnung und eitel böses Ding.

- Wenn du so mit den Dingen der Welt beschäftigt bist, dann wirst du bald mal zum Nachbarn schielen -> **Neid -> Unzufriedenheit.**
- Als Kind: Kaufe Spielzeug, das man 'unbedingt' haben musste, spielt kurz damit.
- *"Zu viele Leute geben Geld aus, das sie nicht verdient haben, um Dinge zu kaufen, die sie nicht wollen, um Leute zu beeindrucken, die sie nicht einmal mögen."* (Will Rogers)

Phil 4:6-7

6 Seid um nichts besorgt, sondern laßt in allem durch Gebet und Flehen mit Danksagung eure Anliegen vor Gott kundwerden;

7 und der Friede Gottes, der allen Verstand übersteigt, wird eure Herzen und eure Gedanken bewahren in Christus Jesus.

- Lass deine Anliegen vor Gott kundwerden und erlebe den Frieden Gottes.
 - Ueberlasse es dem Herrn WIE Er es richten wird.
- **BALANCE**: Selbstverständlich brauchen wir eine Vision und Ziele für unsere Leben. Wir sollen durch Glauben Gutes von Gott erwarten.

Manche **verpassen HEUTE**, weil sie ständig auf die Vergangenheit zurückblicken oder sich nur mit der Zukunft befassen.

4. GEGENWART: DIE ZEITZONE, DIE JETZT IST

Ps 118:24

Dies ist der Tag, den der HERR gemacht hat! Seien wir fröhlich und freuen wir uns in ihm!

- Die richtige Einstellung wählen, ob das Wetter gut oder schlecht ist; ob dein Ehepartner oder dein Vorgesetzter sich unmöglich benommen hat oder nicht.
- Wir können unsere Einstellung wählen!

2 Kor 6:2

Denn er spricht: `Zur angenehmen Zeit habe ich dich erhört, und am Tage des Heils habe ich dir geholfen. Siehe, **jetzt** ist die wohlgenommene Zeit, siehe, **jetzt** ist der Tag des Heils.

- Gott möchte dir heute helfen und heute in dein Leben eingreifen!

Eph 5:15-16

15 Seht nun genau zu, wie ihr wandelt, nicht als Unweise, sondern als Weise.

16 Kauft die gelegene Zeit aus, denn die Tage sind böse.

- **Auskaufen (Griechischen)**: vom Verlust retten (ertrinken)

Phil 4:12 Hoff

Ob ich nun wenig oder viel habe, beides ist mir durchaus vertraut, und so kann ich mit

beidem fertig werden: Ich kann satt sein und hungern; ich kann Mangel leiden und Überfluss haben. [**NLT**: I have learned the secret of living in every situation]

- Genieße „heute“ und passe Dich ständig an.
- Wie ist das überhaupt möglich? Siehe Phil 4:13 (ein sehr beliebter Vers...)

SCHLUSS:

- Lasst uns richtig umgehen mit den Zeitzonen / Lebensphasen auf die wir stossen.
- Lass die Vergangenheit hinter dir und sei Gott dankbar für seine Segnungen.
- Träume nicht nur von “morgen”. Sei in Erwartung, dass Gott Gutes bereitet hat.
 - Überwinde geistlichen Jetlag indem du HEUTE lebst.