



Impuls zum Ostersonntag – 5. April 2026

Von Wolfgang Kramer (Stuttgart), Kommission Friedenspolitik und pax christi Kirchheim

Vorbemerkungen

Seit mir im frühen Erwachsenenalter aufgegangen ist, was an Ostern eigentlich gefeiert wird, nämlich in der Auferstehung Jesu der Sieg des Lebens über den Tod – auch für uns, auch schon vor unserem irdischen Tod – wurde Ostern für mich zum Fest aller Feste und verwies Weihnachten mit seinem oft nur äußeren Glanz und seinem maßlos konsumorientierten Geschenkerummel auf Platz zwei.

Natürlich wird in der Liturgie der Osternacht der Wende- und Höhepunkt des Heilsgeschehens gefeiert. Seit frühester Kindheit habe ich noch keine ausgelassen. Aber auch die Feier am Ostersonntag mit den biblischen Texten, die im Folgenden gedeutet werden, mit der Ostersequenz, der Festpredigt mit dem gelegentlichen Osterlachen und mit dem öfters vom Chor gesungenen „Halleluja“ von Georg Friedrich Händel bringt auf verschiedene Weise zum Ausdruck, um was es an Ostern geht.

Ziel der Feier und aller Bemühungen ist es, dass wir zu österlichen Menschen werden. Zu Menschen, die die Friedensbotschaft, die vom Auferstehungsglauben ausgeht, in die Welt tragen, Frieden stiften, Versöhnung ermöglichen im Kleinen wie im Großen. Von daher haben die seit 1960 in Deutschland stattfindenden Ostermärsche nicht nur einen rein kalendarischen, sondern auch einen inhaltlichen Zusammenhang mit Ostern. Christlichen Friedensbewegungen sollte diese Bedeutung bewusst sein.

Erste Lesung: Apg 10,34a.37-43

In jenen Tagen begann Petrus zu reden und sagte: Ihr wisst, was im ganzen Land der Juden geschehen ist, angefangen in Galiläa, nach der Taufe, die Johannes verkündet hat: wie Gott Jesus von Nazaret gesalbt hat mit dem Heiligen Geist und mit Kraft, wie dieser umherzog, Gutes tat und alle heilte, die in der Gewalt des Teufels waren; denn Gott war mit ihm. Und wir sind Zeugen für alles, was er im Land der Juden und in Jerusalem getan hat. Ihn haben sie an den Pfahl gehängt und getötet.

Gott aber hat ihn am dritten Tag auferweckt und hat ihn erscheinen lassen, zwar nicht dem ganzen Volk, wohl aber den von Gott vorherbestimmten Zeugen: uns, die wir mit ihm nach seiner Auferstehung von den Toten gegessen und getrunken haben. Und er hat uns geboten, dem Volk zu verkünden und zu bezeugen: Dieser ist der von Gott eingesetzte Richter der Lebenden und der Toten. Von ihm bezeugen alle Propheten, dass jeder, der an ihn glaubt, durch seinen Namen die Vergebung der Sünden empfängt.

Deutung

Mutig steht Petrus da. Und er ahnt vielleicht, welche Bedeutung seine Worte für die künftigen Generationen haben werden. Er war nicht immer so mutig gewesen. erinnert er sich jetzt daran? Er erinnert sich, dass die Soldaten Jesus ans Kreuz gehängt haben. erinnert er sich, dass er ihn vorher verleugnet hat? Wir wissen: Petrus wird später sein Leben für den Glauben hingeben. Deshalb kann uns seine Predigt ermutigen, auch eigenes Versagen und Verschulden einzuräumen und trotzdem Nachfolge und Dienst im Namen Jesu zu wagen.

Petrus schöpft daher aus dem Vollen: Mit Jesus Christus, der am Kreuz gestorben und von den Toten auferstanden ist, geschieht eine epochale Zeitenwende, nach der jeder, der an Christus glaubt, die Vergebung der Sünden empfängt. Der Mut des Petrus, vor allen Völkern und Nationen das österliche Bekenntnis abzulegen, ist für uns in den Ängsten und Zweifeln unserer Zeit Ermutigung, dass wir im Vertrauen auf Jesus Christus auf gerechtes und friedvolles Leben hier auf Erden setzten, allen Widerständen zum Trotz, in der Hoffnung, dass uns in der Ewigkeit das Leben in Fülle geschenkt wird.

Zweite Lesung: Kol 3,1-4

Seid ihr nun mit Christus auferweckt, so strebt nach dem, was oben ist, wo Christus zur Rechten Gottes sitzt. Richtet euren Sinn auf das, was oben ist, nicht auf das Irdische! Denn ihr seid gestorben und euer Leben ist mit Christus verborgen in Gott. Wenn Christus, unser Leben, offenbar wird, dann werdet auch ihr mit ihm offenbar werden in Herrlichkeit.

Deutung

Als Christen sind wir mit Christus auferweckt. Die Erlösung ist geschehen. Wir können ihr nichts mehr hinzufügen, aber das bedeutet nicht, dass uns nichts mehr zu tun bleibt. Im Gegenteil! Das, was wir durch die Erlösung in Christus sind, das sollen wir als österliche Menschen einholen. In der heutigen Weltlage, die von menschenverachtenden, von Profitinteressen diktierten Kriegen, von Hunger und Elend und von der Vernichtung unserer Lebensgrundlagen gekennzeichnet ist, ist für Christen ein entschiedenes Engagement für Gerechtigkeit, Frieden und Bewahrung der Schöpfung ein absolutes Muss. Jede und jeder im Rahmen ihrer und seiner Möglichkeiten, aber nichts Halbes und nicht ständig hin- und hergerissen. Das, was wir sind, ist noch mit Christus verborgen in Gott, aber wir können es deutlicher und sichtbarer machen, durch das, was wir tun.

Evangelium: Joh 20,1-18

Am ersten Tag der Woche kam Maria von Magdala frühmorgens, als es noch dunkel war, zum Grab und sah, dass der Stein vom Grab weggenommen war. Da lief sie schnell zu Simon Petrus und dem anderen Jünger, den Jesus liebte, und sagte zu ihnen: Sie haben den Herrn aus dem Grab weggenommen und wir wissen nicht, wohin sie ihn gelegt haben. Da gingen Petrus und der andere Jünger hinaus und kamen zum Grab; sie liefen beide zusammen, aber weil der andere Jünger schneller war als Petrus, kam er als Erster ans Grab. Er beugte sich vor und sah die Leinenbinden liegen, ging jedoch nicht hinein. Da kam auch Simon Petrus, der ihm gefolgt war, und ging in das Grab hinein. Er sah die Leinenbinden liegen und das Schweiß Tuch, das auf dem Haupt Jesu gelegen hatte; es lag aber nicht bei den Leinenbinden, sondern zusammengebunden daneben an einer besonderen Stelle. Da ging auch der andere Jünger, der als Erster an das Grab gekommen war, hinein; er sah und glaubte. Denn sie hatten noch nicht die Schrift verstanden, dass er von den Toten auferstehen müsse. Dann kehrten die Jünger wieder nach Hause zurück.

Maria aber stand draußen vor dem Grab und weinte. Während sie weinte, beugte sie sich in die Grabkammer hinein. Da sah sie zwei Engel in weißen Gewändern sitzen, den einen dort, wo der Kopf, den anderen dort, wo die Füße des Leichnams Jesu gelegen hatten. Diese sagten zu ihr: Frau, warum weinst du? Sie antwortete ihnen: Sie haben meinen Herrn weggenommen und ich weiß nicht, wohin sie ihn gelegt haben. Als sie das gesagt hatte, wandte sie sich um und sah Jesus dastehen, wusste aber nicht, dass es Jesus war. Jesus sagte zu ihr: Frau, warum weinst du? Wen suchst du? Sie meinte, es sei der Gärtner, und sagte zu ihm: Herr, wenn du ihn weggebracht hast, sag mir, wohin du ihn gelegt

hast! Dann will ich ihn holen. Jesus sagte zu ihr: Maria! Da wandte sie sich um und sagte auf Hebräisch zu ihm: Rabbuni, das heißt: Meister. Jesus sagte zu ihr: Halte mich nicht fest; denn ich bin noch nicht zum Vater hinaufgegangen. Geh aber zu meinen Brüdern und sag ihnen: Ich gehe hinauf zu meinem Vater und eurem Vater, zu meinem Gott und eurem Gott. Maria von Magdala kam zu den Jüngern und verkündete ihnen: Ich habe den Herrn gesehen. Und sie berichtete, was er ihr gesagt hatte.

Deutung

An Ostern feiern wir die Auferstehung Jesu Christi, seinen Übergang vom Tod zum Leben. Wir feiern aber auch unseren eigenen Übergang von der Trauer zur Freude, vom Dunkel ins Licht, von einem unerlösten Leben zu einem neuen Leben in Christus. Daher sind die Ostergeschichten nicht nur Berichte von den Begegnungen mit dem Auferstandenen, sie sind auch Geschichten voller Bewegungen. Die Frauen (im Matthäus-Evangelium der Osternacht sind es zwei) und die Apostel laufen zum Grab und Jesus kommt ihnen entgegen. Darin kommt zum Ausdruck, dass Ostern unser Leben in Bewegung setzt, dass die, die den Auferstandenen erfahren haben, nicht mehr weitermachen können wie bisher, sondern aufbrechen müssen.

Im heutigen Johannesevangelium ist es Maria Magdalena, die dem Auferstandenen als Erste begegnet. Zur damaligen Zeit konnte eine Frau vor Gericht nicht einmal als Zeugin aussagen. Und hier, wo es um nichts Geringeres als um die Auferstehung Jesu geht, soll eine Frau die erste Zeugin sein?

Thomas von Aquin, der große Theologe und Philosoph im Hochmittelalter, hat eine einfache, aber einleuchtende Antwort gefunden: Maria aus Magdala wäre deshalb die erste, weil sie Jesus mehr als alle anderen geliebt hat. Wer Jesus liebt, der sieht ihn, der erkennt ihn, der vertraut ihm und glaubt an ihn.

Als Maria das leere Grab vorfindet, verständigt sie sofort Petrus, den Ober-Apostel, und Johannes, den Lieblingsjünger Jesu. Die beiden laufen in Windeseile zum Grab. Johannes, der Jüngere, ist der Schnellere. Aber er weiß, was sich gehört und lässt Petrus den Vortritt. Dann geht er ebenfalls in die Grabkammer hinein. Und es heißt so treffend: Er sah und glaubte. Er sah, dass kein Leichnam mehr da war, das war für ihn das Zeichen der Auferstehung. Petrus und Johannes haben genug gesehen, sie gehen wieder nach Hause.

Maria aus Magdala aber bleibt mit ihrer Angst, Verwirrung und Trauer allein zurück. Auch sie wirft einen Blick ins leere Grab und sieht plötzlich zwei Engel dort sitzen, Gottesboten in weißen Gewändern. Doch selbst die Engel können sie nicht aus ihren depressiven Gefühlen herausreißen. Allein Jesus kann ihr helfen. Zunächst aber erkennt sie ihn nicht und hält ihn für den Gärtner. Sie denkt logisch, denn das Grab liegt in einem Garten. Erst die zärtliche Ansprache Jesu, der Maria bei ihrem Namen nennt, beendet ihre Trauer. Maria erkennt ihn als Erste nach seiner Auferstehung, wendet sich zu ihm und spricht ihn an: Rabbuni! Meister! Und sie umarmt ihn. Das lässt sich aus der Erwiderung Jesu schließen: Halte mich nicht fest! Maria aus Magdala und die Jünger müssen jetzt ganz eigenständig ihren Weg gehen. Aber im festen Glauben gelingt er.

In diesem stillen und kurzen Zwiegespräch können auch wir uns wiederfinden. In unserem Glauben dürfen wir Jesus begegnen, der uns in unserem Alltag anspricht. Wenden wir uns wie Maria Jesus zu und bekennen wir ihn als unseren Meister. Wir können ihn aber nicht festhalten, wir können von ihm jedoch ergriffen werden und uns in Stunden der Angst und Verzweiflung und einer aufkommenden Resignation an Dietrich Bonhoeffer erinnern, der uns in der Haft, den Tod vor Augen, ins Stammbuch geschrieben hat: „Wer Ostern kennt, kann nicht verzweifeln.“ Wenn ich mein Wohnzimmer österlich schmücke, lehne ich eine schön verzierte Karte mit diesem Spruch an die Vase mit den Frühlingsblumen. Eigentlich sollte ich sie das ganze Jahr über stehen lassen ...

Ein letztes: Im Johannes-Evangelium, das am Ostersonntag in allen drei Lesejahren verkündet wird, ist vom österlichen Friedensgruß noch nicht die Rede. Doch bereits in den folgenden acht Versen (19-26) kommt er dreimal vor, als Jesus zu den Jüngern sagt: Der Friede sei mit euch! So sind wir Christinnen und Christen ganz besonders an Ostern aufgerufen, Gott und die anderen um Vergebung zu bitten, einander zu verzeihen und Frieden im eigenen Umkreis zu stiften. Wir sind aber auch aufgerufen, uns in Friedensinitiativen mit friedlichen Mitteln gegen Kriege, gegen Hochrüstung und Waffenexporte, gegen die rücksichtslose Ausbeutung der Natur und gegen die Unterdrückung von Menschen und die

Diskriminierung von Minderheiten zu engagieren. Österliche Menschen sehnen sich nach einem universalen Frieden, der die Würde aller Menschen achtet und die Tiere, die Pflanzen und die ganze Umwelt schützt.

Gebet

Gott, für alle, die geboren werden, hast du das Unmögliche vollbracht.
Was kein Auge gesehen hat und was keinem Menschen einfiel,
das hast du allen bereitet, die dich suchen:
Jesus, Sohn der Menschen, auferweckt aus dem Tod.
Wir danken dir, dass du uns geschaffen hast, um uns so zu begnadigen
und dass du bist, wie du bist: ein Gott der lebenden Menschen.
Wir beten dich an und bewundern dich, weil du deine Kraft gezeigt hast
in Jesus Christus.
Du hast ihn von den Toten auferweckt und zu deiner Rechten erhoben,
hoch über alle Mächte wurde er erhoben und über jeden irdischen Namen.
Wir bitten dich:
erfülle uns, die an ihn glauben, nun auch mit seiner Gesinnung:
dass wir Zeichen sein mögen seines Lebens, Licht und Friede allen,
die dich suchen, heute und bis in Ewigkeit.
Amen.

Huub Oosterhuis

Zuspruch

Wir können die Gewissheit, dass Jesus der Gekreuzigte lebt, nur aus dem Glauben haben. Aber diese Gewissheit gewinnen wir weniger aus kritischer Reflexion als durch Öffnung unseres Herzens. Wer die Osterbotschaft in sein eigenes Leben hineinnimmt, wird in aller Not und scheinbaren Ausweglosigkeit erfahren, dass ihm in äußerer Schwachheit oft eine innere Kraft zuwächst und sich ihm in aller Enge eine neue Weite öffnet. Der gläubige Christ erfährt dies als Teilhabe am Kreuz und an der Auferstehung Christi. Für ihn ist der Ostergruß nicht nur ein Ruf aus der Vergangenheit, sondern ein Ruf mitten in sein Leben hinein: Christus ist auferstanden für mich und für alle Menschen.

Rudolf Schnackenburg (lehrte von 1957-1982 als Prof. für NT in Würzburg)