

Zeitschrift:	Die Glocken von Mariastein
Herausgeber:	Benediktiner von Mariastein
Band:	87 (2010)
Heft:	2
Artikel:	Friede als österliche Gabe : der Friedensgruss Jesu am Osterabend und der Friedensgruss in der Messe
Autor:	Bär, Markus
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-1030314

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: 08.02.2026

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

Friede als österliche Gabe

Der Friedensgruss Jesu am Osterabend und der Friedensgruss in der Messe

P. Markus Bär

Wachsende Gefahren und Konflikte überall auf der Welt steigern unsren Wunsch nach Frieden im Kleinen wie im Grossen. Dem neuzeitlichen Denken liegt es nahe, Frieden fast ganz von der Sicherheit her zu verstehen. Aber Friede ist mehr als die Abwesenheit von Krieg und Gefahr.

Der russische Schriftsteller Marschak beobachtete einmal sechs- bis siebenjährige Kinder beim Spielen. «Was spielt ihr?», fragte er sie. «Wir spielen Krieg», antworteten ihm die Kinder. Daraufhin erklärte ihnen der Schriftsteller: «Wie kann man nur Krieg spielen! Ihr wisst doch sicher, wie schlimm Krieg ist. Ihr solltet lieber Frieden spielen.»

«Das ist eine gute Idee», sagten die Kinder. Dann Schweigen, Beratung, Tuscheln, wieder Schweigen. Da trat ein Kind vor und fragte: «Wie spielt man Frieden?»

Das althochdeutsche Wort Fridu für Frieden umfasst von seinem Ursprung her ein Doppeltes: das Zusammenleben in Liebe und Eintracht und das Fehlen von Gewalt, Angst und Bedrohung.

Die Bibel spricht von Schalom, was Sicherheit und Ruhe, aber auch Gesundheit und Freude bedeutet. Oft wird Schalom mit Friede übersetzt. Aber Schalom ist mehr als Friede und meint Zufriedenheit, Wohlwollen und Wohlergehen, das alle Lebensbezüge einschliesst.

Friede sei mit euch

«Auf Erden ist Friede» (Lk 2,14), haben die Engel in der Weihnachtsnacht gesungen. Denn

mit Jesus hat die messianische Zeit begonnen, und die Verheissungen der Propheten beginnen sich zu erfüllen: «Wie einen Strom leite ich den Frieden zu ihr» (Jes 66,12), heisst es von Jerusalem, und der verheissene Messias wird «Fürst des Friedens» genannt (Jes 9,5). Aber auch in den Osterberichten der Evangelien ist Friede ein grosses und wichtiges Thema. Nach dem Zeugnis des Lukas- und des Johannesevangeliums hat der Auferstandene den Jüngern am Osterabend den Gruss «Friede sei mit euch!» entboten (Lk 24,36; Joh 20,19). Und schon vor seinem Tod sagte er in den Abschiedsreden des Johannesevangeliums zu ihnen: «Frieden hinterlasse ich euch, meinen Frieden gebe ich euch; nicht einen Frieden wie die Welt ihn gibt, gebe ich euch» (Joh 14,27). Auch in den Briefen der Apostel ist die Rede vom Frieden, der durch Christus vermittelt wird: «Gerecht gemacht aus Glauben, haben wir Frieden mit Gott durch Jesus Christus, unseren Herrn» (Röm 5,1). So sollen und können die Glaubenden in einer Welt, die den Frieden nicht geben kann, den Frieden im Herzen tragen und wie Sauerteig für den Frieden wirken. Am Osterabend stellte Jesus mit dem Friedensgruss zunächst den Frieden mit den Jüngern wieder her, die ihn vor wenigen Tagen verraten hatten und ihm davongelaufen waren. Er gibt ihnen den Frieden zurück, indem er ihre Angst und Verwirrung wegnimmt. Der Friedensgruss ist mehr als eine Grussformel: Er bewirkt Heil und Heilung, Vergebung und Verzeihung. Die Jünger, die Jesus verleugnet und im Stich gelassen haben, dürfen neu anfangen und versöhnt in eine erneute Gemeinschaft mit dem Auferstandenen treten.



«Friede sei mit euch!» (Joh 20,19 und 26) Am Osterabend grüßt der Auferstandene seine Jünger (links) und zeigt acht Tage später (rechts) auch dem Apostel Thomas seine Wundmale (Evangeliar Ottos III., Ende 10. Jh., Bayer. Staatsbibliothek, München).

Das Geschenk des österlichen Friedens an die Jünger enthält den Auftrag, hinauszugehen in alle Welt und das «Evangelium des Friedens» (Eph 6,15) zu verkünden. Der Name «Christ» umfasst grundsätzlich die Aufgabe, Frieden zu schaffen: «Selig, die Frieden stiften, denn sie werden Söhne (und Töchter) Gottes genannt werden» (Mt 5,9). Gemeint sind alle, die sich einsetzen für den Frieden in ihren Lebenskreisen, in Ehe und Familie, unter Bekannten und Freunden und überall, wo mitten im Streit Versöhnung das Ziel ist.

«Vati», fragte Klaus, «wie entstehen eigentlich Kriege?»

«Ja, mein Junge, die Sache ist so: Nehmen wir zum Beispiel an, England streitet sich mit Amerika über irgendetwas ...»

Die Mutter unterbricht: «Rede doch keinen Unsinn, England und Amerika werden sich nicht miteinander streiten.»

«Das behauptet ja gar nicht! Ich will doch nur ein Beispiel anführen.»

«Mit solchem Unsinn verwirrst du dem Jungen nur den Kopf.»

«Was, ich verwirre seinen Kopf? Wenn es nach dir ginge, würde überhaupt nichts in seinen Kopf hineinkommen!»

*«Was sagst du da? Ich verbiete dir, dass du ...»
Da ruft Klaus: «Danke, Vater, jetzt weiß ich, wie Kriege entstehen.»*

Der Sieg Jesu über die Mächte des Bösen gibt uns Christen eine ungeahnte Kraft und eine unbeirrbare Hoffnung trotz Enttäuschungen und Hoffnungslosigkeit. «Die Frucht des

Geistes», die aus der Auferstehung Jesu hervorgeht, ist «Liebe, Freude, Friede ...» (Gal 5,22). Von Jesus sagt der Epheserbrief: «Er ist unser Friede» (2,14) und fährt fort: «Er kam und verkündete den Frieden» (2,17). Jesus weiss, wie zerbrechlich der Friede ist, und wie schwach unsere Kräfte sind. «Dies habe ich zu euch gesagt, damit ihr in mir Frieden habt. In der Welt seid ihr in Bedrängnis; aber habt Mut, ich habe die Welt besiegt» (Joh 16, 33).

Gott des Friedens

Die Erfahrung lehrt uns, dass der Friede zwischen den Menschen durch Bosheit, Streit und Ungerechtigkeit gefährdet ist. Der biblische Mensch ist davon überzeugt, dass Friede nicht machbar ist, auch wenn der Mensch ihn stets «suchen und ihm nachjagen» muss (Ps 34). Darum hat der Friede und seine Bewahrung ganz eng mit Gott zu tun, der ja sogar den Namen «Gott des Friedens» (Röm 15, 33; 1 Kor 14, 33) trägt. Man kann sich also nur im Blick auf Friedensbereitschaft und Förderung des Friedens auf Gott beziehen, niemals bei Gewaltanwendung.

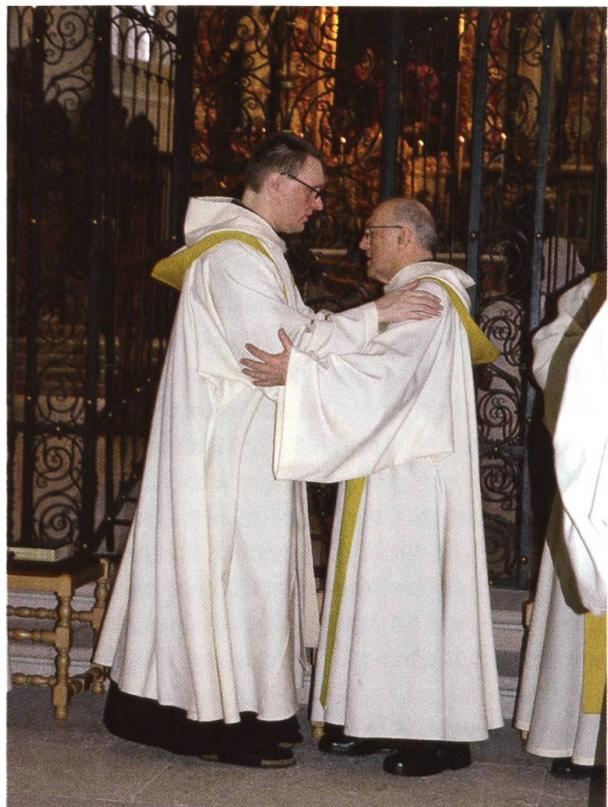
Seit dem Ostermorgen sind die Mächte des Unfriedens und des Todes vernichtet. Gott, der Jesus nicht im Dunkel des Todes gelassen hat, wird auch uns hinausführen ins Weite und uns befähigen zum Einsatz für das Leben, für Gerechtigkeit und Frieden. Österlicher Glaube entfaltet sich, wo wir Gott mehr zutrauen als den zerstörerischen Mächten um uns herum. Wer weiss, dass der Gott des Lebens und des Friedens am Werk ist, der wird frei von Hass, Streit und Feindschaft. Dann endet die Nacht des Unfriedens und der Tag des Friedens bricht an.

Ein jüdischer Weiser fragte seine Schüler: «Wie kann man den Augenblick bestimmen, wo die Nacht zu Ende ist und der Tag anbricht?» Der erste Schüler meinte: «Ist es, wenn man in der Ferne einen Feigenbaum von einer Palme unterscheiden kann?» – «Nein», sagte der Weise, «das ist es nicht.» – «Ist es», fragte der zweite, «wenn man ein Schaf von einer Ziege unter-

scheiden kann, ist das der Augenblick, wo die Dunkelheit weicht und der Tag anbricht?» – «Nein», sagte der Weise, «das ist es nicht.» – «Aber wann ist denn dieser Augenblick gekommen?» – «Wenn du», sagte der Weise, «in das Gesicht eines Menschen schaust und darin den Bruder oder die Schwester entdeckst. Dann ist die Nacht zu Ende, dann bricht der Tag an.»

Friedensgruss in der Eucharistiefeier

Zu jeder Eucharistiefeier gehört das Gebet um Frieden und der Friedensgruss. «Der Friede sei mit euch!», oder wörtlich «Friede (für) euch» ist zunächst ein ganz alltäglicher Gruss, der noch in der hebräischen Sprache und in anderen semitischen Sprachen vorkommt: Schalom – ein Segenswunsch für den Alltag, der auch beim Abschied verwendet wird, wie wir ihn auch bei der Entlassung am Ende der Messe kennen: «Gehet hin in Frieden!»



Zwei Mönche geben sich während der Eucharistiefeier die «Pax», den Friedensgruss.

Bereits seit frühchristlicher Zeit ist die Praxis des Friedensgrusses nach dem Allgemeinen Gebet als Friedenskuss nachzuweisen. Mit der Neugestaltung der Liturgie im 4. Jahrhundert wurde der Friedenskuss im Anschluss an das Hochgebet ausgetauscht. Nach weiteren Reformen fand er seinen Platz zwischen Vaterunser und Brotbrechen und kam somit ganz in die Nähe der Kommunion.

Mit dem Rückgang der Kommunionhäufigkeit verschob sich das Verständnis und die Bedeutung des Friedenskusses weg vom Kommunionempfang hin zum Empfang des Friedens als einer Gabe, die vom Altar aus weitergegeben wird. In der liturgischen Praxis zeigte sich das veränderte Verständnis darin, dass der Friedenskuss seit dem 10./11. Jahrhundert erst nach dem Friedensgebet des Priesters gegeben wurde. Der Priester küsste den Altar, empfing so den Frieden von Christus und gab ihn weiter an die Gläubigen. Dabei galt die Regel, dass Männer nur Männern und Frauen nur Frauen den Friedenskuss geben durften. Daher kommt die Aufteilung in eine Männer- und eine Frauenseite in unseren Kirchen, die noch bis ins letzte Jahrhundert eingehalten wurde. Der Kuss wandelte sich später zu einer nur noch angedeuteten Gebärde und beschränkte sich schliesslich immer mehr auf die Zelebranten.

Eine Weiterentwicklung des Friedensgrusses ergab sich durch den Gebrauch der sogenannten Paxtafel (Friedenstafel). Sie zeigte das Lamm Gottes und wurde vom Altar aus durch die Reihen der Gläubigen weitergegeben, sodass nun alle wieder in den Ritus des Friedenskusses einbezogen wurden. Später trat an die Stelle eines Kisses die Umarmung als Zeichen des Friedens, und heute wird nach der Liturgiereform des 2. Vatikanischen Konzils der Friedensgruss gewöhnlich durch Handschlag weitergegeben.

Verlegung des Friedensgrusses?

Im nachsynodalen Schreiben von Papst Benedikt XVI. «Über die Eucharistie» heisst es zum Austausch des Friedensgrusses, «dass es

zweckmässig ist, diese Geste, die übertriebene Formen annehmen und ausgerechnet unmittelbar vor der Kommunion Verwirrung stiften kann, in Grenzen zu halten». Und er erinnert daran, «dass der grosse Wert der Geste mitnichten geschmälert wird durch die Nüchternheit, die notwendig ist, um ein der Feier angemessenes Klima zu wahren; man könnte zum Beispiel den Friedensgruss auf die beschränken, die in der Nähe stehen». In einer Anmerkung erwähnt der Papst, dass er die zuständigen Stellen angewiesen habe, «die Möglichkeit zu prüfen, den Friedensgruss auf einen anderen Zeitpunkt zu verlegen, zum Beispiel vor den Gabengang». Damit würde



Paxtafel (19. Jh.), Kloster Mariastein

auch wieder ins Bewusstsein kommen, «dass jedem Opfer notwendig die Versöhnung voraus gehen muss».

Soll also der Friedensgruss bei einer kommenden Liturgiereform verlegt werden? In der Tat würde bei einer Verlegung vor die Gabenbereitung das Bibelwort bei Mt 5,23f. umgesetzt: «Wenn du deine Opfergabe zum Altar bringst und dir dabei einfällt, dass dein Bruder oder deine Schwester etwas gegen dich hat, so lass deine Gabe dort vor dem Altar liegen; geh und versöhne dich zuerst mit deinem Bruder oder deiner Schwester, dann komm und opfere deine Gabe.»

Gegen eine Verlegung könnte man vorbringen, dass der Friedensgruss nicht nur eine Aktualisierung dieses einen Bibelwortes ist, sondern die ganze Fülle der Heilsgabe umfasst, nämlich den Frieden des Auferstandenen. Der Friedensgruss darf also nicht zu einem rein zwischenmenschlichen Versöhnungsvorgang verkürzt werden. Der Friede, den man einander wünscht, ist eine Frucht der Hingabe Jesu, die sich am Altar bereits ereignet hat. Der Friedensgruss hat auch dann seinen Sinn, wenn gar kein Streit vorausgegangen ist. An der jetzt gewohnten Stelle erinnert er an die Gegenwart des Auferstandenen: im Brechen des Brotes erkennen die Feiernden in ihrer Mitte den Auferstandenen, der zu ihnen sagt: «Der Friede sei mit euch!» Für manche Gläubige ist der Friedensgruss eine lästige Pflicht, und sie achten darauf, unliebsamen Nachbarn auszuweichen. Natürlich kann der Friedensgruss nicht alle Konflikte in einer Pfarrei lösen. Aber auch wenn es schwer fällt, dem einen oder andern die Hand zu reichen, kann doch damit der Wille ausgedrückt werden: eigentlich möchte ich mit allen Frieden haben. Ich verzichte in diesem Augenblick darauf, an meinen Vorurteilen festzuhalten, und sage grundsätzlich zu allen «Ja». Es gehört beides zum Friedensgruss: das Eingeständnis der eigenen Grenzen und die Bereitschaft, über diese Grenzen hinzugehen und für alle offen zu sein.

Mit Freude Ostern erwarten

Gregor der Große († 604) berichtet aus dem Leben des jungen Benedikt, wie ihn am Osterfest ein Priester aufgesucht habe. Benedikt hatte sich ganz von den Menschen in die Einsamkeit zurückgezogen und sich dabei auch von der Gemeinschaft der Kirche entfernt, sodass er nicht wusste, wann das Osterfest gefeiert wurde. In einem «beglückenden Gespräch über das wahre Leben» wies der Priester ihn auf die Bedeutung von Ostern hin: «Heute ist Ostern, der Tag der Auferstehung des Herrn. Du darfst nicht fasten; denn dazu bin ich gekommen, dass wir ge-

meinsam die Gaben des allmächtigen Herrn geniessen.»

Diese Begegnung brachte eine entscheidende Wende in Benedikts Leben. Er wurde ein Mensch für andere, ein österlicher Mensch, der später in seiner Regel schreiben konnte: «Mit geistlicher Sehnsucht und Freude erwarte (der Mönch) das heilige Osterfest» (RB 49,7).

Feier der Osternacht

Die Feier der Osternacht beginnt am Samstag, 3. April 2010, um 21.30 Uhr mit der Segnung des Osterfeuers auf dem Vorplatz der Basilika. Die nächtliche Feier («Mutter aller Nachtwachen») dauert ca. 2½ Std.

Musik am Ostersonntag

Am Ostersonntag, 12. April 2010, gestalten das Vokalensemble Mariastein und das Leimentaler Kammerorchester die Eucharistiefeier um 9.30 Uhr mit. Gesungen wird die Missa brevis KV 258 (Spaurmesse) von Wolfgang Amadeus Mozart und Musik von J. S. Bach und G. F. Händel.

Solisten: Gillian Macdonald, Sopran; Nathalie Mittelbach Alt; Nicolas Savoy, Tenor; Adriano Oprandi, Bass.

Leitung: Benedikt Rudolf von Rohr.