

Freude und Friede

Beni hat vor einer Woche über die Freude gesprochen. Freude ist ein grosses Thema in der Weihnachtsgeschichte. Elisabeth war hocherfreut, als sie von der schwangeren Maria besucht wurde. Und Maria jubelt daraufhin vor Freude über Gott, dem fröhlichsten Wesen des Universums, wie Beni es vor einer Woche sagte. Die Engel verkündeten den Hirten eine grosse Freude: Jesus der Retter ist da. Und dieser Retter will uns Frieden schenken. Genau darum geht es heute. Beni hat auch erwähnt, dass unser Gehirn fast fünfmal länger braucht, um positive Gefühle zu speichern als negative. Deshalb ist es so wichtig, dass wir uns mit Positivem, mit Hoffnung, Freude, Friede und Liebe beschäftigen. Das wollen wir auch heute Morgen tun. Freude und Friede unterscheiden sich mit nur einem Buchstaben und sind sich auch sonst sehr nahe. Wo Friede ist, ist auch Freude. Echte Freude ist immer friedvoll, sonst ist es Schadenfreude.

Gestern vor einer Woche machten meine Frau, meine Tochter und ich den Wocheneinkauf mit Selfscanning. Wir hatten bis ca. 11.00 Uhr Zeit. Dann kamen unsere Söhne vom Üben fürs Krippenspiel nach Hause und sollten nicht vor verschlossenen Türen stehen. Doch es gab ein Problem an der Kasse. Ich versuchte ruhig zu bleiben, während die netten Angestellten das Problem zu lösen versuchten. Aber es ging nicht anders, wir mussten den ganzen Wocheneinkauf nochmals scannen. Und es war schon bald 11.00 Uhr. Mein innerer Friede war dahin. Als wir nach Hause kamen waren unsere Jungs schon da und hatten Gott sei Dank noch ihren Frieden. So schnell wird der innere Frieden getrübt.

Was ist Friede für dich?

Um diese Frage zu klären, kommen wir zu einer zweiten Art, wie man biblische Wahrheiten vertiefen kann. Man kann daraus einen Leistenvers, mit Fremdwort Akrostichon machen. In der hebräischen Bibel kommen viele Akrosticha vor. Dazu nehmen wir die Buchstaben von FRIEDE und überlegen uns zu jedem Anfangsbuchstaben passende Begriffe oder Sätze. Wer hat einen passenden Begriff, der mit F-R-I-E-D-E beginnt?

Was sagt die Bibel zu Friede?

Friede ist ein zentraler Begriff der Bibel. Als Gott das Universum schuf, herrschte Schalom, ein vollkommener Friede. Doch dann hat Satan Unfrieden gesät und diesen Unfrieden sähen und ernten wir noch leider noch heute. Aber Gott hat uns Menschen immer wieder seinen Frieden, seinen Schalom geschenkt. Gottes Bündnisse mit Noah, Abraham und Mose waren immer auch Friedensbündnisse. Mit Jesus machte Gott der ganzen Menschheit ein Friedensangebot. Gott will durch Jesus mit der ganzen Menschheit Frieden schliessen. Jesus wird in Jesaja 9, 5&6 schon so angekündigt: **«Denn uns ist ein Kind geboren! Ein Sohn ist uns geschenkt! Er wird die Herrschaft übernehmen. Man nennt ihn Wunderbarer Ratgeber, Starker Gott, Ewiger Vater, Friedensfürst. Er wird seine Herrschaft weit ausdehnen und dauerhaften Frieden bringen.»** Als Jesus geboren wurde, singen die Engel: **»Ehre sei Gott im Himmel! Denn er bringt der Welt Frieden und wendet sich den Menschen in Liebe zu.« (Lukas 2,14).** Das Leben von Jesus zeigt, dass er nicht Weltfrieden schuf. Aber er will uns einen Frieden schenken, der nicht von äusseren Umständen abhängt.

Doch was beinhaltet dieser Friede? Darüber könnte man problemlos eine ganze Predigtreihe halten. Ich fokussiere mich heute auf den inneren Frieden. Denn diesen können wir besser beeinflussen als den Weltfrieden. Und das schauen wir uns am Akrostichon zu SCHALOM an.

Die drei Buchstaben SCH gehören zusammen und bilden einen Laut. Diese Dreieinheit erinnerte mich an den wichtigsten Tipp von Jesus: **Liebe Gott von ganzem Herzen, mit ganzer Hingabe und mit deinem ganzen Verstand und deine Nächsten wie dich selbst. Matthäus 22,37–39** Friede und Liebe sind sehr nahe Begriffe und Beni wird am nächsten Sonntag noch mehr zum Thema Liebe sagen. Wer jemanden liebt, versucht in Frieden mit ihm zu leben. Und Schalom bedeutet Frieden mit uns selbst, den Nächsten und unserem Heiland Jesus.

Selbstliebe: Friede mit uns zu schliessen bedeutet, uns selbst zu lieben. Uns selbst zu lieben bedeutet, Friede mit uns zu schliessen. Immer wieder: Friede mit unserem Alter, Aussehen, Können, der aktuellen Lebenssituation, ja mit unserem ganzen Leben. Weshalb können und sollen wir uns lieben und Frieden mit uns schliessen? Weil Gott uns so liebt, wie wir sind. Er möchte uns seinen Schalom schenken. Jesus sagt in **Johannes 14,27: «Ich gebe euch meinen Frieden – einen Frieden, wie ihn die Welt nicht geben kann.»** und in **Matthäus 11,28 «Kommt alle her zu mir, die ihr euch abmüht und unter eurer Last leidet! Ich werde euch Ruhe (oder Frieden) geben.»** Selbstliebe bedeutet auch, sich und seine Bedürfnisse besser kennenzulernen. Wenn wir wissen, was wir brauchen und was uns wichtig ist, können wir besser Entscheidungen treffen, die uns Frieden bringen. Ich weiss, dass ich relativ viel Schlaf brauche. Damit ich einigermaßen friedlich bin, muss ich genügend schlafen. Wenn zu wenig schlafe, bin ich schneller gereizt.

Caritas = Nächstenliebe: Bei der Nächstenliebe geht es darum, im Frieden mit dem Nächsten zu leben. Jesus sagt dazu in **Matthäus 5,9: «Glücklich sind, die Frieden stiften, denn Gott wird sie seine Kinder nennen.»** Frieden stiften bedeutet auch, andern immer wieder zu vergeben. Denn auch wir haben immer wieder

Vergebung nötig. Frieden mit anderen zu schliessen, bedeutet oft, Frieden mit der Andersartigkeit der andern zu schliessen. Denn oft stresst uns, dass andere nicht gleich denken, fühlen, reden und handeln wie wir. Und dann regen wir uns manchmal über die kleinsten Andersartigkeiten auf. Damit wir uns nicht über die Andersartigkeit der Nächsten ärgern, müssen wir sie besser kennenzulernen. Weshalb fühlen, reden und handeln sie so? Wenn wir wissen, was unseren Familienangehörigen oder ArbeitskollegInnen wichtig ist, können wir besser Entscheidungen treffen, die ihnen oder im besten Fall allen Frieden bringen. Ich bin ja eher der spontane und kurzfristige Typ. Mir kommen auch oft kurz vor einem Anlass die besten Ideen in den Sinn. Da ich aber weiss, dass verschiedene Menschen um mich herum Dinge lieber frühzeitig regeln, versuche ich mich anzupassen und früher zu planen. Damit möglichst alle den Frieden darüber haben.

Heilandsliebe: Heiland ist eine andere Bezeichnung für Jesus, der uns durch seinen Frieden heil machen will. Paulus schreibt im **2. Korinther 5,19**: **«Gott ist durch Jesus selbst in diese Welt gekommen und hat Frieden mit ihr geschlossen, indem er den Menschen ihre Verfehlungen nicht länger anrechnet.»** Gott hat also durch Jesus Frieden mit uns geschlossen. Vielleicht müssen wir Frieden mit Gott schliessen, bevor wir ihn lieben können. Vielleicht gibt es Erlebnisse, die wir Gott noch nicht ganz verzeihen konnten. Da ist es wichtig, dass wir solche Erlebnisse zu Gott bringen. Er versteht uns und ermutigt uns, Frieden mit ihm zu schliessen. Er wartet geduldig mit offenen Armen auf uns. Gott immer mehr zu lieben und ihm immer ähnlicher zu werden nennt die Bibel Heiligung, also auch ein H-Wort.

Achtsamkeit: Den Frieden achten und auf ihn Acht geben. Paulus sagt dazu in **Kolosser 3,15**: **«Der Friede, den Christus schenkt, soll euer ganzes Leben bestimmen.»** Welche Gedanken und Gefühle gehen uns gerade durch den Kopf? Weshalb? Wenn wir unsere Gedanken und Gefühle wahrnehmen, verstehen und kontrollieren, dann werden daraus Worte oder Taten, die dem Frieden dienen. Gerade in der Weihnachtszeit stressen wir uns selbst mit hohen Ansprüchen an Geschenke, Weihnachtskarten, Deko, Weihnachtsessen und trüben dadurch unseren inneren Frieden. Wir können uns immer wieder fragen: Dient das, was wir sagen, schreiben oder tun wollen, dem Frieden mit mir, den Nächsten und Gott? Und wir dürfen Gott immer wieder um Weisheit und Frieden bitten. In Kooperation mit ihm, können wir immer wieder Frieden finden.

Leichtigkeit: Friede versprüht Leichtigkeit und Jesus verspricht uns in **Matthäus 11,30**: **«Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir, denn ich bin sanft und von Herzen demütig. So werdet ihr Frieden finden. Denn mein Joch ist sanft, und meine Last ist leicht.»** Das singen wir auch im Lied *The Table: Your Yoke is easy, your burden light*. Herausforderungen ernst und dennoch auf die leichte Schulter zu nehmen, hilft den inneren Frieden zu bewahren. Wenn ich bspw. Aufgaben oder Kritik zu schwernehme, dann trüben sie meinen inneren Frieden und drohen mich zu lähmen. Da möchte ich eine göttliche Leichtigkeit lernen.

Offenheit: Gott hat sich durch Jesus geoffenbart, er hat durch Jesus gezeigt, wie er ist. Er ist immer offen für uns Menschen. Wie sieht es mit unserer Offenheit aus? Gegenüber der Andersartigkeit von Menschen, Situationen und Gott? Manchmal haben wir sehr klare Vorstellungen davon, wie ein Mensch, eine Situation oder Gott sein müsste. Vielleicht malen wir uns das in den schönsten Farben aus. Wenn es dann anders kommt, sind wir enttäuscht und unser Friede gestört. Gott ist in allem mit dabei, auch wenn es anders kommt als erwartet. Das gibt uns die Kraft, offen und im Frieden in die Zukunft zu blicken. Vieles was auf uns zukommt, können wir sowieso nicht beeinflussen.

Mut zur Lücke: Wir Menschen haben oft das Gefühl, wir müssten noch mehr haben und erleben, damit wir inneren Frieden hätten. Die Gier nach mehr, liess uns Menschen jedoch in der Vergangenheit Dinge tun, die den Frieden mit uns, den Nächsten und Gott zerstörte. Die ersten Menschen haben den ganzheitlichen Schalom zerstört, indem sie vom verbotenen Baum assen und somit Gottes Regel brachen. Im Buch Prediger beschreibt der König Salomo, dass er alles nur Erdenkliche beschafft und erlebt hat, aber keinen inneren Frieden fand. Nur bei Gott fand er und finden wir Frieden. Wir müssen nicht alles haben und erleben. Unser Leben darf lückenhaft bleiben. Vielleicht erleben wir Gott gerade in diesen Lücken.

Ich weiss nicht, wo du gerade besonders Frieden nötig hast. Vielleicht möchtest du wieder Frieden mit dir selbst schliessen. Oder es wäre dran, noch im alten Jahr mit Gott oder einem Mitmenschen Frieden zu schliessen. Vielleicht wünschst du dir gerade in dieser Vorweihnachtszeit mehr Leichtigkeit. Bitte Gott darum und unternimm die nötigen Schritte dazu. Gott möchte uns Frieden schenken. Aber wir müssen uns auch bewusst sein, dass wir vollkommenen Frieden erst in Gottes Ewigkeit erleben werden.

Gebet: Vater im Himmel, vielen Dank dass du uns durch Jesus das grösste Geschenk gemacht hast. Du hast ewigen Frieden mit uns geschlossen. Aber dein Friede ist noch viel grösser. Du willst uns helfen, dass wir in Frieden mit uns und unseren Nächsten leben können. Schenke uns jeden Tag deinen Frieden und hilf uns, aus diesem Frieden zu leben. Amen!