



Die Gute Nachricht – Sonntag, 27. März 2022

**Eine Gute Nachricht für die Woche  
von Diakonin Johanna Rein**

(Kirchengemeinde Maria Magdalena, Regensburg)

**Freue dich!**

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

unser heutiger Sonntag wird Lätare genannt. Das heißt „Freue dich“. Und das mitten in der Passionszeit, wenn wir uns eigentlich auf den Leidensweg Jesu einstimmen. Was hat sich die Tradition da nur bei der Namensgebung gedacht?

Meine Erfahrung sagt mir, dass das Leben eine Achterbahn ist, ein Auf und Ab. So gibt es die Katerstimmung nach den Höhepunkten des Lebens, wenn der Alltag oder gar Tiefpunkte kommen. Keine Glücksphase hält ewig an – das ist nur natürlich. Entweder gewöhnen wir uns an das Schöne und nehmen es nicht mehr als solches wahr. Manchmal werden wir dann unzufrieden und nörgelig. Und oft erweisen sich Lebensaufgaben und Probleme als nachwachsende Rohstoffe. Sie kommen von alleine nach und wir dürfen strampeln, damit es wieder besser wird.

Tröstlich finde ich dagegen mein Erleben, dass mir mitten im Leid Hilfe, Zuspruch und Freundschaft entgegengebracht wurden. Dann konnte in mir das Pflänzchen der Freude und Hoffnung wieder wachsen. Diese Erlebnisse helfen mir, darauf zu vertrauen, dass alles wieder gut wird. Und sie stärken mich auch im Blick auf künftige Krisen.

Oft schreibe ich mir stichwortartig auf, wo ich von Menschen Freundlichkeiten empfangen habe. Ich will mir diese vielen Anlässe zu Freude und Dankbarkeit merken oder bei Bedarf wieder ins Gedächtnis rufen, wenn ich sie nötig brauche. So ein Blatt Papier oder Notizbüchlein ist eine Ressource für mich, eine Kraftquelle.

Durch Lätare mitten in der Passionszeit sehe ich eine Erlaubnis. Wir dürfen inmitten des Ernstes des Lebens auch die frohen Erlebnisse und Botschaften sehen und hören und den kleinen Freuden-Schmetterlingen im Bauch Raum geben.

Auch unser Wochenspruch deutet in diese Richtung:

*„Wenn das Weizenkorn nicht in die Erde fällt und erstirbt, bleibt es allein, wenn es aber er- stirbt, bringt es viel Frucht.“* (Joh.12,24)

Auch die Freude ist ein nachwachsender Rohstoff – Gott sei Dank. Aus unserer Hingabe an unsere Aufgaben und für das Leben darf das Schöne im Leben wachsen. Und wie schön es ist, wenn die Mühe plötzlich mit Erfolg gekrönt wird, haben Sie an der einen oder anderen Stelle schon selbst erleben können.

Wie das Samenkorn beginnt das Wachstum winzig, nur aus der Nähe zu sehen. Ganz still liegt es in der Erde und bereitet sich darauf vor, mit Hilfe von Wasser, Erde, Luft und Licht zu gedeihen und größer zu werden.

Wie heißt es so schön: „Wunder dauern etwas länger.“ Das Wunder des Wachsens braucht seine Zeit. Genährt durch Hoffnung und Beständigkeit, gewärmt durch die Freund- schaft der Weggefährt\*innen finden sich Lösungen für Vieles. Auch die Freude mitten im Wachstumsschmerz findet sich, wenn wir unsere Sinne dafür öffnen.

### **Gebet:**

Gott, öffne meine Augen für die Schönheit der Welt.

Stimme meine Ohren auf die frohe Botschaft ein.

Bewege mein Spüren und Fühlen mit Liebe und Frieden.

Lass mich die Fülle der Schöpfung schmecken und riechen, damit die Freude wie ein Sa- menkorn in mir groß werden kann und nach außen strahlt. Amen.