

## **Betrachtungstext: Ostersonntag**

Die Auferstehung lässt die heiligen Frauen aufleben – Petrus und Johannes laufen zum Grab – An der Seite Marias in der Osterfreude

NOCH LIEGT Dunkelheit über Jerusalem. Der Tod Jesu scheint die Welt für immer verfinstert zu haben: Nie mehr wird die Sonne so scheinen wie einst, als der Meister noch unter ihnen weilte. Dennoch sind einige Frauen bereits unterwegs, in aller Frühe eilen sie zum Grab Jesu am Kalvarienberg. Die Straßen sind leer. Die Frauen kommen an den Gassen und Plätzen vorbei, durch die der

gepeinigte Jesus zog; ihr Herz erzittert erneut, doch sie geben der Angst und dem Schmerz nicht nach.

„Mich rührt der Glaube dieser Frauen“, sagte der heilige Josefmaria, „und er ruft mir so viel Gutes von meiner Mutter in Erinnerung – wie ihr euch auch an viel Großartiges von euren Müttern erinnern werdet ... Jene Frauen wussten, dass das Grab von Soldaten bewacht und mit einem Stein verschlossen war; doch sie besorgen, was sie brauchen, und gehen bei Tagesanbruch hin, um den Leichnam des Herrn zu salben ... Dazu braucht es Mut! (...). Als sie zum Grab kamen, *sahen sie, dass der Stein schon weggewälzt war* (Mk 16,4). So ist es immer: Wenn wir uns entschließen, zu tun, was wir sollen, lösen sich die Schwierigkeiten wie von selbst.“<sup>1</sup> Den Frauen pocht das Herz bis zum Hals. Und Gott, der einer solchen Liebe nicht widerstehen kann, tut ihnen durch

einen weißbekleideten jungen Mann  
die beste aller Nachrichten kund.

Die Liturgie des Ostertages setzt seit  
Jahrhunderten mit den Worten ein,  
mit welchen sich der Auferstandene  
nach der Rückkehr aus der Nacht des  
Todes in die Welt der Lebenden an  
seinen Vater gewandt haben könnte:  
*„Resurrexi et adhuc tecum sum – Ich  
bin erstanden und bin immer bei  
dir.“* Dieses Wort dürfen wir aber  
auch als an uns gerichtet verstehen,  
wie Papst Benedikt XVI. sagte: „Ich  
bin auferstanden und bin nun immer  
bei dir. Meine Hand hält dich. Wohin  
du auch fällst, du fällst in meine  
Hände. Auch an der Tür des Todes  
bin ich da. Dort, wo niemand mehr  
mit dir gehen kann und wohin du  
nichts mitnehmen kannst, warte ich  
auf dich und mache dir die  
Finsternis zu Licht.“<sup>2</sup>

---

DIE FRAUEN eilen weinend und jubelnd zum Abendmahlssaal, um den Aposteln zu berichten. Diesen erscheint verrückt, was sie aus dem Mund der Frauen hören. Doch auch wenn die Nachricht sie nicht überzeugt, wollen Petrus und Johannes Bescheid wissen und machen sich selbst auf den Weg: *Sie liefen beide zusammen, aber weil der andere Jünger schneller war als Petrus, kam er als Erster ans Grab* (Joh 12,4). Wir wollen mit ihnen laufen und Johannes noch schlagen. Was, wenn das, was die Frauen sagen, wahr ist? Was, wenn Jesus getan hat, was er verheißen hat? Während sie durch die Straßen eilen und der Tag anbricht, wächst die Hoffnung in den Herzen der zwei Männer.

„Dies war der Anfang der ‚Auferstehung‘ des Petrus, die Auferstehung seines Herzens“, erklärte Papst Franziskus. Er „blieb

nicht sitzen, um zu grübeln, er schloss sich nicht wie die anderen ein, ließ sich weder von der dumpfen Schwere jener Tage noch von seinen Zweifeln überwältigen, aber auch nicht von seinen Gewissensbissen lähmen, der Angst und dem ständigen, zwecklosen Gerede.“<sup>3</sup>  
Kurz: Er überließ der Traurigkeit und Finsternis nicht das letzte Wort, sondern öffnete sich für die Hoffnung: Er ließ zu, dass Gottes Licht in sein Herz eintrat. Er suchte nicht sich selbst, er suchte Jesus.

Dies gilt auch für uns. „Es ist Zeit, uns zu erneuern, meine Kinder“, sagte der heilige Josefmaria. „Heiligkeit ist das: jeden Tag neu geboren werden, jeden Tag neu beginnen. Mach dir keine Sorgen über deine Fehler, wenn du den guten Willen hast, neu anzufangen ... All deine Schwächen, all die Hindernisse, die deinen Weg erschweren – leg sie Jesus zu Füßen, damit er triumphieren kann. Und du

mit ihm. Auch das ist Auferstehung:  
die tägliche Entscheidung,  
aufzustehen, sich zu erneuern, über  
sich hinauszuwachsen. Ein stiller  
Sieg der Gnade – Zeichen dafür, dass  
wir auf dem Weg sind zu unserem  
Ziel: der Liebe.“<sup>4</sup>

---

MARIA, Jesu Mutter, ging heute  
Morgen nicht zum Grab. Kein  
Evangelium berichtet von einer  
Begegnung des Auferstandenen mit  
seiner Mutter. Hatte es sie trotzdem  
gegeben, oder hatte sie das gar nicht  
nötig? Von den anderen heißt es: Sie  
*hatten noch nicht die Schrift*  
*verstanden, dass er von den Toten*  
*aufstehen müsse* (Joh 20,9) – sie  
schon. Sie wusste, dass an diesem  
Tag etwas Wunderbares geschehen  
würde. Seit dem leidvollen, aber  
befreienden vergangenen Freitag  
hatte sie sich unzählige Male auf all

das Wunderbare besonnen, das ihr Sohn gesagt und getan hatte. Sie fand den Schlüssel zu seinen geheimnisvollen Worten über die Auferstehung am dritten Tag.

Sie staunte allein über die herrlichen Pläne Gottes, der den Karfreitag in die Auferstehung Jesu münden ließ, und fand einen unendlichen Frieden darin. Der heilige Josefmaria ermuntert uns: „Alle Dinge dieser Erde haben die Bedeutung, die wir ihnen geben wollen. Nichts, was hier auf Erden geschieht, wird uns erschüttern, wenn wir in Gott geborgen sind. Wenn wir, aufgrund unserer Schwachheit und unserer Irrtümer, Kleinigkeiten hochspielen und darunter leiden, dann weil wir es so wollen. Wenn wir uns dicht an den Herrn halten, sind wir sicher. Wenn wir mit dem Kreuz Christi, mit der Herrlichkeit der Auferstehung und dem Feuer des Pfingstfestes

vereint sind, lässt sich alles  
überwinden.“<sup>5</sup>

Wir werden unserer heiligen Mutter  
nun täglich ein Lächeln entlocken,  
wenn wir zur Mittagszeit das *Regina  
Coeli* beten. „Freue dich, Jungfrau  
Maria“, werden wir zu ihr sagen und  
uns dieser Freude anschließen, weil  
wir wissen, dass Jesus für immer bei  
uns geblieben ist.

.....

1 Hl. Josefmaria, Betrachtung,  
29.3.1959.

2 Benedikt XVI., Predigt, 7.4.2007.

3 Franziskus, Predigt, 26.3.2016.

4 Hl. Josefmaria, Betrachtung,  
29.3.1959.

5 Ebd.

.....

pdf | automatisch generiertes  
Dokument von [https://opusdei.org/de-  
ch/meditation/betrachtungstext-  
ostersonntag/](https://opusdei.org/de-<br/>ch/meditation/betrachtungstext-<br/>ostersonntag/) (05.04.2026)