

Zeitschrift: Mariastein : Monatsblätter zur Vertiefung der Beziehungen zwischen Pilgern und Heiligtum
Herausgeber: Benediktiner von Mariastein
Band: 63 (1986)
Heft: 3

Artikel: "Dir singt mein Herz und will nicht verstummen" : Gedanken zum Laetare-Sonntag
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1031699>

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: 09.12.2025

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

«Dir singt mein Herz und will nicht verstummen»

Gedanken zum Laetare-Sonntag

nen ihre notvolle Situation darlegen: einer leidet unter der Not, dass sein ganzes Leben verpfuscht sei; ein anderer, dass er sich in auswegloser Situation befinde, nicht mehr wisse, wo ein und aus; Nöte der Eltern, die sich Sorgen machen um ihre Kinder; Nöte junger Menschen, die in ihrem Leben keinen Sinn mehr finden. Und dazu kommen so viele andere Nöte: Nöte seelisch kranker Menschen, die unter Depression, Schwermut, Angst und Verzweiflung leiden, Nöte in der weiten Welt: Hunger, Unterdrückung, Verfolgung, ungerechte Ausbeutung, Naturkatastrophen und noch viele andere erschütternde Not.

1. Aufruf zur Freude in der Liturgie

Mitten in solche Notsituation hinein ertönt zweimal im Jahr in der Liturgie der Aufruf zur Freude. Am dritten Adventsonntag ruft die Liturgie im Eröffnungsvers uns zu: «Freut euch im Herrn zu jeder Zeit, noch einmal sage ich euch: Freut euch!» Und am vierten Sonntag der österlichen Busszeit: «Freue dich, Stadt Jerusalem! Seid fröhlich zusammen mit ihr, ihr alle, die ihr traurig wart!» Ist solcher Aufruf zur Freude realistisch? Und wie ist solche Freude zu verstehen?

Falsch verstanden wäre dieser Aufruf zur Freude, wenn man ihn verstehen würde im Sinn jener Form von Vergnügungen, wie sie von der Vergnügungsindustrie heute überall im Übermass angeboten werden. Denn, das wird immer wieder bestätigt und bekräftigt: Solche Vergnügen sind wie eine Rauschdroge: Für ein paar Stunden ist man von Glücksgefühlen überschwemmt, aber nachher erscheint der Alltag, die Lebenssituation, in der man sich befindet, nur um so grauer und düsterer, noch drückender und aussichtsloser.

Solche Freude meint der liturgische Aufruf zur Freude nicht. Der Aufruf zur Freude richtet sich an unser Inneres, unser tiefmenschliches Fühlen und Empfinden, an unser Herz. Wir sollen uns tiefinnerlich freuen, das zentral tragende, fundamentalste Gefühl in uns soll die Freude sein.

Was ist denn der Grund, dass wir uns freuen sollen, dass das tiefste, tragende Lebensgefühl Freude sein soll? Die Liturgie gibt uns auf diese Frage

Wohl jeder Seelsorger, ja jeder, der sich um andere annimmt, stösst immer wieder auf Menschen, die erschütternde Nöte in sich tragen. Da kommen Menschen ins Sprechzimmer, die unter Trä-

Antwort: «Der Herr ist nahe!», heisst es am dritten Adventssonntag. «Freut euch und trinkt euch satt an der Quelle der göttlichen Tröstung!» Der letzte und tiefste Grund, dass wir uns freuen sollen, liegt darin, dass Gott uns nahe ist, und zwar Gott, der ein tröstender Gott ist und sein will.

2. Der tröstende Gott

Gott ist ein tröstender Gott! Das ist die eigentliche Frohbotschaft, die uns verkündet wird. Gott selber stellt sich uns als der tröstende Gott vor, wenn er uns durch den Propheten sagen lässt: «Wie eine Mutter ihr Kind tröstet, so tröste ich euch!» (Jes 66, 13). Damit deutet Gott durch den Propheten an, wie er uns, wie er Menschen in tiefster Not tröstet. Ähnlich, wie eine Mutter tröstet. Wie tröstet denn eine Mutter ihr Kind, wenn es in Not ist? Gewiss, es gibt Nöte, die eine Mutter ihrem Kind wegnehmen kann und ihm so Trost schenkt. Aber, und das ist doch viel öfter der Fall: die Mutter kann das Leid ihres Kindes, oft ihres grossen, erwachsenen Kindes, nicht wegnehmen. Das Leid und die Not bleiben. Und trotzdem kann die Mutter trösten. Kürzlich wurde mir erzählt, wie solch ein Trost aussehen kann. Ein junger Mann hatte Bekanntschaft mit einem edlen Mädchen. Im Verlauf der Bekanntschaft zeigte es sich, dass die beiden nicht zusammenpassten. Und so kam es zu einem letzten Treffen, in dem sie voneinander Abschied nahmen. Der junge Mann kehrte heim, setzte sich an den Tisch in der Stube und weinte bitterlich. Die Mutter fragte nach dem Grund, und als der Sohn es sagte, da setzte sie sich zu ihm und weinte mit ihm, sie fühlte innerlich den Schmerz und die Not ihres Sohnes mit, und dies traf sie so schwer, dass sie selber in Tränen ausbrach.

So tröstet Gott uns Menschen, indem er mit unserm Leid mitfühlt. Jesus hat das getan, als er am Grab des Lazarus in Tränen ausbrach und mit dem Schmerz der Schwestern des Lazarus mitlitt. Gerade hier zeigt sich, dass Gott aber viel tiefer und echter trösten kann, als Menschen es können. Jesus hat nicht nur mitgeweint, er hat das Leid selber entfernt, indem er Lazarus ins Leben zurück-

rief. So kann Gott trösten, indem er Leid und Not von uns wegnimmt.

Allerdings, der Evangelist Johannes nennt diese Hilfe ein «Zeichen». Gott kann da und dort Leid entfernen. Aber meist tröstet er nicht auf solche Weise. Solche Art Trost, in dem Gott das Leiden aufhebt, sind Zeichen für ein umfassendes Trösten Gottes, für einen endgültigen Trost: einmal wird Gott so trösten, dass er jedes Leid, jede Not, allen Schmerz und alle Trauer aufheben, beseitigen und vernichten wird, dann, wenn er einst endgültig seinen heilmachenden Trost uns Menschen schenkt.

Bis dann werden Not und Leid und Schmerz bleiben. Aber diese Zeichen sind für uns jetzt schon ein Trost: Not und Leid und Schmerz werden nicht ewig sein, sie werden einmal aufhören, einmal werden wir ganz und restlos getröstet sein und dann wird auch unsere Freude ganz, umfassend, bleibend sein.

Das ist zwar eine Zukunftsverheissung, aber eine Zukunftsverheissung, die jetzt schon wenigstens anfanghaft begonnen hat. Denn Gott ist nicht nur ein Tröster für die Zukunft, er ist jetzt schon Tröster, der uns mitten im Leid tröstet, indem er tief in unserm Herzen eine ungeahnte Freude anklingen lässt. Immer wieder bezeugen das Menschen, dass sie mitten im tiefsten Leid eine innere Freude, inneren Trost erfahren durften. Paulus sagt das so: «Wie uns die Leiden Christi überreich zuteil geworden sind, so wird uns durch Christus auch überreicher Trost zuteil.» Aus solcher Erfahrung nennt er Gott mit dem Ehrentitel: «Gott ist der Gott des Trostes, der uns tröstet in aller Not» (2 Kor 1, 3 f.).

3. Erfahrung des tröstenden Gottes durch das Gebet

Wie können wir diesen Gott des Trostes auch in unserm Leben erfahren? Paulus gibt uns dafür eine klare Anweisung: «Sorgt euch um nichts, sondern bringt in jeder Lage betend und flehend eure Bitten mit Dank vor Gott. Und der Friede Gottes, der alles Verstehen übersteigt, wird eure Herzen und Gedanken in der Gemeinschaft mit



Dir singt mein Herz und will nicht verstummen.

Christus Jesus bewahren» (Phil 4, 6f.). Das Gebet ist, nach Paulus, der Weg zu solcher Erfahrung des Gottes des Trostes. Schon im Alten Testament haben wir gleiche Aussagen. So betet ein Glaubender Israels in Psalm 30: «Zu dir, Herr, rief ich um Hilfe, ich flehte meinen Gott um Gnade an. Ich sagte: Was nützt dir mein Blut, wenn ich begraben bin? Kann der Staub dich preisen, deine Treue verkünden? Höre mich, Herr, sei mir gnädig! Herr, sei du mein Helfer. Da hast du mein Klagen in Tanzen verwandelt, hast mir das Trauerkleid ausgezogen und mich mit Freude umgürtet. Darum singt dir mein Herz und will nicht verstummen. Herr, mein Gott, ich will dir danken in Ewigkeit» (VV 9–13). «Hier hat einer, der sich dem Tod und Verderben nahe fühlte, einen Ruf in die Fülle reichen Lebens vernommen und ist ihm gefolgt; ein unwiderstehlicher Ruf, der zugleich als ein Gezogenwerden aus der Tiefe erfahren wird» (A. Stüttgen).

Aber es war nicht selbstverständlich, dass er diesen Ruf vernahm. «An alle ergeht der Ruf, aber nicht alle vernehmen ihn. Sie vernehmen ihn nicht, weil sie nicht darauf vorbereitet sind, ihn zu vernehmen, weil sie nicht auf ihn warten, ihn erwarten. Wir hören, wenn wir einen Freund erwarten, sein Klopfen an der Tür noch aus dem entferntesten Zimmer. Aber wir überhören ein lautes Rufen, wenn wir uns in einem angeregten Gespräch befinden . . . Wir brauchen nur unsere Erwartung zu bekunden. – Beten ist Haltung des Erwartens. Dann wird unsere Erwartung verwandelt in die Freude seiner Ankunft . . . , dann nämlich, wenn die Bitte abzielt auf das, was allein unser Leben reich und froh machen kann: auf seine Nähe, wie auch immer und worin auch immer sie sich kundtun mag» (A. Stüttgen).

Zugleich weist uns der Beter dieses Psalmes darauf hin, wo solches Beten und dann Danken sich eigentlich vollziehen soll: nicht einfach im privaten Gebet «im stillen Kämmerlein»; gewiss auch hier, aber ebenso notwendig im gemeinsamen Beten im Gottesdienst.

Hier müssen wir wohl ehrlich fragen, ob unsere Gottesdienste nicht zu schematisch sind. Der Be-

ter von Psalm 30 spricht von einem lebendigen, spontanen Gottesdienst: «Ich will dich rühmen, Herr», «Singt und spielt dem Herrn, ihr seine Frommen», «Mein Herz singt dir und will nicht verstummen». Verstehen wir das noch? «Sind wir nicht gewohnt, Frommsein zu verstehen als sich in Pflicht genommen wissen, als Zurücknahme ursprünglicher Lebensfreude, als Artig- und Bravsein, wie man so sagt? Hier im Psalm sind die Frommen die Spielenden und Tanzenden, die ihrer spontanen Freude keinen Einhalt gebieten. Übersäumende Lebensfreude ist uns, insbesondere im Zusammenhang mit Frömmigkeit, abhanden gekommen. So blieb eine lustlose Frömmigkeit auf der einen Seite und auf der andern Seite ein davon losgelöstes sogenanntes Vergnügen . . . Im Psalm ist vom Jubel die Rede. Jubel ist Erfülltsein von etwas Grösserem – im Unterschied zum kleingemünzten ichsüchtigen Vergnügen ein von sich Loskommen und Sichfinden in einer unauslotbaren Tiefe von Freude und Glück. In ihr wird hier im Psalm Gott erfahren. So wird Freude und Glück gleichbedeutend mit Rührung und Preis» (A. Stüttgen).

Wenn unsere Gottesdienste so lebendig sind, spontan Freude und Jubel zum Ausdruck bringen, dann könnte das ein Ort sein, wo Menschen in Not und Schmerz und Leid erfahren dürfen, dass Gott ein Gott des Trostes ist. Wir könnten mit unseren Gottesdiensten suchenden Menschen ein «Angebot» machen, eine «Marktlücke» ausfüllen. Dann könnten Menschen in Not erfahren, dass sie hier die Erfüllung des Aufrufes zur Freude finden: «Freue dich, Jerusalem. Seid fröhlich zusammen mit ihr, ihr alle, die ihr traurig wart. Freut euch und trinkt euch satt an der Quelle der göttlichen Tröstung.» Sie könnten erfahren, dass mitten im Leid und Schmerz tief im Herzen etwas vom Gott des Trostes anklingt, und sie könnten so den Weg zum Glauben finden, dass Gott einmal ganz und endgültig und umfassend ein Gott des Trostes ist, weil er einmal alles Leid, alle Not, allen Schmerz, alle Trübsal überwinden und vernichten wird und nur noch Freude und Jubel sein wird ohne Ende.