

13.04.2026 | 06:50 Uhr

Worte auf den Weg / Worte für den Tag | Radio 3

Ein Beitrag von

Felicitas Richter

Heiliges Gold

Ostern im Alltag finden: Spuren von Gold im Grau des Tages

Der Wecker klingelt früh und der Tag nimmt Fahrt auf. Die Kinder müssen zur Schule, lustlos quälen sie sich aus den Betten. Brotdosen werden gepackt, mein Sohn ruft: „Wo ist mein Turnbeutel?“ Ein tiefer Atemzug – und dann geht der Alltag wieder los.

Solche Montagmorgen kenne ich gut. Besonders nach Feiertagen oder Ferien. Alles ist vorbei – und man denkt: Das kann es doch nicht schon wieder gewesen sein.

Vierzig Tage haben viele auf Ostern hingelebt. Vielleicht gefastet. Vielleicht versucht, etwas bewusster zu leben.

Dann kam das Fest. Unsere inzwischen erwachsenen Kinder waren zu Besuch. Osterfeuer. Festessen. Ein paar Tage Urlaub. Und nun: der Montag danach.

Der Alltag ist wieder da. Die Routinen mit ihm und der nächste Urlaub weit weg.

Die Hl. Teresa von Ávila sagte einmal: „Wenn Fasten, dann Fasten. Wenn Rebhuhn, dann Rebhuhn.“

Was du tust, das tue richtig.

Aber was ist jetzt dran? Weder Fastenzeit noch Festzeit. Nichts Besonderes. Der normale Alltag.

Und ich frage mich: Wie rettet man etwas von Ostern in das tägliche Einerlei hinüber?

Das Fest der Auferstehung Jesu erzählt ja davon, dass das Leben stärker ist als alles Dunkle. Dass selbst das Grau noch verwandelt werden kann.

Es geht gar nicht darum, jeden Tag das Leben mit Musik und Tanz zu feiern. Eher darum, einen Tupfen Gold in das Grau des Alltags zu malen. In gewöhnlichen Tagen kleine Ostermomente zu entdecken – nicht nur an Feiertagen.

Solche Momente erlebe ich, wenn die Zugbegleiterin keinen Standardtext spricht, sondern mit Wärme und Humor darum bittet, doch eine gemeinsame Umräumaktion zu starten, damit

Rucksäcke Menschen Platz machen, die noch keinen haben.

Oder wenn sich in der Schlange an der Kasse jemand aufregt, warum es so lange dauert, und ein junger Mann freundlich sagt: „Ach, kommen Sie doch vor, wenn Sie es so eilig haben.“

Oder wenn Musik läuft – und ich plötzlich Lust habe zu tanzen, obwohl ich heute eigentlich schlechte Laune habe.

Solche Momente sind wie Spuren von Gold im Grau des Tages.
Spuren von Auferstehung mitten im Leben.

Ostern endet nicht mit dem Fest. Vielleicht beginnt es genau hier. Mitten im Alltag.