



Impuls zum 5. Sonntag im Jahreskreis – 8. Februar 2026

Von Werner Höbsch (Brühl), pax christi Köln und Mitglied in der Kommission Christlich-Muslimischer Friedensdialog

Das Salz der Erde

Vielleicht stellt auch Ihr Euch bisweilen die Frage: Warum beendet Gott trotz inständigem Bitten nicht das Elend des Krieges und des Unrechts? Die Lesungen des heutigen Sonntags und das Evangelium geben Hinweise.

Erste Lesung Jes 58,7–10

Ist nicht das ein Fasten, wie ich es wünsche: die Fesseln des Unrechts zu lösen, die Stricke des Jochs zu entfernen, Unterdrückte freizulassen, jedes Joch zu zerbrechen? Bedeutet es nicht, dem Hungrigen dein Brot zu brechen, obdachlose Arme ins Haus aufzunehmen, wenn du einen Nackten siehst, ihn zu bekleiden und dich deiner Verwandtschaft nicht zu entziehen? Dann wird dein Licht hervorbrechen wie das Morgenrot und deine Heilung wird schnell gedeihen. Deine Gerechtigkeit geht dir voran, die Herrlichkeit des HERRN folgt dir nach. Wenn du dann rufst, wird der HERR dir Antwort geben, und wenn du um Hilfe schreist, wird er sagen: Hier bin ich. Wenn du Unterjochung aus deiner Mitte entfernst, auf keinen mit dem Finger zeigst und niemandem übel nachredest, den Hungrigen stärkst und den Gebeugten satt machst, dann geht im Dunkel dein Licht auf und deine Finsternis wird hell wie der Mittag.

Zweite Lesung 1 Kor 2,1–5: Ich möchte bei euch nichts wissen außer Jesus Christus, und zwar als den Gekreuzigten. Schalom wächst nicht durch Gewalt, sondern im Mitgefühl und Mitleiden.

Evangelium Mt 5,13–16

Ihr seid das Salz der Erde. Wenn das Salz seinen Geschmack verliert, womit kann man es wieder salzig machen? Es taugt zu nichts mehr, außer weggeworfen und von den Leuten zertreten zu werden. Ihr seid das Licht der Welt. Eine Stadt, die auf einem Berg liegt, kann nicht verborgen bleiben. Man zündet auch nicht eine Leuchte an und stellt sie unter den Scheffel, sondern auf den Leuchter; dann leuchtet sie allen im Haus. So soll euer Licht vor den Menschen leuchten, damit sie eure guten Taten sehen und euren Vater im Himmel preisen.

Gedanken zur ersten Lesung und zum Evangelium

Menschen in Kriegsgebieten dieser Erde, Menschen, dem Hunger und den Folgen der Klimakatastrophe ausgeliefert, erfahren tagtäglich, was es heißt, in Dunkelheit und im Schatten des Todes zu leben. Die Dunkelheit der Angst und Hilflosigkeit, der Ermattung und der Trauer über Verluste legt sich auf die Seelen von Menschen.

In biblischen Verheißungen wird Armen und Gebeugten, unter Krieg und Gewalt Leidenden das Hervorbrechen des Lichtes verheißen. Eine Verröstung? Eine Durchhalteparole in finsterer Zeit? Woher und durch wen soll das Licht ins Dunkel der Welt kommen? Die Antwort der Lesung und des Evangeliums des heutigen Sonntags ist klar und unmissverständlich: „Wenn du mit dem Hungrigen dein Brot teilst und den Gebeugten satt machst, dann geht im Dunkel dein Licht auf.“ Und Matthäus ebenso klar: „Ihr seid das Licht der Welt.“ Kein „Deus ex machina“, kein autoritäres Machtwort Gottes bringen Licht ins Dunkel, sondern das Handeln von Menschen in der Kraft des Geistes.

Gebet

Gott, Barmherzigkeit und Liebhaber des Lebens sind deine Namen, du willst durch uns wirken, Fesseln der Unterdrückung zu lösen, das Brot zum Leben und das Brot der Hoffnung zu teilen. Du weckst durch dein Wort und deinen Geist die tote Christenheit aus ihrem Schlaf der Sicherheit auf.

Lied GL 481 Sonne der Gerechtigkeit

Kyrierufe

Du Gott des Friedens gibst uns dein Wort, das zum Frieden ruft und die tote Christenheit aufweckt.

Herr erbarme dich.

Du Gottes Friedens hast deinen Sohn gesandt, der Arme und Gebeugte aufrichtet und Botinnen und Boten des Friedens Kraft und Mut zuspricht.

Christus, erbarme dich.

Du Gott des Friedens sendest deinen Geist, der zu Gerechtigkeit und Solidarität ruft und ermutigt.

Herr, erbarme dich.

Meditation: Verheißung

Wenn du mit dem Hungrigen

dein Brot teilst

und Gebeugte sättigst,

wenn du Fremde und Flüchtlinge

bei dir aufnimmst,

dann - so die uralte Verheißung -

wird im Dunkel dein Licht erstrahlen.

und du wirst uralte Trümmer wieder aufbauen,

Man wird dich nennen:

den Mann, der Risse vermauert,

und die Frau, die Trümmer

zum Wohnen wiederherstellt.

Und sie werden heißen

Friedensmenschen.

(Werner Höbsch)

Lied GL 832 Wo Menschen sich vergessen

Segensgebet

Segne uns, Gott des Friedens, und stärke uns mit der Kraft deines Wortes, dass wir selbst zum Segen werden für Ermattete und des Lebens Müde. Halte uns, wenn uns selbst Gedanken und Gefühle der Ohnmacht bedrängen, in der Kraft deines Geistes. Segne uns, dass durch uns das Licht des Friedens aufleuchte und lenke unsere Schritte auf den Weg des Friedens.