

„Seid allezeit fröhlich, betet ohne Unterlass.“ 1. Thessal. 5,16f

Unvorstellbar, unrealistisch, das schafft doch keiner. Allezeit sich freuen, mit einem Lächeln auf dem Gesicht den Tag verbringen, allezeit Freude ausstrahlen. Wie ist es, wenn Probleme auftauchen, wenn es mir nicht gut geht, wenn ich Schmerzen habe, wenn ich einfach nicht mehr kann und will? Ein gutgemeinter Satz, der Mut zusprechen will, aber falsch verstanden, die Belastung noch verstärkt und den letzten Funken der Lebensfreude ausbläst.

Beschäftigen wir uns mit dem Schreiber: Paulus war ein studierter Mann. Er forschte in den heiligen Schriften. Viele Fragen bezüglich Gott, Schöpfung, Zukunft bewegten ihn. Paulus ging nicht mit geschlossenen Augen durch das Leben. Not, Krankheit, Verfolgung erduldet er. An seine physischen und psychischen Grenzen kam er oft. Selbst Christen bereiteten ihm viel Kummer.

*Kann man immer fröhlich sein?* Mir gelingt es nicht immer. Darum geht es auch nicht. Paulus weiß, dass man sich nicht zur Freude zwingen kann. Aber was meint denn Paulus mit diesem tollen Satz? Ein Beispiel: Auf einer Dienstreise nach Damaskus begegnet ihm Christus mit der Frage: *Saul, Saul was verfolgst mich? Ich bin Christus, den du verfolgst!* Durch diese Begegnung mit Jesus wurde sein Leben total verändert. Ab jetzt lebt er den neuen Glauben aus. Dieser Glaube ist für ihn keine Religion, sondern Gemeinschaft, Beziehung mit Gott. Er weiß sich geliebt, er weiß sich von Gott

angenommen, in Gott geborgen, von Gott geführt. Eine ganz neue Lebensfreude erfüllt sein Herz. Sie hängt nicht von der Situation ab, sondern von der Bereitschaft, sich von Gott beschenken zu lassen. Diese Erfahrung hat er gemacht. Diese Erfahrung machen heute noch viele Christen. In guten wie in schweren Tagen suchen sie das Gespräch mit Jesus. Das ist keine Angewohnheit, sondern ein Herzensanliegen. Sie fühlen sich wohl bei ihm. Sie wissen sich verstanden und angenommen. Bei Jesus sind sie an der richtigen Adresse. Jemand hat gesagt: *„Nehmt die Kraft Jesu Christi in Anspruch, denn er erfreut sich bester Gesundheit.“* Die Freude im Herrn ist der beste Lebensbegleiter.

Darum geht es auch im Gebet: *Jesus mit Seiner Kraft zu beanspruchen.* Er ist immer für uns da. Das Gespräch mit ihm beeinflusst das Leben positiv. Mit Jesus im Herzen kann ich fröhlich meinen Weg gehen. Sorgen und Entscheidungen bespreche ich mit ihm.

Die Freude und das Gebet sind wie Zwillinge - sie gehören zusammen. Freude führt zum Gebet. Gebet schenkt und stärkt die Freude. Freude und Gebet können uns den ganzen Tag über begleiten. Eine körperliche Haltung oder ein bestimmter Raum sind nicht erforderlich. In der S-Bahn, im Bus, beim Warten auf das Essen können wir beten. Beten und Freude sind eine Lebenshaltung. Mit Jesus ist das möglich. Das Leben gewinnt an Farbe!

**AMEN**

**S. E. Glaw**