

Den Sonntag heiligen! Aber wie in Krisenzeiten?

„Denk an den Sabbat! halte ihn heilig“, fordert Gott im dritten Gebot.

Was für die Juden der Sabbat ist, ist für die Christen der Sonntag, der Tag des Herrn, der Tag seiner Auferstehung.

Deshalb legt uns die Kirche ans Herz, an den Sonn- und Feiertagen die heilige Messe mitzufeiern, das Geheimnis unseres Glaubens: den Tod und die Auferstehung des Herrn.

Im Jahr 304 erlitten in Abitene im heutigen Tunesien 49 Christen das Martyrium, weil sie trotz staatlichen Verbots am Sonntag zur Eucharistiefeier zusammenkamen.

Im Verhör gaben sie an: „Ohne uns am Sonntag zur Eucharistie zu versammeln, können wir nicht leben!“

Für einen echten Christen ist das Gebot keine Pflicht, sondern ein Bedürfnis. Aber was tun, wenn die Mitfeier der Hl. Messe, wie im Augenblick, nicht möglich ist?

Im Folgenden finden Sie einen guten, brauchbaren und praktikablen Rat:

Ich versuche zunächst einmal, trotzdem den Tag des Herren zu heiligen, d.h. dass ich mich ausruhe, dass ich Zeit habe für die Gemeinschaft, die Familie, den Ehepartner, die Kinder, die Eltern, den Freund; Zeit für das Schöne, Zeit vor allem für Gott, für das Gebet.

Ich nehme mir am Sonntag soviel Zeit, wie ich auch sonst brauche, um zur Kirche zu gehen und die Messe mitzufeiern. Am besten zu der Zeit, an der sonst die hl. Messe am Sonntag in der Pfarrkirche gefeiert wird.

Diese ein bis zwei Stunden will ich am Sonntag ganz für den Herrn reservieren, indem ich bete, indem ich sein Wort lese, die Lesungen und das Evangelium des betreffenden Sonn- oder Festtages. Besser noch, wir tun es in Gemeinschaft, indem wir uns als Familie vor dem Kreuz und dem Marienbild versammeln und gemeinsam hören, bitten, danken, loben und die Sehnsucht nach dem Herrn erwecken. Auch das gemeinsame Singen anhand des „Gotteslobes“ bereichert die gemeinsame Andacht.

Gerade Kinder werden das nie vergessen! Wieviel besser ist das als das gemeinsame Anschauen einer Liturgie auf dem Bildschirm.

Wenn ich schon nicht real kommunizieren kann, gibt es die sog. Geistliche Kommunion. Diese ist keine Technik zum Ersatz des Sakramentes, sondern eine inständige Bitte an Gott im Vertrauen, dass Er uns erhört, wenn unser Herz wirklich bereitet ist. z.B. das Gebet zur Geistlichen Kommunion nach Pater Pio:

Mein Jesus, ich glaube, dass Du im Allerheiligsten Sakrament des Altares zugegen bist. Ich liebe Dich über alles, und meine Seele sehnt sich nach Dir. Da ich Dich aber jetzt im Sakrament des Altares nicht empfangen kann, so komme wenigstens geistigerweise zu mir. Ich umfange Dich, als wärest Du schon bei mir, und vereinige mich mit Dir! Ich bete Dich in tiefster Ehrfurcht an. Lass nicht zu, dass ich mich je von Dir trenne. Amen.