

## Vierter Fastensonntag – Vierter Fastensonntag

# FREUDE

Gott, Du beschenkst mich mit Freude, denn du bist bei mir,  
aus deiner Hand empfangen ich unendliches Glück.

Psalm 16, 11

Der 4. Fastensonntag trägt die Überschrift: Laetare.

Laetare ist lateinisch und kann mit „Freue dich!“ übersetzt werden. Am Laetare-Sonntag (in der Halbzeit der Fastenzeit) wird also ganz bewusst der Ernst der Fastenzeit unterbrochen. Die Vorfriede auf Ostern wird schon spürbar. Das helle Osterlicht steht noch aus, aber es scheint schon durch.

Freue dich!

Das klingt gut. Aber kann ich mich derzeit wirklich freuen? Will ich mich freuen? Freude ist so wohltuend. Ich möchte mich gerne freuen, der Besorgnis und den Ängsten etwas entgegen setzen.

**Worüber kann und darf ich mich derzeit – trotz aller Sorgen – freuen?**

**Gott,**

ich bitte dich um **Freude**,  
nicht um die große himmlische,  
sondern um die kleine irdische **Freude**,  
die mein Herz beschwingt, mich froh und heiter macht,  
mich lachen und singen lässt.  
Gib mir menschliche **Freude**!

Um eine **Freude** bitte ich dich, Gott,  
die mir ein Lächeln schenkt für mich selbst,  
wenn ich mich so bitter-ernst nehme,  
ein gutes Lächeln für die Anderen,  
die mir gut und die mir böse sind.  
Gib mir eine **Freude**,  
die Ärger und Enttäuschung besiegt!

Um eine **Freude** bitte ich dich, Gott,  
die um sich greift und die Schwermut durchdringt,  
den Stumpfsinn verjagt, die Traurigkeit erhellt, die Starrheit löst.  
Gib mir befreiende **Freude**!

## Vierter Fastensonntag – Vierter Fastensonntag

# FREUDE

Gott, Du beschenkst mich mit Freude, denn du bist bei mir,  
aus deiner Hand empfangen ich unendliches Glück.

Psalm 16, 11

Der 4. Fastensonntag trägt die Überschrift: Laetare.

Laetare ist lateinisch und kann mit „Freue dich!“ übersetzt werden. Am Laetare-Sonntag (in der Halbzeit der Fastenzeit) wird also ganz bewusst der Ernst der Fastenzeit unterbrochen. Die Vorfriede auf Ostern wird schon spürbar. Das helle Osterlicht steht noch aus, aber es scheint schon durch.

Freue dich!

Das klingt gut. Aber kann ich mich derzeit wirklich freuen? Will ich mich freuen? Freude ist so wohltuend. Ich möchte mich gerne freuen, der Besorgnis und den Ängsten etwas entgegen setzen.

**Worüber kann und darf ich mich derzeit – trotz aller Sorgen – freuen?**

**Gott,**

ich bitte dich um **Freude**,  
nicht um die große himmlische,  
sondern um die kleine irdische **Freude**,  
die mein Herz beschwingt, mich froh und heiter macht,  
mich lachen und singen lässt.  
Gib mir menschliche **Freude**!

Um eine **Freude** bitte ich dich, Gott,  
die mir ein Lächeln schenkt für mich selbst,  
wenn ich mich so bitter-ernst nehme,  
ein gutes Lächeln für die Anderen,  
die mir gut und die mir böse sind.  
Gib mir eine **Freude**,  
die Ärger und Enttäuschung besiegt!

Um eine **Freude** bitte ich dich, Gott,  
die um sich greift und die Schwermut durchdringt,  
den Stumpfsinn verjagt, die Traurigkeit erhellt, die Starrheit löst.  
Gib mir befreiende **Freude**!