

**Zeitschrift:** Mariastein : Monatsblätter zur Vertiefung der Beziehungen zwischen Pilgern und Heiligtum  
**Herausgeber:** Benediktiner von Mariastein  
**Band:** 42 (1964)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Der Samstag : das Tor zum Sonntag  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1032009>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Der Samstag, das Tor zum Sonntag

Leider wird der Sonntag immer mehr seiner religiösen Weihe und Verpflichtung entkleidet. Er hat nur wenig mehr vom Hauch des Göttlichen und ist für allzu viele der Tag, an dem sie sich selbst Vergnügen leisten, die den Menschen physisch und geistig ruinieren. Alkohol, Kino, Sport, Spiel, weltliche Feste aller Art vernebeln den Sonntag derart, dass dessen Seele, das österliche Leuchten des Auferstehungstages fast nicht mehr wahrgenommen wird. Viele Menschen sind für die religiösen Werte des Herrentages schwachsichtig geworden, ja geradezu erblindet. Die Sonntagsheiligung kann nur aus dem Glauben an die Auferstehung Christi erfolgen. Nicht die Sonntagsruhegesetze, welche die Fabriken polizeilich stilllegen und die Feldarbeit ahnden, vermögen den Sonntag zu erneuern, seine Heiligung muss schon am Samstag beginnen. In diesem Sinne verstehe ich den Titel: der Samstag, das Tor zum Sonntag.

*Verkümmerung des Einstimmungsvermögens...*  
Ist es etwa nicht so! Das Radiogerät kann nur jene Sendungen wiedergeben, auf deren Wellenlänge es eingestellt ist. Der Christ empfängt die Segnungen des Sonntags nur dann, wenn er sich darauf einstellt. Wir alle werden um so mehr von ihm haben, je besser wir uns auf ihn einstimmen liessen. Gerade dieses Einstimmungsvermögen ist bei vielen Menschen stark verkümmert. Soll der Samstag das Tor zum Sonntag werden, dann muss jeder pflichtbewusste Christ vor diesem Tor seine Gesinnung reinigen, damit sich zuerst in seinem eigenen Innern das Tor der Seele zum Sonntag öffnet. Wir selber sind das Tor zum Sonntag, und wir selber müssen hindurchschreiten in die Heiligkeit und Ruhe des Herrentages. Die Gesinnung reinigen will besagen: die religiöse, soziale und kulturelle Sinngebung des Sonntags erkennen. Die religiös geweihte Ruhe soll den Menscheng Geist der Last der gewohnten Arbeit entheben und ihn aufrufen zu den höheren Gedanken des Himmels. Die Gesinnung reinigen will besagen:

auch die tiefere heilsgeschichtliche Deutung der Sonntagsruhe erkennen, nämlich Befreiung aus der Gewalt Satans und Anerkennung der Königsherrschaft Christi. Die kultische Ruhe ist eine Voraussetzung der kultischen Heiligung des Tages, aus der sich viele soziale und kulturelle Folgen ergeben. Durch den Verzicht auf Arbeit, Erwerb und Verdienst bekundet der Christ sein Vertrauen auf Gottes Vorsehung, anerkennt die Königsherrschaft Christi und freut sich dankbar der Freiheit der Kinder Gottes. Menschen des totalen Betriebs und des technischen Apparats, die die religiös-kultische Weihe des Sonntags nicht mehr ganz ernst nehmen, verlieren unter dem Zwang des Betriebs ihre Freiheit, werden zu Knechten der Arbeit und der Sünde.

#### *Musse und Sammlung*

Durch die Musse wird der Mensch wieder fähig, zu hören, zu sehen, mit den Sinnen zu vernehmen die Sprache des Geheimnisses. Wir sind versperrt, wir hören den Lärm der Maschinen, aber nicht mehr das Rauschen des Wassers. Die Musse will den Menschen üben, dass er zu seinem Wesen gesammelt werde. Das Wesen des Menschen wird krank, das nicht aus der Höhe des Geheimnisses west (Fritz Leist). Das Schweigen und die Ruhe des christlichen Sonntags ist die Haltung der inneren Ungeschäftigkeit. Das Sich-Sammeln ist das Nachsinnen des Herzens. Der Sonntag ist der Tag der Seele. Auch die Seele braucht ihre Pflege: Ruhe, Besinnung, Glauben, Hoffen, Lieben, Sichfreuen, Anbeten, Danken, Bitten, Bereuen. Die Musse und das Sich-Sammeln schon am Samstag ist das Tor des Sonntags. Die Kirche selbst ist uns als weise und erfahrene Mutter Vorbild. Sie öffnet am Samstag das Tor zum Sonntag mit der ersten Vesper. In der Antiphon zum Magnifikat lässt sie das Hauptmotiv des beginnenden Herrentages erklingen und schon am Vorabend, dem Sonnabend, etwas von der göttlichen Ruhe und Gelassenheit in unsere Seele fluten. Das

müssen wir vor dem Tor des Sonntags neu entdecken, dass man nur in der Stille und Sammlung Gott näher kommen und ein tieferes Glück der Seele empfinden kann.

#### *Äussere und innere Sonntagsbereitung*

Die Sonntagseinstimmung kann von aussen nach innen geschehen. Das Fernbleiben von Samstagabendanlässen, die die Heilighaltung und kultische Ruhe des Sonntags gefährden, die Herstellung schöner Ordnung auf dem Arbeitstisch und in der Wohnung, das schlichte Schmücken des Wohnraumes mit ein paar Blumen oder etwas Grün, das Bereitlegen der Sonntagskleider vermag das Gemüt ebenso zu heben wie das feierliche Glockengeläute, das das Ende der Arbeitswoche kündigt.

Aber viel wichtiger ist die seelische, die innere Sonntagsbereitung. Zu dieser Bereitung gehört die Beicht am Samstagabend. Sünde ist Abkehr von Gott und Hinkehr zu den Geschöpfen. Sünde belastet. Die Beicht am Vorabend des Herrentages bringt Freiheit von der Belastung der Sünde. Wer schon am Samstag beichten geht, fühlt auch weniger das Bedürfnis nach solchen Zerstreungen, die den heutigen Menschen so oft mit schwerem Kopf in den Sonntag treten lassen oder ihn am Sonntagmorgen ans Bett fesseln.

Zur seelischen Bereitung kann die Schriftlesung, die Lektüre eines ernsten Buches fruchtbringend sein. Auch können Werke der geistigen und leiblichen Barmherzigkeit am Tor des Sonntags die Empfänglichkeit für Gottes Anruf erhöhen. Die Besitzer von Gaststätten werden vielleicht sagen, dass für sie die äussere und innere Bereitung unmöglich sei. Aber auch sie können zur Rettung des christlichen Sonntags beitragen, wenn ihre Gasthäuser der Pflege edler Gastlichkeit dienen und jeglichem Lärm, Zügellosigkeit und Ausgelassenheit ihre Tore verschliessen.

P. Bonaventura