Mitten aus dem Leben

Echte Lebensfreude entdecken

Langfristig glücklich sein
Quelle: Unsplash/ Thiago Cerqueira

Ein rauschendes Fest, ein exotischer Urlaub, ein Erlebnis in der Natur – es sind Momente, in denen das Leben Freude macht. Doch gibt es Lebensfreude, die tiefer geht und länger anhält?

Die Freude am Leben kommt bei einem feinen Essen mit tollen Freunden. Wenn wir uns freuen über einen schönen Film, Tränen lachen nach einer lustigen Geschichte, unbeschwerten Kindern beim Spielen zuschauen, den weiten Blick übers Meer oder übers Tal vom Gipfel eines Berges geniessen. Lebensfreude kann sein, eine Prüfung bestanden, eine Krankheit überstanden zu haben. «Für mich ist es guter Sex», sagt einer. Für andere ist es der Nervenkitzel beim Sprung in die Tiefe.

Wenn man Freude festhalten könnte

Manche spüren Freude, wenn sie nach einer langen Reise heimkommen, hineintreten aus Regen und Kälte in die warme Stube, um sich wohlig in die Polster zu kuscheln. Wir möchten die Freude festhalten. Wenigstens für einen Moment, bevor Sorgen sie wieder trüben können. Plötzlich kriecht die Angst in uns hoch vor dem Morgen. Der Schmerz meldet sich zurück. Die Gedanken werden schwer angesichts neuer Herausforderungen.

Freuden eines guten Lebens

Gibt es Lebensfreude, die länger anhält als einen Moment und die tiefer geht? Ja. Denken wir an eine gute Beziehung, die auch in schwierigen Momenten trägt. Oder an eine Arbeit, die mehr als ein Job ist. Eine Aufgabe, die wir mit Herzblut anpacken. Vielleicht dürfen wir in Umständen leben, die alle unsere Grundbedürfnisse decken: ein Heim, in dem es uns wohl ist, Menschen in unserem Umfeld, mit denen wir gerne leben, Gesundheit und materielle Sicherheit.

Aber, Hand aufs Herz: Ist das Lebensfreude? Vielleicht mehr eine Grundzufriedenheit. Tatsache ist, dass bei den wenigsten Menschen alle diese Umstände stimmen. Wohl hat jemand vielleicht genug Geld, leidet aber an einer Krankheit. Mag sein, dass jemand Erfolg im Beruf hat, aber die Beziehungen sind kaputt. Ist das dann noch Lebensfreude, die anhält?

Lebensfreude aus dem Jenseits

Es gibt Menschen, bei denen vieles im Leben schief gelaufen ist. Und dennoch spürt man ihre Freude. Wie das? Ihre Freude ist unabhängig von äusseren Umständen. Es ist wie ein Geheimnis. Es ist die Freude, die Gott ihnen schenkt. Es geht um den Glauben, der dies bewirkt. Um die Beziehung, die wir Menschen zu unserem Schöpfer aufbauen können, indem wir uns ihm zuwenden.

«Wissen Sie», sagt mir ein junger Mann, «erklären kann man das nicht. Man muss es selbst erleben!» – Wie das alles denn angefangen habe, frage ich zurück. «Ich begann in der Bibel zu lesen. Und ich fing an, mit Gott zu reden», berichtet der Polymechaniker und meint das Gebet. Mit der Zeit sei ihm klar geworden, dass es um Jesus gehe. «Er kam als Sohn Gottes auf die Welt, starb am Kreuz für unsere Schuld und unseren Egoismus», sagt der junge Mann. Diese Schuld die uns von Gott trenne, sei eigentlich unser Problem, warum wir nicht tiefere Lebensfreude erfahren würden.

Von Freude ganz erfüllt

Also: Beziehung zu Gott. Vergebung. Freude. Aber wie geht das praktisch? Wenn wir in einem einfachen Gebet Jesus bitten, dass er uns die Schuld vergibt, sind wir mit Gott versöhnt und kommen in eine Beziehung zu ihm. Das ist eigentlich die Hauptbotschaft der Bibel. Die Versöhnung mit Gott bringt anhaltende Lebensfreude trotz aller Umstände. Dies bewirkt der Geist von Gott, der ins Leben aller Menschen kommt, die auf ihn vertrauen. Jesus sagte zu seinen Nachfolgern: «Das alles sage ich euch, damit meine Freude euch ganz erfüllt und eure Freude dadurch vollkommen wird.»

Dieser Artikel erschien im Februar 2009 bei Livenet.

Zum Thema:
Den Glauben kennenlernen
Bibel-Impulse:Die Frucht des Geistes: Freude
Oft gehört, neu verstanden: Freude – Lebenselixier der Christen
Ein Haus mit Atmosphäre: Lebensfreude bis ins hohe Alter

Datum: 08.08.2024
Autor: Fritz Herrli
Quelle: Jesus.ch

Tags
Leben als Christ
Glaube
Ratgeber