

Wie wir den inneren Frieden bewahren

„Freuet euch in dem Herrn allewege, und abermals sage ich: Freuet euch! Eure Güte lasst kund sein allen Menschen! Der Herr ist nahe! Sorgt euch um nichts, sondern in allen Dingen lasst eure Bitten in Gebet und Flehen mit Danksagung vor Gott kundwerden! Und der Friede Gottes, der höher ist als alle Vernunft, bewahre eure Herzen und Sinne in Christus Jesus“ (Philipper 4,4-7).

Vier Verse, die zeigen, was unser Leben mit Christus so besonders, so einzigartig macht. Vier Verse aber auch, die uns unsere eigenen Grenzen aufzeigen, denn jeder Vers beinhaltet eine Aufforderung, die uns Menschen unmöglich erscheint.

Wer kann sich immer und überall freuen, in jeder Situation und zu jeder Tageszeit? Wer kann allen Menschen, die er trifft und mit denen er zu tun hat, mit Güte und Milde begegnen? Kann ein Mensch leben, ohne sich zu sorgen? Gibt es einen Frieden, der jeden Gedanken überlagert und durchdringt, der Stimmungen, Launen und persönliche Befindlichkeiten zu beherrschen vermag?

Diese Frucht reift nicht auf unserem Baum! Fordert Gott also Unmögliches von uns? Gewiss nicht, denn keine seiner Forderungen steht für sich allein. In jedem Vers bietet er uns auch seine Hilfe an.

„Freuet euch in dem Herrn allewege!“

Vielleicht sind wir nicht mit Freude erfüllt, wenn wir das dritte Kapitel des Philipperbriefs gelesen haben, denn hier werden wir vor Feindes des Kreuzes gewarnt und vor bösen Arbeitern, die Zertrennung bewirken. Im Gegensatz dazu wird uns die Gesinnung eines Mannes vor Augen geführt, der nur ein Ziel hat: Christus zu erkennen und zu ergreifen.

Vergleichen wir seine leidenschaftliche Hingabe mit unserer eigenen geistlichen Trägheit, werden wir auch nicht vor Freude jubeln. Und doch hat der Apostel auch diesem Kapitel seine Aufforderung vorangestellt: **„Weiter, liebe Brüder: Freut euch in dem Herrn“ (Phil.3,1).**

Demnach will uns unser Gott und Vater durch das, was er uns sagt, nicht bedrücken. Er will uns innerlich tiefgreifender erretten und nachhaltiger befreien – was zu größerer Freude führt.

Aber auch diese Tatsache gilt es zu bedenken: Wenn Gott von uns erwartet, dass wir uns freuen – allezeit und in jeder Situation –, dann muss er uns dafür auch einen gangbaren Weg zeigen. Christus ist der Weg! Indem wir bei unserer Wiedergeburt in Christus hineinversetzt wurden, hat Gott alles getan, damit wir seiner hohen Erwartung entsprechen können.

Wir freuen uns also nicht nur über Christus. Wir sind nicht nur froh, weil er sein Leben für uns hingegeben und unsere Erlösung vollbracht hat. Wir freuen uns in ihm! Wir freuen uns, mit Christus eins zu sein und in ihm ruhen zu können. Wir freuen uns, dort zu sein, wo er ist! Wir freuen uns, mit ihm zu teilen, was er ist und hat!

Wir sind also keine Lebenskünstler, keine positiv denkenden Menschen, die sind im Verdrängen von Problemen üben. Nein! Wir freuen uns in Christus, wegen all dem Guten, das er uns geworden ist und das er uns gerade jetzt darreicht. Davon hatte Jesaja geweissagt, als er sagte: **„Du weckst lauten Jubel, du machst groß die Freude. Vor dir wird man sich freuen, wie man sich freut in der Ernte, wie man fröhlich ist, wenn man Beute austeilt“ (Jes.9,2).**

Die Freude eines Menschen, der nicht in Christus ist, ist flüchtig, weil sie von seinen Gefühlen und Lebenssituationen abhängig ist. Unsere Freude jedoch ist eine Frucht des Geistes, die nie verdorrt (Gal.5,22). Ein Mensch, der in Christus ist, kann sich allezeit freuen (1.Thess.5,16). Er kann sogar fröhlich sein, während er traurig ist (2.Kor.6,10).

„Eure Güte lasst kund sein allen Menschen! Der Herr ist nahe!“

Besonders im Umgang mit anderen Menschen zeigt es sich schnell, aus welcher Quelle wir trinken. Aus einem „**Brunnen**“, in dem kein lebendiges Wasser quillt, kann schwerlich „**süßes Wasser**“ fließen (Jak.3,11). Deshalb gibt es unter uns Menschen so viel Bitterkeit, so viel Kälte, so viele Grobheiten.

Wie anders ist unser Herr. Er ist nie genervt oder übellaunig; Er reagiert nicht aufbrausend. Er ist friedsam, „sanftmütig und von Herzen demütig“ (Mt.11,29).

Und so sollen auch wir unseren Mitmenschen begegnen – mit Geduld, Güte, Sanftmut und Milde. Da auch diese Tugenden eine Frucht des Geistes sind, fordert unser Gott und Vater nichts Unmögliches von uns. Er bietet uns seine Hilfe an, indem er uns wissen lässt: **„Der Herr ist nahe!“**

Wodurch beweisen wir also, dass uns unser Herr nahe ist? Indem wir uns selbst zurücknehmen und Nachsicht üben können – gegenüber jedermann! Zweifellos begegnete Jesus so dem reichen Jüngling, der von sich behauptete, alle Forderungen des Gesetzes erfüllt zu haben. Es wäre dem Herrn ein Leichtes gewesen, diesen Mann wegen seiner Fehleinschätzung bloßzustellen. Doch er sah ihn nur an und „liebte ihn“ (Mk.10,21).

Die Aussage: **„Der Herr ist nahe“**, soll uns aber auch daran erinnern, dass unser Herr Jesus stets gegenwärtig ist und darauf achtet, in welchem Geist wir anderen Menschen begegnen.

„Sorgt euch um nichts, sondern in allen Dingen lasst eure Bitten in Gebet und Flehen mit Danksagung vor Gott kundwerden!“

Sorgenvollen Gedanken kann sich kein Mensch erwehren. Sie sind wie Wegelagerer, die plötzlich über uns herfallen. Sobald wir uns ihnen ergeben, werden wir ausgeraubt – wir verlieren das Vertrauen in die liebevolle Fürsorge und weise Voraussicht unseres himmlischen Vaters. Befürchtungen und Ängste legen sich wie Stricke um unsere Seele und lähmen unsere geistliche Handlungsunfähigkeit. So geschah es, als die zurückgekehrten Kundschafter von Riesen und befestigten Städten im Lande Kanaan berichteten. Einige sagten: **„Stark ist das Volk, das darin wohnt und die Städte sind befestigt und sehr groß ... Wir sahen dort auch Riesen ... und wir waren in unseren Augen wie Heuschrecken und waren es auch in ihren Augen. Da fuhr die ganze Gemeinde auf und schrie, und das Volk weinte die ganze Nacht“** (4.Mose13,33-14,1).

Sorgen, die uns bedrücken, lassen uns klein und schwach erscheinen. Je größer sie werden, umso unruhiger werden wir. Warum? Sorgenvolle Gedanken versperren uns die Sicht auf die Macht und Größe unseres Gottes! Deshalb sagte Jesus zu seinen Jüngern: **„Sorgt nicht um euer Leben ... Macht euch keine Unruhe“**. Und er riet seinen Jüngern, anstatt auf ihre Sorgen zu blicken, die Raben und Lilien zu betrachten!

Wir sollen erkennen, wie wunderbar Gott seine Schöpfung versorgt und kleidet, und dann glauben, dass er uns, seine kostbaren Kinder, nicht weniger umsorgen wird.

Wir sollen nicht so sein, wie die Kinder dieser Welt, deren Trachten nur auf das leibliche Wohl gerichtet ist und nicht auf die Offenbarwerdung des Reiches Gottes in ihrem Leben. Deshalb sind sie voller Unruhe (Lk.12,22.29-31).

Solche Gedanken sollen wir abweisen, damit unser Blick auf Christus nicht verhüllt wird.

Doch wie können wir Sorgen überwinden?

Auch hier bietet uns unser himmlischer Vater seine Hilfe an. Er rät uns, jeden Gedanken, der uns sorgenvoll in die Zukunft blicken lässt, zu einem Gebet werden zu lassen. Wir verinnerlichen nicht die Sorgen, die uns überfallen, sondern wir lassen Jesus hören, was uns

bewegt und bekümmert. Wir lassen unsere Bitten vor dem kund werden, dem so viel an uns liegt und der weiß, was wir brauchen. Wir werfen alle Sorgen auf ihn (1.Petr.5,7) und vertrauen darauf, dass er für uns sorgt – besser, als wir es je tun könnten! Indem wir dies tun, fördern wir die Herrschaft des Reiches Gottes in uns!

Dabei vergessen wir nicht, ihm zu danken. Unser Dank ist der Ausdruck unseres Glaubens und Vertrauens. „Danke, Herr Jesus, dass ich dir so kostbar bin. Danke, dass du weißt, was mich bedrückt. Danke, dass du größer bist als alles. Danke, dass bei dir nichts unmöglich ist. Danke, dass du in mir lebst. Danke, dass du mir so nahe bist. Danke, dass ich in dir geborgen bin. Danke, dass du alle meine Feinde unter meinem Fuß zertrittst. Danke, dass du herrschst – zu meinem Besten und damit mir alles zum Guten dient.“

„Und der Friede Gottes, der höher ist als alle Vernunft, bewahre eure Herzen und Sinne in Christus Jesus.“

Wie kräftezehrend sind Zank und Streit, Unruhe, Hektik und Rastlosigkeit. Wie sehr sehnen wir uns nach innerem Frieden und wahrer Ruhe. Doch woher soll dieser Friede kommen, in einer Welt, in der der Weg des Friedens unbekannt ist (Röm.3,17) und jeder gegen jeden aufbegehrt?

Wie wunderbar, dass sich uns der **„Gott des Friedens“** offenbarte und Frieden mit uns gemacht hat (Röm.5,1). Von ihm, dem Friedefürst, geht allezeit Frieden aus! Sein Friedensreich endet nie (Jes.9,5-6). Wenn er zu uns kommt, dann will er unsere Füße auf den Weg des Friedens stellen (Lk.1,79). Wenn er zu uns spricht, dann tut er es, um uns in seinem Frieden zu bewahren (Jh.16,33). Er sagt: **„Meinen Frieden gebe ich euch ... Euer Herz erschrecke nicht und fürchte sich nicht“**.

Diesen Frieden kann uns die Welt nicht geben (Jh.14,27). Nur Gottes Geist kann ihn in uns bewirken (Gal.5,22). Es ist der Gott des Friedens, der uns heiligt (1.Thess.5,23). Und es ist der Gott des Friedens, der den Satan unter unseren Füßen zertritt (Röm.16,20).

Von dem, der ist, der war und kommt, geht Friede aus (Offb.1,4). Wir bleiben in diesen Frieden eingehüllt, wenn wir uns in dem Herrn freuen, uns nicht sorgen und bemüht sind, unserem Nächsten mit Milde und Nachsicht zu begegnen. So bleiben wir mit Christus aufs Engste verbunden, wodurch sein Friede, der jedes Denken übersteigt, unser Herz regieren kann (Kol.3,16).

Das ist es, was unser Leben in Christus so besonders, so lohnenswert, so unnachahmlich macht: Wir können uns immer und überall freuen – mit einer Freude, die völlig unabhängig ist von äußeren Umständen. Wir können allen Menschen Güte erweisen und ihnen mit Milde begegnen. Wir brauchen uns um nichts Sorgen zu machen. Wir können einen Frieden erfahren, der alles Verstehen übersteigt und darüber wacht, dass unser Herz und unsere Gedanken allezeit in Christus Jesus bewahrt bleiben.

Doch bedenke: So wie ein Sportler nur erfolgreich sein kann, wenn er regelmäßig und ausdauernd trainiert, so bedarf es auch in unserem Christenleben der täglichen geistlichen Übung (1.Tim.4,7-8).

Ein Wandel, wie er uns von Paulus vorgelebt und im Philipperbrief empfohlen wurde, wird nicht über Nacht zu unserer Gewohnheit. Immer und immer wieder müssen wir unser Herz und unsere Sinne Jesus zuwenden und uns entscheiden, durch ihn zu leben und zu wandeln. Auch wir sollen sagen können: **„Ich vermag alles durch den, der mich stark macht – Christus“**.