

Are you ready for the long-run ?

A) Das Rennen rennen

Hebräer 12, 1 Da wir nun eine solche Wolke von Zeugen um uns haben, so lasst uns jede **Last** ablegen und die **Sünde**, die uns so leicht umstrickt, und lasst uns **mit Ausdauer laufen** in dem Kampf, der vor uns liegt, 2 indem wir hinschauen auf Jesus, den **Anfänger und Vollender des Glaubens**, der um der vor ihm liegenden Freude willen das Kreuz erduldet und dabei die Schande für nichts achtete, und der sich zur Rechten des Thrones Gottes gesetzt hat. 3 Achtet doch auf ihn, der solchen Widerspruch von den Sündern gegen sich erduldet hat, damit ihr nicht müde werdet und den Mut verliert!

- 1) Im Rennen – sowohl Lasten als auch Umstrickungen verlangsamen uns. (Beispiel 10. Stock mit Paket)

Ist total logisch, aber im Leben nicht immer so einfach. Gründe Lasten + Umstrickungen zu behalten, z.B.:

- Unwissen (Wir merken es gar nicht oder kennen die Wahrheit nicht.)
 - Unglauben (an Gott und dass es geht)
 - Gehört so zu mir
- 2) Mit Ausdauer laufen im Kampf, indem wir auf Jesus schauen
 - Anfänger und Vollender des Glaubens – Er lebt uns Glauben vor + „der den Glauben in uns pflanzt und auch zur vollen Reife bringt!“ (Albrecht NT)
 - Wie macht Er das? Er schaut auf das, was danach kommt!
 - 3) Nicht müde werden und den Mut nicht verlieren.
 - 4) Beispiele

Was hilft?

Glauben, dass Er mich meint. Weiter Hunger haben. Mit Leuten umgeben, die das haben nicht mit denen, die mich verstehen und dasselbe Problem haben.

B) Wie geht das?

Wie kann ich mein Herz gesund halten?

Was man mühelos gewinnt, das zerrinnt; was man aber mit der Hand sammelt, das mehrt sich. Langes Harren macht das Herz krank; ein erfüllter Wunsch aber ist ein Baum des Lebens.

Sprüche 13:11-12 SCH51

<https://bible.com/bible/158/pro.13.11-12.SCH51>

- 1) Schauen auf Jesus

Sprüche 4,23 Mehr als alles andere behüte dein Herz; denn von ihm geht das Leben aus.
24 Tue hinweg von dir die Falschheit des Mundes, und verdrehte Reden seien fern von dir!
25 Lass deine Augen geradeaus schauen und deine Blicke auf das gerichtet sein, was vor dir liegt!
26 Mache die Bahn für deinen Fuß gerade, und alle deine Wege seien bestimmt;
27 weiche weder zur Rechten ab noch zur Linken, halte deinen Fuß vom Bösen fern!

Sprüche 3, 5 Vertraue auf den HERRN von ganzem Herzen und verlass dich nicht auf deinen Verstand; 6 erkenne Ihn auf allen deinen Wegen, so wird Er deine Pfade ebnen. 7 Halte dich nicht selbst für weise; fürchte den HERRN und weiche vom Bösen! 8 Das wird deinem Leib Heilung bringen und deine Gebeine erquicken!

- ➔ In der Krise weise sein. Auf sich selbst achten – was bringt Leben?
- ➔ Vor dem Herrn kapitulieren.

Epheser 5, 15 Seht nun darauf, wie ihr mit Sorgfalt wandelt, nicht als Unweise, sondern als Weise; 16 und kauft die Zeit aus, denn die Tage sind böse. 17 Darum seid nicht unverständig, sondern seid verständig, was der Wille des Herrn ist! 18 **Und berauscht euch nicht mit Wein, was Ausschweifung ist, sondern werdet voll Geistes; 19 redet zueinander mit Psalmen und Lobgesängen und geistlichen Liedern; singt und spielt dem Herrn in eurem Herzen; 20 sagt allezeit Gott, dem Vater, Dank für alles, in dem Namen unseres Herrn Jesus Christus; 21 ordnet euch einander unter in der Furcht Gottes!**

2) Bewahre das Herz

Ausschweifung

Original Word: ἄσωτία, ας, ἡ

Part of Speech: Noun, Feminine

Transliteration: asótia

Phonetic Spelling: (as-o-tee'-ah)

Definition: unsavedness, wastefulness

Usage: wantonness, profligacy, wastefulness.

HELPS Word-studies

810 asōtía (from 1 /A "without" and 4982 /sózō, "save") – properly, what can't be saved (waste); (figuratively) prodigality, spiritual wastefulness due to excessive behavior and the dire consequences it brings.

- ➔ Manche Dinge bringen kein Leben, sondern weiteren Tod.

Adam und Eva haben sich versteckt.

Gegenteil: die Gemeinschaft des Geistes!

3) Miteinander auf dem Weg

- ➔ Womit umgebe ich mich?

→ Füreinander eintreten.

Geschichte von Mose - Arme hochhalten. 2. Mose 17, 8ff

Epaphras, der zu euch gehört, begrüßt euch ebenfalls sehr herzlich. Er dient Jesus Christus und lässt nicht nach, im Gebet für euch zu kämpfen. Inständig bittet er Gott darum, dass ihr reife Christen werdet und bereit, in allen Dingen Gottes Willen zu erfüllen. Ich kann bezeugen, wie viel Mühe er auf sich nimmt für euch, für die Christen in Laodizea und die in Hierapolis.

Kolossener 4:12-13 HFA

Tragt einander. Lasst euch erinnern, fragt mal nach, keine Überforderung zulassen... auch kein Rückzug voreinander.