

05.04.2026 um 07:15 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von

Lena Giel,

Pastoralreferentin und Jugendseelsorgerin im katholischen Jugendbüro Südhessen

Auferstehung – und was sie heute mit mir zu tun hat

Moderator/in: *Vielleicht liegt ihr noch gemütlich im Bett, seid schon beim Frühstück oder sitzt schon im Auto auf dem Weg zur Familienfeier. Heute Morgen sind schon viele hier in Hessen auf den Beinen, denn es ist Ostersonntag. Lena Giel, von der katholischen Kirche, was machst du heute an Ostern?*

Lena: Ich bin heute unterwegs mit meiner Familie. Wir sind zu Besuch bei Verwandten. Wir verstecken Ostereier für die Kinder im Garten und verbringen den Tag miteinander. So schön solche Treffen auch sind, sie können schnell chaotisch werden. Die Kinder sind aufgeregt, wir Erwachsene gestresst, weil wir es perfekt haben wollen, und am Ende prallen noch verschiedene Meinungen aufeinander. Aber ich denk heute an die, die sich nicht mit ihrer Familie treffen können, die allein sind oder denen es nicht nach Feiern zumute ist. Ostern ist kein Fest, wo alles perfekt sein muss. Ostern ist genau für die Menschen, die heute an ihre Grenzen kommen.

An Ostern denken Christ:innen daran, dass Jesus von den Toten auferstanden ist. Was genau hat das mit den Menschen zu tun, die heute an ihre Grenzen kommen?

Lena: Ostern ist für mich Neuanfang. Und genau darum geht's auch im Kern der Ostergeschichte: Jesus ist nicht im Grab geblieben. Die Auferstehung bedeutet – ganz simpel gesagt – dass das Leben stärker ist als alles, was uns runterzieht. Selbst stärker als der Tod. Die Auferstehung sprengt Grenzen. Klingt groß, ich weiß. Aber vielleicht steckt genau darin etwas, das auch in unseren Alltag passt: Es geht weiter. Nach schwierigen Phasen kommt wieder Licht. Es gibt noch Hoffnung. Und vielleicht ist genau das die Idee für heute: nicht der perfekte Tag, nicht der

durchgeplante Familien-Marathon – sondern einfach das Leben feiern. Zum Beispiel mit Schokohasen, Frühstückseiern oder einfach nur mit guter Musik: Ich wünsche allen heute einen entspannten und hoffnungsvollen Ostersonntag.