

## Ein sinnerfülltes Leben

Handout zur Predigt vom 16.12.2023 im Missionswerk

### Prediger 1,1-3:

1 Worte des Predigers, des Sohnes Davids, des Königs in Jerusalem. 2 Nichtigkeit der Nichtigkeiten! – spricht der Prediger; Nichtigkeit der Nichtigkeiten, alles ist Nichtigkeit!  
3 Welchen Gewinn hat der Mensch von all seinem Mühen, mit dem er sich abmüht unter der Sonne? (Elb)

1 In diesem Buch sind die Worte des Predigers aufgeschrieben. Er war ein Sohn von David und herrschte als König in Jerusalem. 2 Alles ist vergänglich und vergeblich, sagte der Prediger, nichts hat Bestand, ja, alles ist vergebliche Mühe! 3 Der Mensch plagt sich ab sein Leben lang, doch was bringt es ihm ein? Hat er irgendeinen Gewinn davon? (Hfa)

### Unser Leben<sup>1</sup>

---

- König Salomo war jemand, der alles hatte -> Alles ausprobiert, alles gehabt, jede Lust gestillt, viel gebaut und geschaffen, ...
- Uns, vor allem in Deutschland und der westlichen Welt, geht es oft ganz ähnlich: Wir sind beschäftigt, beschäftigt, beschäftigt.
- Beispiele: Geschäft/Arbeit, (Ehe)partner, Freunde besuchen, putzen, Autowaschen, einkaufen, Urlaub planen, Steuererklärung machen, Banktermine, Autoreifen wechseln, Blumen gießen, um den Garten kümmern, Mails beantworten, Kindern bei den Hausaufgaben helfen, Geburtstagsgeschenke besorgen, Kleingruppe vorbereiten, Bibellesen, Sport machen, Friseurtermin, Nägel machen, Kinder zum Sport bringen, Klamotten für die Kinder kaufen, Schreibtisch aufräumen, Großeltern besuchen, Arzttermine, Zeit mit der Familie, Duschen, Ausruhen, Müll rausbringen, Besprechungen in der Gemeinde, Gottesdienste, ... -> Unser Leben ist sehr voll und das macht es meist so kompliziert

### Wer prägt dein Leben?

- Frage: **Wer darf dein Leben und deine Zeit prägen?** -> WIR entscheiden darüber!
- Was uns leiten kann:
  - Gefühle (v.a. negative), z.B: „heute hab‘ ich kein Bock“ -> Verlust von Lebensqualität
  - Meinungen der anderen / Menschenfurcht
  - Druck von außen (z.B. Arbeitgeber)
  - Angst
  - Streben nach Erfolg, Anerkennung, etc.
  - Ehepartner, Freunde, ...
  - Leiter und Pastoren
  - Das Wort Gottes und der Heilige Geist

**Unser eigentliches Ziel:** Ein sinnerfülltes Leben führen.

- ➔ Viele Menschen (auch wiedergeborene Christen) probieren hierfür viele verschiedene Dinge aus und versuchen so ein sinnerfülltes Leben zu führen.
- ➔ Salomo ging es genauso!

---

<sup>1</sup> Angelehnt an Peter Wenz: Die Kunst „einfach“ zu leben vom 07.05.2017 (YouTube)

**Prediger 2,1a:** Ich sagte mir: »Ich will es mit den Freuden des Lebens versuchen und herausfinden, was sie zu bieten haben!« (Hfa)

- Wein (Pred. 2,3)
- Häuser bauen und Weinberge pflanzen (Pred. 2,4)
- Parks anlegen und Obstbäume pflanzen (Pred. 2,5)
- Große Teiche bauen, um den Wald zu bewässern (Pred. 2,6)
- Viele Knechte und Mägde, Rinder und Schafe (Pred. 2,7)
- Reichtum: Silber & Gold (Pred. 2,8)
- Unterhaltung (Sängerinnen /& Sänger) (Pred. 2,8)
- Viele Frauen: „alle Frauen, die ein Mann sich nur wünschen kann“ (Pred. 2,8)
- Reich & berühmt (Pred. 2,9)
- Weise (Pred. 2,9)

**Prediger 2,1:** 1 Ich sagte mir: »Ich will es mit den Freuden des Lebens versuchen und herausfinden, was sie zu bieten haben!« **Doch ich merkte, dass auch dies vergeblich ist und keine Erfüllung bringt.** (Hfa)

**Prediger 2,10-11:** Ich gönnte mir alles, was meine Augen begehrt, und erfüllte mir jeden Herzenswunsch. Meine Mühe hatte sich gelohnt: Ich war glücklich und zufrieden. 11 Doch dann dachte ich nach über das, was ich erreicht hatte, und wie hart ich dafür arbeiten musste, und ich erkannte: Alles war letztendlich vergebens – als hätte ich versucht, den Wind einzufangen! **Es gibt auf dieser Welt keinen bleibenden Gewinn.** (Hfa)

**Matthäus 6,19-21:** 19 Sammelt euch nicht Schätze auf der Erde, wo Motte und Fraß zerstören und wo Diebe durchgraben und stehlen; 20 **sammelt euch aber Schätze im Himmel**, wo weder Motte noch Fraß zerstören und wo Diebe nicht durchgraben noch stehlen! 21 Denn wo dein Schatz ist, da wird auch dein Herz sein.

Mein Rat an dich: Auch du kannst alles ausprobieren. Ich bin davon überzeugt, du wirst zur selben Erkenntnis wie König Salomo kommen.

### Die Erkenntnisse Salomos

---

#### 1. Was kommt bei all unserer Mühe heraus?

**Pred. 1,1-3:** 1 In diesem Buch sind die Worte des Predigers aufgeschrieben. Er war ein Sohn von David und herrschte als König in Jerusalem. 2 Alles ist vergänglich und vergeblich, sagte der Prediger, nichts hat Bestand, ja, alles ist vergebliche Mühe! 3 Der Mensch plagt sich ab sein Leben lang, **doch was bringt es ihm ein? Hat er irgendeinen Gewinn davon?** (Hfa)

- Lohnt sich die Zeit, die du investierst?
- Mit welcher Motivation tust du Dinge?

#### 2. Fürchte Gott und halte seine Gebote

**Prediger 12,13:** 13 Das Endergebnis des Ganzen lasst uns hören: **Fürchte Gott und halte seine Gebote!** Denn das (soll) jeder Mensch (tun).

- Das ist die End-Erkenntnis Salomos!

### 3. Die Zeitpunkte Gottes erkennen

**Prediger 3,1:** 1 Für alles gibt es eine **(bestimmte) Stunde**. Und für jedes Vorhaben unter dem Himmel **(gibt es) eine Zeit:** ...

- Frage Gott: Was ist jetzt dran?
- Eile nicht durch dein Leben. Gott hat die richtigen Zeitpunkte!
- Vertraue auf die Zeitpunkte und das Tempo Gottes.

### 4. Den Ewigkeitsfokus bewahren

**Prediger 3,10-11:** 10 Ich habe das Geschäft gesehen, das Gott den Menschenkindern gegeben hat, sich darin abzumühen. 11 Alles hat er schön gemacht zu seiner Zeit, auch hat er **die Ewigkeit in ihr Herz gelegt**, nur dass der Mensch das Werk nicht ergründet, das Gott getan hat, vom Anfang bis zum Ende.

- Wir versuchen so oft all unsere Sehnsüchte in diesem Leben zu stillen, dabei kommt das Beste erst noch!
- Wir sind geschaffen für die Ewigkeit. Hier auf der Erde sind wir nur „auf Durchreise“.
- Wenn wir erkennen, dass wir für die Ewigkeit leben und dass die Ewigkeit unser Ziel und unsere Heimat ist, dann erleichtert uns diese Erkenntnis unser Leben und nimmt viel Druck von uns.
- Bedenke: Du musst nicht jede Lust und jedes Verlangen auf dieser Erde stillen -> Im Himmel werden wir vollständig erfüllt sein!

## Der richtige Fokus

---

**Matthäus 6,33:** Trachtet aber zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit! Und dies alles wird euch hinzugefügt werden.

- ➔ Wenn wir Gott folgen und der Bau seines Königreiches und Fokus ist, dann wird er uns alles andere geben. Wir brauchen uns nicht darum zu bemühen.

**Matthäus 6,34:** So seid nun nicht besorgt um den morgigen Tag! Denn der morgige Tag wird für sich selbst sorgen. Jeder Tag hat an seinem Übel genug.

- ➔ Sorge dich nicht um Morgen! Lass dich nicht von den Medien, von negativem Reden, von Ängsten usw. beeinflussen. Denke nicht darüber nach, wie unsere Wirtschaft in 10 Jahren aussieht und lass keine Angst vor der Zukunft, Krieg etc. zu.
- ➔ Die Sorgen von morgen rauben dir deine Gegenwart!
- ➔ Unsere Seele wurde nicht für ein überfülltes, kompliziertes Leben geschaffen -> Wir sind geschaffen für die Gemeinschaft mit Gott, ihm zu folgen, ihn zu lieben, ihn zu fürchten und nach seinem Wort zu leben -> Wenn wir das tun, haben wir ein wunderbares, einfaches und sinnerfülltes Leben.

## Führe ein fokussiertes Leben!<sup>2</sup>

- Lebe nicht einfach „in den Tag hinein“. Plane bewusst, setze dir Ziele und triff Entscheidungen (ohne dich dabei nach den Ängsten der Zukunft auszurichten!)
- Beispiel: Fußballspiel ohne ein Tor -> Kein Ziel, kein Fokus. Man ist beschäftigt, aber ohne ein Ziel vor Augen zu haben. Mit der Zeit erkennt man die Sinnlosigkeit, man verliert die Freude und man rutscht in ein „langweiliges, sinnloses“ Leben -> FOKUS und VISION!
- Viele Menschen haben wunderbare und vielseitige Begabungen, aber die haben keine Vision -> Sie tun viel, aber es gibt schlussendlich viel Wildwuchs und doch keine Früchte -> Entscheide dich, wo du dich hineininvestieren möchtest und tu das dann auch. | Aussage: Wir überschätzen oft, was in einem Jahr passieren kann. Aber wir unterschätzen, was in 7 Jahren passieren kann. -> Wohin wir zielen, bestimmt, wer wir sind.
- Triff Entscheidungen! (Es ist nicht harmlos, wenn man nie bereit ist Entscheidungen zu treffen)
- Ohne Vision = Anstrengend  
Mit Vision = Hingabe & Freude
- Bring Ordnung und Struktur in dein Leben (kläre Beziehungen, setz Prioritäten, vergib, hab genügend Schlaf und Ruhe, bring Ordnung in deine Wohnung, an deinen Schreibtisch, ...) -> Gott ist kein Gott der Unordnung, sondern des Friedens!

## Genieße dein Leben

---

**Prediger 9,7-10:** 7 Also iss dein Brot, trink deinen Wein und sei fröhlich dabei! Denn Gott hat schon lange sein Ja dazu gegeben. 8 Trag immer **schöne Kleider** und salbe dein Gesicht mit **duftenden Ölen!** 9 **Genieße das Leben** mit der **Frau, die du liebst**, solange du dein vergängliches Leben führst, das Gott dir auf dieser Welt gegeben hat. **Genieße jeden flüchtigen Tag**, denn das ist der Lohn für deine Mühen. 10 Wenn du etwas tust, dann **sei mit vollem Einsatz bei der Sache!** (Hfa)

**Prediger 11,7-10:** 7 **Wie schön ist es, am Leben zu sein und das Licht der Sonne zu sehen!** 8 **Freu dich über jedes neue Jahr**, das du erleben darfst! Auch wenn noch viele vor dir liegen – denk daran, dass die Dunkelheit danach lange dauert! Alles, was dann kommt, ist vergeblich! 9 Du junger Mensch, **genieße deine Jugend** und freu dich in der Blüte deines Lebens! **Tu, was dein Herz dir sagt und was deinen Augen gefällt!** Aber sei dir bewusst, dass **Gott dich für alles zur Rechenschaft ziehen wird!** 10 Lass dich **nicht von Kummer und Sorgen beherrschen** und **halte allen Schmerz von dir fern!** Denn Jugend und Frische sind vergänglich. (Hfa)

Prediger 2, 24: Es gibt nichts Besseres für den Menschen, als dass er **isst und trinkt** und **seine Seele Gutes sehen lässt** bei seinem Mühen. Auch das sah ich, dass dies alles aus der Hand Gottes (kommt).

**Prediger 9,1:** 1 Über dies alles habe ich nachgedacht, und ich habe erkannt: Auch der Rechtschaffene und Verständige ist bei allem, was er tut, **von Gott abhängig.** (Hfa)

## Ratschläge für ein sinnerfülltes Leben:

- Erfreue dich an jedem neuen Tag -> Egal, wie die Umstände sind!
- Versuch nicht, alles perfekt zu machen und jeden Wunsch zu erfüllen -> Lebe!
- Vergleiche dein eigenes Leben nicht mit anderen -> Setze eigene Ziele und lass dich vom Heiligen Geist führen

---

<sup>2</sup> Angelehnt an Dr. Johannes Hartl: Die Kraft eines fokussierten Lebens vom 29.09.2023 (YouTube) & an Peter Wenz: Die Kunst „einfach“ zu leben vom 07.05.2017 (YouTube)

- Schau nicht verzweifelt in deine Vergangenheit -> Habe den Blick in die Ewigkeit
- Setze dir lieber weniger Ziele, die du erfüllst, anstatt zu viele Ziele zu haben und am Ende keines davon zu erreichen
- Erfreue dich an kleinen Schritten -> Treue im Kleinen!
- Achte darauf: Was ist wirklich wichtig? (Unterschied: Dringend oder wichtig!)  
Wichtig: Engste Beziehungen, geistliches Leben, Zeit mit Gott, Bau des Reiches Gottes, Gesundheit, ...
- Hab keine Angst Fehler zu machen -> Tu Dinge, wenn Gott sie dir sagt -> Sei aktiv!  
Spr. 22,13: Der Faule sagt: Ein Löwe ist draußen; mitten auf den Plätzen könnte ich getötet werden!
- Sei mutig Entscheidungen zu treffen und dazu zu stehen  
Pred. 11,4: Wer immer nur auf das passende Wetter wartet, wird nie säen; und wer ängstlich auf jede Wolke schaut, wird nie ernten. (Hfa)
- Hab keine Angst vor Burnout! Du vermeidest Burnout nicht, indem du Arbeit vermeidest.
- Sei abhängig von Gott!
- Lies täglich in deiner Bibel
- Verbringe täglich deine Zeit mit Gott (im Optimalfall gleich morgens)
- Höre auf das Reden des Heiligen Geistes in deinem Leben
- Achte auf die Zeitpunkte Gottes
- Trachte zuerst nach dem Reich Gottes
- Sammle Schätze im Himmel
- Investiere deine Zeit bewusst
- Prüfe deine Motivation für Dinge die du tust
- Freue dich auf alle erfüllten Sehnsüchte in der Ewigkeit
- Vermindere deinen Medienkonsum
- Triff mutige Entscheidungen nach Gebet und Frieden im Herzen
- Behalte deine Vision in Blick
- Bringe Ordnung und Frieden in dein Leben
- Esse und trinke und sei fröhlich
- Trage schöne Kleider und pflege dich
- Genieße dein Leben mit dem Ehepartner, den Gott dir gegeben hat
- Genieße jeden Tag
- Erledige deine Aufgaben mit vollem Einsatz
- Freue dich über jedes neue Jahr
- Junge Leute: Genieße deine Jugend
- Wisse das du für alles Rechenschaft geben musst
- Sorge dich nicht
- Halte Schmerzen von dir fern
- Lass deine Seele Gutes sehen (Pred. 2,24) -> Mache Dankabende
- Fürchte Gott und halte seine Gebote
- Lass Christus dein Leben werden (Phil 1,21)

### Schlussfolgerung des Predigers

---

**Prediger 12,13-14:** 13 Zu guter Letzt lasst uns hören, welche **Schlussfolgerung** sich aus all dem ergibt: **Begegne Gott mit Ehrfurcht und halte seine Gebote!** Das gilt für jeden Menschen. 14 Denn Gott wird Gericht halten über alles, was wir tun – sei es gut oder böse –, auch wenn es jetzt noch verborgen ist. (Hfa)

## Du möchtest Jesus in dein Leben einladen?

Jesus Christus möchte eine persönliche Beziehung zu dir haben. Er wartet darauf, dass du ihn in deinem Herzen und Leben willkommen heißt. Du musst ihn lediglich einladen.

*„Siehe, ich stehe vor der Tür und klopfe an. Wenn jemand mich rufen hört und die Tür öffnet, werde ich eintreten, und wir werden miteinander essen.“ (Offenbarung 3,20)*

### 1. Schritt: Bitte um Vergebung

### 2. Schritt: Nimm Gottes Geschenk der Vergebung und des ewigen Lebens an

### 3. Schritt: Vertraue dein Leben Jesus an

*„Wenn du mit deinem Mund bekennt, dass Jesus der Herr ist, und wenn du in deinem Herzen glaubst, dass Gott ihn von den Toten auferweckt hat, wirst du gerettet werden.“ (Römer 10,9-10)*

Übergib dein Leben Jesus Christus heute von ganzem Herzen. Bekenne deine Sünden. Bitte Gott, dir zu vergeben. Danke Gott für das Geschenk des ewigen Lebens. Es ist nichts Magisches an den Worten, die du verwendest. Gott ist die Haltung deines Herzens viel wichtiger. Hier ein beispielhaftes Lebensübergabebet, das du sprechen kannst:

**„Gott, ich weiß, dass ich fehlerhafter bin, als ich mir jemals eingestanden habe. Bitte vergib mir meine Schuld, damit ich freimütig zu dir kommen kann. Ich verspreche, dass ich auf Jesus, deinen Sohn, vertraue. Ich glaube, dass er für mich gestorben ist – er nahm meine Sünde am Kreuz auf sich. Ich glaube, dass er von den Toten auferweckt wurde. Ich übergebe heute mein Leben Jesus. Danke, Gott, für dein Geschenk der Vergebung und des ewigen Lebens. Danke, dass du mich mehr liebst und annimmst, als ich je zu hoffen gewagt habe. Bitte hilf mir, für dich zu leben.  
In Jesu Namen, Amen.“**

### 4. Schritt: Empfange Gottes Gnade

*„All denen aber, die ihn aufnahmen und an seinen Namen glaubten, gab er das Recht, Gottes Kinder zu werden.“ (Johannes 1,12)*

Wenn du Jesus in dein Herz eingeladen hast, bist du ein Kind Gottes. Du hast das Privileg, mit ihm im Gebet zu sprechen. Zu jeder Zeit. Über alles, was dich bewegt.

Das Leben als Christ ist eine persönliche Beziehung zu Gott durch Jesus Christus. Das Beste daran ist, dass diese Beziehung für immer bestehen bleibt!



MISSIONSWERK „Strahlen der Freude“ e.V.  
Dennigstraße 22  
75179 Pforzheim

Bürozeiten Dienstag bis Freitag von 09:00 bis 12:00 Uhr  
Telefon: +49 7231 455872      Telefax: +49 7231 455873  
E-Mail: [info@missionswerk-sdf.de](mailto:info@missionswerk-sdf.de)