



Diözesane Frauenkommission Linz

**FrauenPredigtHilfe 120/13**  
**11. Sonntag im Jahreskreis, Lesejahr C**

## **„Du bist zum Leben befreit“**

2 Sam 12,7-10.13; 2,16-19.21;  
Lk 7,36-8,3

**Autorin: Dipl. PAss.<sup>in</sup> Gabriele Miglbauer, Weißkirchen**

### **Einleitung/Bußakt**

Es gibt Situationen im Leben, die würden wir gerne ungeschehen machen. Wir haben etwas falsch gemacht und können es nicht mehr rückgängig machen. In der Lesung hören wir von David, der mit seinem Schuldgefühl zu kämpfen hat.

Es gibt aber auch Situationen im Leben, da ergreifen wir ganz gezielt die Initiative, weil es an der Zeit ist, dass sich etwas ändert. Von einer solchen Begebenheit hören wir im Evangelium. Wir hören von einer Frau, die zu Jesus geht, öffentlich weint und ihn salbt und verändert in ihr Leben zurückgeht.

Beide, David und die Frau, weinen so, dass es andere mitbekommen. Anschließend können sie von alten Lasten befreit erneut in das Leben gehen.

### **Text zur Einstimmung/Besinnung** (mit der Einladung zum Stillwerden)

Ein Leben in Frieden mit sich selbst ist unser Leben lang Wunsch und Aufgabe.

Es beginnt bei der Geburt und endet mit dem Tod. Dazwischen liegen Phasen der Enge und Phasen der Weite, Zeiten der Zwänge und Zeiten der Freiheit.

Wann fühle ich mich unfrei?

Wann fühle ich mich frei?

- STILLE-

## Predigtgedanken

Ein Kind liegt mit seinem Kopf im Schoß der Mutter und weint. Die Mutter sitzt auf einem Sofa, auf einem Sessel oder auf einer Bank im Park, am Spielplatz ... Das Kind drückt seinen Kopf ganz fest auf den Schoß der Mutter. Die Schürze, der Rock, das Kleid, die Hose der Mutter ist schon ganz feucht von den Tränen des Kindes. Das Kind hört nichts um sich, nur das eigene Schluchzen. Die Mutter fährt dem Kind beruhigend mit der Hand über den Kopf, streicht die Haare zurück, lässt das Kind weinen, und das Kind weint sich aus. Und danach scheint sich das Kind nicht mehr daran zu erinnern, warum es eigentlich geweint hat. Die Mutter weiß möglicherweise auch nicht genau, warum das Kind so herzerreißend geschluchzt hat. Das Kind konnte sich ausweinen und danach ist die Welt wieder in Ordnung. Das Kind läuft wieder zu den anderen Spielgefährten zurück.

Kennen Sie so ein ähnliches Gefühl der Befreiung, der Entlastung?

Nach einem klärenden Gespräch, nach einem gelösten Streit, oder nachdem Sie sich so richtig ausgeweint haben?

Oft unterdrücken wir die Tränen. Wer zeigt schon gerne Verletzlichkeit, Fehler, Schwächen?

Aber wir wissen, sich auszuweinen befreit. Meist folgt dem Ausweinen ein tiefes Durchatmen und befreites Aufrichten.

Manchmal weinen wir laute und sichtbare Tränen. Manchmal weinen wir die Tränen ganz leise und heimlich, unsichtbar für andere.

Manchmal weinen wir, weil wir uns selbst bemitleiden, doch diese Tränen helfen uns meist nicht weiter.

Und manchmal weinen wir, weil das im Innersten Verborgene aus uns heraus muss. Das Weinen, das wir anderen auch zeigen können, wirkt befreiend. Es löst verhärtete Schichten in uns. Danach sind wir verändert und können uns aufgerichtet und befreit erneut dem Leben zuwenden.

Wir hören heute von zwei Menschen, die ebenfalls geweint haben. Wir hören von David und von einer Frau, die in der Geschichte keinen Namen hat.

David hat eine Grenze überschritten. Er ist zu weit gegangen. Das Schuldgefühl sitzt tief. Aber geschehen ist geschehen. Jetzt fürchtet er um sein Leben. Im Nachhinein

erkennt er, dass er die Konsequenzen seines Tuns tragen muss. Ganz offen zeigt er nun, dass er sich dessen bewusst ist, dass er etwas falsch gemacht hat. David weint und fastet, alle bekommen es mit. Er lässt sich auch von anderen nicht beirren, die versuchen zu beschwichtigen oder zu verharmlosen. Dadurch hat David sein Leben nicht ganz verloren. Er erkennt, da ist eine Seite in ihm, die ist nicht lebenswert, die ist nicht lebensstüchtig. Es muss etwas von ihm sterben, damit er wieder leben kann: das Verstohlene, Unehrlliche, Unaufrichtige, das muss David zurücklassen. Etwas sagt ihm, dass er tun muss, was er jetzt für richtig hält. Jetzt heißt es, offen zu dem zu stehen, was er gemacht hat, nur so gewinnt er wieder Boden unter den Füßen. Erst danach kann David aufstehen, sich aufrichten, sich waschen, sich salben, die Kleider wechseln, wieder essen, auf die Menschen um sich zugehen und neues Leben entdecken.

David kann wieder aufrecht in das Leben gehen und das Leben lieben.

Auch die Frau, von der wir im Evangelium hören, überschreitet Grenzen: sie geht in ein Haus, in das sie nicht eingeladen wurde. Als Frau küsst sie einem fremden Mann unerlässlich die Füße und salbt sie mit duftendem Öl. Ihr schlechter Ruf ist stadtbekannt und ausgerechnet so eine wagt es, diesem hohen Gast so nahe zu kommen!

Ist diese Frau verrückt, mutig oder verzweifelt?

Ist sie von allen guten Geistern verlassen?

Oder ist sie - im Gegenteil - von einem starken Geist angetrieben?

Ist dieser Geist, den sie in sich spürt, der sie antreibt, die Würde als Frau, die Würde als Mensch?

Ist es die Würde in ihr, die sie zu ihren Tränen stehen lässt – in aller Öffentlichkeit?

Manchmal spüren auch wir ganz genau, dass die Zeit für etwas reif ist. Aus einer solchen Motivation heraus treffen wir Entscheidungen, die für uns selbstverständlich sind, - ohne Angst oder ohne geringsten Zweifel. Wir sind es uns oder der Sache einfach schuldig, und deshalb gibt es gar keine Alternative. Wir gehen den Schritt, der sich für uns als notwendig erweist.

Für die Frau und für David gehörte zu diesem klärenden Prozess auch das Weinen dazu, das Weinen, das andere mitbekommen. Im öffentlichen Weinen konnten sie zum Ausdruck bringen, was für sie in dem Moment ganz und gar unaussprechlich war.

Meist finden wir uns zu schnell im Beschwichtigen von Fehlern und im Verdrängen unserer Traurigkeit. Wollen wir aber befreit von Ängsten und Zwängen das Leben bejahen, müssen wir uns dem, was wir verdrängen und verbergen wollen, offen stellen.

Im Nachsatz der Geschichte über das Gastmahl im Haus des Pharisäers hören wir, dass sich Frauen, Maria Magdalena, Johanna und Susanna, gemeinsam mit Jesus und den Zwölf auf den Weg machen. Dieser Nachsatz mag für manche unwesentlich sein. Doch für mich als Frau in der Kirche, die mit so mancher Traurigkeit beladen ist, ist der Zusatz über die Jüngerinnen Jesu nährende Botschaft.

Denn, wenn wir Frauen auf unseren Wegen in der Kirche auch manchmal im Schoß des mütterlichen Gottes landen, unseren Kopf tief in ihren bergenden Schoß graben, unsere Tränen in ihrer Schürze abwischen und dabei ihre Hand ruhig über unseren Kopf gleiten spüren..., so wird sie uns danach stets ermutigen, doch wieder zu den anderen zu gehen und verändert weiter zu machen.

## **Liedvorschläge**

Meine engen Grenzen LQ 222

Leben wird es geben LQ 206

Mirjam-Lied LQ 227

Wenn du noch staunen kannst LQ 302

Wir mischen mit LQ 319

Meinen Frieden gebe ich euch LQ 226

---

Anfragen und Rückmeldungen richten Sie bitte an:

Diözesane Frauenkommission Linz, 4020 Linz, Kapuzinerstraße 84, Tel. 0732/76 10-30 10

HYPERLINK "mailto:frauenkommission@dioezese-linz.at"[frauenkommission@dioezese-linz.at](mailto:frauenkommission@dioezese-linz.at) Homepage: