

opusdei.org

# Die Heilige Messe online besuchen – 6 wertvolle Tipps

In den nächsten Wochen wird es vielen von uns nicht möglich sein, eine heilige Messe zu besuchen. Aber man kann eine Messe auch auf digitalem Wege mitfeiern. Hier sind ein paar Vorschläge dazu.

20.03.2020

*Quarantäne und unfreiwillige Isolation müssen nicht unbedingt ein Hindernis für den täglichen*

*Messbesuch sein. Viele Diözesen und katholische Medienkanäle bieten inzwischen Möglichkeiten, eine Messe online oder im Fernsehen mitzuverfolgen. Natürlich ist es auf diese Weise nicht immer einfach, die Messe aufmerksam und andächtig mitzufeiern. Hier ein paar Vorschläge, wie man es unter diesen Umständen trotzdem schaffen kann.*

1. Es ist besser die Messe nicht allein, sondern gemeinsam mit der Familie oder zumindest mit einem Familienmitglied mitzufeiern. Wenn alle vereint sind, fällt die Konzentration leichter. Wähle eine Zeit aus, die für alle passt, und mache daraus ein Familienevent.

2. Sorge für eine gute Atmosphäre im Raum, z.B. mit einem Kreuz oder einem Muttergottesbild in der Nähe des Fernsehers oder Computers und mit einer brennenden Kerze.

3. Ziehe dich für das Ereignis passend an: Zwar ist man zuhause, aber der Pyjama sollte für die Schlafenszeit und der Jogginganzug für die Sportzeit sein.

4. Versuche die Messe so mitzufeiern, als wärst du in deiner Pfarre: Beim Lesen des Evangeliums stehen, während der Gabenbereitung sitzen, knien bei der Wandlung usw. Diese Gesten sind bedeutungsvoll.

5. Während der Kommunion kannst du eine geistige Kommunion beten. Diese hier betete der Heilige Josefmaria oft: *Ich möchte dich empfangen, o Herr, mit jener Reinheit, Demut und Andacht, mit der deine heilige Mutter dich empfing, mit dem Geist und der Inbrunst der Heiligen.* Es gibt aber noch viele andere.

6. Lass Dir Zeit: Die Messe ist unglaublich wertvoll und momentan gibt es viele Dinge, für die man beten kann. Bleibe nach dem Ende der

Messe noch sitzen, um für alle zu beten: Für die Verstorbenen, Kranken, das Gesundheitspersonal, die Regierungsbeamten und natürlich für die Kirche, den Papst, unsere Bischöfe und Pfarren.

Für alle, die vertiefen möchten: In der „Katechese über die Heilige Messe“ <https://opusdei.org/de/article/ebook-katechese-ube...> erklärt der Heilige Vater die Heilige Messe, ihre verschiedenen Abschnitte und spricht über ihre Wichtigkeit im Leben eines Christen.

„So möchte ich durch diese Katechesen gemeinsam mit euch die Schönheit wiederentdecken, die in der Eucharistiefeyer verborgen ist und die, wenn sie einmal enthüllt ist, dem Leben eines jeden den vollen Sinn verleiht.“ (Papst Franziskus)

.....

pdf | automatisch generiertes  
Dokument von [https://opusdei.org/de-  
de/article/die-heilige-messe-online-  
besuchen-6-wertvolle-tipps/](https://opusdei.org/de-de/article/die-heilige-messe-online-besuchen-6-wertvolle-tipps/)  
(20.03.2026)