



**busyness**

**stressZeiten**

**(Als Mitarbeiter voll durchstarten ...  
Trotz viel um die Ohren)**

edges

**IM FOKUS**  
**JESUS**



busyness

Und Gott schuf den Menschen nach seinem  
Bild, nach dem Bild Gottes schuf er ihn...;

I. Mose 1,27



busyness

Und Gott sah alles, was er gemacht hatte, und  
siehe, es war sehr gut.

Und es wurde Abend, und es wurde Morgen:  
der sechste Tag.

1. Mose 1,31



busyness

Und Gott segnete den siebten Tag und  
heiligte ihn; denn an ihm ruhte er von all  
seinem Werk, das Gott geschaffen hatte,  
indem er es machte.

I. Mose 2,3



busyness

Ein ewiger Gott ist der HERR, der Schöpfer der Enden der Erde. Er ermüdet nicht und ermattet nicht, unergründlich ist seine Einsicht.

Jes 40, 28



busyness

Morgen ist eine Sabbatfeier, ein heiliger Sabbat für den HERRN.

Was ihr backen wollt, backt, und was ihr kochen wollt, kocht!

Alles aber, was übrig bleibt, legt für euch zurück zur Aufbewahrung bis zum nächsten Morgen!

2. Mose 16,23



busyness

"Denke an den Sabbattag, um ihn heilig zu halten. Sechs Tage sollst du arbeiten und all deine Arbeit tun, aber der siebte Tag ist Sabbat für den HERRN, deinen Gott... Denn in sechs Tagen hat der HERR den Himmel und die Erde gemacht, das Meer und alles, was in ihnen ist, und er ruhte am siebten Tag; darum segnete der HERR den Sabbattag und heiligte ihn. "

2. Moses 20,8-11



busyness

Der Sabbat ist um des Menschen willen  
geschaffen worden und nicht der Mensch um  
des Sabbats willen.

Markus 2,27





busyness

Und richtet euch nicht nach den Maßstäben dieser Welt, sondern lasst die Art und Weise, wie ihr denkt, von Gott erneuern und euch so umgestalten, dass ihr prüfen könnt, ob etwas Gottes Wille ist, ob es gut ist, ob es Gott gefallen würde und ob es vollendet ist.

Römer 12,2 NEÜ



busyness

I. Find a regular Sabbath time

I. Baue bewusst/regelmäßige  
Sabbath-Zeiten ein



busyness

2. Reserve the sabbath for relaxing,  
restorative activities

2. Halte dir den Sabbath frei für  
Aktivitäten, bei denen du dich  
erholen und Kraft schöpfen  
kannst.



busyness

3. Plan ahead to help everyone  
enjoy the sabbath

3. Plane voraus, um allen zu helfen,  
den Sabbath zu genießen



busyness

4. Escape the tyranny of modern  
“conveniences”

4. Entfliehe den “Annehmlichkeiten”  
der modernen Technik



busyness

„Siehe, ich will dort vor dich auf den Felsen am Horeb treten. Dann sollst du auf den Felsen schlagen, und es wird Wasser aus ihm hervorströmen, so dass das Volk zu trinken hat.“ Und Mose machte es so vor den Augen der Ältesten Israels.

Und er gab dem Ort den Namen Massa und Meriba wegen des Streits der Söhne Israel und weil sie den HERRN geprüft hatten, indem sie sagten: Ist der HERR in unserer Mitte oder nicht?

2. Mose 17,6.