

# Ostern: „Ich bin erstanden und bin immer bei dir“

Die österliche Zeit mit ihrer überbordenden Freude erstreckt sich von der Ostervigil bis zum Pfingstsonntag. In diesen fünfzig Tagen überschüttet uns die Kirche mit ihrer Freude über den Sieg des Herrn über den Tod. Christus lebt und kommt, um uns zu begegnen.

31.07.2021

„Kommt her, die ihr von meinem Vater gesegnet seid, nehmt das Reich in Besitz, das seit Anfang der Welt für euch bestimmt ist. Alleluja!“<sup>1</sup>. Die Osterzeit gibt uns einen Vorgeschmack auf die Glückseligkeit, die uns Jesus Christus mit seinem Sieg über den Tod errungen hat.

„Wegen unserer Verfehlungen wurde er (unser Herr) hingegeben, wegen unserer Gerechtmachung wurde er auferweckt“<sup>2</sup>. Damit, wenn wir in Ihm bleiben, unsere „Freude vollkommen wird“<sup>3</sup>.

Im Rahmen des gesamten Kirchenjahres ist die Osterzeit *der Höhepunkt* schlechthin, denn die christliche Verkündigung ist die frohe Botschaft von der Erlösung, die der Herr durch sein *Pascha* und von seinem Übergang vom Tod in ein neues Leben vollbracht hat. ***Die österliche Zeit ist eine Zeit der Freude, die sich nicht auf diesen Abschnitt des liturgischen Jahres***

**beschränkt, sondern die in jedem Augenblick das Herz des Christen erfüllt. Denn Christus lebt, Christus ist nicht eine Gestalt, die vorübergegangen ist, die einmal lebte und dann verschwand und uns nur eine wunderbare Erinnerung und ein ergreifendes Beispiel hinterließ,**<sup>4</sup>

Was bei den Erscheinungen des Auferstandenen nur von „den von Gott vorherbestimmten Zeugen“<sup>5</sup> erlebt werden konnte, wird uns jetzt in der Liturgie dargeboten. Sie lässt uns, wie der Papst Leo der Große gepredigt hat, diese Geheimnisse miterleben, denn „was an unserem Erlöser sichtbar war, ist in seine Mysterien übergegangen“<sup>6</sup>. Ausdrucksstark ist die Gewohnheit der orientalischen Christen, die im Bewusstsein dieser Realität vom Morgen des Auferstehungssonntags an den Osterkuss tauschen: „*Christos anestē*“ – Christus ist auferstanden! „

*alethōs anestē*“ – Er ist wahrhaft auferstanden.

Die lateinische Liturgie, die in der Osternacht ihre Freude in das *Exultet* hineingelegt hat, fasst sie am Ostersonntag in dem schönen Introitus *Resurrexi* zusammen: „Ich bin erstanden und bin immer bei dir. Du hast deine Hand auf mich gelegt. Wie wunderbar ist für mich dieses Wissen“<sup>7</sup>. Die unaussprechliche Erfahrung der Auferstehung, die Er beim Morgengrauen des Sonntags durchlebt hat, legen wir dem Herrn taktvoll mit dem Ausdruck eines inbrünstigen, an den Vater gerichteten kindlichen Gebetes in den Mund. Der heilige Josefmaria hat uns in seiner Predigt angeregt, uns so Christus zu nähern, als ob wir seine Zeitgenossen wären: ***Ich wollte, wenn auch nur kurz, an einige Aspekte des Lebens Christi heute erinnern – Jesus Christus heri et hodie: ipse et in saecula-, denn hier***

***ist das Fundament des ganzen christlichen Lebens***<sup>8</sup>. Der Herr will, dass wir uns ihm nicht wie jemandem, der in der Vergangenheit gelebt hat, nähern und so von ihm sprechen, sondern dass wir seine Aktualität, seine lebendige Gemeinschaft mit uns im „Heute“ erfassen.

## **Die fünfzigjährige Osterzeit**

Lange vor der Einführung der Fastenzeit und anderer liturgischer Zeiten feierte die christliche Gemeinde bereits diese fünfzig Tage des Jubels. Wenn jemand während dieser Tage nicht seiner Freude Ausdruck verlieh, wurde er als jemand betrachtet, der den Kern des Glaubens nicht erfasst hatte, denn „mit Jesus Christus kommt immer – und immer wieder – die Freude“<sup>9</sup>. Dieses so lange andauernde Fest zeigt uns, wie sehr „die Leiden der gegenwärtigen Zeit nichts bedeuten

im Vergleich zu der Herrlichkeit, die an uns offenbar werden soll“<sup>10</sup>. Die Kirche lebt in dieser Zeit bereits die ihr vom Herrn bereitete Freude als etwas, „was kein Auge gesehen und kein Ohr gehört hat, was in keines Menschen Herz gedrungen ist“<sup>11</sup>.

Seit Jahrhunderten spiegelt sich in der liturgischen Praxis dieser eschatologische Sinn eines Vorgeschmacks des Himmels, angesichts der während der Osterzeit entfallenden Lesungen aus dem Alten Testament. So wie der ganze Alte Bund Vorbereitung ist, feiern diese fünfzig Tage die Wirklichkeit der Gegenwart des Reiches Gottes. Durch Ostern wurde alles neu, und dorthin, wo alles Erfüllung ist, passt kein symbolisches Bild. Darum verwendet die Liturgie der Osterzeit in der Verkündigung zusammen mit dem vierten Evangelium, die Apostelgeschichte und die Offenbarung des Johannes, also jene

lichtvollen Bücher, die sich besonders für die Spiritualität dieser Zeit eignen.

Die christlichen Schriftsteller des Orients und des Okzidents haben den Zeitraum der fünfzig österlichen Tage als einen einzigen ausgedehnten Festtag betrachtet. Darum werden die Sonntage dieser Zeit nicht als erster, zweiter, dritter , ... Sonntag *nach Ostern*, sondern nur einfach als *Ostersonntag* (bzw. Sonntag *der Osterzeit* ) bezeichnet. Die ganze Osterzeit ist also so etwas wie ein einziger großer Sonntag, jener Sonntag, der alle ersten Tage der Woche zu Sonntagen macht. In diesem Sinn ist auch der Pfingstsonntag zu verstehen, der nicht ein neues Fest, sondern der Abschluss des großen Osterfestes ist.

In der Fastenzeit haben etliche Hymnen der liturgischen Tradition das *Alleluja* mit einem Unterton des

Abschieds rezitiert. Im Gegensatz dazu berauscht sich die Osterliturgie am Alleluja, denn es ist ein Vorbote jenes *neuen Liedes*, das die Getauften im Himmel anstimmen werden.<sup>12</sup> — Denn schon jetzt wissen sie, dass sie mit Christus auferweckt werden. Dieser Ausruf wird deshalb in der ganzen österlichen Zeit an den Eröffnungsvers wie auch an den Antwortpsalm der Messe angehängt und oft wiederholt. Er verbindet ja den Imperativ des hebräischen Wortes hallal – loben – mit dem Namen Gottes - Jahwe.

Der heilige Augustinus sagt in einer Homilie: „Welch glückliches Alleluja werden wir dort anstimmen! Es wird ein festes, furchtloses Alleluja sein, weil es dort keinen Feind geben wird und kein Freund verloren geht. Dort werden, so wie jetzt hier, die göttlichen Lobgesänge widerhallen; die hier kommen freilich von solchen, die noch in Schwierigkeiten

stecken, dort aber von bereits in Sicherheit lebenden; hier kommen sie von denen, die sterben müssen, dort von jenen, die auf ewig leben; hier von den Hoffenden, dort von den bereits Besitzenden; hier von denen, die noch unterwegs sind, dort von jenen, die das Vaterland bereits erreicht haben“<sup>13</sup>. Der heilige Hieronymus schreibt, dass in Palästina dieser Ausruf in den ersten Jahrhunderten so volkstümlich war, dass die Leute beim Pflügen der Felder von Zeit zu Zeit Alleluja! ausriefen. Und auf den Fährschiffen, die Reisende von einem Flussufer zum anderen brachten, riefen die Ruderer, wenn sie an anderen vorbeifuhren: Alleluja! „Tiefe, heitere Freude erfüllt die Kirche in diesen Wochen der österlichen Zeit. Unser Herr wollte nämlich allen Christen zum Erbe hinterlassen (...), eine von Übernatürlichkeit überströmende Freude, die einem

nichts und niemand nehmen kann,  
wenn wir das nicht zulassen“<sup>14</sup>.

## Die Osteroktav

„Die ersten acht Tage der Osterzeit bilden die »Osteroktav« und werden wie Hochfeste des Herrn begangen“<sup>15</sup>. Im Altertum hat der Bischof von Rom während dieser Oktav die *Stationen* in einer Weise gefeiert, um die Neubekehrten mit dem Triumph jener Heiligen bekannt zu machen, die für das christliche Leben der Weltstadt besonders signifikant waren. Es handelte sich um eine Art „Glaubensgeografie“, in der das christliche Rom wie eine Rekonstruktion des Jerusalem unseres Herrn erschien. Man besuchte dabei mehrere römische Basiliken: Die *Statio* der Ostervigil fand in San Giovanni in Laterano statt; der Sonntag in Santa Maria Maggiore; der Montag in San Pietro in Vaticano; der Dienstag in San

Paolo fuori le mura; der Mittwoch in San Lorenzo fuori le mura; der Donnerstag in der Basilika Santi Apostoli; der Freitag in Santa Maria *ad martyres*; und der Samstag neuerlich in San Giovanni in Laterano.

An diesen Tagen hatten die Lesungen einen Bezug zum jeweiligen Festplatz. So wurde beispielsweise die *Statio* am Mittwoch in San Lorenzo fuori le mura gefeiert. Das dort verkündete Evangelium war der Abschnitt über die Kohlenfeuer<sup>16</sup>, was ein klarer Hinweis auf die Überlieferung der römischen Bevölkerung war, dass der Diakon Laurentius das Martyrium auf einem Rost erlitt. Der Samstag der Oktav war jener Tag, an dem die Neubekehrten die Alba ablegten, mit der sie bei ihrer Taufe in der Osternacht bekleidet wurden. Die erste Lesung war deshalb die Mahnung des Petrus, die mit den

Worten beginnt: „*deponentes igitur omnem malitiam ...*“<sup>17</sup> (Legt also alle Bosheit ab ...).

Die Kirchenväter bezeichnen den Sonntag oft als den „achten Tag“, so als ob er die sieben Tage der Woche ergänzen würde, wodurch der Sonntag den Beginn einer neuen Zeit und deren Ende in der künftigen Welt beschwören sollte<sup>18</sup>. Deshalb waren die alten Taufkapellen achteckig, wie die in San Giovanni in Laterano. Die Neubekehrten verließen das Taufbecken, um ein neues Leben zu beginnen, das für den achten Tag offen war, für jenen Sonntag, der nie zu Ende geht. Auf diese Weise erinnert jeder Sonntag daran, dass unser Leben in der Zeit der Auferstehung abläuft.

## Himmelfahrt und Pfingsten

„Der von den Toten auferstandene Herr zieht durch seinen Aufstieg den Blick der Jünger zum Himmel – und

wir schauten auch –, um uns zu zeigen, dass das Ziel unserer Reise der Vater ist“ <sup>19</sup>. Es beginnt die Epoche einer neuen Form der Anwesenheit des Herrn. Er scheint verborgener, ist uns aber in gewisser Weise näher. Es beginnt die Zeit der Liturgie, die zur Gänze ein großes, durch den Sohn und im Heiligen Geist an den Vater gerichtetes Gebet darstellt, ein Gebet ***gleich einem ruhigen, breiten Strom***<sup>20</sup>.

Jesus entschwindet dem Blick der Apostel, die zunächst wohl in Schweigen verfallen. „Wir wissen nicht, ob sie sich in jenem Augenblick der Tatsache bewusst waren, dass sich vor ihren Augen ein wundervoller, unendlicher Horizont öffnete, das endgültige Ziel der irdischen Pilgerschaft des Menschen. Vielleicht haben sie es erst am Pfingsttag verstanden, erleuchtet vom Heiligen Geist“ <sup>21</sup>.

„Allmächtiger und ewiger Gott, Du hast das österliche Sakrament in das Mysterium der fünfzig Tage einschließen wollen ...“<sup>22</sup>. Die Kirche lehrt uns in dieser Zahl die ausdrucksstarke Sprache der Offenbarung zu erkennen. Im religiösen Leben des Volkes Israel gab es zwei wichtige Abfolgen von fünfzig Tagen: das Pfingstfest, sieben Wochen nach dem Beginn der Weizernte und das Jubeljahr (Erlassjahr), welches das fünfzigste Jahr zu einem heiligen Jahr (Jubeljahr) erklärte: es war Gott geweiht und in ihm konnte jeder seinen Erbbesitz zurückerhalten und zu seiner Familie zurückkehren.<sup>23</sup> In der Epoche der Kirche umfasst die „österliche Zeit“ die fünfzig Tage nach der Auferstehung des Herrn bis zur Herabkunft des Heiligen Geistes. Wenn in der liturgischen Sprechweise die Fastenzeit die aus ganzem Herzen, mit ganzer Seele und Geist erfolgende Umkehr zu Gott

bedeutet, so stellt Ostern unser neues Leben als mit Christus

„Mitaufgerstandene“ dar. „*Igitur, si consurrexistis Christo, quae sursum sunt quaerite*“: „Seid ihr nun mit Christus auferweckt, so strebt nach dem, was oben ist, wo Christus zur Rechten Gottes sitzt“ <sup>24</sup>.

Nach Abschluss der fünfzig Tage „gelangen wir zum Gipfel der Güter, zur Metropole aller Feste“ <sup>25</sup>, denn, von Ostern nicht trennbar, ist es die „Mutter aller Feste“. Tertullian sagte zu den Heiden seiner Zeit: „Nimm die einzelnen Festtage der Heiden heraus (...), so werden sie nicht hinreichend sein, eine Pentekoste (fünfzig Tage) auszumachen“ <sup>26</sup>. Denn Pfingsten ist der Abschlusssonntag, die Fülle. An diesem Hochfest erleben wir staunend, wie Gott durch die Liturgie die Schenkung des Geistes aktualisiert, die am Beginn der Entstehung der Kirche stattfand.

Denn „vor ihren Augen wurde er (Jesus) zum Himmel erhoben, damit er uns Anteil gebe an seinem göttlichen Leben“<sup>27</sup>, so teilt der zur Rechten des Vaters sitzende Herr am Pfingsttag seiner Kirche durch die Ausgießung des Heiligen Geistes, der ***Frucht des Kreuzes***<sup>28</sup>, göttliches Leben mit. Der heilige Josefmaria lebte mit diesem Gespür der ständigen Gegenwart und animierte auch uns dazu: ***Hilf mir, ein neues Pfingsten zu erflehen, das die Erde von neuem entzündet***<sup>29</sup>.

Man kann deshalb gut verstehen, dass der heilige Josefmaria einige Bildungsmittel des Werkes mit einem traditionellen Gebet der Kirche beginnen wollte, wie es sich zum Beispiel in der Votivmesse des Heiligen Geistes findet: „*Deus, qui corda fidelium Sancti Spiritus illustratione docuisti, da nobis in eodem Spiritu recta sapere, et de ejus semper consolatione gaudere*“<sup>30</sup>. Mit

Worten der Liturgie flehen wir zu Gott Vater, dass uns der Heilige Geist fähig mache, den Sinn der Dinge Gottes zu genießen, und wir bitten auch um den aufmunternden Trost des **Großen Unbekannten**<sup>31</sup>.

„Die Welt braucht hingegen den Mut, die Hoffnung, den Glauben und die Ausdauer der Jünger Christi. Die Welt braucht die Früchte, die Gaben des Heiligen Geistes, wie sie der heilige Paulus aufzählt: ‚Liebe, Freude, Friede, Langmut, Freundlichkeit, Güte, Treue, Sanftmut und Selbstbeherrschung‘ (*Gal 5,22-23*). Die Gabe des Heiligen Geistes wurde der Kirche und einem jeden von uns in Überfluss geschenkt, damit wir in echtem Glauben und tätiger Nächstenliebe leben können, damit wir die Samen der Versöhnung und des Friedens verbreiten können“<sup>32</sup>.

*Félix María Arocena*

---

1 *Römisches Messbuch*, Mittwoch der Osteroktav, Eingangsantiphon; vgl. *Mt 25,34.*

2 *Röm 4,25.*

3 Vgl. *Joh 15,9-11.*

4 Hl. Josefmaria, *Christus begegnen*, Nr. 102.

5 *Apg 10,41.*

6 Hl. Leo der Große, *Sermo 74,2* (PL 54, 398). - Zitiert nach *KKK 1115.*

7 *Römisches Messbuch*, Ostersonntag, Eröffnungsvers, Vgl. *Ps 139, 18.5-6.*

8 Hl. Josefmaria, *Christus begegnen*, Nr. 104.

9 Papst Franziskus, Ap. Schr. *Evangelii gaudium*, 24.11.2013, Nr. 1.

10 *Röm 8,18.*

11 1 Kor 2,9.

12 Vgl. *Offb* 5,9.

13 Hl. Augustinus, *Sermo* 256,3 (PL 38, 1193).

14 Sel. Álvaro, *Caminar con Jesús* (Mit Jesus gehen), Madrid 2014, S. 197.

15 Römisches Messbuch,  
*Grundordnung des Kirchenjahres und  
des Römischen Generalkalenders*, Nr.  
24.

16 *Joh* 21,9.

17 1 *Petr* 2,1.

18 Vgl. Johannes Paul II, Ap. Schr.  
*Dies Domini*, 31.5.1998, Nr. 26.

19 Papst Franziskus, *Regina Coeli*  
vom 1.6.2014.

20 Hl. Josefmaria, *Der Weg*, Nr. 145.

21 Benedikt XVI, *Homilie* vom 28.5.2006.

22 Römisches Messbuch, *Tagesgebet* der Vigil des Pfingstsonntags (in der Übersetzung aus dem Spanischen).

23 Vgl. *Lev* 23,15-22; *Num* 28,26-31; *Lev* 25,1-22.

24 *Kol* 3,1.

25 Hl. Johannes Chrysostomus, *Homilie II* des heiligen Pfingstfestes (PG 50, 463).

26 Tertullian, *De idolatria* 14 (PL 1, 683).

27 Römisches Messbuch, *Präfation* von Christi Himmelfahrt.

28 Hl. Josefmaria, *Christus begegnen*, Nr. 96.

29 Hl. Josefmaria, *Die Spur des Sämanns*, Nr. 213

30 Römisches Messbuch, *Tagesgebet* der Votivmesse zum Heiligen Geist.

31 Vgl. *Christus begegnen*, Nrn. 127-138.

32 Papst Franziskus, *Homilie am Pfingstfest*, 24.5.2015.

---

pdf | automatisch generiertes Dokument von <https://opusdei.org/de-ch/article/ostern-ich-bin-erstanden-und-bin-immer-bei-dir/> (20.01.2026)