

# Herzensregeln

*Warum haben wir heute so viele Regeln?*

*Weil wir im Paradies eine einzige Übertretung  
haben!*

# Herzensregeln

Ohne Regeln könnte unsere heutige Gesellschaft nicht funktionieren und ohne das Wort Gottes würde auch in Gemeinden Unordnung herrschen.

# Herzensregeln

Titus 1, 5 – 13

Titus 2, 1 – 8

Du ***ABER***

# Herzensregeln

**Gesunde Lehre besteht nicht aus der Behauptung, sie zu vertreten. Gesunde Lehre ist auch nicht einfach die Lehre, an die man schon lange gewöhnt ist.**

# Herzensregeln

**Fünfmal schreibt Paulus in seinen Briefen an Timotheus und Titus von gesunder Lehre. Seine Mitarbeiter sollten eine gesunde biblische Lehre unter zum Teil schwierigen Menschen vertreten.**

# Herzensregeln

Gesunde Lehre

Drei Prinzipien:

1. Gesunde Lehre gründet sich auf dem Fundament der Schrift.
2. Gesunde Lehre folgt der Ausgewogenheit der Schrift.
3. Gesunde Lehre richtet sich nach den Maßstäben der Schrift

# Herzensregeln

**Der gesunden Lehre steht nicht eine falsche Lehre,  
sondern eine Liste von Sünden gegenüber  
(siehe 1Tim 1,9f).**

# Herzensregeln

Nüchtern

Ehrbar

Besonnen

Gesund im Glauben

Gesund in der Liebe

Gesund in der Geduld

# Herzensregeln

Nüchtern

- nicht nur auf Alkohol bezogen, sondern auch sachbetont, trocken, pragmatisch, mit Distanz betrachtend

# Herzensregeln

Ehrbar bedeutet, dass jemand oder etwas Anerkennung, Achtung und Wertschätzung verdient. Es bezeichnet ein anständiges, ehrenhaftes und der Sitte entsprechendes Verhalten oder Wesen. Der Begriff wird häufig synonym zu respektabel, tugendhaft oder ehrenwert verwendet.

# Herzensregeln

## Ehrbar

Anständig & Moralisch: Jemand handelt moralisch einwandfrei, sittsam und integer.

Achtbar & Angesehen: Eine Person genießt Ansehen und Reputation, oft in beruflicher oder bürgerlicher Hinsicht (z. B. "ein ehrbarer Kaufmann").

Charakterfest: Es beschreibt eine aufrechte Persönlichkeit.

# Herzensregeln

## Besonnen

Besonnen bedeutet, ruhig, vernünftig und wohlüberlegt zu handeln, anstatt impulsiv oder hastig zu reagieren. Eine besonnene Person wägt Situationen sorgfältig ab und bewahrt auch in schwierigen Momenten einen klaren Kopf.

# Besonnen      Herzensregeln

Nicht leicht aus der Fassung zu bringen.

Überlegt: Handeln mit Weitblick und Plan.

Vernünftig: Kluge Entscheidungen treffen, ohne Unbedachtsamkeiten.

Synonyme:

Bedacht, überlegt, umsichtig, vernünftig, weitsichtig, planvoll, besonnen, ruhig, mit Bedacht, vorausschauend

# Herzensregeln

Besonnenheit beinhaltet auch, dass man nicht auf jede Rede reagieren muss, die man gegenüber vielleicht im Ungestüm tätigt. Das gilt besonders bei verbalen Übergriffen.

# Herzensregeln

Sprüche 11,12 Wer seinen Nächsten verächtlich behandelt, ist ein herzloser Mensch, aber ein verständiger Mann nimmt es schweigend an.

# Herzensregeln

Sprüche 12,16 Ein Narr lässt seinen Ärger sofort merken,  
der Kluge aber steckt die Beleidigung ein.

# Herzensregeln

Sprüche 9,7 Wer einen Spötter züchtigt, holt sich Beschimpfung, und wer einen Gesetzlosen zurechtweist, der holt sich Schmach.

# Herzensregeln

Ein gesunder Glaube entfaltet lebensfördernde Impulse, stärkt Beziehungen und bietet Halt, ohne zwanghaft zu sein. Er basiert auf Vertrauen, Liebe und der Erfahrung von Gnade, die das Leben prägt. Ein ausgewogener Glaube hilft, Krisen zu bewältigen, und fördert ganzheitliches Wohlbefinden.

# Herzensregeln

Fundament im Leben: Ein gesunder Glaube wurzelt im Vertrauen auf Gott, nicht in Gesetzen oder Leistungsdruck. Er hinterfragt das eigene Gottesbild: Ist Gott ein liebender Vater oder ein strafender Richter?

# Herzensregeln

Gesunder Glaube ist

Lebensbejahend & Ganzheitlich: Er orientiert sich an Jesus Christus, fördert das Leben in seiner Fülle und bringt Hoffnung, die größer als Angst ist.

# Herzensregeln

Gesunder Glaube äußert sich in Versöhnung mit Schwachheit: Ein gesunder Glaube bedeutet nicht automatisch körperliche Heilung, sondern befähigt, auch mit Krankheit oder Leid versöhnt zu leben.

# Herzensregeln

Gesunder Glaube bedeutet Beziehung statt

Einsamkeit: Glaube wird oft in Gemeinschaft praktiziert,  
was Einsamkeit entgegenwirkt.

# Herzensregeln

Gesunder Glaube braucht Nahrung für den  
Glauben: Regelmäßiges Lesen in der Bibel, Besinnen auf  
Lebensgeschichten (Heilsgeschichten) und Gebet  
stärken das Vertrauen.

# Herzensregeln

Ein gesunder Glaube unterscheidet sich von fundamentalistischen Formen, die Druck ausüben und sich negativ auf die Psyche auswirken können. (siehe o.g. Bibelstellen Korinther und Kolosser)

# Herzensregeln

Gesunde Liebe ist ein ausgleichender Austausch, der stärkt statt schwächt, auf Vertrauen, Respekt und Kommunikation basiert und langfristig die physische sowie psychische Gesundheit fördert. Sie ist durch ein Gleichgewicht von Geben und Nehmen, Freiwilligkeit und die Akzeptanz der eigenen Bedürfnisse gekennzeichnet.

# Herzensregeln

Geduld ist ein Schlüssel zu einem gesünderen, ausgeglicheneren Leben, da sie nachweislich Stress reduziert, die seelische Stabilität fördert und langfristig leistungsfähiger macht.

# Herzensregeln

Titus 2,3: ... dass sich die alten Frauen  
**gleicherweise** so verhalten sollen, wie es  
Heiligen geziemt

# Herzensregeln

Das Wort gleicherweise bedeutet nichts anderes, als dass sie die gleich Verantwortung in der Lebensweise haben wie die alten Männer.

# Herzensregeln

Gleicherweise ermahne die jungen Männer, dass sie besonnen sein sollen.

# Herzensregeln

In der Lehre erweise Unverfälschtheit, würdigen Ernst, Unverderbtheit, gesunde, untadelige Rede, damit der Gegner beschämt wird, weil er nichts Schlechtes über euch sagen kann.

# Herzensregeln

1. Timotheus 4, 1 - 11

# Herzensregeln

9 Glaubwürdig ist das **Wort** und aller Annahme wert;

# Herzensregeln

Galater 2,20: Ich bin mit Christus gekreuzigt; und nun lebe ich, aber nicht mehr ich [selbst], sondern Christus lebt in mir. Was ich aber jetzt im Fleisch lebe, das lebe ich im Glauben an den Sohn Gottes, der mich geliebt und sich selbst für mich hingegeben hat.

# Herzensregeln

1. Johannes 2, 5 – 7: Wer aber sein Wort hält, in dem ist wahrhaftig die Liebe Gottes vollendet. Hieran erkennen wir, dass wir in ihm sind. Wer sagt, dass er in ihm bleibe, ist schuldig, selbst auch so zu wandeln, wie er gewandelt ist. Geliebte, nicht ein neues Gebot schreibe ich euch, sondern ein altes Gebot, das ihr von Anfang an hattet.