

Tag der Freizeit und des Glaubens?

Der Sonntag hat sich in den westlichen Gesellschaften zum **WOCHENENDE,** zur ***freien* Zeit** hin gewandelt. Gewiss etwas Schönes und Notwendiges, gerade in der Hetze der modernen Welt. – Damit es aber nicht zu einer ***leeren* Zeit** wird, ist es auch wichtig, die Beziehung zu sich selbst, zu den anderen und zu GOTT im Auge zu behalten.

Versuchen wir *herzhaft* über aufkommende Fragen nachzudenken und hilfreiche Ant-Worten zu finden:

Wie kann der Sonntag in einer immer schneller werdenden und von Arbeit und Konsum geprägten Welt seinen Platz behaupten?

Gehört der Sonntag der Wirtschaft oder der Familie, dem Glauben, der Kultur, dem Sport, der Geselligkeit, der Erholung, der Beziehungspflege?

Verbringe ich den Sonntag auch als geistig-seelische Frei-Zeit? Was macht eigentlich den Sonntag für mich zum Sonntag?

Für viele ist **der Sonntag ein ALPTRAUM**. Den einen ist zu wenig los, andere quälen sich bei Verwandtenbesuchen und Familienfesten. Wer einen Ausflug

macht, steht im Stau und später an der Kasse oder im Freizeitpark in der Schlange.
Trotz allem: **Genießen wir den SONNTAG**, immer wieder, er hört sich doch anders an wie andere Tage. Sonntag, das ist mal nicht funktionieren und den vielen Pflichten nachkommen – mit Ausnahme der Notfallhilfen und verschiedener Dienstleistungen -, sondern rauskommen, was anderes sehen und Zeit füreinander haben. Es ist gut und wichtig, dass wir alle miteinander einen Tag haben, der anders ist, der sich vom Alltag abhebt. – **Nicht** alle Lebens-Zeit möge **zur ARBEITS- und KONSUM-ZEIT** werden und der Sonntag durch wirtschaftliche und politische Interessen kaputtgemacht und zu einem ganz normalen Arbeitstag sich entwickeln.

Jeder Mensch ist frei und mündig genug, seinen **GLAUBEN und** seinen **SONNTAG** selbst zu gestalten. Da spricht auch nichts gegen den Gottesdienst am Sonntag, im Gegenteil. – Sonntag bedeutet daher auch (noch) die Einladung unseres Schöpfer-GOTTES zur Begegnung mit ihm anzunehmen: Gottesdienst zu feiern, gemeinsam zu singen, zu beten, den Alltag unterbrechen zu lassen; die persönliche Beziehung zu Jesus durch die Teilnahme an der gemeinsamen sonntäglichen Versammlung der Gemeinde zu bezeugen. Damit den freien Sonntag als das Verbindende für Gesellschaft und Glauben erleben.

– weitere Denk-Anstöße findest du auch im online-Buch

Kommen wir darüber auch mit unserem HERR-GOTT ins Gespräch:

Guter GOTT, ich nehme deine Stimme wahr:
 Mein liebes Kind! Der Sonntag soll ein Tag der geistigen Erfrischung sein. Nimm dir Zeit für dich, für deine Seele. Du bist mehr als das, was du leistest. Lebe deinen Glauben nicht als Pflichtübung, sondern als Herzensanliegen inmitten deiner Lebenswelt. Fürchte dich nicht, hab Mut und bleib in meiner Liebe!

DU, mein HERR, ich möchte dir sagen:
Der Sonntag ist ein großes Geschenk für uns alle, an dem wir zu Ruhe kommen und von der alltäglichen Routine ablassen können. Auch Handy und Computer sollen pausieren und wir können die gewonnene Zeit zu direkten sozialen Kontakten in der Familie und mit Freunden nutzen. DU HERR weißt, wie schwer es in unserer Zeit ist, diesen Tag recht zu begehen. DU kennst die vielen

Angebote und Möglichkeiten. DU weißt um die Pläne und Aktivitäten. Und wir sind da mittendrin, kommen oft nicht aus der eigenen Haut, finden nicht den Weg zur Stille und zu dir.
HERR, ich möchte mir Zeit für die gemeinschaftliche Feier des Gottesdienstes und der Begegnung mit dir nehmen, um daraus Kraft für den Alltag zu schöpfen. Nicht als auferlegtes Gebot, sondern als ein Bedürfnis, eine Freude, mich von dem eucharistischen Brot ernähren zu dürfen und für den erfahrenen Beistand Dank zu sagen.
Segne die Priester und Laien, die Gottes Wort verkünden und alle Beschäftigten im Sozial- und Gesundheitsbereich, bei Polizei und Feuerwehr sowie vielen anderen Berufsgruppen, die an Sonn- und Feiertagen zu unseren Wohl arbeiten. DU bist mein Friede, meine Hoffnung und meine Freude. Dir sei Lob und Dank. Halleluja!

Hören wir auf die Botschaft unseres Schöpfers und *‚nehmen wir ihm bei seinem Wort‘*, das er uns für *liebe-volle* Beziehungen und *rechte* Ant-Worten anbietet:

Klick dazu z.B. auf folgende Bibelstellen (es gibt noch viele andere!): Mk 2,27 oder Gen 2,3
Den Text aus der heutigen *‚Tages-Zeitung‘ samt Kommentar – zum Lesen wie zum Hören* – findest du unter: www.evangeliumtagfuertag.org

bleib im Gespräch – lebe in *liebe-voller* Beziehung!

© 2026 ANTONIUS
Impressum · Datenschutz