



### Um die Bedeutung fester Zeiten für die Lebensgestaltung wissen

Reli-Datei 6.1a

Wir beobachten den Takt der Zeit im Wechsel von

- Tag und Nacht,
- Arbeitszeit, Freizeit und Schlafenszeit,
- Sonntagen und Werktagen, Alltag und Festen, Schulzeit und Ferienzeit,
- Jahreszeiten.

Feste Zeiten bringen Rhythmus ins Leben:

- Sie ordnen den Tag, die Woche, das Jahr.
- Sie verhindern Gleichförmigkeit und Langeweile.
- Sie schützen vor Einseitigkeit.
- Sie sichern Erholung und entlasten.
- Sie erhalten Lebenskraft durch den Wechsel von Anspannung und Lockerlassen.

### ***Alles hat seine Stunde***

*Für jedes Geschehen unter dem Himmel gibt es eine bestimmte Zeit:*

*eine Zeit zum Weinen und eine Zeit zum Lachen,  
eine Zeit zum Suchen und eine Zeit zum Verlieren,  
eine Zeit zum Behalten und eine Zeit zum Wegwerfen.*

Buch Kohelet, Kap. 3,  
entstanden im 3. Jh. v. Chr.