

Sara Kitzmann



EIN TÄGLICHES FEST

Mitten im Familienalltag das Leben feiern


Francke



Inhalt

Vorwort	7	Zuhause – deine kleine Welt	47
		Ich mach mir die Welt, wie sie mir gefällt ...	47
Ein fröhliches Herz	11	Die Kunst des »Homemaking«	48
Die einzige Zutat bei allem	11	Wo der Frieden wohnt	48
Die richtige Stimmung	13	Ordnungsliebe	51
Morgenstimmung	14	Liebe geht durch den Magen	53
Von Wurzeln, Wasser und dem Wetter	19	Unser Alltag ist ihre Kindheit	55
Aufgaben-Management	23	Fülle deinen Alltag mit Schöнем	57
Alles für Jesus	23	Zu schön, um alltäglich zu sein	57
Tu deine Arbeit mit Freude	24	Umgib dich mit schönen Dingen	58
Was wirklich wichtig ist	27	Sei selber schön	60
Beziehungsweise	29		
Do the next thing	30	Die Kunst zu leben	65
Unplanmäßiges	31	Slow and simple living	65
		Ein Lebensstil nach Gottes Gedanken	66
Freu dich	35	Der Ruhetag	66
Sieh die kleinen Freuden	35	Aber die ganzen Termine	69
Kleine Freuden feiern	36	Ordne deine Prioritäten	72
Weniger ist mehr	39	Die eigenen Angelegenheiten	75
Freu dich an deinen Kindern	41	Wertvolle Handarbeit	76

Kleine Alltagspausen	79	Unsere liebsten Familienrezepte	97
Alltagsschnipsel	80	Kartoffelbrot aus Kartoffelpüree-Resten .	98
Memorys	81	Hackfleischsoße und -Pizza	100
Erfülltes Leben	83	Pfannkuchen für kleine Feste mitten im	
Leben nach Gottes Prinzipien.....	83	Alltag.....	102
Ein sauberer Stall	86	Kartoffelcremesuppe.....	104
Großzügig säen	87	Lieblingscookies für unsere Teerunde.....	105
Herzessache	93	Glückskugeln.....	106
Im Herzen fängt es an.....	93	Schokobrötchen.....	108
Dafür will ich dankbar sein	93	Lieblingsfrühstück für sonntags:	
		Hefewaffeln	109







Vorwort



Wer hat sich eigentlich ausgedacht, dass hübsche Kleider nur für sonntags, Kuchen nur für Besuch und Blumen nur für besondere Anlässe sind? Wer hat sich ausgedacht, dass man sich nur dann freuen darf, wenn etwas außergewöhnlich Schönes passiert, Lachen nicht in den Alltag gehört und Arbeit etwas Lästiges ist?

Immer wieder begegnet mir dieses Denken und damit verbunden die Ansicht, der Alltag sei etwas Graues und Eintöniges. Etwas, das man einfach irgendwie überleben muss, bis es endlich wieder Sonntag, endlich wieder Urlaub ist, endlich wieder mal etwas ansteht, worauf man sich freuen kann. Und ich selbst habe es lange Zeit nicht besser gewusst.

Doch wenn wir bedenken, dass der größte Teil unseres Lebens aus Alltag besteht, ist das wirklich ein ziemlich tristes Dasein.

Die gute Nachricht ist: Wir sind unserem Alltag nicht einfach ausgeliefert. Unser Alltag ist zu einem großen Teil genau das, was wir daraus machen, was wir hineinlassen, was uns wichtig ist. Alltag ist das, wohinein wir unsere Zeit, Kraft und Kreativität stecken. Ob unser Alltag grau oder bunt ist, liegt zu einem großen Teil bei uns.

Die Bibel sagt in Sprüche 15,15: »Für ein fröhliches Herz ist jeder Tag ein Fest.« Das heißt: Mein Alltag darf zu einem täglichen Fest werden, wenn ich die richtige Herzenseinstellung habe. Und deshalb möchte ich dich mit diesem Buch ermutigen: Auch dein Alltag muss nicht grau sein. Er darf bunt und hell und fröhlich sein. Weil Jesus mittendrin ist. Er kommt nicht nur an den Sonntagen zu Besuch, sondern möchte mit dir durch deinen Alltag gehen. Alles, was sich jeden Tag immer wieder aufs Neue wiederholt, sodass du manchmal das Gefühl hast, in einer nervigen Endlosschleife zu stecken, darfst du von Herzen für ihn und mit ihm tun. Das verleiht all diesen kleinen belanglosen, nie enden wollenden Aufgaben Glanz und Würde.

Dein Alltag darf ein Fest sein. Deshalb lebe deinen Alltag als diejenige, die du in Wirklichkeit bist: als eine Tochter Gottes. Eine Jüngerin Jesu. Gib nicht dem Trübsinn und dem Selbstmitleid Raum. Du darfst fröhlich sein! Und du darfst deinen Blick auf Dinge lenken, die dich

ermutigen und freuen. Du darfst deinen Alltag vor dem Angesicht Jesu leben. Gehe in seinen Fußstapfen durch den Tag und versuche, ihn in allem, was du tust, zu erkennen. Dann wirst du erleben, dass er deinen Alltag mit seiner Gegenwart zum Glänzen bringt und sich so vieles in deinem Denken und Handeln verändert. Und dass dir plötzlich ganz andere Dinge wichtig sind als früher und du vielleicht sogar ein Liedchen summend die Fenster putzen kannst. Denn seine Gegenwart verändert nicht nur deinen Alltag, sondern vor allem dich selbst.

Für ein fröhliches Herz ist jeder Tag ein Fest, ganz egal, ob es Wochenende oder Montagmorgen ist. Deshalb zieh dir ein hübsches Kleid an, back für deine Familie einen Kuchen, zünde eine Kerze an und feiere deinen ganz gewöhnlichen Alltag. Freu dich über deine Lieben und dein Zuhause. Und entscheide dich dafür, dir auch von den lästigen Aufgaben nicht die Freude nehmen zu lassen. Entscheide dich für Fröhlichkeit!

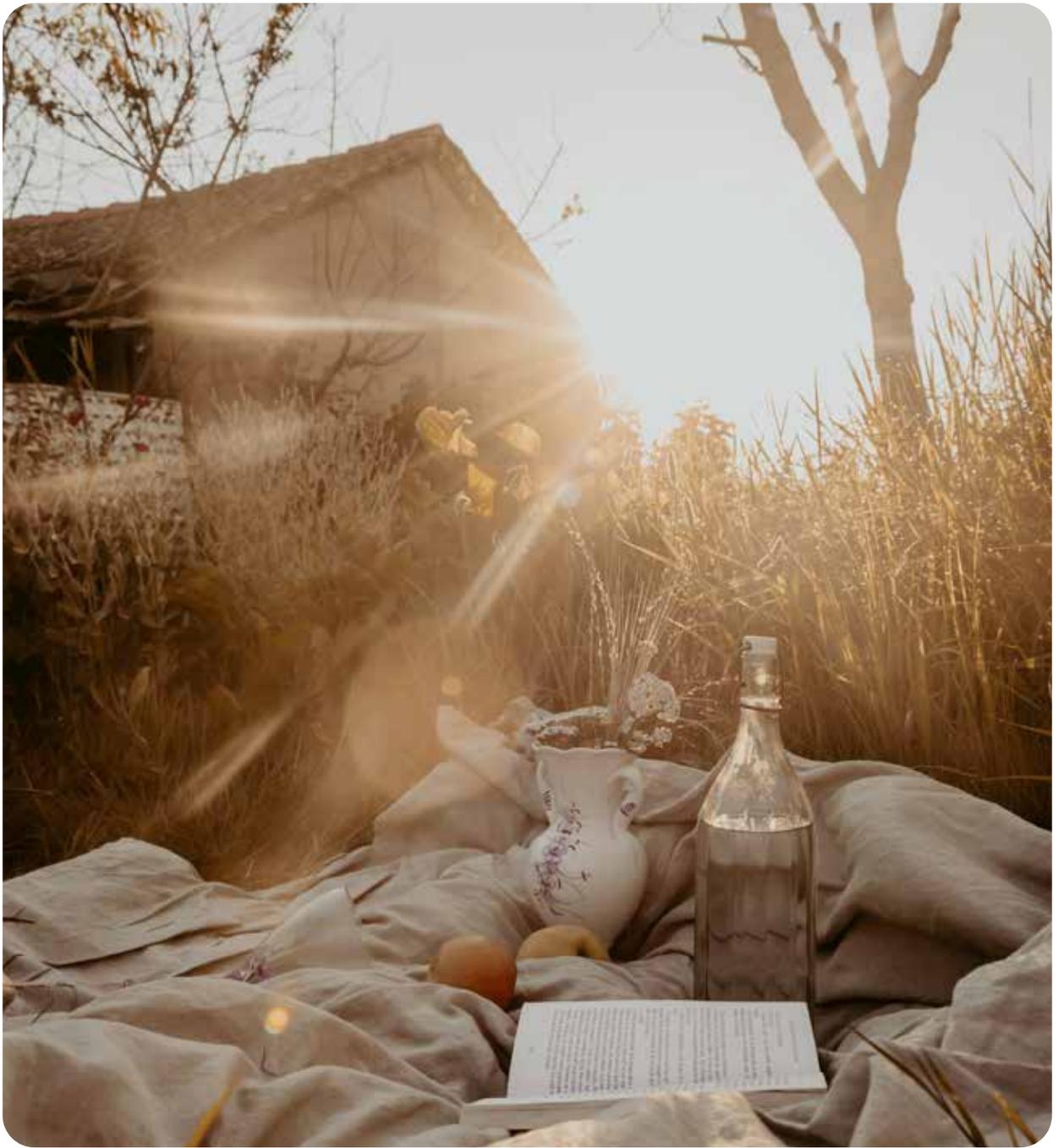
Dein Alltag muss nicht zwingend grau, trist und eintönig sein. Dein Alltag kann bunt, fröhlich und hell sein. Er ist das, was du draus machst. Mach doch einfach ein Fest daraus!

In diesem Buch teile ich mit dir Erfahrungen, die aus meinem tristen Alltagsgrau einen lebenswerten Alltag gemacht haben. Es ist eine bunte Mischung aus praktischen Tipps und geistlichen Impulsen, familientauglichen Lieblingsrezepten und persönlichen Erlebnissen. Mach dir eine Tasse Kaffee oder einen Tee und komm ein Stückchen mit in meinen bunten Alltag.

Ich wünsche dir viel Segen beim Lesen und Freude auf deinem Weg zu einem lebenswerten Alltag!

Von Herzen, deine Sara







Ein fröhliches Herz

DIE EINZIGE ZUTAT BEI ALLEM

Gute Rezepte sind eine feine Sache. Man muss sich nur daran halten, die entsprechenden Zutaten in der richtigen Menge miteinander verrühren und schon hat man am Ende einen leckeren Schokokuchen, über den sich die ganze Familie freut.

Wünschst du dir auch manchmal, das Leben wäre so einfach? Dass es das ultimative Rezept für eine glückliche Familie, ein erfolgreiches Leben und ein volles Bankkonto gäbe? Damit kann ich dir leider nicht dienen, aber in der Bibel finden wir das Rezept für einen lebenswerten Alltag. Für ein Leben, in dem jeder Tag ein Fest ist. Und dafür braucht es sogar nur eine einzige Zutat: ein fröhliches Herz. »... ein fröhliches Herz hat immer ein Festmahl« (Sprüche 15,15). Im gleichen Vers können wir übrigens auch lesen, was einen trüben und tristen Alltag ausmacht: »Ein Unglücklicher hat lauter böse Tage ...«. In diesem Vers steckt so unglaublich viel Weisheit für unser Leben. Und wenn wir das einmal begriffen haben, werden wir verstehen, warum es so wichtig ist, unser Herz zu behüten. Das Prinzip, das wir hier fin-

den, lautet: Wer ein fröhliches Herz hat, der hat ein Festmahl. Nicht wer ein Festmahl hat, kann deshalb endlich fröhlich sein.

Wir denken jedoch oft andersherum. Wir schlendern schlecht gelaunt durch unseren Tag und warten darauf, dass uns doch mal jemand einen Strauß Blumen vorbeibringt oder sonst etwas Besonderes passiert, damit wir endlich einen Grund haben, fröhlich zu sein. Und weil so etwas ja in der Regel nicht besonders oft passiert, vergeht jeder Tag, jede Woche, jedes Jahr im üblichen Alltagsgrau. Und wir würden nie auf die Idee kommen, dieses Leben als ein Fest zu bezeichnen.

Einen großen Schritt zu einem fröhlichen Alltag tun wir dann, wenn wir verstehen, dass nicht unsere Umstände, sondern unsere Herzeshaltung maßgeblich für unsere Lebensqualität verantwortlich ist. Und genau deshalb ist es so wichtig unser Herz zu behüten. In Sprüche 4,23 lesen wir: »Mehr als alles andere behüte dein Herz, denn von ihm geht das Leben aus.«

Etwas zu behüten, bedeutet, dass wir gut

darauf aufpassen. Es gibt so viele Dinge, auf die wir im Laufe eines Tages aufpassen: Wir geben uns Mühe, dass das Mittagessen genau dann auf dem Tisch steht, wenn unsere Kinder hungrig nach Hause kommen; wir passen auf, dass der Kleine seinen Teller nicht aus Versehen auf den Boden wirft und der Große seine Aufgaben macht. Wir schauen, dass wir unseren Geldbeutel nicht im Laden liegen lassen und pünktlich zum Elternabend kommen. Wir passen auf, dass unsere Kinder nicht vors Auto laufen, die Wäsche draußen auf der Leine nicht nass wird, weil es zu regnen beginnt, und unsere Blumen nicht vertrocknen. Und es ist ja auch wichtig und richtig, dass wir das tun.

Aber wie bewusst passen wir auf unser Herz auf? Wie gut schauen wir da, welchen Gedanken und Gefühlen wir Raum geben? Wir sollen es mehr als alles behüten, denn davon hängt so viel ab, mehr als von einem Teller Essen, der auf dem Boden landet, oder einem vergessenen Termin.

Unser Herz zu behüten, ist überlebenswichtig. Denn alles, was wir tun, jede Entscheidung, die wir treffen, und jedes Gefühl, das wir empfinden, entspringt unserem Herzen. Und hat somit Einfluss auf unser ganzes Leben.

Manchmal stehe ich morgens auf und ohne dass schon irgendetwas Besonderes passiert ist, ist mir einfach alles zu viel. Aus jeder Ecke lachten mich das Chaos, die Unordnung, die viele

Arbeit an und ich habe das Gefühl, dem Ganzen nie im Leben gewachsen zu sein. Unmotiviert und leicht genervt hocke ich mich dann aufs Sofa und starre Löcher in die Luft, während ich mich darüber ärgere, dass mein Kleiner schon wieder ein Buch mit mir anschauen möchte.

Aber es gibt auch Tage, an denen nichts wirklich Aufregendes passiert ist und ich hoch motiviert am liebsten noch einen zweiten Gemüsegarten anlegen, ein weiteres Buch schreiben und am besten noch Hühner anschaffen möchte. Und während ich über meine Pläne nachdenke, sammle ich wie nebenbei die Schmutzwäsche ein, räume das umherliegende Spielzeug weg und freue mich mit meinem Kleinen über die Staubkörnchen, die so schön im Sonnenlicht funkeln.

Kennst du so etwas auch? Die gleiche Situation, zwei verschiedene Herzenshaltungen, ein komplett unterschiedliches Ergebnis. Daran können wir erkennen, warum es so wichtig ist, auf unser Herz aufzupassen. Denn die Einstellung unseres Herzens bestimmt, wie wir uns selbst, unsere Mitmenschen und alles um uns herum wahrnehmen. Wenn wir ein fröhliches Herz haben, dann können wir sogar über kleine Missgeschicke lachen, während diese uns restlos überfordern, wenn wir ohnehin schon genervt und unzufrieden in den Tag gestartet sind. Die Einstellung unseres Herzens bestimmt, wie wir durch den Tag gehen, wie wir Herausfor-

derungen und Menschen begegnen und mit welchem Blick wir auf unser Leben schauen. Deshalb müssen wir sehr genau aufpassen, welchen Gedanken und Gefühlen wir dort Raum geben. Nähren wir die Unzufriedenheit und die schlechte Laune und lassen Bitterkeit Wurzeln schlagen, dann werden wir kaum einen besonders fröhlichen Alltag haben.

Wenn Fröhlichkeit also nichts ist, was sich aus unseren Umständen heraus begründen lässt, woher kommt sie dann? Ich habe die Erfahrung gemacht, dass Fröhlichkeit (genauso wie Dankbarkeit und Zufriedenheit) etwas ist, für das ich mich bewusst entscheiden kann. Manchmal ertappe ich mich dabei, dass ich ziemlich missmutig meine Töpfe schrubbe und mich darüber ärgere, dass mir der Kleine schon wieder am Rockzipfel hängt und überhaupt ständig im Weg ist. Wenn mir das bewusst wird, habe ich zwei Möglichkeiten: Entweder ich denke weiterhin darüber nach, was für ein bemitleidenswertes Wesen ich doch bin, weil das Essen heute angebrannt ist und ich außerdem noch bei jedem Schritt

in meiner ohnehin sehr engen Küche über den Knirps stolpere ... oder ich entscheide mich für Fröhlichkeit und nehme die ganze Situation mit Humor. Ich kann mich dazu entscheiden, mich zu freuen, dass wir heute etwas zu essen hatten, dass ich gesund genug bin, um diesen Topf zu schrubben, und dass ich einen kleinen Menschen habe, der um mich herumwuselt. Es macht so einen großen Unterschied und es ist die Entscheidung meines Herzens. Ich glaube, du kannst dir ausmalen, wie sich beide Möglichkeiten in meinem Alltag widerspiegeln ...

Ob wir Dinge als Lust oder Last empfinden, hängt oft von unserer Herzenseinstellung ab. Möchtest du fröhlich durch den Tag gehen, soll dein Alltag zu einem Fest werden? Dann behüte dein Herz! Behüte es mehr als alles, worauf du sonst noch aufpasst. Lass schlechten Gedanken und Gefühlen keine Sekunde Zeit, sich dort einzunisten, sondern fülle es stattdessen mit Gottes Wahrheiten, mit Dankbarkeit und Zuversicht!

DIE RICHTIGE STIMMUNG

Es reicht jedoch nicht, einfach nur gut auf unser Herz aufzupassen, um fröhliche Töne zu spielen. Denn oft wird im Laufe des Tages

kräftig an unseren Saiten gezerrt oder wir bekommen hin und wieder auch mal einen Stoß ab. Da ist es doch nur logisch, dass unse-

re Herzenssaiten mit der Zeit ganz schön verstimmt sind und wir schiefe Töne verbreiten. Deshalb müssen wir uns immer wieder von einem Fachmann richtig stimmen lassen, und zwar von Jesus. Ich habe vor einer Weile einen schönen Satz entdeckt, in dem so viel Wahres steckt: »Wer seine Saiten bei Tagesbeginn vom Herrn stimmen lässt, wird nicht verstimmt durch den Tag gehen.«

Auch wenn ich es nicht immer schaffe, mich gleich bei Tagesbeginn einstimmen zu lassen, merke ich doch, wie viel daran hängt, ob ich mir im Laufe des Tages überhaupt die Zeit dafür nehme oder nicht. Manchmal vergeht ein Tag, ohne dass ich in meine Bibel geschaut habe, weil es einfach so viel zu tun gab. Und dann vergeht noch ein zweiter und ein dritter. Und mir fällt es schon gar nicht mehr auf, dass ich heute wieder keinen Blick in Gottes Wort geworfen habe und dass meine Alltagsgespräche mit Jesus immer weniger werden. Aber ich merke, dass ich ungeduldi-

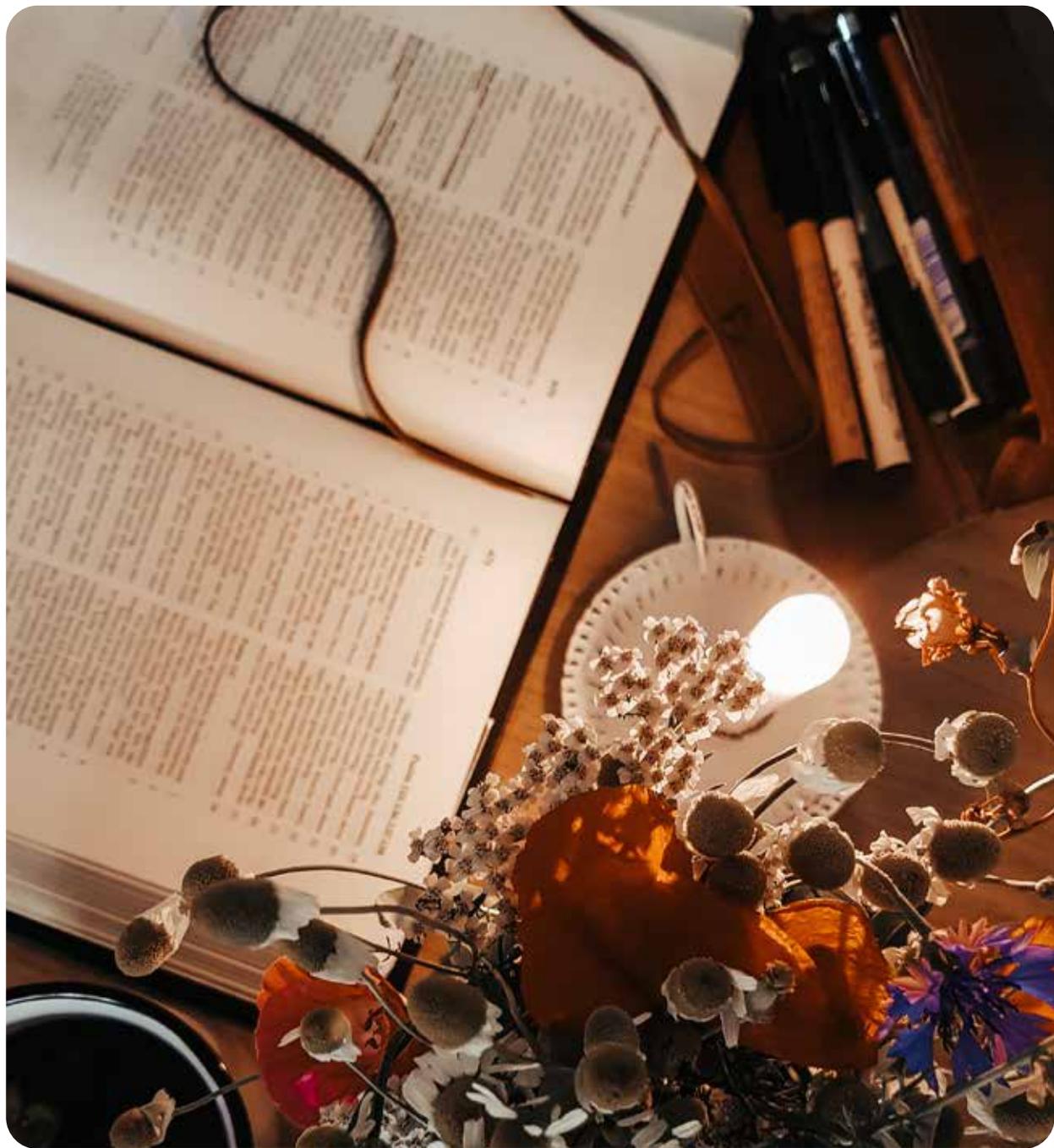
ger, liebloser und freudlos werde, und frage mich, warum. Dabei liegt die Antwort doch auf der Hand: Ich wurde einfach schon eine Weile nicht mehr gestimmt. Angesichts der täglichen Herausforderungen, mit denen ich konfrontiert bin – hier wird mal kräftig an mir gezerrt und dort bin ich mal Temperaturschwankungen ausgesetzt –, ist es doch klar, dass ich mit der Zeit nur noch schräge Töne von mir gebe.

Damit ich fröhlich durch meinen Tag gehen und harmonische Klänge verbreiten kann, muss ich mich regelmäßig von Jesus stimmen lassen. Das tu ich, indem ich mich von seinen Worten inspirieren und erfüllen lasse und meinen Alltag in Verbundenheit mit ihm lebe. Doch das passiert nicht von allein, ich muss mich jeden Tag neu bewusst dafür entscheiden. Wenn ich das tue, macht das einen großen Unterschied. Denn nur mit ihm, der Freude, Farbe und Licht in mein Leben bringt, wird mein Alltag fröhlich und bunt.

MORGENSTIMMUNG

Wenn ich meine Gitarre stimmen möchte, geht das am besten, wenn es ganz still ist. Je lauter es um mich herum ist, desto schwerer fällt es mir, den richtigen Ton zu treffen. Und ich glaube, genauso ist es auch mit der Zeit,

die ich Jesus widme, in der ich mich von ihm stimmen lasse. Je stiller es um mich ist, desto besser klappt das. Jedenfalls habe ich diese Erfahrung schon oft gemacht. Deshalb nutze ich so gern die Stille am frühen Morgen



dazu. Noch bevor der Tag richtig losgeht und es laut wird. Natürlich klappt das nicht immer; es gibt immer wieder Phasen im Leben, in denen das einfach nicht machbar ist: wenn du ein Baby hast, das dich nachts weckt, ein unruhig schlafendes Kleinkind oder in Krankheitszeiten. Deshalb sollst du dich auf keinen Fall unter Druck gesetzt fühlen, unbedingt morgens früh Gott begegnen zu müssen. Für Jesus ist es kein Problem, dir auch mitten am Tag zu begegnen und dich dann zu stimmen. Aber ich habe gemerkt, welch ein Segen für mich darin liegt, wenn ich die Stille am Morgen dafür nutze und wenn sein Wort das Erste ist, was ich auf mich wirken lasse. Deshalb möchte ich dich ermutigen, wenn es dir möglich ist, es auch mal zu probieren.

Ich muss zugeben, dass es für mich selbst nach einer erholsamen Nacht mit ausreichend Schlaf morgens wirklich eine Herausforderung ist, früher aufzustehen. Die Bettdecke ist morgens irgendwie besonders schwer und das Bett so schön warm und kuschelig. Deshalb muss ich mir selbst Anreize schaffen, die mich zum Aufstehen motivieren. Im Nachhinein habe ich es noch nie bereut, früh aus den Federn gekommen zu sein.

Ich teile mit dir hier ein paar Tipps, die mir dabei helfen. Aber vorneweg eine ehrliche Bemerkung: Je nachdem, wie die Nacht war, schaffe ich es längst nicht jeden Morgen.

Manchmal schläft mein Kleiner morgens auch nicht fest genug, dass ich mich wegschleichen kann, oder ich werde mal wieder mit Kopfschmerzen wach. Deshalb sei barmherzig mit dir selbst und akzeptiere die Phasen des Lebens, in denen das frühe Aufstehen eben nicht möglich ist. Es werden auch wieder andere Zeiten kommen.

Der Volksmund sagt: »Morgenstund hat Gold im Mund.« Das wussten schon die Alten. Und ich weiß es eigentlich auch. Doch viel zu oft sind mir ein paar Minuten Schlummern wertvoller als dieses Gold. Also muss ich mir Anreize schaffen, um mich selbst zu motivieren.

Meine vermutlich größte Motivation steht in Sprüche 31,15: »... und sie steht auf, wenn es noch Nacht ist.« Da der ganze Abschnitt aus Sprüche 31 im Laufe der letzten Jahre zu einer Art Visionboard für mich geworden ist, ist dieser Vers natürlich eine große Motivation. Und so halte ich ihn mir immer wieder vor Augen. Und folgende Punkte helfen mir ganz praktisch:

1. Ordnung am Abend

Ein ganz wichtiger Punkt, um morgens früh aufstehen zu können, ist für mich, wenn ich am Abend vorher die Küche und den Wohnbereich aufgeräumt habe und dort Ordnung herrscht. Denn wenn ich weiß, dass in der Kü-

che noch alles herumsteht und das Wohnzimmer im Chaos versinkt, bin ich sicher nicht motiviert, mich früher als unbedingt notwendig in diese Unordnung zu begeben.

2. Vorbereitung auf den Morgen

Wenn ich mir am Vorabend überlege, was ich am nächsten Tag anziehen möchte, und mir das alles im Bad zurechtlege, fällt es mir auch oft leichter aufzustehen. So kann ich mich morgens in Ruhe anziehen, ohne dass ich jemanden wecke, weil ich im Schrank herumwühle. Ganz wichtig: mein warmer Strickmantel. Denn wenn morgens die Heizung noch aus ist und ich außerdem noch müde bin, wird mir schnell kalt und dann kann ich die Zeit mit dem Herrn auch nicht wirklich genießen.

3. Nicht zu spät ins Bett

Ich genieße es, wenn es am Abend ruhig ist. Aber diese Ruhe ist auch verführerisch. Denn sie verleitet mich dazu, diese Zeit gründlich zu nutzen, und dann gehe ich oft erst ziemlich spät schlafen. Und das wiederum ist morgens ein Argument, doch nicht aufzustehen, weil zu wenig Schlaf ja bekanntlich auch nicht gut ist. Wenn ich aber weiß, dass ich eigentlich genug geschlafen habe, fällt dieses Argument schon mal weg. Deshalb: Der Erfolg am Morgen fängt mit dem Erfolg am Abend an. Nämlich damit, rechtzeitig schlafen zu gehen.

4. Morgenroutine

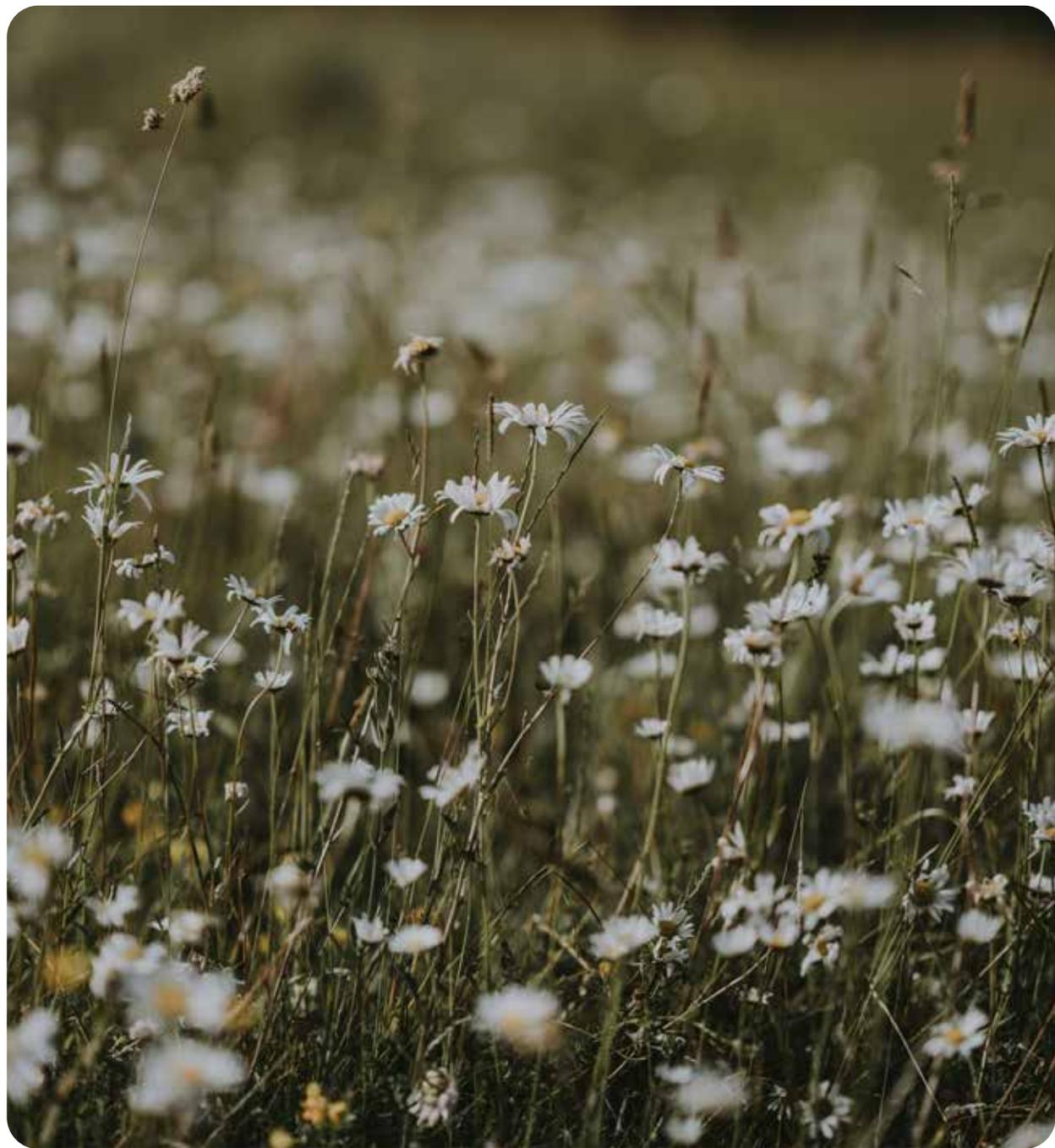
Mit einer schönen Morgenroutine lässt es sich viel besser in den Tag starten. Während das Wasser kocht, zünde ich schon mal den Kamin und die Kerze auf dem Tisch an. Dann mache ich mir einen Tee oder Kaffee. Ich habe mir dafür extra eine besonders schöne Tasse gekauft, die ich auch nur für diese Zeit nutze.

5. Gemütlichkeit

Ich mache es mir gerne gemütlich bei meiner morgendlichen Stillen Zeit. Denn in einer schönen Umgebung begegnet man Gott doch noch mal anders als mitten im Chaos, das ich den Rest des Tages ja noch um mich haben werde. Das erinnert mich immer ein bisschen daran, dass der Tempel als Ort der Begegnung mit Gott auch ein besonders schöner Ort war. Und so schaffe ich mir ein kleines bisschen Schönheit für diese besondere Zeit: ein schön gestalteter, aufgeräumter Ort, eine besonders hübsche Teetasse und Kerzenlicht. Auch das motiviert mich, morgens aus dem Bett zu kommen.

6. Erinnern an den Segen

Ich glaube, dass jeder, der es einmal selbst ausprobiert hat, weiß, was für ein unglaublich großer Segen es ist, sich morgens von Gott einstimmen zu lassen: ihm als Erstes und in aller Ruhe zu begegnen und aus dieser Be-



gegnung heraus den Alltag zu meistern. Diese Erfahrung zieht sich wie ein goldener Faden des Segens durch den ganzen Tag. Und trotzdem vergesse ich es schnell und deshalb muss

ich mich immer wieder daran erinnern, was für ein Segen es für mich ist. Auch das weckt in mir die Vorfreude darauf, aufzustehen und meinem Gott zu begeben.

VON WURZELN, WASSER UND DEM WETTER

Der letzte Sommer war heiß. Und trocken. Sehr trocken. So trocken, dass nach einer Weile absolut alles in meinem *Anfänger-Garten* hoffnungslos vertrocknet war. Dem Apfelbaum vom Nachbarn jedoch schien die Hitze nicht das Geringste auszumachen und im Herbst hing er rappellvoll mit strahlend roten Äpfeln. Und das, obwohl er den gleichen Witterungsverhältnissen ausgesetzt war wie meine Gemüsepflanzen. Woran konnte das liegen? Der Apfelbaum steht schon ein paar Jahre länger dort als mein Gemüse im Garten und hat dementsprechend schon viel Zeit gehabt, Wurzeln zu treiben. Nach unten, wo es selbst nach Wochen ohne Regen noch Wasser gibt. Und er hat diese Zeit tüchtig genutzt.

Manchmal ist so ein Apfelbaum klüger als ich. Er weiß, dass es für seine Existenz und seinen Erfolg sehr wichtig ist, dass er tiefe und stabile Wurzeln hat, und so treibt er diese fleißig in die Tiefe immer Richtung Wasser. Deshalb machen ihm nicht nur ein paar Wochen Sommerhitze wenig aus, sondern er

kann auch noch anderen Schutz vor der Sonne im kühlen Schatten seiner Äste bieten. Das passiert natürlich nicht von heute auf morgen und darum dauert es auch deutlich länger, bis es bei einem Apfelbaum etwas zu ernten gibt, als bei meinen Gemüsepflanzen im Garten.

Ist es nicht in unserem Alltag auch oft so, dass wir uns eher dazu entscheiden, eine Zucchini-pflanze zu setzen als einen Apfelbaum? Dass wir unsere Prioritäten danach ausrichten, was uns am schnellsten Ertrag verspricht, anstatt danach, was uns fest gegründet und tief verwurzelt sein lässt? Das ist doch der Grund, warum wir uns eher dazu entscheiden, die Wäsche zu falten oder die Küche aufzuräumen, als unsere Bibel aufzuschlagen. Der Schlüssel für einen fröhlichen Alltag liegt aber nicht darin, wie erfolgreich unser Leben nach außen aussieht und wie schnell ich den Ertrag meines Tuns sehen kann, sondern wie tief und zuverlässig ich am Wasser verwurzelt bin.

Die Bibel definiert sehr genau, was einen erfolgreichen Menschen kennzeichnet:

»Glücklich ist, [...] wer Freude hat am Gesetz des Herrn und darüber nachdenkt – Tag und Nacht. Er ist wie ein Baum, der nah am Wasser gepflanzt ist, der Frucht trägt Jahr für Jahr und dessen Blätter nie verwelken. Was er sich vornimmt, das gelingt« (Psalm 1,1-3).

Glücklich ist nicht der, dessen Leben glattgeht und der keine Herausforderungen hat. Glücklich ist auch nicht der, der ein einwandfreies Leben führt und niemals Fehler macht. Glücklich ist der Mensch, der seine Freude an Gottes Wort hat. Der sich damit füllt und dessen Denken und Handeln davon bestimmt sind. Freude und Glück hängen weniger davon ab, wie bilderbuchmäßig unser Leben verläuft und wie viel Sonnenschein wir abkriegen, sondern vielmehr davon, ob unsere Wurzeln nah am Wasser sind. Ob wir fest in Jesus verwurzelt sind und ob er und sein Wort unsere Freude sind. Doch wie schnell verliere ich das aus den Augen und suche überall nach Gründen und Erklärungen für meine welken Blätter, nur nicht hier. Ich strecke meine Wurzeln in einen staubigen, ausgetrockneten

Boden und mache das Wetter für meinen Trübsinn und meine mangelnde Fröhlichkeit verantwortlich. Ich erwarte von meinen Umständen, dass sie das tun, was nur die Wurzel tun kann. Mich stärken und ernähren.

Ich glaube, dass es gar nicht so wichtig ist, in welcher Umgebung wir stehen, welchen Herausforderungen wir begegnen und welche Wetterlage gerade herrscht. Wichtig ist, wohin wir unsere Wurzeln strecken. Womit wir uns beschäftigen, was uns füllt und prägt.

Haben wir unsere Freude an Gottes Worten und füllen wir uns damit, bestimmen diese unser Denken und Handeln, dann wird unser Herz voll Freude sein. Und diese Freude gibt uns die Kraft für unseren Alltag mit all seinen Herausforderungen. Dann können wir getrost jeden Morgen sagen: »Dies ist der Tag, den der Herr gemacht hat; wir wollen uns freuen und fröhlich sein in ihm!« (Psalm 118,24). Diese Gewissheit lässt uns zuversichtlich und fröhlich durch unseren Tag gehen und macht unseren ganz gewöhnlichen Alltag zu einem Fest, bei dem Gott selbst der Gastgeber ist.

