

## Freude und Frieden – 13.02.2026

### Impuls

Abtprimas Notker Wolf schreibt in seinem Buch „die 7 Säulen des Glücks“, dass glücklich sein, sich freuen können etwas mit Sinn zu tun hat. Erst wenn ich Sinn erfahre, an welchem Platz auch immer, kann ich tiefe Freude und Glück empfinden. Diese Freude hat immer etwas mit Beziehung zu tun. Ohne in Beziehung zu treten, gelangt man nicht zum Glück.

„Alles wirkliche Leben ist Begegnung“. Für Martin Buber ist Glück ein Ergebnis dieser authentischen „Ich-Du“-Beziehungen, die dem Leben Sinn und Fülle geben.

Wer Freude und Glück in sich trägt, wird auch Frieden in sich spüren und diesen Frieden an andere weiter geben. Wer anderen friedlich begegnet, trägt dazu bei, dass Hass, Neid, Gewalt, Macht und Aggression keinen Nährboden finden.

Mögen wir immer wieder im und durch das Gebet zum inneren Frieden gelangen.

### Gebet nach der Kommunion

Guter Gott  
Glück  
ist die Freude am Dasein,  
an meinem, deinem,  
unserem Dasein;  
hilf uns,  
dass wir miteinander  
und füreinander  
da sind.

Wir können die Freude  
und das Glück  
nicht machen.  
Du Gott bist der Ursprung  
von beidem.

„Jeder ist seines  
Glückes Schmied“,  
dieser Satz  
stimmt nur,  
wenn ich mich  
von dir Gott  
„schmieden“ lasse.  
Ohne DICH wird  
alles un-glücklich.

Und wenn  
etwas glückt,  
bist Du Gott immer dabei,  
selbst wenn mir  
das noch nicht  
aufgegangen ist.  
Amen

*angelehnt an Pfr. Elmar Gruber „Glück“*