

S o n n t a g – T a g d e s H e r r n

Sonntag – Vom Wochenende zum Wochenanfang

1. Der Sonntag: Ein Denkmal des Glaubens

Kirchen sind in Stein gehauene Monumente des Glaubens. Ein ähnliches Monument des Glaubens, hineingebaut in den Ablauf der Zeit, ist der Sonntag. Wie ein Denkmal des Glaubens aus Stein, so kann auch der Sonntag, das Denkmal unseres Glaubens in der Zeit, zu einer Ruine werden. Wenn der Sonntag keinen christlichen Inhalt mehr hat, wird er allzu leicht in die Kalkulation von Produktion, Leistung und Rentabilität einbezogen. Ob der Sonntag bleiben wird und wie er sein wird, hängt wesentlich davon ab, ob und wie wir Christen ihn feiern.

2. Der Sonntag: Tag für den Menschen

Das Wort Jesu "Der Sabbat ist für den Menschen da, nicht der Mensch für den Sabbat"(Mk 2,27) gilt auch für den Sonntag. Deshalb ist der Sonntag als „Tag des Herrn“ zugleich auch der „Tag des Menschen“. Wir sind heute in Gefahr, die Freiheit des Sonntags zu verlieren – freilich nicht durch einengende kultische Vorschriften, sondern durch Mechanismen der so genannten „Freizeitkultur“, die auf ihre Art versklaven. Viele Menschen, denen die Mitte ihres Lebens im Glauben an Gott verloren gegangen ist, suchen in Hast, Lärm und Raserei einen Ersatz für Sinn und Erfüllung. Doch dieser Ersatz lässt das Herz leer. Daher sollte Gemeinde als gottesdienstliche Versammlung und als menschliche Gemeinschaft sichtbar werden. Sonntag als „Tag des Menschen“ ist aber auch der Tag der Familie. Wenigstens an diesem Tag sollten Gemeinschaft, Gespräch und gemeinsame Mahlzeit den Ablauf des Tages prägen.

3. Der Sonntag: Tag für die Gemeinschaft

Sonntag bedeutet, dass an diesem Tag keiner vergessen werden darf, gerade auch jene Menschen nicht, die an den Rand gedrängt werden, die Kranken, die Alten, die Einsamen. Bemühen wir uns, dass der Sonntag für uns und die Mitmenschen, die von uns Hilfe erwarten wieder deutlicher zum Tag des Herrn und zum Tag für den Menschen wird.

4. Der Sonntag: Tag des Herrn

In vielen Sprachen heißt der Sonntag Herrentag (dominica, domenica, dimanche). Der Sonntag ist vor allem Tag des Herrn. In der Feier der sonntäglichen Eucharistie gedenken wir des Todes und der Auferstehung unseres Herrn. Gedenken hat zu tun mit Dank. Wir danken Gott und seinem Sohn Jesus Christus für das Erlösungswerk.

5. Der Sonntag: Zeugnis des Glaubens für die Welt

Durch die Feier des Sonntags und der sonntäglichen Eucharistie geben wir der Welt ein Zeugnis unseres Glaubens. Der gemeinsam gefeierte Sonntag kann uns helfen, die Herzen füreinander zu öffnen und Gemeinschaft zu leben und zu erleben über die Grenzen unserer Gemeinde hinaus.

Was wir tun könnten:

- Zeit einteilen: für Eucharistiefeier, für Erholung, für gemeinsame Mahlzeit
- Rückblick auf die Woche
- Planung des Sonntags als ersten Tag der Woche

Mt 4,4 : "Der Mensch lebt nicht vom Brot allein, sondern von jedem Wort, das aus dem Munde Gottes kommt".

Sonntag – Vom Stress zur Ruhe

Um wirklich Mensch zu sein, brauchen wir Zeiten der Ruhe. So können wir aus dem Alltagstrott ausbrechen, zu uns selbst finden und zu Gott.

Was wir tun könnten:

- einmal in der Woche Zeit haben für den,
der unser Leben in Händen hält
- Zeit nehmen für uns selbst
- Ort der Ruhe finden

Mk 6,31: „Kommt mit mir und ruht ein wenig aus“.

Sonntag – Vom Schnellimbiss zum Familientisch

Bei der Sonntagsmahlzeit trifft sich die Familie; hier wird nicht nur gegessen, es werden Gespräche geführt, Erfahrungen ausgetauscht, die Beziehungen zueinander immer wieder neu zur Sprache gebracht.

Der gemeinsame Familientisch bietet Gelegenheit über den Sinn des Lebens, der Arbeit, der Schöpfung und der Welt nachzudenken, dabei kann die Sonntagspredigt besprochen und vertieft werden.

Was wir tun könnten:

- den Sonntagstisch bewusst schön gestalten
- im Tischgebet Dank für das Mahl und Bitte um Segen ausdrücken
- Einladungen aussprechen, um Gemeinschaft zu erleben

Apg 2,46: „Sie brachen in ihren Häusern das Brot und hielten in Freude untereinander Mahl.“

Sonntag – vom Muss zur Muße

Der Sabbat als Ruhetag nach dem Beispiel Gottes ist ein Erbe aus dem Alten Testament. Weil Jesus am ersten Tag der Woche auferstanden ist, feiern wir Christen den Sonntag als Ruhetag. Die Erfahrung des Sonntags soll dem Menschen die Möglichkeit geben, Abstand zu gewinnen von der Geschäftigkeit, damit er sich nicht darin verliert.

Was wir tun könnten:

- Nicht: Am Sonntag müssen wir in die Kirche gehen – sondern,
denken wir an den Tag des Herrn - Gottes Gebot ist ein göttliches Angebot
- den Sonntag als Geschenk annehmen

Ex 20,8: „Denk an den Sabbat: Halte ihn heilig.“

Jeder Sonntag – ein Fest

An jedem Sonntag erinnern sich die Christen an das Grundgeheimnis ihres Glaubens. Jesus, der Gekreuzigte, lebt und hat allen das Leben bei ihm versprochen. Dies ist der tiefste Grund, weshalb wir den Sonntag feiern. Darum versammeln sich Christen am Sonntag in aller Welt, um die Gedächtnisfeier an Jesu Tod und Auferstehung festlich zu begehen. Sie feiern Eucharistie zur Erinnerung an seine Heilstaten, als Dank für die Gemeinschaft mit ihm und untereinander, als Zeichen der Hoffnung für die Zukunft.

Der Gottesdienst darf aber nicht isoliert gesehen werden, er muss eingebettet werden in die Feier des gesamten Sonntags. Wichtig ist, dass jeder das Gefühl hat: ich bin nicht allein, denn zur Feier des Festtages gehört Gemeinschaft.

Was wir tun könnten:

- Planung des Gottesdienstbesuches, als Mitte des sonntäglichen Festes
- nachdenken wofür wir Gott danken können
- überlegen, ob eine besondere Kleidung den Sonntag heraushebt

Unser Leben sei ein Fest, Jesu Geist in unserer Mitte, Jesu Werk in unseren Händen, Jesu Geist in unseren Werken, unser Leben sei ein Fest, an diesem Morgen und jeden Tag.

Quelle: Lizenzauflage der Broschüre: „*Alle Tage ist kein Sonntag, Lasst uns ihn feiern*“,Münster

Von der Sonntags – „Pflicht“

Ihr sollt nicht kommen,
dem Trott der Gewohnheit folgend,
dem Zwang der Verhältnisse dienend,
dem Druck des Gebotes gebeugt:
ohne Wunsch
ohne Willen
ohne Freiheit
ohne Freude.

Mit der Liebe,
die nichts für sich behält,
lade ich euch ein.

Als Bruder, als Freund, als der,
dem ihr alles bringen dürft,
was euch freut,
was euch quält,
was euch ängstigt,
was euch zornig macht,
warte ich auf euch.

Als der,
der eure Hingabe fordert,
euren Einsatz verlangt,
euer JA zum Bruder will,
rufe ich euch her.

Damit ihr gesättigt
sättigen könnt,
damit ihr getröstet
Trost verschenkt,
damit ihr geliebt
zu Liebenden werdet.