



„**Freut euch**“ – lateinisch ‚Gaudete‘ – ist das Motto des dritten Adventssonntags. *„Freut euch im Herrn zu jeder Zeit! Ich sage es noch einmal: Freut euch!“* So steht es im Brief an die Philipper. Auf dem Adventskranz zünden wir heute die rosa Kerze an.

*„Ich fühle mich wie nach einem Lotteriegewinn und möchte die ganze Welt umarmen!“ – „Ich platze vor Freude!“* So ungefähr versuchen wir das Gefühl unendlicher Freude auszudrücken, das ein Ereignis mit sich bringt. Es ist ein Gefühl, das einen über dem Boden schweben lässt, das „Schmetterlinge im Bauch“ erzeugt.

In der Heiligen Schrift wird oft von Freude gesprochen. Wir finden mehr als 200 Stellen im Alten Testament und über 100 im Neuen Testament. Die Heilige Schrift stellt die Freude Gottes als eine Quelle

der Kraft dar (*„..., denn die Freude am Herrn muss eure Stärke sein!“*, Neh 8,10b), die es einem ermöglicht, auch in unangenehmen Situationen sein inneres Gleichgewicht zu bewahren. Man sagt, Freude ist die Frucht des Heiligen Geistes.

Auch der Dienst am Nächsten kann dem Dienenden Freude bereiten, denn Freude ist unglaublich ansteckend. Ein asiatisches Sprichwort sagt: *„Tausende von Kerzen können von der Flamme einer Kerze entzündet werden, ohne dass ihr Licht schwächer wird, und die Freude nimmt nicht ab, wenn sie geteilt wird.“*

Wenn wir glücklich sind, werden wir hell und strahlend und öffnen uns der Welt. Es ist wie ein inneres Licht. Schauen Sie sich eine Person an, die glücklich ist. Sie strahlt förmlich! Etwas in ihrem Inneren öffnet sich und strahlt nach außen. Es befreit sie und so überschreitet sie ihre inneren Grenzen nach außen. Sie ist dann oft wie verwandelt – einfach anders als sonst!

Und wann waren Sie das letzte Mal so richtig voll Freude, haben aus tiefstem Herzen gelacht oder waren „auf Wolke sieben“? Wann haben Sie zuletzt einen besonderen Moment erlebt, der nicht alltäglich ist und in dem Sie über dem Boden zu schweben schienen?

Wer Visionen hat, ist in der Regel glücklich, heißt es. Und aufgrund dieses Glücks ist man voll motiviert - und dieser Zustand hat nichts mit dem Alter zu tun. Aber ist es immer etwas Großes oder Besonderes, das uns Glücksmomente erleben lässt? Oder können es auch kleine, alltägliche Freuden sein, die unser Herz bewegen?

Menschen im Überfluss werden müde und abgestumpft, sie erkennen die Freude nicht mehr, sie geht verloren und zurück bleibt nur Leere. Deshalb ist oder wäre es gut wenn es Grenzen gibt, auch Grenzen des Wachstums und des Einkommens. In der Natur wachsen Bäume auch nicht in den Himmel. Es gibt eine „natürliche“ Beschränkung und diese ermöglicht auch anderen das Wachstum und das Leben. In unserem Wirtschaftsdenken gibt es hingegen keine Grenze nach oben, was zum Nachteil für viele Menschen und der Ausbeutung der Ressourcen unseres Planeten führt. Erst wenn wir Beschränkungen fühlen, merken wir die Erleichterung, wenn diese weniger werden oder gar fallen. Die Jahreszeiten mit Advent und Fastenzeit würden uns daran noch erinnern.

Papst Franziskus ermahnt uns, das Evangelium mit Freude in die Welt zu tragen. Wie können wir das tun, wenn uns das Lachen, die Liebe, die Begeisterung abhanden gekommen sind? Wenn die geschäftlichen Aktivitäten oder die Sorgen des Alltags keine oder nur begrenzte Möglichkeiten bieten, unserer Freude Ausdruck zu verleihen? Oft ist die Sonntagsmesse zu einem wöchentlichen Ritual geworden, ohne neue und erfrischende Inspiration oder gar Freude zu geben. Und das tägliche kleine Gebet, dieses Gespräch mit Gott, ist vielleicht schon lange in den Hintergrund gerückt oder gar vergessen.

Der dritte Adventssonntag sollte uns wieder an die Freude erinnern und könnte sie uns zurückbringen. Wir werden da an die Verheißung Gottes erinnert, die in Jesus Wirklichkeit wurde. Die Freude ist eigentlich göttlichen Ursprungs und das Christentum ist seinem Selbstverständnis nach eine Religion der Freude. „*Christus ist die Freude*“, sagte Papst Paul VI. einmal.

„Aber wo ist diese Freude hin?“, müssen wir uns fragen. Wo ist diese ansteckende Freude, die einlädt, fördert und motiviert? Wo ist dieser „Zündfunke“ hin, der Menschen jeden Alters anspricht? Der Selige Franziskus Jordan hat in einem seiner Kapitelansprachen nicht umsonst gesagt: *“Wer nicht brennt, der entzündet nicht!”*

Es ist an der Zeit, unsere Freude wiederzuentdecken und in unserem Glauben die Begeisterung wieder zu entfesseln. Gott liebt uns, er will bei uns und mit uns sein, in unserem Leben und mit unseren Sorgen. Der Glaube und die Nähe zu Gott ist ein Geschenk, das jedem auf seine Weise gegeben ist, aber nicht jeder ist bereit, ihn zu schätzen oder damit umzugehen. Diejenigen, die es erkannt und erlebt haben, sollten ihre Freude zum Ausdruck bringen, uns sie jeden Tag mit anderen teilen.

Lasst uns andere in unserer Umgebung mit Freude anstecken.



**„Freut euch - immer!“ – HALLELUJAH**

