

# Geschenk des Sonntags

Predigt zum 9. Sonntag im Jahreskreis B 2024

---

02.08.2024

Der Sonntag ist **das große Geschenk Gottes an die Menschheit**, grundgelegt bereits im **Schöpfungslied**: 6 Tage sollst du schaffen, am 7. Tag darfst du **ruhen** und das **anschauen**, was du geschaffen hast.

Damit bin ich bereits bei einem **wichtigen Aspekt des Sonntags**. Gott hat uns diesen Tag **nicht nur als Ruhetag geschenkt**. Er möchte, dass wir am Sonntag ganz **bewusst die Augen aufmachen und schauen**.

- ✚ Der Sonntag lädt ein, eine **Rückschau** zu halten auf das, was ich im Laufe der Woche geschaffen habe oder was andere für mich getan haben.
- ✚ Der Sonntag lädt auch ein, **Ausschau** zu halten nach dem, was Gott geschaffen hat; meine Augen auf das zu richten, was ich **im Trott des Alltags** übersehen habe: die Schönheit der Natur zum Beispiel.
- ✚ Schließlich lädt der Sonntag ein, eine **Vorschau** zu halten auf mögliche Herausforderungen in der kommenden Woche. Und damit ich diese auch meistern kann, ist es wichtig, den Sonntag zu nutzen als **Tag, an dem ich Kraft tanken darf**.

Für dieses Kraft-Tanken bietet der Sonntag **3 Zeitgeschenke** an. Wenn möglich, sollten alle 3 angenommen und genutzt werden.

Das erste Zeitgeschenk heißt:

1. **Zeit für mich**. Ich darf mir Zeit nehmen, **meine Bedürfnisse zu stillen**: ausgiebig **schlafen** z.B.; aber auch Zeit, meinen **Hobbies** nachzugehen; Zeit für **Bewegung, Sport, Vergnügen...**
2. **Zeit für Familie und Freunde**. **Beziehungspflege** ist ein wichtiger Aspekt des Sonntags. Gott hat den Menschen so erschaffen, dass er **nur in einer sozialen Struktur überleben** kann. ER **wollte keine Egoisten erschaffen**, sondern soziale Wesen, die darauf **achten, dass es den anderen gut geht**. Die Zeit, die ich meinen Mitmenschen schenke, ist **gut investiert**. Vielleicht bin ich irgendwann froh, wenn andere Menschen **mir Zeit schenken**.
3. **Zeit für Gott**. Wir sollten nicht vergessen, dass der **Sonntag das Geschenk unseres Schöpfergottes** ist. ER hat uns diesen 7. Tag auch dazu geschenkt, dass wir **Zeit haben, uns mit geistigen Dingen zu beschäftigen**; Zeit, ein gutes **Buch** zu lesen, einen **Bibeltext** zu meditieren; Zeit, über mein Leben

**nachzudenken**; Zeit, meine Sorgen und **Anliegen vor Gott zu bringen**; Zeit, mich meiner **göttlichen Herkunft zu besinnen** und mein **Lebensziel** nicht aus den Augen zu verlieren.

Im Laufe der Geschichte haben manche Regimes versucht, den **Sonntag abzuschaffen** oder neu zu erfinden.

- In der **Französischen Revolution** wurde **1792** eine neue Zeitrechnung beschlossen. Die Monate wurden in **3x10 Tage** eingeteilt, wobei jeder 10. Tag ein Ruhetag war. Die **Landbevölkerung boykottierte** diesen Beschluss und ging weiterhin am Sonntag in die Kirche.
- Auch die **Oktoberrevolution** in Russland schaffte **1917** den Sonntag ab und ersetzte ihn durch ein **5-Tage-Modell**. An jedem Tag hatten 20% der Genossen frei, während 80% arbeiten mussten. Auf Druck des Volkes hat **Stalin 1941 den Sonntag wieder eingeführt**.

Die 7-Tage-Woche ist also **von Gott bestens durchdacht** und auf den **Bio-Rhythmus des Menschen** optimal zugeschnitten. Daher ist es sinnvoll, dieses **Geschenk zu verteidigen** und den 7. Tag nicht leichtfertig dem **Leistungsdruck** zu opfern oder durch eine bequeme **Wochenend-Kultur** zu ersetzen.