

12. Sonntag im Jahreskreis

21. Juni 2026



Sonntagsblatt der Pfarrgemeinde Eferding

Einleitung

Es gibt unterschiedliche Dinge, die uns Angst machen. Mit Angst im Herzen wirkt vieles bedrohlicher als es in Wahrheit ist. Vieles Beängstigende ist mit einigem Abstand betrachtet gar nicht mehr so bedrohlich. „Fürchtet euch nicht“, hören wir heute Jesus im Evangelium sagen. Das ist nicht immer leicht. Es setzt ein tiefes Vertrauen in Gott voraus. Vertrauen ist ein anderes Wort für glauben. Jesus hat selbst gezeigt, dass er ganz und gar auf Gott vertraute. In ihm ist der Glaube zu seiner höchsten Vollendung gekommen. In ihm ist alle Angst überwunden. Preisen wir ihn, in unserer Mitte:

Kyrie-Rufe

Herr Jesus Christus, ...
... du bist uns allezeit nahe.
Herr, erbarme dich.

... du willst uns von aller Angst befreien.
Christus, erbarme dich.

... durch dich haben wir Zukunft.
Herr, erbarme dich.

Eröffnungsgebet

Heiliger Gott, gib, dass wir deinen Namen allezeit fürchten und lieben. Denn du entziehst keinem deine väterliche Hand, der fest in deiner Liebe verwurzelt ist. Darum bitten wir durch Jesus Christus, deinen Sohn, unseren Herrn und Erlöser, der in der Einheit des Heiligen Geistes mit dir lebt und liebt in alle Ewigkeit.
Amen.

1. Lesung

Jer 20,10-13

Lesung aus dem Buch Jeremia.

Jeremia sprach: Ich hörte die Verleumdung der Vielen: Grauen ringsum! Zeigt ihn an! Wir wollen ihn anzeigen. Meine nächsten Bekannten warten alle darauf, dass ich stürze: Vielleicht lässt er sich betören, dass wir ihn überwältigen und an ihm Rache nehmen können. Doch der HERR steht mir bei wie ein gewaltiger Held. Darum straucheln meine Verfolger und können nicht überwältigen. Sie werden schmäählich zuschanden, da sie nichts erreichen, in ewiger, unvergesslicher Schmach. Aber der HERR der Heerscharen prüft den Gerechten, er sieht Nieren und Herz. Ich werde deine Vergeltung an ihnen sehen; denn dir habe ich meinen Rechtsstreit anvertraut. Singt dem HERRN, rühmt den HERRN; denn er rettet das Leben des Armen aus der Hand der Übeltäter.

Wort des lebendigen Gottes.

A: Dank sei Gott.

2. Lesung

Röm 5,12-15

Lesung aus dem ersten Brief des Apostels Paulus an die Gemeinde in Rom.

Schwestern und Brüder!

Durch einen einzigen Menschen kam die Sünde in die Welt und durch die Sünde der Tod und auf diese Weise gelangte der Tod zu allen Menschen, weil alle sündigten. Sünde war nämlich schon vor dem Gesetz in der Welt, aber Sünde wird nicht angerechnet, wo es kein Gesetz gibt; dennoch herrschte der Tod von Adam bis Mose auch über die, welche nicht durch Übertreten eines Gebots gesündigt hatten wie Adam, der ein Urbild des Kommenden ist. Doch anders als mit der Übertretung verhält es sich mit der Gnade; sind durch die Übertretung des einen die vielen dem Tod anheimgefallen, so ist erst recht die Gnade Gottes und die Gabe, die durch die Gnadentat des einen Menschen Jesus Christus bewirkt worden ist, den vielen reichlich zuteilgeworden.

Wort des lebendigen Gottes.

A: Dank sei Gott.

Evangelium

Mt 10,26-33

Aus dem heiligen Evangelium nach Matthäus.

In jener Zeit sprach Jesus zu seinen Aposteln: Fürchtet euch nicht vor den Menschen! Denn nichts ist verhüllt, was nicht enthüllt wird, und nichts ist verborgen, was nicht bekannt wird. Was ich euch im Dunkeln sage, davon redet im Licht, und was man euch ins Ohr flüstert, das verkündet auf den Dächern! Fürchtet euch nicht vor denen, die den Leib töten, die Seele aber nicht töten können, sondern fürchtet euch eher vor dem, der Seele und Leib in der Hölle verderben kann! Verkauft man nicht zwei Spatzen für einen Pfennig? Und doch fällt keiner von ihnen zur Erde ohne den Willen eures Vaters. Bei euch aber sind sogar die Haare auf dem Kopf alle gezählt. Fürchtet euch also nicht! Ihr seid mehr wert als viele Spatzen. Jeder, der sich vor den Menschen zu mir bekennt, zu dem werde auch ich mich vor meinem Vater im Himmel bekennen. Wer mich aber vor den Menschen verleugnet, den werde auch ich vor meinem Vater im Himmel verleugnen.

Evangelium unseres Herrn Jesus Christus.

A: Lob sei dir, Christus.

Predigtgedanken

von Dr. Josef Keplinger

Liebe Schwestern und Brüder im Herrn!

„Muss ich dir alles dreimal sagen?“ – Das war ein geflügelter Ausspruch, der mir von meiner Mutter in Erinnerung geblieben ist. Sie hat ihn immer dann getätigt, wenn ich nach wiederholter Aufforderung noch immer nicht ganz „verinnerlicht“ hatte, was sie mir ans Herz legte – um es nobel zu umschreiben, oder direkt gesagt: wenn mir das „folgen“ so gar nicht in den Sinn gekommen ist.

Mir ist beim Lesen des heutigen Evangeliums bewusst geworden, in welcher guten Gesellschaft meine Mutter mit diesem Ausspruch war.

„Muss ich euch alles dreimal sagen?“ – das ist ja indirekt auch die Botschaft Jesu an seine Apostel im eben gehörten Evangelium.

„Fürchtet euch nicht!“ – dreimal setzt Jesus an. Es scheint den von Jesus erwählten Männern schwer zu fallen Mut zu fassen, in einer Welt, in der sie Gegenwind spüren: Gegenwind von Menschen, von denen sie nicht verstanden werden, Gegenwind von solchen, die ihnen direkt nach dem Leben trachten.

Als der Evangelist Matthäus diese Worte Jesus in den Mund legt und niederschreibt, befinden sich die jungen Christengemeinden in genau solchen Situationen und sie sollen wohl daran erinnert werden, wie eindringlich Jesus die Seinen zu Lebzeiten zur Furchtlosigkeit erziehen wollte. Es ist ihnen vor 2000 Jahren wohl so ergangen, wie es uns noch heute ergeht: die Angst ist eine „Begleiterin“, die in vielen Lebenslagen sehr treu an unserer Seite ist und oft nicht und nicht von uns weichen will. Angststörungen verschiedenster Art gehören zu den häufigsten Krankheitsbildern unserer Zeit. Sie sind meist nicht harmlos und brauchen medizinische und therapeutische Unterstützung. Das kann und darf man auch nicht fromm überdecken mit einem: *Fürchte dich nicht!*

Jesus geht es sicher nicht um das Verharmlosen solcher Phänomene und auch nicht um ein Schönreden.

Er bleibt aber auch nicht einfach bei einer Beschreibung solcher Zustände stehen, sondern stellt aus der Erfahrung mit seinem himmlischen Vater ein sehr sprechendes Bild dazu.

Er verweist auf Gott als den, dem nicht nur alles möglich ist, sondern der in ungeheurer Achtsamkeit auf seine Geschöpfe sieht, dem selbst das Schicksal von Spatzen am Herzen liegt, die in der Antike als Essen der Armen und als völlig wertlos galten. Selbst solchen Vögeln gilt Gottes Sorge, sagt Jesus. Um wieviel mehr gilt in seinen Augen das Schicksal der Menschen!

Der Verweis auf die gezählten Haare auf dem Kopf, über den wohl manche mit nicht mehr sehr vielen Haaren sicher schon manche Witze über sich ergehen lassen mussten, ist bei genauem Nachdenken ein Bild ganz großer Besorgtheit und Zärtlichkeit.

Es sagt: Mensch, du liegst mir am Herzen, du bist mir wichtig, bis ins Innerste hinein. Alles, was dich ausmacht, wird von mir gesehen und gewürdigt, selbst die materiell gesehen völlig wertlosen Haare zähle ich noch einzeln. Sie sind kostbar, weil sie ein Teil von *dir* sind.

Gegen die Angst in den Herzen der Menschen setzt Jesus auf die Erinnerung an die unverbrüchliche Beziehung zwischen Gott und seinen Geschöpfen. Gottes Fürsorge ist keine abstrakte Größe, sondern gilt jedem Menschen absolut individuell und intim.

Jesus will den Blick der Menschen auf den Gott lenken, der alles, was ist, mit seiner Fürsorge und Liebe umfängt.

Weil Angst vom „Lebensstrom“ abschneidet und so oft auch von anderen Menschen trennt, erinnert Jesus an einen Gott, der in seinem Wesen *Beziehung* ist und durch seine Nähe von Neuem Beziehung stiften will. Und gelebte Beziehung ist Heilung der Angst von der Wurzel her. Wenn in der Kunst Menschen dargestellt werden, die voller Angst sind, werden sie fast immer alleine und isoliert dargestellt. Gott stellt neben diese Menschen ein DU – sich selbst!

Was hilft Kindern, wenn sie in der Nacht schlecht aufträumen und in der Dunkelheit vor Angst aufschreien und weinen? Die vertraute Stimme eines Elternteils, der in die Dunkelheit hinein sagt: *Es ist ja gut. Ich bin ja da.*

Die in der Stimme gefühlte Nähe beginnt die Angst zu heilen.

Die Zusicherung dieser Nähe von Gott her, setzt Jesus gegen die Angst, die er unter den Seinen spürt. Zu allen Zeiten haben Menschen diese Botschaft weitergegeben.

Ich erinnere an den berühmten Ausspruch des Jesuiten Alfred Delph, der im KZ als 38-jähriger noch vor seiner Hinrichtung sagt: „Lasst uns dem Leben trauen, weil wir es nicht alleine zu leben haben, sondern weil Gott es mit uns lebt.“

Papst Franziskus hat inmitten der Corona-Pandemie, die vielen Menschen tiefe Angst einjagte im Blick auf seinen Ordensbruder über den leeren Peterplatz gerufen: *„Fürchtet euch nicht. Mit Gott geht das Leben nie zugrunde!“* Mit Gott – er ist unser aller DU.

Papst Franziskus hat in diesem Moment nicht anderes getan, als das heutige Evangelium mit seinen Worten in die Gegenwart zu übersetzen. Und das muss zu allen Zeiten und in allen möglichen Situationen geschehen.

Liebe Schwestern und Brüder!

„Muss ich dir alles dreimal sagen?“ – anscheinend gibt es Dinge, die können wir gar nicht oft genug hören, die müssen wir immer wieder hören, damit sie uns in Fleisch und Blut übergehen, die müssen wir einander immer wieder sagen und uns gegenseitig spüren lassen:

Fürchtet euch nicht.

Lasst uns dem Leben trauen!

Fürbitten

Jesus Christus ruft uns zur Furchtlosigkeit. Wir bitten ihn:

Die Schnelligkeit der Welt macht vielen Menschen Angst. Steh allen bei, deine Gegenwart zu spüren und so Sicherheit zu erfahren.

Christus, höre uns. **A: Christus, erhöre uns.**

Der technische Fortschritt macht vielen Menschen Angst. Lass alle Menschen verantwortungsvoll mit den neuen technischen Möglichkeiten umgehen.

Christus, höre uns. **A: Christus, erhöre uns.**

Diagnosen schwerer Krankheiten machen vielen Menschen Angst. Steh allen bei, die mit einer schweren Krankheit leben müssen.

Christus, höre uns. **A: Christus, erhöre uns.**

Der Blick in die Zukunft macht vielen Menschen Angst. Öffne die Augen der Menschen dafür, dass du selbst das Ziel von allem bist.

Christus, höre uns. **A: Christus, erhöre uns.**

Wir dürfen in einem Moment der Stille auch für uns selbst beten, für unsere persönlichen Anliegen, Ängste und Sorgen.

Christus, höre uns. **A: Christus, erhöre uns.**

Herr Jesus Christus, in deiner Nähe haben wir keine Angst, weil wir wissen, dass du uns führst und leitest. Wir danken dir, heute und alle Tage unseres Lebens bis in Ewigkeit.

Amen.

Schlussgebet

Gütiger Gott,
du hast uns durch den Leib und das Blut Christi gestärkt.
Gib, dass wir niemals verlieren,
was wir in jeder Feier der Eucharistie empfangen.
Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

MB 12. Sonntag im Jahreskreis

Segensbitte

Komm, Herr, segne uns, dass wir uns nicht trennen,
sondern überall uns zu dir bekennen.

Nie sind wir allein, stets sind wir die Deinen.
Lachen oder Weinen wird gesegnet sein.

Keiner kann allein Segen sich bewahren.
Weil du reichlich gibst, müssen wir nicht sparen.
Segen kann gedeihn, wo wir alles teilen,
schlimmen Schaden heilen, lieben und verzeihn.

Frieden gabst du schon, Frieden muss noch werden,
wie du ihn versprichst uns zum Wohl auf Erden.
Hilf, dass wir ihn tun, wo wir ihn erspähen -
die mit Tränen säen, werden in ihm ruhn.

Komm, Herr, segne uns, dass wir uns nicht trennen,
sondern überall uns zu dir bekennen.
Nie sind wir allein, stets sind wir die Deinen.
Lachen oder Weinen wird gesegnet sein.

(Gotteslob, Nr. 451)

Für den Tag und die Woche ...

„Meine Seele ruht bei dir“ von Sabine Naegeli

Meine Seele ruht bei dir

Du, Gott, nimmst mich wahr
in meiner innersten Bedürftigkeit.

Meine Seele ruht in dir.

Du heilst das Versehrte,
du schützt das Gefährdete,
du wärmst das Erstarrte;
was gebeugt ist in mir,
nährst du.

Du tröstest das Bestürzte,
du belebst das Verkümmerte,
du löst das Verkrampfte;
was zur Reife kommen will,
behütst du.

Meine Seele ruht
in dir.