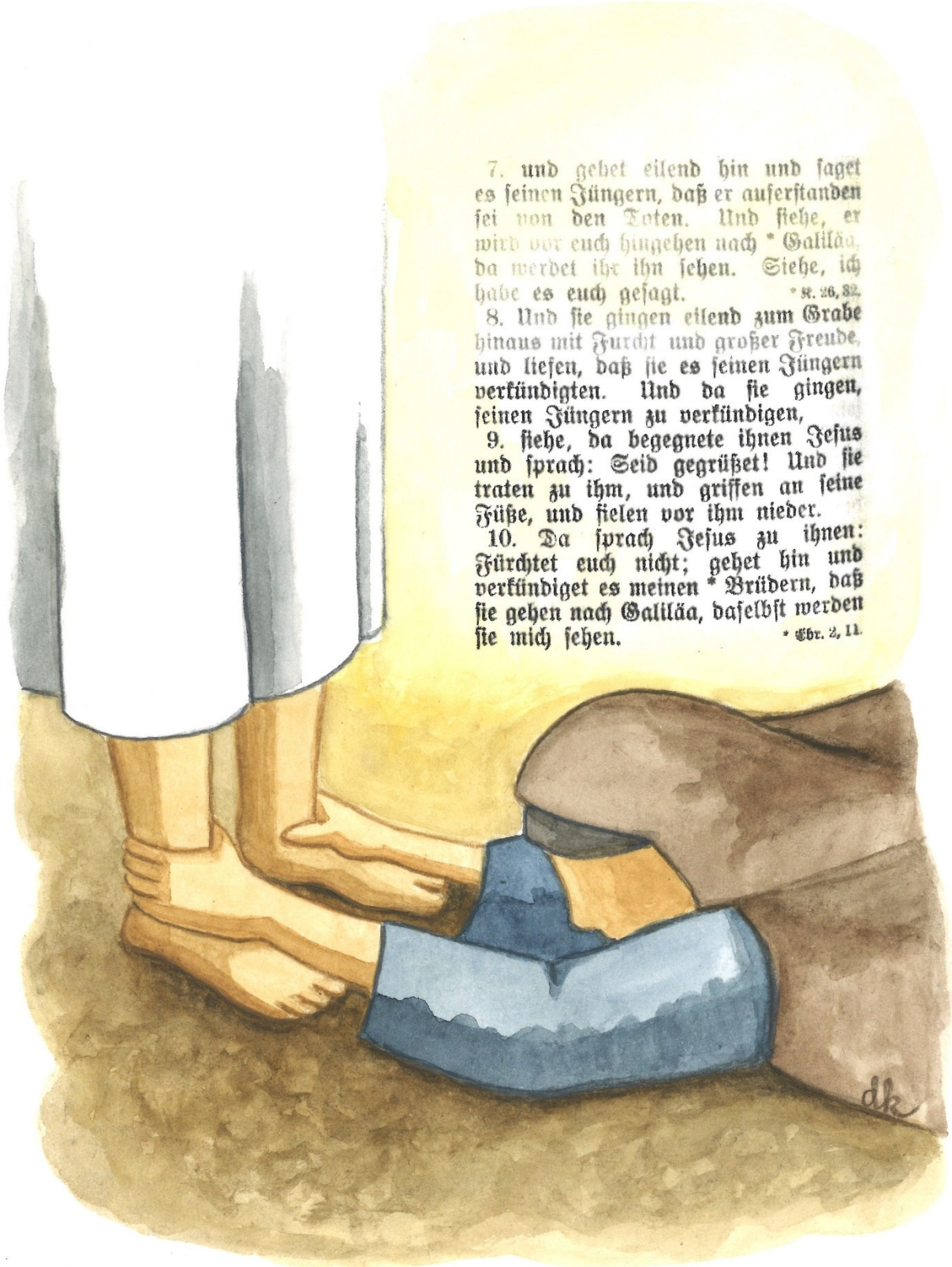


Ermutigung für dich



7. und gebet eilend hin und saget es seinen Jüngern, daß er auferstanden sei von den Toten. Und siehe, er wird vor euch hingehen nach * Galiläa, da werdet ihr ihn sehen. Siehe, ich habe es euch gesagt. * Mt. 26, 32.

8. Und sie gingen eilend zum Grabe hinaus mit Furcht und großer Freude, und liefen, daß sie es seinen Jüngern verkündigten. Und da sie gingen, seinen Jüngern zu verkündigen,

9. siehe, da begegnete ihnen Jesus und sprach: Seid begrüßet! Und sie traten zu ihm, und griffen an seine Füße, und fielen vor ihm nieder.

10. Da sprach Jesus zu ihnen: Fürchtet euch nicht; gehet hin und verkündiget es meinen * Brüdern, daß sie gehen nach Galiläa, daselbst werden sie mich sehen. * Mt. 2, 11.

dk

FÜRCHTET EUCH NICHT; geht hin... (Matthäus 28,10)

Und siehe, da begegnete ihnen Jesus und sprach: *Seid gegrüßt!* Und sie traten zu ihm und umfassten seine Füße und fielen vor ihm nieder. Da sprach Jesus zu ihnen: ***Fürchtet euch nicht! Geht hin und verkündigt es meinen Brüdern, dass sie nach Galiläa gehen: Dort werden sie mich sehen.*** Als sie aber hingingen, siehe... (Matthäus 28,9-11)

Die Frauen sind unterwegs, um den Jüngern von der Botschaft des Engels zu erzählen. Sie laufen, so schnell sie können. Da kommt ihnen einer entgegen: Es ist Jesus, der Auferstandene. Er begegnet ihnen. Die Frauen sehen Jesus lebendig und leibhaftig. Er spricht mit ihnen und grüsst sie.

Mit Jesus begegnen die Frauen dem, der ihre Sehnsucht stillt, bei dem sie wieder atmen können, bei dem sie Frieden finden. Und mit seinem Gruss spricht Jesus ihnen zu, dass sie nun allen Grund haben sich zu freuen und zufrieden zu sein. Es gibt keinen Anlass mehr zur Trauer, sondern nur noch zur Freude! Das alles beinhaltet das Wort 'grüssen'.

Wie reagieren die Frauen? Wie antworten sie?

Sie kommen zu Jesus, sie kommen näher und erklären sich einverstanden. Denn das Wort für hinzutreten beinhaltet auch das innere Beipflichten und Einverstanden-Sein. Ausserdem haben sie das Bedürfnis, Jesus zu berühren. Sie werfen sich vor Jesus nieder, ergreifen und umfassen seine Füße und suchen bei ihm Halt. Ihre Antwort auf Jesu Willkommen ist Anbetung.

Mit dieser Geste anerkennen sie Jesus als ihren Gott und Herrn und unterwerfen sich seiner Herrschaft und seinem Willen. Sie berühren den auferstandenen Jesus und zugleich die Füße Gottes, der sie sieht, ansieht, anspricht, ermutigt und sendet.

Jesus ist für die Frauen nicht nur *sichtbar* und *hörbar*, sondern auch *spürbar* und *greifbar*, auch wenn sie vermutlich noch nicht alles begreifen. Jesus will auch für uns erfahrbar werden und uns begegnen, durch sein Wort, durch sein Wirken, indem er uns entgegenkommt.

Woran können wir ihn erkennen?

Zuerst einmal indem wir mit offenen und wachen Sinnen durch unseren Alltag gehen. Indem wir Gottes Stimme von den vielen lauten Stimmen und Geräuschen um uns herum unterscheiden lernen. Indem wir uns von ihm und seinem Wort ansprechen lassen: *Sei gegrüsst! Seid gegrüsst!*

Jesus reagiert auf die Antwort der Frauen, indem auch er ihnen sein «Fürchtet euch nicht!» zuspricht, wie es schon der Engel des Herrn getan hat. «Ihr braucht euch nicht zu fürchten! Habt keine Angst!» In der Gegenwart Jesus müssen sie keine Angst haben. Er hat die Welt überwunden. Er ist da. Seine Gegenwart, er selbst, ist grösser als alle Angst. Ebenso wiederholt und bestätigt Jesus den Auftrag, den sie vom Engel gehört haben, und er sendet sie: «Geht und sagt meinen Brüdern, sie sollen nach Galiläa gehen. Dort werden sie mich sehen.» (Matthäus 28,10)

Auch wir brauchen dieses '**Fürchtet euch nicht**' – diese auferstandene Hoffnung in Person.

*«Meine Hoffnung und meine Freude,
meine Stärke, mein Licht:
Christus, meine Zuversicht,
auf dich vertrau ich und fürcht mich nicht!»*
(aus Taizé)

*«Nichts soll dich verstören, nichts dich erschrecken,
alles vergeht, Gott ändert sich nicht. Geduld erlangt alles;
wer Gott hat, dem fehlt nichts: Gott nur genügt.»*
(Theresa von Avila, 16. Jhdt)

*Segensreiche Begegnungen mit dem Auferstandenen wünschen
euch Sabine Herold und Deborah Keller*

Weitere Ermutigungen zum Lesen unter:

<https://www.ref-wohlen.ch/aktuelles/ermutigungen-zum-lesen>

Gebet

Jesus, du Auferstandener,
du kommst mir entgegen
und begegnest mir.
Du heisst mich bei dir willkommen,
grüssst mich freundlich,
empfängst mich in der Gegenwart deiner Freude.

Jesus, du Lebendiger,
du lädst mich ein, mich auf dich einzulassen:
sehend, hörend, fühlend.
So will ich mich ergreifen lassen
von dir und deiner Auferstehungskraft,
dich ergreifen, auch wenn ich nicht alles begreife.

Jesus, du Hoffnung in Person...
du siehst mich. Du siehst mich an.
Du siehst dahinter. Du siehst tiefer.
Du kennst mich und weisst, wie ich es meine.
Du sprichst mich an und sprichst mir dein Lebenswort zu:
Fürchte dich nicht!
Du ermutigst mich,
alle Furcht, alle Angst, alle Sorge bei dir abzugeben.
Bei dir werden alle Zweifel, alle Probleme, alle Fragen, zu Nichts.
Du bist DIE Antwort!

Jesus, mein Herr und mein Gott,
zu dir komme ich, und lasse los: meine Angst, mich selbst.
Fallen lasse ich mich in deine Hände,
denn Du gibst mir Halt.
Bei dir bin ich sicher. Ganz und gar.
Darum fürchte ich mich nicht.

AMEN

© Bild: Deborah Keller; Texte: Sabine Herold (19. April 2026)