

Christus ist auferstanden! Er ist wahrhaftig auferstanden!  
Deshalb halten wir inne und Andacht:  
Im Namen Gottes - der Schöpfungskraft  
Im Namen Jesus Christi - der Lebenskraft  
Im Namen der Heiligen Geistkraft, die beides in uns wirken lässt.  
Amen

vergnügt, erlöst, befreit - gibt es eine schönere Bebilderung der österlichen Botschaft?

vergnügt, erlöst und befreit – das ist der Dreiklang den Hanns Dieter Hüsch gefunden hat, als er in Worte fasste, wie er den Psalm 34 versteht.  
Vergnügt, erlöst, befreit – welch großer Wunsch, in diesen Tagen und sicher noch ein langer Weg dahin.  
Aber jeder Marathon beginnt mit dem ersten Schritt.  
Fangen wir also an.

„vergnügt, erlöst, befreit“ – der wunderbarer Dreiklang der Osterbotschaft  
Nicht erst die Arbeit und dann das Vergnügen.

Hüsch dreht diese Denke um: Erst das Vergnügen, dann die Erlösung!  
Daraus folgt der missionarischer Grundsatz: Ohne Vergnügen keine Erlösung.

Was für eine kirchenreformerische Herausforderung!

Aber es geht noch weiter:

Nach der Erlösung kommt die Freiheit –  
und die macht Arbeit, und zwar volle Pulle!

Also keine Einladung oder Aufforderung zur reinen Spaßgesellschaft.

Ich bin vergnügt, erlöst, befreit, heißt also:

Erst das Vergnügen, dann die Arbeit!

Erst die Freude, dann das Tun!

Erst die Gnade, dann die Werke!

Zwischendrin oder gepaart mit Erlösung und Befreiung.

Genau dass, was wir jetzt brauchen.

Aber schauen wir doch mal genauer hin, damit unser Aufbruch gelingen kann.

Vergnügen - das ist mehr als Spaß, es ist Erquickung, Labsal; Balsam, Genuss, aber in diesem Wort steckt auch genügen drin - also in Maßen, in Grenzen. Und in mir ist er Gedanke geweckt, ob nicht in dem Sich-

Begrenzen im Sinne von „es gibt ein Genug“ auch erst das eigentliche Vergnügen sicht- und spürbar wird.

Früher feierten wir aus Geldmangel „Bottle-Partys“ jede\*r bringt was mit –die letzten Jahren gingen wir zum angesagten Italiener. Aber mal ehrlich - Bottle-Partys brachten mehr Vergnügen, Leichtigkeit und Genuss.

Das erste Mal im Frühjahr barfuß über eine feuchte Morgenwiese gehen - kostet kein Geld, manchmal nur Überwindung - ist aber reines Vergnügen und erfrischend.

Erdbeeren im Mai und Juni schmecken wunderbar und sonnenreich und die Erinnerung trägt, bis zum nächsten Mai.

Vergnügen stellt sich wohl dann ein, wenn ich aus dem immer besser, immer mehr, immer weiter aussteigen und es genug sein lasse und den Moment, den Augenblick genieße - was ein Vergnügen. Gönnen wir uns das Vergnügen im Genügen. Nehmen wir uns das mit, in die Zeit in der der Corona-Virus wieder mehr und mehr Normalität zulässt.

Erlösung - das verspricht Rettung, Bergung, Aufgehoben sein - den Himmel auf die Erde holen. Große Worte, große Sehnsüchte, die geweckt werden. Nur auch hier bemerken wir schnell, dass offenbar der Schlüssel zum dem Wort Erlösung auch schon in ihm selbst steckt. Lösung, Loslassen - was kann, will und muss ich Loslassen, damit Erlösung stattfinden kann?  
Welch aktuelle Frage in unserer Zeit?

Hier wird wahrscheinlich jede\*r je nach Lebenslage und -situation andere Antworten finden. Aber es ist doch erstaunlich, dass das Loslassen, das Freigeben und Sich-Freimachen von Dingen, Erwartungen und einengenden Gefühlen und Befindlichkeiten den Weg zur Erlösung beschreibt.  
Gelöst von allen Fesseln.

Welch Perspektivwechsel, welch große Veränderung?

Und dann kommt die Befreiung, tatsächlich leicht daher - befreit, von allem, was lähmt, frei wie ein Vogel, aber nicht vogelfrei, sondern eingebunden in eine solidarische Gemeinschaft und in die Beziehung zu Gott. Nicht mehr auf der Suche, sondern geerdet und zum Himmel geöffnet zugleich.

Bevor der Pessimismus sich meldet, und fragt, was ist denn hier Wunsch und was Wirklichkeit.

Wunsch und Wirklichkeit kommen bei Hüsch zusammen, als er den Grund dafür entdeckte: „weil mich mein Gott das Lachen lehrt“

Ja, Lachen tut gut. Es ist gesund und heilsam, und es ist einfach. Wir brauchen weniger Muskeln zum Lachen, als zum finster dreinschauen. Lachen wirkt sich positiv auf unseren Körper aus. Vermehrte Sauerstoffaufnahme, verbesserte Durchblutung, Stabilisierung des Kreislaufs. Alles wird weit, frei! Die Atmung, der Brustkorb, das Denken. Und wenn ich mit einem Lächeln auf mein Leben schauen, kann ich manches leichter nehmen. Natürlich gibt es auch ein spöttisches oder hämisches Lachen, das lähmt und Menschen klein macht, aber das ist nicht Gottes Lachen. Gott lehrt das freudige und heilsame Lachen, das zugewandt und offen ist.

Das Lachen der Befreiung ist wahrhaft göttlich. Denn Gott hat uns Menschen frei gemacht und uns zusagt, auch in unseren Ängsten von ihm geliebt und gehalten zu sein.

Ich bin vergnügt, erlöst, befreit, weil mich mein Gott das Lachen lehrt ...

So kommt Wohl über und die Osterbotschaft in alle Welt.

So entstand auch das befreiende Osterlachen, das dem Tod, aller Lähmung und Depression die Macht nimmt.

#### Gebet

Du, Gott des Lachens, des Lichtes, der Liebe und des Lebens, dir und deiner Zusage lass uns trauen.

Heute - vergnügt, erlöst, befreit,  
aber auch im Alltag,  
vor allem aber, wenn es schwierig wird.

Auch dann, wenn wir zweifeln,  
deine Zeichen in unserem Leben zu erkennen.

Deshalb unser Bitte: habe Geduld mit uns - werde nicht müde,  
uns auf Dich auszurichten. Wir brauchen Dich und Deine Zeichen.

Höre nicht auf, uns das Lachen zu lehren,  
damit wir lernen Dein Licht und Deine Liebe in die Welt zu tragen.  
Vergnüglich, erlösend, befreiend - für alle. Amen

#### Segen

Und so geht in das neue Leben - vergnügt, erlöst und befreit.  
Bringt die Osterbotschaft in die Welt, dass sie sich ausbreiten-  
Denn Gottes Segen leuchtet uns wie das Licht am Ostermorgen.  
Gottes Liebe beflügelt uns, Gottes Freude rührt uns an.  
Denn Christus ist auferstanden und begleitet uns. Amen

Simone Pfitzner  
Referentin für Seelsorge (nicht nur) im Alter  
Kirchenkreis Soest-Arnsberg  
0170-522 08 28  
[Simone.pfitzner@evkirche-soest-arnsberg.de](mailto:Simone.pfitzner@evkirche-soest-arnsberg.de)

# Ostern Vergnügt, erlöst, befreit

*Ich bin vergnügt, erlöst, befreit.*

*Gott nahm in seine Hände meine Zeit,  
mein Fühlen, Denken, Hören, Sagen,  
mein Triumphieren und Verzagen,  
das Elend und die Zärtlichkeit.*

*Was macht, dass ich so fröhlich bin  
in meinem kleinen Reich?*

*Ich sing und tanze her und hin  
vom Kindbett bis zur Leich.*

*Was macht, dass ich so furchtlos bin  
an vielen dunklen Tagen?*

*Es kommt ein Geist in meinen Sinn,  
will mich durchs Leben tragen.*

*Was macht, dass ich so unbeschwert  
und mich kein Trübsinn hält?*

*Weil mich mein Gott das Lachen lehrt  
wohl über alle Welt.*

*Ich bin vergnügt, erlöst, befreit.*

*Gott nahm in seine Hände meine Zeit,  
mein Fühlen, Denken, Hören, Sagen,  
mein Triumphieren und Verzagen,  
das Elend und die Zärtlichkeit.*

*Hanns Dieter Hüsch*