

1. Vierteljahr / Woche 19.02. – 25.02.2023

08 / Wie das Leben gelingt

Ratschläge für ein gutes Leben

➤ Tu, was dir gefällt

Meist haben wir die Zukunft im Blick: Das erste Mal ohne Eltern ins Kino – das erste Mal allein in den Urlaub – den Führerschein machen – so schnell wie möglich erwachsen werden – endlich ...

➤ Worauf wartest du?

Warum ist dir das so wichtig?

Welche Ratschläge bekommst du dazu von anderen, v. a. Älteren?

Wie gern oder ungern nimmst du diese Ratschläge an?

Im biblischen Buch Prediger finden sich auch solche Ratschläge: „Du junger Mensch, genieße deine Jugend und leb unbeschwert in deinen jungen Jahren! Schlag den Weg ein, zu dem dein Herz sich hingezogen fühlt, und tu, was deinen Augen gefällt.“ (Prediger 11,9 HFA.NLB)

➤ Welche Gedanken kommen dir, wenn du das liest?

Wozu fühlst du dich ermutigt?

➤ Inwiefern könnten diese Ratschläge auch für nicht mehr ganz so junge und auch ältere Menschen gelten?

Inwiefern könnte es gerade dann, wenn man viele Pflichten und viel Verantwortung hat, hilfreich sein, einfach einmal das zu tun, was einem gefällt?

Wie geht es dir damit?

➤ Denk an die Konsequenzen

„Aber vergiss nicht, dass du dich vor Gott für alle deine Taten verantworten musst.“ (Prediger 11,9 NLB)

➤ Inwiefern schränkt der Prediger die Freiheit, die er zuvor propagiert hat, wieder ein?

Warum tut er dies?

Stimmst du ihm zu?

➤ Was bedeutet es, sich vor Gott für seine Taten zu verantworten?

Welche Eigenschaften Gottes kommen dabei zum Tragen?

➤ Was bedeutet es für dich ganz konkret, das zu tun, was dir gefällt, wozu sich dein Herz hingezogen fühlt – und dich gleichzeitig vor Gott dafür zu verantworten?

Bei was von dem, was du tust, würdest du dich schwertun, es Gott gegenüber zu verantworten? Warum?

Wie gehst du damit um?

➤ Wie würde es sich auf deine Ideen und Pläne auswirken, wenn du dir bewusst machst, dass du dich dafür Gott gegenüber verantworten musst?

➔ Vertreib die schlechte Laune

„Gib dich nicht schlechten Launen hin“. (Prediger 11,10 NLB)

- ➔ Was macht dir schlechte Laune?
Und was macht die schlechte Laune mit dir?
Wobei behindert dich schlechte Laune? Was nimmt sie dir weg?
- ➔ Wie kannst du das, was dir schlechte Laune macht, gar nicht an dich heranlassen?
Wie schaffst du es, wenn du doch mal schlechte Laune hast (was durchaus okay ist), dich nicht hineinzusteigern?
Wie holst du dich aus schlechter Laune heraus? Wer oder was kann dir dabei helfen?
Tausch dich mit anderen aus und hol dir Tipps, die du das nächste Mal ausprobieren kannst, wenn du merkst, dass du schlechte Laune bekommst oder schon hast.
Einige Tipps dazu findest du auch [hier](#).

➔ Bleib gesund

„Halte dir ... die Krankheit vom Leib!“. (Prediger 11,10 BB)

- ➔ Ein guter Rat – aber ist das immer so einfach? Was denkst du, wenn du das liest?
Was fällt dir spontan ein, das dabei hilft, sich Krankheit vom Leib zu halten?
- ➔ Wie gesund lebst du? Woran machst du das fest?
Inwiefern bist du zufrieden damit, wie gesund du lebst? Was würdest du eventuell gerne ändern?
Was davon fällt dir schwer?
Wer oder was könnte dir helfen?
- ➔ Sieh dir die Tipps von **NEWSTART** für einen gesunden Lebensstil an: Luft, Wasser, Sonne, Erholung, Mäßigkeit, Vertrauen, Ernährung, Bewegung. Was setzt du ausreichend um? Was könnte dir noch fehlen?

➔ Genieße deine Jugend

„Jugend und Frische sind vergänglich.“ (Prediger 11,10 HFA)

- ➔ Was empfindest du, wenn du das liest?
Welche Erfahrungen hast du mit Vergänglichkeit generell gemacht?
Welche Erfahrungen hast du mit deiner eigenen Vergänglichkeit gemacht?
Was hast du dabei empfunden?
- ➔ Welche Gedanken kommen dir, wenn du überlegst, dass du älter wirst? Dass sich vieles in deinem Leben verändern wird?
- ➔ „Du junger Mensch, genieße deine Jugend ...“ (Prediger 11,9 HFA.NLB) Wie interpretierst du diese biblische Aufforderung für dich?
- ➔ Wie wichtig ist es dir, jung zu bleiben?
Inwiefern kann man auch jung bleiben, obwohl man alt ist bzw. älter wird?
- ➔ Warum hat man bei manchen jüngeren Menschen das Gefühl, sie sind irgendwie „alt“?
Wen kennst du andererseits, der sich, obwohl sie/er nicht mehr jung ist, eine gewisse „Frische im Kopf“ bewahrt hat?
Was macht solche Menschen aus? Überlege dazu: Was gehört zu „jung sein“/„frisch sein“?
Wie kommt man dazu, so zu sein?
- ➔ Was kannst du in der Gegenwart schon tun, um geistig jung und fit zu bleiben?
Einige Tipps findest du [hier](#). (Vergleiche sie auch mit den **NEWSTART**-Prinzipien; du wirst feststellen, dass sich vieles ähnelt.)



Warte nicht, bis du alt bist

„Denk an deinen Schöpfer, solange du jung bist. Warte damit nicht, bis du alt bist“. (Prediger 12,1 NLB)

-  Was denkst du, warum der Prediger rät, bereits in der Jugend eine Beziehung zu Gott aufzubauen? Was hat man davon?
Warum sollte man nicht warten, bis man alt ist?
-  Wie oft denkst du an deinen Schöpfer?
Was kannst du tun, um in deinem Alltag öfter an Gott zu denken?
Wie kannst du eure Beziehung intensivieren?

Wenn du Jugendliche/-r bist, lies den ganzen Text noch einmal in der Übertragung der Volxbibel:
„Hey, Kid! Ich mein jetzt alle Jugendlichen: Freu dich am Leben und hab Fun! Du kannst echt glücklich sein, solange du noch jung bist. Deshalb mach das, worauf du Bock hast. Probier dich aus!

Vergiss dabei aber bitte nicht, dass du irgendwann mal alles, was du im Leben gemacht hast, vor Gott verantworten musst.

Wenn du ständig über irgendwas genervt bist, dann leg das mal beiseite. Lass das nicht zu sehr an dich ran. Pass auf dich auf, auch auf deinen Körper. Die Zeit als Jugendlicher wird nämlich auch mal vorbei sein, und nur, weil du blond bist, wirst du auch nicht länger leben. Vergiss Gott nicht, auch wenn du noch ein Jugendlicher bist und vielleicht gerade andere Sachen im Kopf hast.“ (Prediger 11,8–12,1)

Wenn du nicht mehr ganz so jung bist, nimm dir die (gekürzte) Version aus Hoffnung für alle zu Herzen:

Wie schön ist es, am Leben zu sein und das Licht der Sonne zu sehen! Freu dich über jedes neue Jahr, das du erleben darfst!

Tu, was dein Herz dir sagt und was deinen Augen gefällt! Aber sei dir bewusst, dass Gott dich für alles zur Rechenschaft ziehen wird!

Lass dich nicht von Kummer und Sorgen beherrschen und halte allen Schmerz von dir fern!
(Prediger 11,7–10)

Für Gesprächsleiter/-innen

Einstieg ins Bibelgespräch: Jung sein – jung fühlen

Lege der Gruppe einige Sprüche über das Jungsein vor und sprecht darüber, wie ihr das seht, z. B.:

„Wir sind nicht ewig jung – aber wir können uns sehr lange jung fühlen.“

„Ich weiß, ich bin viel zu durchgeknallt für mein Alter, aber das hält mich jung.“

„Um sich jung zu fühlen, muss man etwas älter sein.“

„Du bist so jung, wie deine Zuversicht, so alt wie deine Zweifel, so jung wie deine Hoffnung, so alt wie deine Verzagtheit.“

