

## Der Sonntag als Tag der Familie

Das Thema „Sonntag“ umfasst unterschiedliche Inhalte: Schöpfung und Freiheit, Freude und Hoffnung, Erlösung und Auferstehung. Betrachten wir diese Inhalte, so stoßen wir auf zwei Hauptthemen: Gott und Mensch. Am Sonntag geht es um Gott und um den Menschen. Der Sonntag hat also eine theologische Bedeutung und eine humane, menschliche Bedeutung. Wir sollen an dem Tag, den Gott als heilig erklärt hat, Zeit für unseren Schöpfer haben und für uns selber, füreinander. Zeit füreinander zu haben, ist besonders wichtig in der Familie.

(1) Die Situation der Familien von heute ist nicht leicht. Viele berufstätige Eltern kommen immer später von der Arbeit nach Hause, manche nur fürs Wochenende und restlos erschöpft. Lange Wege zur Arbeit, zunehmender Druck am Arbeitsplatz und Angst ihn zu verlieren, das sind weitere Belastungen. Manchmal kommt noch dazu Arbeit am Sonntag. Zeit füreinander zu haben, ist schwierig. Viele zerbrechen unter solchen Lebensbedingungen, werden seelisch krank. Depressionen gehören zu den häufigsten Krankheiten. Man spricht von der Generation der chronisch Erschöpften.

Der Mensch, insbesondere die Familie braucht den Sonntag als Ruhetag, um füreinander da zu sein, um füreinander Zeit zu haben: Eltern für Kinder, Ehemann für seine Frau und umge-

kehrt. Familien brauchen diesen geschützten Raum für gemeinsame Aktivitäten, Gespräche, Spaziergänge, Spiele und vieles mehr. Der Sonntag ist in der Tat ein großes Geschenk Gottes. Gerade für die Familie erscheint der Sonntag als eine wichtige Oase, wo das Miteinander gepflegt wird, wo die familiären Beziehungen intensiver gelebt werden. All das gehört zu der menschlichen Seite des Sonntags.

Der Sonntag als Geschenk Gottes ist als menschenfürsorglich und familienfreundlich. Deshalb müssen wir uns für die Bewahrung des Sonntags als Ruhetags in unserer Gesellschaft einsetzen.

(2) Sonntag hat noch eine weitere Bestimmung. Am Sonntag geht es ja auch um Gott. Es ist ein heiliger Tag zu Ehren Gottes und zur Heiligung des Menschen. Und dies soll in christlichen Familien nicht zu kurz kommen. Eine christliche Familie erkennt man nämlich am Sonntag, wie sie diesen heiligen Tag gestaltet.

(2.1.) An dem Tag soll uns Christen eine doppelte Haltung auszeichnen: Dankbares Staunen über die wunderbare Schöpfung und über unseren Schöpfer sowie tiefe Dankbarkeit für das Werk unserer Erlösung. Diese doppelte Grundhaltung der Christen wird gemeinschaftlich in der Eucharistie, in der großen Danksagung der Kirche stets eingeübt und ausgeübt. In Erinnerung an Jesu Auftrag brechen wir hier das Brot und stärken uns an seinem Tisch.

Diese große Danksagung darf im Leben eines Christen und einer christlichen Familie nicht fehlen. Die Teilnahme an der sonntäglichen Messe hat die fundamentale Bedeutung für unsere christliche Identität und für die Heiligung des Sonntags, aber auch für die religiöse Erziehung. - Praktiziert es eine Generation nicht konsequent, so hört die nächste Generation damit ganz auf.

(2.1.) Die Teilnahme an der Eucharistiefeier gehört zwar wesentlich zur Heiligung des Sonntags. Sie ist sogar die Mitte und der Höhepunkt des Herrentages aber nicht alles. Der Sonntag beginnt genauso wie der Sabbat am Vorabend. Nach jüdischer Tradition ist der Sabbat mehr als nur eine allwöchentliche Erholung. Er ist die „Braut und Königin der Woche“. Er ist „der wunderbare Wochentag, an dem sich auch die ärmsten und unbedeutendsten Menschen in unmittelbarer Beziehung zu Gott fühlen dürfen und seine Fürsorge spüren.“

Zur Feier dieses heiligen Tages muss man sich vorbereiten. Die Wohnung wird nicht am Sabbat, sondern vor dem Sabbat geputzt, das Essen vorgekocht. Schon am Vorabend legt man festliche Kleider an. Die Mutter der Familie trägt ihr Hochzeitskleid und ein weißes Seidentuch um den Kopf. So bringt jeder Sabbat dem gläubigen Juden ein persönliches Gefühl des göttlichen Glanzes, der Andacht und der Hochstimmung (Rosten, 493).

Die Sabbatfeier in der Familie beginnt mit dem Anzünden der Sabbatkerzen. Die Mutter, die es macht, wird für einen Augenblick zur Priesterin der Familie. Die Väter segnen ihre Kinder. Die

Ehemänner singen oft das Los ihrer Frauen. Am Sabbat selbst widmet man sich nach dem Gottesdienst in der Synagoge dem Gebet, dem Studium der Tora und der religiösen Unterweisung der Kinder.

(3) Ich glaube, wir können viel lernen von dieser alten jüdischen Tradition, die dem christlichen Verständnis des Sonntags nicht fern steht. Der Sonntag soll in unseren Familien als ein besonders festlicher Tag gelten. Und das drückt sich in verschiedenen Dingen aus: aufgeräumte Wohnung, schön gedeckter Tisch, festliche Kleidung, um so ein kleines Stück des göttlichen Glanzes unter uns symbolisch zum Ausdruck bringen.

Nicht weniger wichtig ist die Lektüre der Hl. Schrift oder eines guten religiösen Buches, ein Glaubensgespräch mit den Kindern oder mit dem Ehepartner. All das schafft eine gute, heilige Atmosphäre am Sonntag in der Familie. Der Gottesdienst erscheint nicht als etwas weltfremdes, sondern wirklich als der Höhepunkt des Familienlebens am Sonntag.

Damit wäre auch ein wichtiger Schritt getan in die Richtung einer christlichen Sonntagskultur, die vor allem in den Familien gelebt werden kann und muss, denn es gibt keine Alternative. Lasst uns in diesem wichtigen Anliegen heute und immer wieder beten. Amen.