22.03.2026 um 07:30 Uhr
hr2 MORGENFEIER

Ein Beitrag von
Martina Patenge,
Katholische Referentin für Glaubensvertiefung und Spiritualität, Kardinal-Volk-Haus Bingen

Frühling und neues Leben

Er kommt doch, der Frühling, nach dem langen Grau in Grau. Immer öfter guckt die Sonne raus.

Endlich! Ich fühle mich beschwingt und so viel lebendiger. Natürlich gehe ich auch an grauen und nassen Tagen jeden Tag raus, weil der Mensch sich bewegen muss: Aber jetzt wird es jeden Tag leichter.

Die Jacke kann nun offen bleiben

Die Kleinen auf dem Spielplatz sind nicht mehr so dick eingepackt. Sie können sich wieder besser bewegen. Auch ich lasse meine Jacke offen, atme tief durch. Das tut so gut. Es riecht nach Frühling. Die Vögel zwitschern und singen, was das Zeug hält. Und an den alten Bäumen werden die Knospen jeden Tag dicker.

Viele Frühlinge habe ich schon erleben dürfen. Aber jedes Jahr bin ich wieder neu begeistert. Jedes Jahr dieses Aufatmen. Jedes Jahr fühlt es sich ein bisschen an wie neugeboren werden. Ich fühle mich so lebendig! Der Frühling ist da! Und alles drängt wieder mehr nach draußen.

Frühjahrsputz

Überall wird gekehrt und geschrubbt, Balkone vorbereitet, Gärten aufgeräumt, Fahrräder für die Saison auf Vordermann gebracht.

Es ist, als ob wir Menschen wieder erwachen. Sozusagen aus dem Winterschlaf aufwachen und

© 2026 · Kirche im hr

Frühjahrsputz machen: Damit es nach dem langen Winter neu lebendig werden kann.

Auch im Kirchenjahr gibt es so etwas wie ein Aufwachen – die lange Fastenzeit der christlichen Kirchen ist so was wie der Frühjahrsputz für die Seele. Altes ablegen. Platz schaffen für Neues.

Fasten ist wieder modern

Fasten ist ja zum Glück wieder in Mode gekommen. Auch im nicht-religiösen Bereich.

Viele fasten ganz wörtlich, verzichten auf Fleisch, Süßes. Sie fragen sich: Wer bin ich ohne diese Genussmittel? Andere haben sich Übungen überlegt wie: mehr Spazierengehen, Klimafasten, mehr Beten. Oder digital detox.

Die Fastenaktion der evangelischen Kirche heißt in diesem Jahr „Mit Gefühl! 7 Wochen ohne Härte“. Das ist in einer Zeit, in der Menschen oft sehr aggressiv miteinander umgehen, eine wirklich wichtige Übung.

Bewusster leben

Jede Fastenübung dient dazu, bewusster zu leben. Es geht nicht um ein Opfer, das man bringen muss, um Gott gnädig zu stimmen. Solche Opfer will Gott nicht, hat schon Jesus selbst gesagt (Matthäus-Evangelium 9,13).

Fasten soll eine Schulung des persönlichen Lebens sein, damit wir Menschen wachsen, reifen. Frühjahrsputz für die Seele. Für Gott mehr Platz machen.

Und dann kann es in zwei Wochen Ostern werden! Denn an Ostern bricht neues Leben und neue Lebendigkeit hervor. Und darum geht es auch in der Bibelstelle, die heute in der katholischen Kirche gelesen wird.

Musik 1: Georg Philipp Telemann (1681-1767): Suite in Es-Dur TWV 55:Es2: I. Ouvertüre (CD 3 Orchestral Suites, L‘Orfeo Barock Orchestra & Carin van Heerden, Track 1, Fadeout bei ca. 3:35)

Tod und Leben

Eine lange Geschichte von Tod und Leben erzählen auch die Bibelworte, die heute in der katholischen Kirche gelesen werden. Sie stehen im 11. Kapitel des Johannes-Evangeliums.

Die Schwestern Maria und Marta benachrichtigen Jesus über die schwere Krankheit ihres Bruders Lazarus: *Herr, sieh: Der, den du liebst, er ist krank!* (Johannes-Evangelium 11,3) Die Geschwister

© 2026 · Kirche im hr

sind mit Jesus eng befreundet.

Er liebte sie, heißt es sogar. Maria und Marta hoffen, dass Jesus ihrem Bruder helfen wird. Es eilt. Aber was macht Jesus? Er wirft nicht alles hin und eilt zu dem Freund, sondern bringt erst seine Aufgaben zu Ende.

Als er endlich bei den Freundinnen Maria und Marta ankommt, ist Lazarus bereits seit einigen Tagen tot und längst begraben.

Verzweiflung über den Tod

Die Bibel beschreibt das so: *Viele Juden waren zu Marta und Maria gekommen, um sie wegen ihres Bruders zu trösten. Als Marta hörte, dass Jesus komme, ging sie ihm entgegen. Maria aber blieb im Haus sitzen. Marta sagte zu Jesus: Herr, wärst du hier gewesen, dann wäre mein Bruder nicht gestorben.“ (Joh 11,21)*

Die eine Schwester, Maria, ist vom Traurigsein zermürbt und bleibt im Haus. Die andere, Marta, geht Jesus entgegen. Aber sie freut sich nicht, ihn zu sehen.

Im Gegenteil. Sie kritisiert ihn und macht ihm Vorwürfe. Sie ist verzweifelt und traurig über den Tod ihres Bruders. Warum ist er nicht gleich gekommen?. Er hätte den Kranken doch segnen oder sogar heilen können.

So wie er überall Kranke segnet und heilt – die Leute kommen ja schon von weither zu ihm und schleppen ihre Kranken mit. Warum hat er sich nicht sofort auf den Weg gemacht, um seinem Freund Lazarus zu helfen?

Musik 2: Johann Christoph Friedrich Bach (1732-1795): II. Aria (CD: Die Auferweckung des Lazarus (Live), Gellert Ensemble, Andreas Mitschke, Track 2, Fadeout bei ca. 2:15)

Jesus kam zu spät

Der Evangelist Johannes erzählt von den Schwestern Maria und Marta sowie ihrem erkrankten Bruder Lazarus. Jesus hat die Geschwister sehr geliebt, heißt es. Aber er ist zu spät gekommen. Lazarus ist bereits verstorben.

Diese dramatische Verzögerung, die der Evangelist da eingebaut hat, soll die Bedeutung von Jesus verdeutlichen. Und dazu beitragen, auf seinen baldigen Tod, aber auch auf das neue Leben durch die Auferstehung vorzubereiten.

Denn Jesus ist auf dem Höhepunkt seines Wirkens – und auf dem Höhepunkt seiner

© 2026 · Kirche im hr

Auseinandersetzung mit der religiösen Obrigkeit. Seit drei Jahren zieht er umher, predigt, heilt, lehrt, kümmert sich um Menschen, spricht von Gott.

Er schart immer neue Neugierige und Bedürftige um sich. Von ihm geht so viel neues Leben aus. Maria und Marta wissen das und hatten gehofft, er würde ihren Bruder heilen können.

Das Urteil nimmt seinen Lauf

Allerdings wissen auch die religiösen Gelehrten in Jerusalem Bescheid. Sie haben ihre Zuträger, die empört von dem Wanderprediger berichten. Ihnen wird immer unbehaglicher. Dieser Mann ist eine Gefahr für sie. Er wiegelt das Volk auf. Sie müssen handeln.

Nicht mehr lange, dann handeln sie tatsächlich und das Unheil nimmt seinen Lauf: Sie werden Jesus verurteilen und hinrichten lassen…in der Hoffnung, dass sie dann ihre Ruhe haben und ihre Macht nicht mehr gefährdet ist. Wie Machthaber eben handeln, bis heute.

So endet das außergewöhnliche Leben des Wanderpredigers Jesus. Aber es geht eben doch außergewöhnlich weiter - mit seiner Auferweckung beginnt ein neues, anderes Leben des Jesus Christus.

Tod und Auferstehung

Der Evangelist Johannes will mit seiner Erzählung von Lazarus gedanklich auf dieses Unvorstellbare vorbereiten. Deshalb gestaltet er sie so dramatisch: Jesus verspätet – der Kranke bereits verstorben…so kann er von Jesus erzählen, und die besondere Kraft als geliebter Sohn Gottes aufzeigen und betonen, von dem auch neue Lebendigkeit ausgeht.

Deshalb diskutieren in dieser Erzählung Marta und Jesus über Tod und Auferstehung. Und über seine Bedeutung als Sohn Gottes.

Spannend dabei ein Nebenthema: Mann Jesus ringt mit der Frau Maria darum, was diese Auferstehung bedeutet. Sie hat einen tiefen Glauben. Er traut ihr zu, dass sie tief spüren kann, wer er wirklich ist.

Das klingt so: *„Herr, wärst du hier gewesen, wäre mein Bruder nicht gestorben. Aber auch jetzt weiß ich: Alles, worum du Gott bittest, wird Gott dir geben. Jesus sagte zu ihr: Dein Bruder wird auferstehen….und sie antwortet: ich weiß, dass er auferstehen wird bei der Auferstehung am Jüngsten Tag“ (Johannes-Evangelium 11, 21 ff)*

Ob sie die Worte verstanden hat?

© 2026 · Kirche im hr

Ob sie die Worte verstanden hat, wenn er daraufhin sagt: *„Ich bin die Auferstehung und das Leben. Wer an mich glaubt, wird leben, auch wenn er stirbt, und jeder, der lebt und an mich glaubt, wird auf ewig nicht sterben.“ (Johannes-Evangelium 11,25)*

Und er sagt auch: *„Wenn du glaubst, wirst du die Herrlichkeit Gottes sehen.“* Das alles sagt Jesus nicht leichthin, sondern unter Tränen, innerlich erregt und erschüttert. Und dann, um seine Worte zu unterstreichen, holt er den Lazarus nach einem innigen Gebet noch einmal ins Leben zurück.

Musik 3: Heinrich Schütz (1585-1672): Ich bin die Auferstehung und das Leben, SWV 464 (CD Musicalische Exequien, Vox Luminis & Lionel Meunier, Track 2, 3:36)

Lazarus' Auferweckung

Dem verstorbenen Lazarus wird noch einmal Leben geschenkt. Der Vorgang umfasst genau zwei Sätze. Und wird auch nicht weiterverfolgt. Das ist schon erstaunlich in der biblischen Erzählung von der Auferweckung des Lazarus: Er wird angesprochen, kommt aus dem Grab.

Helfer sollen ihm die Leichentücher abnehmen. Er spricht nicht, sondern darf weggehen. Das ist alles. Mehr erfahren wir nicht über ihn. Er hat noch einmal eine Lebenszeit geschenkt bekommen, und irgendwann wird sein irdisches Leben dann doch enden.

Mit Gott gibt es neues Leben

Aber Jesus hat erreicht, was er erreichen wollte. Maria und Marta und mit ihnen die Umstehenden sollten die besondere Verbindung erkennen, die er mit Gott hat, den er seinen Vater nennt. Sie sollen direkt erfahren: Mit Gott gibt es neues Leben.

Ich bin sicher: Nach diesem Erlebnis werden Lazarus, Maria und Marta nicht weiterleben wie bisher. Das hat sie umgehauen und verändert.

Da ist eine neue Lebendigkeit entstanden und neue Energie. Und vermutlich sind sie tief dankbar für diese noch einmal geschenkte Lebenszeit. Und tief dankbar für die Freundschaft mit Jesus, die das ermöglicht hat.

Musik 4: Johann Christoph Friedrich Bach (1732-1795): IX. Choral (CD: Die Auferweckung des Lazarus (Live), Gellert Ensemble, Andreas Mitschke, Track 9, 0:34)

Das Herz für Gott und Jesus öffnen

Jesus hat den verstorbenen Lazarus wieder ins Leben zurück aufgeweckt. Alle sollen sehen, dass es sich lohnt, an ihn zu glauben als den besonderen Sohn Gottes. Glauben heißt, das Herz für

© 2026 · Kirche im hr

Gott und für Jesus zu öffnen.

Man kann es auch Freundschaft zwischen Menschen und Jesus nennen. Ein „auferstandenes Leben“, weil es sich verbindet mit dem auferstandenen Jesus.

Wochenendseminar zum Thema “Auferstehung”

Aber wie geht das? Diese Frage haben sich Teilnehmerinnen und Teilnehmer eines Wochenend-Seminars zum Thema „Auferstehung“ gestellt. Anfangs eher skeptisch. Ja, die Geschichte mit Jesus und Ostern, mit Tod und Auferstehung kennen sie und schätzen sie.

Wird ja in jedem Glaubensbekenntnis in den Gottesdiensten ausgesprochen. Aber was bedeutet das und wie war das wirklich? Eine Frage, die ich ihnen auch nicht so einfach beantworten kann. Da hilft das ganze Theologiestudium nichts. Es bleibt nicht wirklich sagbar.

Deshalb sind wir zusammen auf die Suche gegangen, was „Auferstehung und neues Leben mit Gott“ für ihr Leben heißen könnte.

Wie neugeboren

Also habe ich die Gruppe gefragt: Kennen Sie das Gefühl, manchmal wie neugeboren zu sein? Oder wenn plötzlich eine tolle Idee oder Situation aufploppt, die total viel Energie mit sich bringt? Wann fühlen sie sich neu lebendig? Oder wann spüren sie so ein „auferstandenes Leben“?

Die Antworten sind nur so gepurzelt: Im Frühling natürlich, wenn die Natur aus dem Winterschlaf aufwacht. Aber auch, wenn man Liebe spürt. Wenn eine Idee geglückt ist. Nach langer Krankheit. Nach einer Krise. Oder wenn jemand nach langer Trauer wieder auf die Beine gekommen ist.

Einige haben auch gesagt: Im Gottesdienst. Oder in Taizé, in Exerzitien, oder zusammen mit anderen glaubenden Menschen. Beim Beten, Meditieren, in der Stille. Es gibt viele Wege, sich wieder neu lebendig zu fühlen.

Frühling ist wie Auferstehung

Neues Leben und Auferstehung: Ich spüre das jetzt auch im Frühling, wenn die Sonne mich zum ersten Mal richtig wärmt, wenn es endlich wieder grün und hell wird. Für mich als Christin geschieht in Frühling und Fastenzeit auch: neues Leben mit Jesus.

Das bedeutet mir viel. Aber auch Menschen, die nicht an Jesus glauben, spüren jetzt im Frühling viel von der neuen Lebensenergie der Natur und dem Wunder des Lebens.

© 2026 · Kirche im hr

Musik 5: Georg Philipp Telemann (1681-1767): Suite in Es-Dur TWV 55:Es2: II Menuet I – Menuet II (CD 3 Orchestral Suites, L'Orfeo Barock Orchestra & Carin van Heerden, Track 2, 2:33)

© 2026 · Kirche im hr