Freude ist ein Kind der Freiheit

Wie Sie aus meiner Vorstellung am Anfang der Sendung gehört haben, stamme ich aus der ehemaligen DDR. Da blühte der politische Witz. Ein Beispiel:
„In Leipzig gibt es das Festival des politischen Witzes. Erster Preis: 5 Jahre Sibirien.“ Witze waren so eine Art Überdruckventil. Sie halfen, das ganze System nicht so ernst zu nehmen und die Ordnung auf den Kopf zu stellen oder zumindest zu relativieren. Das bewusst erzeugte Klima der Angst und des Misstrauens mit vielen vagen Drohungen, um die Bürger systemkonform zu machen, wurde im politischen Witz durchbrochen. Natürlich hat man sich zweimal überlegt, wo man welchen Witz erzählen konnte. Aber es gab ja die vielen kleinen Biotope des Vertrauens, in denen diese subversive Witzkultur blühte.

Narrenfreiheit

Dabei ist der Vorgang kein Phänomen in Diktaturen des 20. Jahrhunderts. „Schon im Mittelalter kannte man den so genannten Hofnarren. Der Hofnarr war über Jahrhunderte fester Bestandteil eines Hofstaates. Der Hofnarr konnte aufgrund seiner besonderen Stellung, die ihn als Sonderling ohne Bindung an gesellschaftliche Normen deklarierte, Kritik am Herrscher äußern, die sich sonst niemand gewagt hätte. Er hatte die sprichwörtliche ‚Narrenfreiheit‘. Häufig setzte man Narren auch ein, um absolutistischen Herrschern Wahrheiten zu übermitteln. Gefiel dem jeweiligen Empfänger die Nachricht nicht und brandete in Zorn aus, so konnte man letztlich darauf verweisen, dass dies nur Blödsinn des Narren war.“[i] Diktaturen sind humorlos, haben ihre strengen und engen Gesetze und sind um Machterhalt bemüht. Humor hinterfragt das alles auf intelligente Weise. Humor schafft damit ein Klima der Freiheit.

Am Faschingsdienstag sind wir ja mittendrin in der „5. Jahreszeit“, wie die Faschingszeit auch genannt wird. Es gibt so manche Spekulationen, warum ausgerechnet in den volkskirchlich katholisch geprägten Gebieten der Karneval oder Fastnacht sich zu einem solchen populären Brauchtum entwickelt hat. Bevor 40 Tage gefastet wurde, sollten die Gläubigen nochmal lustvoll feiern, schmausen und trinken. Das hatte auf der einen Seite ganz praktische Gründe: Vor dem Fasten mussten Nahrungsmittel wie Fleisch, Fett und Eier verzehrt werden, da sie sonst über die Fastenzeit verderben würden. Andererseits verfolgte die Kirche mit dem ausgelassenen Treiben ein didaktisches Ziel: Schon Augustinus hatte die "civitas diaboli" (das Reich des Teufels) und die "civitas dei" (das Reich Gottes) unterschieden und gegenübergestellt. In der Fastnacht sollten die Menschen also der "civitas diaboli" frönen, um am Aschermittwoch umzukehren und sich der "civitas dei" anzuschließen. Durch die Fastnacht wurde der Unterschied zwischen beiden größer und die Fallhöhe stieg. Die Umkehr wurde für die Gläubigen dadurch umso lebensnaher erlebbar. Das drückt auch das Wort "Karneval" aus: Entstanden aus dem lateinischen "carnelevare" bedeutet es in etwa "Fleischwegnahme". Der Begriff

taucht erstmals 1699 auf.[ii]

Preußen forderte 1823, dass der rheinische Karneval künftig organisiert werden müsse. Weil vor dem offiziellen Start der Fastnacht-Saison – der Drei-Königstag am 6. Januar – noch eine vierwöchige Fastenzeit – die Advdentszeit - lag, legten die Verantwortlichen den 11. November fest. Das alte Sprichwort „Zu St. Kathrein packt das Ballkleid ein.“ (Der liturgische Gedenktag der hl. Katharina ist der 25.November) Natürlich kann so ein terminlich festgelegtes Ausgelassensein manchmal auch etwas Verkrampftes an sich haben. Schließlich kann man nicht befehlen: „Freut euch!“ Freude ist eher ein Reagieren der Seele auf etwas Schönes. Und wenn Gott der Herrliche, der Heilige ist, dann kann sich beim Staunen über die Herrlichkeit Gottes Freude einstellen.

Mémorial von Blaise Pascal

Das wurde dem Mathematiker Blaise Pascal an einem ganz normalen Werktag zu Hause in seinem Wohnzimmer geschenkt. Nach seinem Tod fand man in seinem Jackett eingenäht ein Pergament, das ihn immer an diese denkwürdige Nacht erinnern sollte. Darauf stand unter anderem:
„Jahr der Gnade 1654, Montag, den 23. November, Tag des heiligen Klemens, Papst und Märtyrer, und anderer im Martyrologium. Vorabend des Tages des heiligen Chrysogonos, Märtyrer, und anderer. Seit ungefähr abends zehneinhalb bis ungefähr eine halbe Stunde nach Mitternacht
Feuer
Gott Abrahams, Gott Isaaks, Gott Jakobs, nicht der Philosophen und Gelehrten. Gewissheit, Gewissheit, Empfinden: Freude, Friede.
Gott Jesu Christi
Vergessen von der Welt und von allem, außer Gott. Nur auf den Wegen, die das Evangelium lehrt, ist er zu finden.
Größe der menschlichen Seele
Gerechter Vater, die Welt kennt dich nicht; ich aber kenne dich."[2]
Freude, Freude, Freude und Tränen der Freude.“

Für solche seelischen Zustände verwenden wir auch das Wort ‚Ekstase‘. Der psychologisch versierte englische Schriftsteller C.S. Lewis schreibt in seinem phantastischen Roman „Dienstanweisung an einen Unterteufel“ eine interessante Passage über die Freude. Um den Text zu verstehen, müssen wir wissen: Das ganze Buch ist so aufgebaut, dass ein Teufelslehrlingsausbilder einem jungen Teufel Ratschläge gibt, wie er den Menschen, auf den er angesetzt ist, listig verführen kann. In dem Buch hat jeder Mensch nicht nur seinen persönlichen Schutzengel, sondern auch seinen speziellen Teufel. Gott wird verständlicherweise in diesen Texten als ‚Feind‘ bezeichnet.

Hier der Text:
„Vergiss nie, dass wir uns auf Feindesboden begeben, wenn wir uns mit irgendeinem Vergnügen in seiner gesunden, normalen und befriedigenden Form befassen. Ich weiß, wir haben durch Vergnügungen schon manche Seele gewonnen. Trotzdem, ***die Freude ist seine Erfindung****, und nicht die unsrige.*
Er hat sie geschaffen; trotz unserer ganzen so weit entwickelten Forschung ist es uns bisher nicht gelungen, eine einzige wahre Freude hervorzubringen. Alles, was wir tun können, ist, die Menschen anzuspornen, die vom Feinde geschaffenen Freuden zu Zeiten oder in einer Weise oder in einem Grade zu genießen, die Er nicht erlaubt. Darum versuchen wir stets, von den natürlichen Bedingungen jeder Freude wegzuarbeiten, dahin, wo sie sich am weitesten vom Natürlichen entfernt, wo sie am wenigsten an den Schöpfer erinnert und am wenigsten erfreut.
Wachsende Begierde nach immer mehr schwindender Freude heißt die Formel.“

Freude ist eine Erfindung Gottes
Die Freude ist also die Erfindung Gottes. Er lässt uns an seiner Freude Anteil haben. Wir können Freude umschreiben als Ausruhen in erfüllter Sehnsucht. Dann haben wir darin auch die Erklärung, warum Gott in sich die vollkommene Freude sein muss: Er lebt in völligem Selbstbesitz. Er kann ausruhen im Genießen seiner Größe und Vollkommenheit. Aus diesem Grund ist mir bei der täglichen Eucharistiefeier ein Gebet besonders lieb geworden. Wenn ich zur Gabenbereitung den Tropfen Wasser in den Kelch mit dem Wein gebe, dann bete ich: „Wie das Wasser sich mit dem Wein verbindet zu heiligem Zeichen, so lasse uns dieser Kelch teilhaben an der Gottheit Christi, der unsere Menschennatur angenommen hat.“ In diesem Gebet pflege ich täglich meine Sehnsucht, dass Gott mir auch Anteil an seiner Freude geben möge, die ja zu seiner göttlichen Natur gehört.

Inzwischen wird bei dem einen oder anderen Zuhörer die Frage gekommen sein: Ja, aber wie ist das mit dem Kreuz und der Kreuzesliebe? Wie ist das mit dem Leid? Ich kann doch nicht einfach die dunkle Hälfte des Lebens jetzt ausblenden – und manchmal ist es sogar mehr als die Hälfte. Es gibt doch Tage, da ist mir nicht nach Lachen zumute. Es gibt Stunden der Verzweiflung. Es gibt die bodenlose Traurigkeit, die einen in die endlose Tiefe fallen lässt. Es gibt den Misserfolg, es gibt die Grenze und das Leiden daran, es gibt die Einsamkeit.

Die dunkle Seite des Lebens
Und wenn wir diese dunkle Seite des Lebens nicht zulassen würden, dann wären wir keine Realisten und müssten uns mit Drogen betäuben, damit wir nicht das anschauen müssen, was wir nicht wahrhaben wollen. Mit reifem Christsein hätte eine solche Einstellung nichts gemeinsam. Wer Wirklichkeiten ausblendet, kann nicht mehr wirklichkeitsmächtig sein.
Nun erleben wir aber Christen, die trotz durchlittener Leiderfahrung eine Freude ausstrahlen, die uns manchmal direkt verwundert.

Von Franziskus kennen wir die Begebenheit, dass er noch im Leid die Liebe Gottes preisen konnte, die ihn Anteil an den Leiden Christi und damit in die Nähe zu seinem Schicksal und zu ihm persönlich geholt hatte.
Wenn sich Liebe mit Tapferkeit verbindet, dann kann im gemeinsam gemeisterten Leid auch Freude über die seelische Nähe mitschwingen.
Doch bevor wir zu diesen Übungen für Fortgeschrittene kommen, möchte ich doch die Frage stellen, ob wir manchmal vor lauter Ernst das eigene Leben nicht zu tragisch nehmen?

Innere Lockerheit entwickeln

Ich kann mich erinnern, als wir im Deutsch-Unterricht in der Schule die griechische Tragödie Antigone durchgenommen haben, da hat dieses göttliche Muss, dem Antigone dann gefolgt ist, meine Seele sehr aufgewühlt. Es war für mich ein wichtiger Schritt in meiner Suche nach meiner Berufung. Es hat lange gedauert, bis ich aus dieser Neigung zum Tragischen rausgefunden hatte und innerlich bejahen konnte, dass ja nicht Ölberg und Karfreitag das letzte Glaubensgeheimnis sei, sondern der Ostermorgen. Wir dürfen bei aller Ernsthaftigkeit der Nachfolge doch eine gewisse Lockerheit entwickeln. Nicht umsonst sagt Christus den erwachsenen, ernsten, verantwortungsbewussten Jüngern: „Wenn ihr nicht werdet wie ein Kind, könnt ihr nicht ins Himmelreich kommen.“ Wenn Kinder Vertrauen zu ihren Eltern haben, dann kommen sie mit all ihren Problemen zu ihnen, auch mit all den schlimmen Sachen, die sie angestellt haben.

So kommt es auch für uns immer wieder darauf an, dass wir nicht zu lange stecken bleiben in der Traurigkeit. Denn dieses Kreisen um sich selbst ist ja auch eine Form von Egoismus. Sei diese Traurigkeit nun ausgelöst durch die eigenen Sünden, oder durch das Leiden an den eigenen Begrenztheiten. Diese Gründe zur Traurigkeit können andererseits für uns zum Sprungbrett hinein in die Arme des barmherzig liebenden Vaters werden. Je eher uns dieser Sprung gelingt und je länger wir in den Armen des barmherzig liebenden Vaters Geborgenheit finden, desto dauerhafter und tiefer wird die Freude sein, dass er uns als seine geliebten Kinder angenommen hat.

Pater Kentenich hat im Herbst 1934 einen Exerzitienkurs für Priester gehalten unter dem Titel „Vollkommene Lebensfreude“. In Anlehnung an den hl. Franz v. Sales weist er darauf hin, dass es drei Haupt-Quellen der Traurigkeit gibt:

1. den Teufel
2. das melancholische Temperament
3. Schicksalsschläge im Leben

Einige Zitate aus diesem Exerzitien-Kurs:

zu 1.) Nur einer hat ein ganz besonderes Interesse daran, uns traurig werden zu lassen: das ist die Verkörperung der Traurigkeit, der Teufel. Er ist ja selbst die Traurigkeit, deswegen mag er auch andere nicht froh sehen, deswegen muss er

auch uns hineindrängen in die Nacht der Traurigkeit. Er ist die verkörperte Traurigkeit. Wir wissen es ja: Freude ist die Ruhe des Trieblebens, des Strebevermögens im Besitz eines entsprechenden Gutes. Das höchste und letzte Gut ist Gott. Der Teufel kann aber Gott niemals besitzen. Weil aber seine Natur innerlich das Gott-Streben und den Gott-Trieb hat, muss er die personifizierte Traurigkeit sein. Und darum auch sein eifriges Streben, seinen Trick überall anzuwenden; sein eifriges Bestreben, das Leben in Gott als ein trauriges Leben darzustellen.“ (S.115)

zu 2.) das melancholische Temperament: Viele von uns wissen aus Erfahrung, wie der Melancholiker ein ständiges inneres Bangen und Wanken sein eigen nennt. Wie das melancholische Temperament viel zu leicht dazu drängt, alles schwer zu nehmen, zu schwer sich drücken zu lassen von Kreuz und Leid.“ Worauf kommt es an? „Ich nehme meine Armseligkeit und gebe mich so Gott hin, und dadurch kommt meine Armseligkeit noch mehr zum Ausdruck, wird und muss noch mehr anerkannt werden. Sehen Sie auch hier: Sünden, tiefgehende Sünden meiner Vergangenheit können und dürfen nicht ausschließlich Quellen der Traurigkeit sein.

Wollen Sie noch tiefer graben, so mögen sie sich an all das erinnern, was im mysterium iniquitatis [also am Geheimnis des Bösen] enthalten ist: an die heilende und heiligende Kraft der Schuld, der Sünde und Reue. Nichts, gar nichts darf uns tiefergehend, anhaltend traurig stimmen.

Auch nicht unsere persönlichen Begrenztheiten, unsere persönliche naturhafte Betriebsamkeit! Auch das ist vielfach ein Teufelstrick bei strebsamen Menschen. Der Teufel drängt den Menschen dazu, unzufrieden zu werden mit der eigenen Art: All die anderen Arten sind wertvoll und von Gott gesegnet, nur meine Art nicht; wie bin ich so schwerfällig, wie schwer tue ich mich im Denken! Weg mit diesen Gedanken!

Wenn ich ganz in Gott gegründet bin, habe ich Grund, mich in meine Art zu vertiefen. Der Grund: Ich bin auch eine verkörperte Gottesidee! Gott hat mich so gewollt, wie ich bin, mit meinen Begrenztheiten. Deswegen liebt er mich, auch mich. Darum muss auch ich mich lieben mit meinen Begrenztheiten, weil ich und insofern ich Gottes Gedanken nachgehe, den lieben Gott gern habe, ihn liebe. Ja selbst wenn ich gefehlt habe und mit Gott im Gebet ringe, soll ich dann länger während dieses Gebetes hineinschauen in meine Armseligkeit, in meine Fehler und Sünden?

Heilige Männer, zumal der heilige Franz von Sales, raten uns, das nicht zu tun. Also nicht zu lang - selbst nicht im Gebet! - mit dieser lähmenden Erinnerung an unsere Fehler und Sünden zubringen vielmehr auch hier das Positive sehen: Sich innig und freudig an Gott anschließen! Je mehr und positiver ich das tue, desto mehr wird meine Seele abgelenkt von allem, was nicht Gott ist.“

zu 3.) Wir wissen aber aus Erfahrung: Kreuz und Leid ist sehr stark und vielgestaltig in unserem Leben; solange wir hier auf Erden sind, werden wir ihm nicht selten zum

Opfer fallen. Wenn das Leid über uns gekommen ist und wenn wir es beantwortet haben mit dem Affekt der Traurigkeit, auch wohl da und dort mit einer maßlosen und ungeordneten Traurigkeit, dann wollen wir trotzdem den Befehl des Apostels befolgen, dann muss die Immunisierungskunst ergänzt werden durch eine Wandlungskunst, dann müssen wir Kreuz, Leid und Traurigkeit wandeln, umwandeln lernen in Freude, in wirkliche Freude. Es mögen uns hier wohl zwei Wege offen stehen.

Der erste Weg ist wohl das Letzte und Tiefste, was wir im Laufe der Tage immer wieder wiederholen dürfen und müssen. So auch hier: Das Letzte und Tiefste ist der Zauberschlüssel der Liebe. Wie schnell wandelt doch Liebe auch Leid und Traurigkeit in Freude um! Ja selbst die Traurigkeit mag für die Liebe Gegenstand der Freude werden, wenn eine hochgradige Liebe in uns wohnt. Was dem Vater wohlgefällt, tue ich allezeit (vgl. Joh 8, 29). Es ist meine Freuden-Speise, den Willen dessen zu tun und erleiden, der mich gesandt hat (vgl. Joh 4, 34). Doch, es ist wohl so: Geistig liegt die Umformung unseres ganzen Lebens wohl zutiefst begründet in dieser tiefgreifenden, hochragenden Gottesliebe.“ (S. 119f)

Freut Euch!

Vielleicht haben Sie in den drei Gefährdungen der Freude und in dem Weg der Immunisierung gegen die Traurigkeit manches wiedergefunden, was Sie aus eigenem Erleben kennen? Pater Kentenich weist in diesem Exerzitienkurs noch auf eine andere hilfreiche Unterscheidung hin: Auf die Sonntagsfreude und die Werktagsfreude.

Freude kann doppelt sein: Werktags- und Sonntagsfreude. Die Sonntagsfreude ist tiefgreifende Ersättigung des Gefühlslebens, tiefgreifende Ruhe in Gott, gemütsmäßige Ruhe in Gott.

Und die Werktagsfreude ist das ruhige und das beruhigte Bewusstsein, im Wunsch Gottes, im Willen Gottes zu ruhen. Werktagsfreude mag deswegen gleichbedeutend gesehen werden mit der Ergebung, mit einer tiefergehenden Ergebung in den göttlichen Willen; und damit ist in der Gleichförmigkeit mit dem göttlichen Willen auch eine tiefergehende Ruhe des Gemütslebens gegeben.“

Vielleicht hilft uns diese Unterscheidung, dass wir uns selbst nicht unnötig unter Druck setzen, immer gut aufgelegt sein zu wollen. Werktagsfreude – damit ist auch zum Ausdruck gebracht, dass dieser Zustand der häufigere ist – 6:7 der Woche.

Nur 1:7 der Woche assoziieren wir mit „Sonntagsfreude“. Nur so können wir es ertragen, dass Paulus uns auffordert: „Freut euch im Herrn zu jeder Zeit. Noch einmal sage ich: Freut euch!“ (Phil 4,4) Das Ergebnis des eigenen inneren seelischen Ringens muss also nicht die Sonntagsfreude sein.

Glück

Ein Wort, das wir mit Sonntagsfreude in Verbindung bringen dürfen, ist das Wort „Glück“. Hermann Hesse schreibt: Unter den Wörtern gibt es für jeden Sprechenden Lieblinge und Fremde, bevorzugte und gemiedene, es gibt alltägliche, die man tausendmal verwendet ohne eine Abnützung zu fürchten, und andere, festliche, die man, so sehr man sie lieben möge, nur mit Bedacht und Schonung, mit der dem Festlichen zukommenden Seltenheit und Auserwähltheit sagt und schreibt. Zu ihnen gehört für mich das Wort ‚Glück‘. (Hesse, Über das Glück, S. 10f)

Ich möchte sie bitten, dass Sie sich solche Momente - ähnlich wie Blaise Pascal - aufschreiben. Sie brauchen es ja nicht umständlich in Ihre Kleidung einzunähen. Es reicht, wenn wir den alten Brauch des Tagebuches wieder neu beleben. Jemand, der von Berufs wegen mit viel Leid konfrontiert ist, erzählte mir, dass er sich fast jeden Abend Zeit nimmt, die Perle des Tages zu fassen - so nannte er es. Die Perle des Tages – das waren die kleinen oder großen Freuden, die Dankbarkeit der Patienten, die hervorbrechende Sonne nach einem Regenschauer, eine aufblühende Rose, ein lachendes Kind.

Wenn wir aufmerksam diese vielen kleinen Freudenquellen wahrnehmen und genießen, dann fällt es uns auch leichter – trotz allem Schweren – Gott zu loben und ihm zu danken, weil wir uns als reich beschenkt betrachten.

Da gibt es noch eine Störung anzusprechen: die Hektik und Betriebsamkeit. Genuss setzt ein gewisses Maß an Muße voraus. Sich Zeit nehmen, damit ein positives Gefühl in meiner Seele aufkeimen kann – das will ganz bewusst wieder eingeübt werden. Ich war verblüfft, als ich in einem Text von Hermann Hesse aus dem Jahre 1899 folgende Aussage fand:

„Große Teile des Volkes leben in unserer Zeit in freudloser und liebloser Dumpfheit dahin. Feine Geister empfinden unsere unkünstlerischen Lebensformen drückend und schmerzlich und ziehen sich vom Tage zurück... Ich meine, uns fehlt es an Freude. Der Schwung eines erhöhten Lebens, die Auffassung des Lebens als eine fröhliche Sache, als ein Fest, das ist es doch im Grunde, womit uns die Renaissance so blendend anzieht. Die hohe Bewertung der Minute, die Eile, als wichtigste Ursache unserer Lebensform, ist ohne Zweifel der gefährlichste Feind der Freude... Leider hat sich diese Hast des modernen Lebens längst auch unserer geringen Muße bemächtigt; unsere Art zu genießen ist kaum weniger nervös und aufreibend als der Betrieb unserer Arbeit. „Möglichst viel und möglichst schnell“ ist die Losung. Daraus folgt immer mehr Vergnügung und immer weniger Freude.“ (S.25f)

Was würde Hesse heute sagen angesichts unseres Lebenstempos?

So können wir unsere Gebetszeiten auch neu sehen lernen als Gelegenheit, langsamer zu werden, Tempo herauszunehmen aus unserem Leben. Dann kann unsere Seele nachkommen. Dann kann sie auf das Erlebte angemessen reagieren. Dann werden wir empfänglich für die Freude, die Gott uns schenken möchte. Von

unserer heutigen Meditation lässt sich problemlos eine Brücke schlagen zu dem Jesuswort aus dem Johannes-Evangelium:

„Dies habe ich euch gesagt, damit meine Freude in euch ist und damit eure Freude vollkommen wird.“ (Joh 15,11)

Vollkommene Freude

Jesus möchte also, dass wir schon hier auf Erden – nicht erst im Himmel – uns tief und herzlich freuen können. Er deutet aber auch an, dass die Fähigkeit sich zu freuen, einen Wachstumsprozess durchlaufen muss. Die vollkommene Freude ist die Frucht der Tapferkeit, sie ist die Frucht eines ständigen seelischen Immunisierungsprozesses gegen das Negative. Sie setzt eine gewisse Disziplin des Herzens voraus: Woran bleibe ich mit meinen Gedanken und Gefühlen hängen? An dem Negativen oder an dem Positiven?

Es ist ein eigenartiges Wechselspiel zwischen Eigentätigkeit und Offenheit für das, was Gott uns schenken möchte. Ich wünsche Ihnen und bete für Sie, dass Sie sich immer mehr in der Alltagsfreude zu Hause fühlen und dass Sie die Sonntagsfreuden, die Gott Ihnen schenken möchte, mit wachem und achtsamen Herzen wahrnehmen und genießen lernen.

Wer in Problemtrance gefangen ist, kann sich nicht freuen.

Wer von Ängsten geplagt ist, kann sich nicht freuen.

Wer sich in seinem Selbstwertgefühl von der Beurteilung durch andere abhängig macht, ist nicht innerlich frei.

Wer sich als Kind eines liebenden und barmherzigen Vaters fühlt, der kann in Freiheit herumtollen.

P. Elmar Busse

[i] https://www.archivverlag.de/wissenswelt/hofnarr

[ii] https://www.katholisch.de/artikel/24345-verachtung-und-verbindung-die-kirche-und-der-karneval