



### 3. Adventswoche: Freude

nach Max Lucado: Das Geschenk von Bethlehem

*Jubel über ihn, feiere und preise seine Grösse!*

«Freude ist der Gemütszustand oder die primäre Emotion, die als Reaktion auf eine angenehme Situation oder die Erinnerung an eine solche entsteht. Je nach Intensität äussert sie sich als Lächeln, Lachen, Freudenschrei oder in einem Handeln» so die Erklärung bei Wikipedia.

Unsere Hoffnung ist wohlbegründet, wir haben Frieden mit Gott, und der Messias kommt wieder, um unsere von Sünde gezeichnete Welt in Ordnung zu bringen. Er wird jede Träne abwischen, jedes gebrochene Herz heilen, jeden zerschlagenen Körper gesund machen und jede zerstörte Beziehung wiederherstellen. Wir sind geliebte Söhne und Töchter des allmächtigen Gottes. Die einzige vernünftige Antwort auf Gottes überströmende Liebe und Güte ist Freude – überschäumende Freude!



#### Symbol Freude

Ein Smiley wird oft verwendet, um eine bestimmte Emotion wiederzugeben oder sie zu verdeutlichen. Der erste Smiley wurde vor rund 40 Jahren (1982) mit der Einführung von Textnachrichten und Computern von Scott E. Fahlman erfunden und bedeutet seit damals: Freude!



#### Bibelstellen Hoffnung

Lies Psalm 126 | Jesaja 61,1-4; 7-11 | 1.Thessalonischer 5,16-24 | Matthäus 11,2-11

Auch wenn die Verfasser der biblischen Bücher immer wieder über Freude schreiben, beschönigen sie das Leid und das Böse nie. Diese Störenfriede in unseren Leben sind «Unterbrecher», beunruhigen uns und machen oft Angst, rauben uns den Frieden und die Freude. Sie können sogar dazu führen, dass wir an Gott zu zweifeln beginnen.



#### Fragen

- Welche schwierigen Erlebnisse hast du in der letzten Zeit erlebt? Wie gehst du damit im Alltag um?
- Welche Auswirkung hatte diese «Unterbrechung»? Welche emotionalen, körperlichen oder finanziellen Folgen hatten sie? Haben sie sich auf deine zwischenmenschlichen Beziehungen ausgewirkt?
- Die Adventszeit ist eine «Zeit der Unterbrechung». Verstärkt diese die Wirkung der üblichen Unterbrechungen oder erleichtert sie deine Situation?
- Wie stark ist dir in dieser Zeit bewusst, dass Gott immer bei dir ist?
- Der Psalmist braucht das Bild von Saat und Ernte, um das Wunder zu beschreiben, dass Gott Leid in Freude verwandelt (Psalm 126,5-6). Wenn wir uns vorstellen, dass die Herausforderungen und Nöte unseres Lebens Samenkörner sind, haben wir mindestens drei Möglichkeiten, damit umzugehen: 1. Wir können uns weigern, die Saat auszusehen (Schwierigkeiten sind halt ein Teil unseres Lebens), 2. Wir können die Saat bei Gott

aussähen (Schwierigkeiten bei Gott platzieren um Freude zu ernten), 3. An einem anderen Ort aussähen (Überdecken und ignorieren, um Erleichterung zu erreichen). Denk die drei durch – welche Möglichkeit lebst du, welche wäre offensichtlich die Beste?

- Hast du schon einmal erlebt, dass Schwierigkeiten und Leid sich in Freude verwandelt haben?
- Gott ist nicht nur im «Jetzt» aktiv. Schon in der Vergangenheit hat er Grosses getan (Psalm 126,3). Er wird auch in Zukunft an unserer Seite sein (Jesaja 61,10). Aus diesem Grund kann Paulus sagen: «Freut euch zu jeder Zeit! (1.Thessalonicher 5,16). Wo siehst du in deiner Vergangenheit Gottes Segensspur? Wie erlebst du dies heute?



## Übungen

- Nutze die Adventszeit als Voraussicht – Jesus kommt in diese Welt, ist jetzt in unserem Leben gegenwärtig und wird als Herrscher zurückkommen, um uns zu erlösen.
- Trainiere dich darin, Gott zu vertrauen, auch wenn es gerade schwierig ist. Alles wird sich letztendlich zum Guten wenden (Römer 8,28). Es ist die Ernte, die Freude hervorbringen wird.
- Du kannst mit einem Tagebuch starten, indem du aufschreibst, was dir Gutes in der Vergangenheit passiert ist, was in der Gegenwart und Zukunft passieren soll/ könnte. So machst du die guten Dinge für dich nachverfolgbar und sie werden nicht «gestohlen». Deine Freude wird dadurch gestärkt und hilft dir, in dunklen Stunden zu vertrauen, dass Gott dich durchtragen wird, weil er es schon getan hat.

Jesus sagt: Auch ihr habt nun Traurigkeit; aber ich will euch wiedersehen, und euer Herz soll sich freuen, und eure Freude soll niemand von euch nehmen (Johannes 16,22).

## Lied (Johannes Falk, 1819)

O du fröhliche, o du selige,  
gnadenbringende Weihnachtszeit!  
Welt ging verloren, Christ ist geboren:  
Freue dich, freue dich, o Christenheit!

O du fröhliche, o du selige,  
gnadenbringende Weihnachtszeit!  
Christ ist erschienen, uns zu versöhnen:  
Freue dich, freue dich, o Christenheit!

O du fröhliche, o du selige,  
gnadenbringende Weihnachtszeit!  
Himmlische Heere jauchzen dir Ehre:  
Freue dich, freue dich, o Christenheit!