

Betrachtungstext: 3. Adventssonntag (A)

Jesus bringt Freude in Fülle. -
Die Demut des Täufers. - Kleine
Dienste, um Frieden und
Freude auszusäen.

"FREUT EUCH IM HERRN zu jeder
Zeit! Noch einmal sage ich: Freut
euch! Eure Güte werde allen
Menschen bekannt. Der Herr ist
nahe" (Phil 4,4-5). In der Liturgie der
Kirche ist der dritte Adventssonntag
als "Gaudete" oder "Freuden"-
Sonntag bekannt. Wir sind heute
eingeladen, über den Grund unserer
Freude nachzudenken. Wir alle
sehnen uns in den Tiefen unserer
Seele danach, glücklich zu sein.

Manchmal suchen wir diese Freude jedoch nur in Teilbereichen unseres Lebens: im Besitz bestimmter materieller Güter, in der sozialen Anerkennung, die wir erhalten, im Erwerb einer bestimmten Qualität oder in einem ruhigen Familienleben. All das ist zweifellos gut, aber der heilige Paulus erinnert uns daran, dass diese Freuden nur dann ihre Fülle erreichen, wenn sie in dem Glück verwurzelt sind, das Jesus uns schenkt: "Freut euch *im Herrn* zu jeder Zeit".

Der Prophet Jesaja seinerseits fordert sein Volk nachdrücklich auf, trotz der Hinterhalte seiner Feinde oder der Tatsache, dass so viele sich von seinem Gott abkehren, fröhlich zu leben: "Jubeln werden die Wüste und das trockene Land, jauchzen wird die Steppe und blühen wie die Lilie" (Jes 35,1). Auch wir können, selbst wenn wir in Versuchung geraten oder müde sind, diese Freude in der Tiefe

unseres Herzens bewahren. Und diese Möglichkeit, dank der Nähe Christi, ist gerade das, was wir zu Weihnachten feiern.

Die Freude "ist der Atem, die Ausdrucksweise des Christen".¹ So wie das Atmen die erste Manifestation des Lebens ist, so ist aufrichtige Freude ein Zeichen dafür, dass Jesus eine glaubwürdige Antwort auf die tiefen Sehnsüchte unseres Herzens gibt. "Stärkt die schlaffen Hände und festigt die wankenden Knie! Sagt den Verzagten: Seid stark, fürchtet euch nicht!" (Jes 35,3-4), fährt der Prophet Jesaja in der heutigen ersten Lesung fort. Gott zeigt auf überraschende Weise mehr Freude an Weihnachten als wir selbst: So groß ist seine Sehnsucht, einen Platz in unserem Leben zu finden.

JOHANNES DER Täufer begleitet uns über weite Strecken der Adventszeit.

Wir sehen in ihm eine unentbehrliche Tugend verkörpert, um diese dauerhafte Freude zu genießen: die Demut. Sein ganzes Leben war darauf ausgerichtet, die Menschen auf das Kommen des Messias vorzubereiten. Als er im Gefängnis saß und von den Wundern hörte, die Christus vollbrachte, "schickte er seine Jünger zu ihm und ließ ihn fragen: Bist du der, der kommen soll, oder sollen wir auf einen anderen warten?" (Mt 10, 2-3). Nachdem Jesus die Werke beschrieben hat, die er getan hat, lobt er seinen Vetter: "Dieser ist es, von dem geschrieben steht: Siehe, ich sende meinen Boten vor dir her, der deinen Weg vor dir bahnen wird. Amen, ich sage euch: Unter den von einer Frau Geborenen ist kein Größerer aufgetreten als Johannes der Täufer; doch der Kleinste im Himmelreich ist größer als er" (Mt 11,10-11).

Die Demut hilft uns, unsere Existenz an der Größe Gottes auszurichten. Der Stolz hingegen "hält es für unmöglich, daß Gott so groß ist, daß er klein werden kann, um sich uns wirklich zu nähern".² Wer hingegen demütig ist, ohne seine Talente zu verleugnen oder seine Motivation zu verlieren, bestmöglich zu arbeiten, findet seine Freude darin, sich vor einem Kind zu verneigen, wie es die Könige des Ostens oder die Hirten taten.

Die Tugend der Demut lehrt uns, dass das einzige wichtige Urteil dasjenige eines Gottes ist, der sich uns im Antlitz eines Kindes zeigt. Jedes Mal, wenn wir uns im Gebet der konkreten Liebe Jesu nähern, werden wir von Urteilen über uns selbst befreit, die oft nicht der Realität entsprechen und uns letztlich den Frieden rauben. Wir entdecken, dass Gott uns nicht für das liebt, was wir tun oder was wir

nicht tun, sondern für das, was wir sind: seine Kinder. Und es hilft uns auch, andere nicht zu verurteilen. In Bethlehem können wir unseren Blick in einen demütigeren Blick verwandeln und so zu einer Quelle des Friedens und der Freude für unsere Mitmenschen werden.

DER HEILIGE JOSEFMARIA fasste die Aufgaben eines Apostels in "Frieden und Freude zu verbreiten"³ zusammen. Die Demut, zu wissen, dass wir Säleute der großen Nachricht sind, die von Gott kommt, wird uns dazu bringen, nicht müde zu werden, das Evangelium zu verbreiten. Bei vielen Gelegenheiten wird unser Lächeln im Angesicht von Widrigkeiten ausreichen; bei anderen wird das Verständnis, das wir angesichts der Probleme eines geliebten Menschen zeigen, ausreichen... "Die Freude des Evangeliums erfüllt das Herz und das gesamte Leben derer, die Jesus

begegnen. Diejenigen, die sich von ihm retten lassen, sind befreit von der Sünde, von der Traurigkeit, von der inneren Leere und von der Vereinsamung. Mit Jesus Christus kommt immer – und immer wieder – die Freude".⁴

Unser christliches Zeugnis richtet sich nicht gegen irgendetwas oder irgendjemanden, sondern ist Ausdruck der Demut eines Gottes, der Mensch werden wollte, damit alle ihm begegnen können. Als seine demütigen Jünger wollen wir zu dieser Verkündigung beitragen: Jede unserer Gesten der Zuneigung kann eine Quelle und eine Erneuerung der Freude in der Umgebung sein, in der wir uns befinden; Jesus möchte durch unsere kleinen Werke aus Liebe in anderen geboren werden.

Die Heilige Jungfrau ist die *causa nostrae laetitiae*, sie bringt uns immer Freude. Wir können sie

bitten, dass wir wie der Täufer wissen, wie wir die Wege des Herrn ebnen können. Mit ihr "müssen wir die Welt mit Licht erfüllen, denn unser Dienst muss mit Freuden geleistet werden. Wo immer ein Sohn Gottes in seinem Werk ist, darf die gute Laune nicht fehlen, die eine Frucht des inneren Friedens ist. Des inneren Friedens und der Hingabe: Sich dem Dienst an den anderen hingeben ist von solcher Wirksamkeit, dass Gott es mit einer Demut belohnt, die voll geistlichen Glücks ist".⁵

1 Papst Franziskus, *Tagesmeditation*, 28-V-2018.

2 Papst Benedikt XVI., *Homilie*, 6-I-2010.

3 Hl. Josefmaria, *Christus begegnen*, Nr. 120.

4 Papst Franziskus, *Evangelii
Gaudium*, Nr. 1.

5 Hl. Josefmaria, *Briefe 1*, Nr. 22.

.....

pdf | automatisch generiertes
Dokument von [https://dev.opusdei.org/
de/meditation/betrachtungstext-3-
adventsonntag-a/](https://dev.opusdei.org/de/meditation/betrachtungstext-3-adventsonntag-a/) (08.08.2025)