

22.07.2026 um 06:30 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Kathrin Landwehr-Martin,

Regionaljugendreferentin Katholisches Jugendbüro Oberhessen, Alsfeld

Maria, die Frühaufsteherin

Morgens den Wecker stellen und extra früh aufstehen, obwohl man ausschlafen kann? Für mich ist das ein wenig verlockender Gedanke. Egal ob im Urlaub oder an freien Tagen: Ich bin froh, wenn ich den Wecker mit seinem unsäglichen Gebimmel mal nicht stellen muss.

Ich schlafe gerne aus! Ich mag es, morgens noch ein paar Minuten im Bett wach zu liegen, dem Vogelgezwitscher zuzuhören, den Geräuschen der Stadt, und den Tag langsam zu beginnen.

22.Juli: Maria von Magdala

Ich kenne da eine Frau, für die das auf keinen Fall in Frage käme: die heilige Maria von Magdala, auch bekannt als Maria Magdalena. Sie ist eine Frühaufsteherin! Ganz nach dem Motto „der frühe Vogel fängt den Wurm“. Heute am 22. Juli ist ihr Gedenktag.

Laut Bibel gehörte sie zum Freundeskreis von Jesus. Sie wurde von Jesus als eine der ersten Frauen geheilt. Seitdem war Maria von Magdala eine treue Weggefährtin und bei wichtigen Stationen im Leben von Jesus dabei. Aus diesem Grund hat der damalige Papst Franziskus im Jahr 2016 Maria von Magdala offiziell den lateinischen Ehrentitel „Apostola apostolorum“ verliehen.

Übersetzt heißt das: „Apostolin der Apostel“. Mit der Verleihung des Titels wurde erstmals eine Frau in den Rang einer Jüngerin erhoben.

Maria bemerkte das leere Grab als Erste

Der Grund für ihren Titel ist folgende Erzählung aus der Bibel (Johannes 20,1-18): Frühmorgens als es noch dunkel war, und die Jünger wahrscheinlich noch schliefen, lief Maria von Magdala schon zum Grab von Jesus. Am Tag zuvor war Jesus gekreuzigt worden.

Laut Johannesevangelium war Maria von Magdala die Erste, die morgens am Grab war! Zu ihrer Überraschung musste sie feststellen, dass das Grab leer war. Sofort alarmierte sie Simon Petrus und Johannes.

Nach einer ausführlichen Grab-Erkundung gingen Johannes und Simon Petrus wieder nach Hause. Vielleicht legten sie sich nochmal auf's Ohr und schliefen weiter. Maria von Magdala aber blieb noch beim Grab. Und weinte.

Und genau in dem Moment passiert es: Jesus taucht plötzlich hinter ihr auf. Im ersten Moment denkt Maria, es ist der Gärtner. Doch dann spricht Jesus sie mit ihrem Namen an – „Maria!“. Und sie erkennt, dass es Jesus ist.

Es lohnt sich, früh aufzustehen

Maria von Magdala ist für mich ein gutes Beispiel dafür, dass es sich lohnt, früh aufzustehen! Offensichtlich kann man um diese Zeit ungeahnte Entdeckungen machen!

Ich schaue morgens als allererstes immer aus dem Fenster in den Garten. Manchmal sitzt da schon ein fleißiger Specht am Baum und klopft. Oder eine Katze schleicht interessiert am Sandkasten entlang. Und am schönsten ist es, wenn ich diese Entdeckungen danach mit anderen teile.