

Freude gehört zum Leben

Im Jahr 2026 hat der Monat Februar aus christlicher Sicht zwei Seiten: Einmal die Zeit des Faschings und einmal die Zeit des Fastens. Man könnte auch sagen: Einmal ausgelassene Freude und einmal insichgekehrt sein, eine Zeit des Nachdenkens.

Heißt das für uns, dass wir uns zwar freuen dürfen, nicht aber in der Zeit des Fastens, denn da darf es keine Freude geben? Das ganz sicher nicht, denn die Freude gehört zu unserem Leben, auch in der Fastenzeit. Es kann natürlich eine andere Form der Freude in dieser Zeit sein, denn es gibt ja verschiedene Arten. Neben der oft lärmenden Freude im Fasching gibt es auch die stille und besinnliche Freude. Und es gibt die Freude an Gott. Diese Freude wollen wir im Folgenden betrachten. Zunächst einen Ausschnitt aus einem Text **„Von der Freude an Gott – Wege zur Freude an Gott“** – von der Evangelischen Missionsschule Unterweissach: (Rems-Murr-Kreis in Baden-Württemberg)



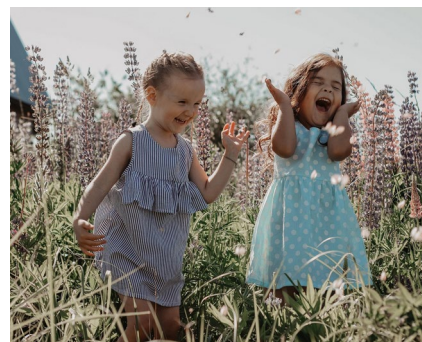
„Die Seele nährt sich von dem, woran sie sich freut.“ Mit diesem Satz bringt der Kirchenvater Augustin (354-430 n. Chr.) zum Ausdruck, was wohl jeder aus eigener Erfahrung bestätigen kann: wir leben von der Freude. Wir brauchen Freude so nötig wie das tägliche Brot. Das wird uns schmerzlich bewusst, wenn sie uns verloren geht. Längere Zeit ohne Freude leben und glauben zu müssen, zermürbt einen und ist anstrengend. Was vorher leicht von der Hand ging, geht jetzt nur noch mühsam. Manchmal geht gar nichts mehr, einfach weil die Kraft der Freude fehlt. Auch diese Erfahrung dürfte wohl keinem ganz fremd sein. Wir brauchen sie, und haben sie doch nicht als sicheren Besitz

gepachtet - die Freude. Was von der Freude überhaupt gilt, gilt erst recht für die Freude an Gott. Glaube könnte umschrieben werden mit „aus der Freude an Gott leben“. Dietrich Bonhoeffer hat in einem lesenswerten Brief vom 14. Februar 1939 die wichtige Rolle der Freude für den Glauben in eindringlichen Worten herausgestellt: „Das erste, was uns die Schrift über die Freude sagt, lässt sich zusammenfassen in dem Liedanfang: „Jesu, meine Freude ...“. Das ist der Grundton der biblischen Verkündigung von der Geburt Christi, vom Anbruch des Reiches Gottes in der Gemeinschaft Jesu mit seinen Jüngern, von seiner Auferstehung und Himmelfahrt. Gott will uns durch Jesus Christus froh machen. Er will uns nicht bedrücken, uns nicht Probleme aufgeben, er will uns nicht vor unlösbare Aufgaben stellen, sondern er will, dass wir uns an Jesus Christus und an seiner Herrschaft freuen. Das gehört wieder zu den einfachsten Dingen, die wir über den schwierigen gern vergessen, dass wir uns an Jesus Christus freuen lernen wie die Kinder.“ Soweit der Text aus: „Evangelische Missionsschule Unterweissach.“

Wenn wir die Welt, so wie sie sich uns heute darstellt, betrachten, dann kann uns die Freude allerdings schon vergehen. Darum dürfen wir nicht nach- oder aufgeben und uns von jeder schlechten oder gar schrecklichen Nachricht unterkriegen lassen. Denn Freude gehört doch zu unserem Leben. Wir haben es oben ja schon gehört.

Wer möchte sich also nicht freuen können oder nicht freuen dürfen? Wer von uns möchte nicht Freude erfahren und auch Freude verbreiten? Wer möchte nicht alles Beklemmende ablegen, frei werden von allen Zwängen, von lästigen Pflichten und quälenden Gedanken. Wer möchte nicht frei werden von Sorgen und Ängsten, frei von der Angst vor Krankheiten, vor dem Alter oder gar vor dem Tod? Sich freuen können, das heißt doch aufatmen, sich selber loslassen, mit den Anderen lachen und natürlich auch die Freude mit Anderen teilen,

denn Freude gehört zum Menschsein wie das Atmen. Meist sind es kleine Dinge, die Freude in uns auslösen und es braucht oft nicht einmal viel dazu. In einer solchen Freude erahnen wir, was es bedeutet in einer heilen Welt zu leben. Doch ist es halt nicht so, dass wir zur Zeit in einer heilen Welt leben. Die Widersprüche, mit denen wir leben, meist auch leben müssen, sind zu groß. Wer kann sich schon so grenzenlos freuen, wenn er den Zustand der Welt betrachtet? Auch wenn wir einen Tag voll wirklicher Freude erleben dürfen, spätestens bei den Abendnachrichten bekommen wir wieder einen Dämpfer. Freude wird durch diese Nachrichten nur ganz selten verbreitet, eher hören und erleben wir eine traurige Wahrheit. Zwar haben wir in unserem Land in allen Bereichen unseres Lebens riesige Fortschritte gemacht, wir haben einen Wohlstand erreicht, von dem frühere Generationen nur träumen konnten, aber glücklicher, zufriedener und froher sind wir nicht geworden. Überall auf der Welt gibt es auch heute noch Hass, gibt es Feindschaft, Krieg, Lüge und Selbstsucht. Es gibt Habgier, die so weit geht, dass Andere rücksichtslos in die Armut getrieben werden. Und auch in unserer kleinen Welt, in unseren Familien und selbst in unseren Pfarrgemeinden gibt es Spannungen, Verdächtigungen und Misstrauen. Es gibt Benachteiligung, Verleumdung, es gibt auf diesem Gebiet nichts, was es nicht gibt. Da kann man bei all dem, was auf einem einstürzt, was einem bedrängt, mutlos werden und die Frage drängt sich auf: Wozu das eigentlich? Ist nicht alles, was man anpackt sinnlos, ist nicht das ganze Leben sinnlos? Ganz sicher nicht! Nein, das Leben ist nicht sinnlos! Es lohnt sich zu leben. Neben all den Sorgen und Plagen dürfen wir uns trotz allem über das Leben freuen. Hören wir doch mal was Paulus dazu sagt:



*sich freuen wie die Kinder
können wir das noch?*

Lesung aus dem Brief des Apostels Paulus an die Philipper (Phil 4,4-9)

Schwestern und Brüder!

Freut euch im Herrn zu jeder Zeit! Noch einmal sage ich: Freut euch! Eure Güte werde allen Menschen bekannt. Der Herr ist nahe. Sorgt euch um nichts, sondern bringt in jeder Lage betend und flehend eure Bitten mit Dank vor Gott! Und der Friede Gottes, der alles Verstehen übersteigt, wird eure Herzen und eure Gedanken in Christus Jesus bewahren. Schließlich, Schwestern und Brüder: Was immer wahrhaft, edel, recht, was lauter, liebenswert, ansprechend ist, was Tugend heißt und lobenswert ist, darauf seid bedacht! Was ihr gelernt und angenommen, gehört und an mir gesehen habt, das tut! Und der Gott des Friedens wird mit euch sein.

Einige Gedanken zur Lesung:

Es ist noch nicht lange her, da haben wir miteinander Weihnachten gefeiert. Auch da hörten wir von der großen Freude, die die Engel über die Geburt Jesu verkündet haben. Wir durften und wir dürfen auch jetzt noch mit einstimmen in diese große Freude. Ein Zeichen dafür sind die Geschenke, mit denen wir Andere an diesem Fest erfreuen. Bewahren wir uns die Freude, nicht nur an Weihnachten, sondern durch das ganze Jahr hindurch, so wie wir in der Lesung hören: „Freut euch zu jeder Zeit! Noch einmal sage ich euch: Freut euch!“

Mit sehr viel Nachdruck empfiehlt uns Paulus in dieser Lesung die Freude. Sie muss eure Grundstimmung sein, euer ständiges Lebensgefühl. Das hat er uns geschrieben, und er war dabei nicht gerade in einer guten Verfassung. Er hätte, als er das schrieb, Grund gehabt zu verzweifeln. Denn er war zu dieser Zeit im Gefängnis. Und die es zuerst gehört und gelesen haben, waren eine geächtete, verfolgte Minderheit. Und trotzdem, ob verfolgt oder nicht, ob im



*Große Freude
bei Mutter und Kind*



Gefängnis oder in Freiheit, Paulus hat unbeirrt Freude verbreitet. „*Freut euch, noch einmal sage ich euch: Freut euch*“, denn alles was wir hören, was wir sehen und was wir erleben ist doch nur die halbe Wahrheit. Vergessen wir dabei nicht, dass es Gott gibt. Seit Jesus Christus wissen wir, dass er auf uns wartet. Noch sind wir unterwegs zu ihm, der uns ein Zuhause bereitet. Auch wenn der Weg steinig ist, wenn wir ihn manchmal aus den Augen verlieren und wir ihn mühsam und mit vielen Umwegen erst wieder

„*eine kleine irdische Freude*“
die Natur erwacht

finden müssen, wir ahnen, dass dieser Gott, der auf uns wartet, der Einzige ist, der uns kennt und uns befreien kann von unserer Last und Schuld. Er ist es, der uns trotz unserer Niedergeschlagenheit hoffen lässt, und der diese Hoffnung nicht enttäuscht. Er ist es, der all unser Leid in Freude verwandelt. Die Freude, sagt Paulus, befreit zum Guten. Wir brauchen nicht mehr Böses mit Bösem vergelten, wir können verzeihen und immer wieder neu anfangen. „*Freut euch im Herrn zu jeder Zeit! Noch einmal sage ich euch: Freut euch! Eure Güte werde allen Menschen bekannt. Der Herr ist nahe. Sorgt euch um nichts, sondern bringt in jeder Lage betend und flehend eure Bitten mit Dank vor Gott. Und der Friede Gottes, der alles Verstehen übersteigt, wird eure Herzen und eure Gedanken in der Gemeinschaft mit Christus Jesus bewahren.*“

Gebet um Freude: Gott, ich bitte dich um Freude, nicht um die große himmlische, sondern um die kleine irdische Freude, die mein Herz beschwingt, mich froh und heiter macht, mich lachen und singen lässt. Gib mir menschliche Freude! Um eine Freude bitte ich dich, Gott, die mir ein Lächeln schenkt für mich selbst, wenn ich mich so bitter ernst nehme, ein gutes Lächeln für die Anderen, die mir gut und die mir böse sind, die mir „vorgesetzt“ und die mir „unterstellt“ sind. Gib mir eine Freude, die Ärger und Zorn besiegt! Um eine Freude bitte ich dich, Gott, die um sich greift und die Traurigkeit erhellt, die Schwermut durchdringt, den Stumpfsinn verjagt, Starrheit löst und die Traurigkeit erhellt. Gib mir befreiende Freude! Gott, als Jesus Mensch wurde, hast du allen Menschen große Freude zugesagt. Lass mich froh sein darüber, dass ich als Mensch vor dir leben darf, dass ich anderen Menschen zur Seite stehen kann, dass du Mensch unter Menschen geworden bist.

(Autor unbekannt; Werkmappe Jugend-Gottesdienste, Innsbruck)

Fürbitten: (Forum älterwerden der Erzdiözese Freiburg e.V.)

Guter Gott, Du hast uns versprochen, dass unsere Freude vollkommen werde. Im Vertrauen auf dein Wort tragen wir unsere Bitten vor:

Herr, lass uns bescheiden werden, damit wir uns auch an kleinen Dingen freuen können.

Guter Gott: Wir bitten dich, erhöre uns.

Geteilte Freude ist doppelte Freude, darum bitten wir, gib uns die Gelegenheit, unsere Freude mit Anderen zu teilen. Guter Gott:

Herr, wie wir um unser tägliches Brot bitten, so bitten wir auch, gib uns unsere tägliche Freude, damit wir an unserem Leben nicht verzweifeln. Guter Gott:

Herr hilf uns, damit wir dich in der Freude nicht vergessen, sondern dir dafür danken.

Guter Gott:

Herr, wir bitten dich, dass wir die Natur, die uns erfreut, nicht zerstören. Guter Gott:..

Herr, wir bitten dich, lass uns in der Gemeinschaft mit Anderen Freude erfahren. Guter Gott:

Herr Jesus Christus, du hast uns zur Freude berufen. Wir bitten dich, hilf uns zu erkennen, wo wir in unserem Leben achtlos an der Freude vorbeigehen. Du hast uns versprochen, dass deine Freude in uns sein wird. Wenn wir dann die Freude in unserem Leben entdecken, entdecken wir immer auch dich, unseren Herrn Jesus Christus. Amen.

Wir wollen beten: (Diözese Linz)

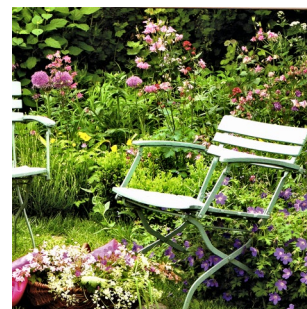
Herr, Jesus Christus, du willst uns allen Freude schenken an der Welt. Lass alle Menschen

erkennen und teilhaben an der Freude, die du schenkst. Sei denen nahe, die sich nicht mehr freuen können. Lass uns in den Kleinigkeiten deine Freude erkennen und schenke uns Menschen immer wieder frohe Tage. Amen. (*Ferdinand Aichinger*)

Diözese Linz (*Romuald (952 - 1027)*)

Gott hat den Menschen nicht zum Elend und zur Qual geschaffen, sondern zur Freude, aber zu einer Freude, die aus christlicher Gesinnung und Tugend quillt.

„Vater unser“ (*mit Wörtern der Freude*) Vater unser, der du bist in der Freude, freundlich bleibe dein Name. Deine Freude erfülle uns. Deine Frohbotschaft verwirkliche sich im Himmel und auf Erden. Unsere tägliche Freude gib uns heute und vergib unseren Missmut, wie auch wir vergeben den Missgelaunten. Bewahre uns vor Verzweiflung und erlöse uns zur ewigen Freude. Amen.
dürfen



*Welche eine Freude
hier ausruhen zu*

Im Psalm 30, 12-13 heißt es: „Du hast mir meine Klage verwandelt in einen Reigen, mir das Trauerkleid ausgezogen und mich mit Freude gegürtet, dass mein Herz dir lobsinge und nicht stille schweige. Herr, mein Gott, ich will dir danken in Ewigkeit.“

Schlussgedanken:

Für den nüchternen Betrachter dieser heutigen Welt scheint es keinen Grund zur Freude zu geben. Die Sorgen der Menschen werden immer größer, die Wirtschaft scheint nicht recht in „Schwung“ zu kommen und die Armut unter der Bevölkerung nimmt ebenfalls zu. Naturkatastrophen und vor Allem die schrecklichen Kriege werden immer mehr zu einer nicht mehr beherrschbaren Katastrophe. Wo bleibt bei all diesen negativen Ereignissen die Freude? Das ist eine berechtigte Frage, die uns im Grunde nur Christus selbst beantworten kann. *Denn er ist die Freude!* Und er schenkt uns diese Freude, wenn wir an ihn glauben und uns auf ihn einlassen. In all dem Durcheinander, das wir gerade jetzt erleben, dürfen und sollen wir uns an Paulus orientieren. In der obigen Lesung (*Phil 4,4-9*) haben wir es gehört: *„Freut euch im Herrn zu jeder Zeit! Noch einmal sage ich: Freut euch! Eure Güte werde allen Menschen bekannt. Der Herr ist nahe. Sorgt euch um nichts, sondern bringt in jeder Lage betend und flehend eure Bitten mit Dank vor Gott! Und der Friede Gottes, der alles Verstehen übersteigt, wird eure Herzen und eure Gedanken in Christus Jesus bewahren.“* Wenn wir uns an dem, was Paulus sagt, orientieren, dann können wir auch beten: *„Sei mir ein sicherer Schutz, zu dem ich allzeit kommen darf. Du hast mir versprochen zu helfen, denn du bist mein Fels und meine Burg.“* (*Psalms 71, 3*)

Segen:

Mögen aus jedem Samen, den Du säst, wunderschöne Blumen werden, auf dass sich die Farben der Blüten in Deinen Augen spiegeln und sie Dir ein Lächeln auf Dein Gesicht zaubern. (*Irischer Segenswunsch*)

**Es segne Sie und Ihre Familie der allmächtige Gott,
der Vater, der Sohn und der Heilige Geist**

Peter Weber