Im umfangreichen und reichen liturgischen Kalender der katholischen Kirche gibt es Zeiten und Räume, die, obwohl weniger bekannt, eine tiefe spirituelle Bedeutung bergen. Eine dieser Zeiten ist die Septuagesima, eine Zeit des Übergangs und der Vorbereitung, die uns einlädt, innezuhalten, nachzudenken und unsere Herzen auf den Weg zur Osternacht vorzubereiten. Dieser Artikel möchte die Bedeutung, die Geschichte und die aktuelle Relevanz der Septuagesima beleuchten und dabei eine spirituelle Anleitung für alle bieten, die ihren Glauben vertiefen und diese Zeit in Echtheit und Hingabe leben möchten.

## Was ist die Septuagesima?

Die Septuagesima ist eine liturgische Zeit, die sich über drei Wochen erstreckt und mit dem Septuagesima-Sonntag beginnt, gefolgt von den Sonntagen der Sexagesima und der Quinquagesima. Diese Zeit markiert den Beginn der Vorbereitung auf die Fastenzeit, die vierzigtägige Periode, die uns zur Feier des Osterfestes führt. Der Begriff „Septuagesima“ stammt aus dem Lateinischen und bedeutet „siebzig“, was sich auf die siebzig Tage bezieht, die diesen Sonntag vom Ostersonntag trennen.

Obwohl die Septuagesima nicht so bekannt ist wie andere liturgische Zeiten, liegt ihre Bedeutung in ihrer Funktion als spirituelle Vorbereitung. Es ist eine Zeit, um unsere Seelen zu wecken, uns unserer Notwendigkeit zur Bekehrung bewusst zu werden und uns auf den Weg der Buße und Erneuerung, der die Fastenzeit ist, vorzubereiten.

## Ursprung und Geschichte der Septuagesima

Die Septuagesima hat ihre Wurzeln in der frühen Kirche, wo sie als Vorbereitungszeit auf die Fastenzeit eingeführt wurde. Ihr Ursprung geht auf das 6. Jahrhundert zurück, als Papst Gregor der Große diese Zeit einführte, um den Gläubigen zu helfen, allmählich von der gewöhnlichen Zeit in die Bußzeit überzugehen. Damals war die Fastenzeit eine Zeit großer Strenge, geprägt von Fasten und Enthaltsamkeit, und die Septuagesima diente als Brücke, die den Christen eine angemessene Vorbereitung ermöglichte.

Während dieser Zeit nahm die Liturgie der Kirche einen ernsteren und bußfertigeren Ton an. Die biblischen Texte und Gebete konzentrierten sich auf Themen wie Sünde, Erlösung und die Notwendigkeit der Bekehrung. Die liturgische Farbe wechselte zu Violett, was Buße und die Hoffnung auf Erlösung symbolisiert.

## Die Septuagesima im heutigen Kontext

Im heutigen Kontext bleibt die Septuagesima eine wertvolle Zeit für Besinnung und spirituelle

Vorbereitung. In einer Welt, die von Hektik, ständiger Ablenkung und dem Streben nach sofortiger Befriedigung geprägt ist, lädt uns die Septuagesima ein, innezuhalten, nach innen zu schauen und unser geistliches Leben zu überprüfen.

Diese Zeit erinnert uns daran, dass das christliche Leben ein ständiger Weg der Bekehrung ist, ein Prozess, der Aufmerksamkeit, Anstrengung und Gnade erfordert. Die Septuagesima bietet uns die Gelegenheit, diesen Prozess bewusst und gezielt zu beginnen, indem wir unsere Herzen auf die Gnadenzeit der Fastenzeit vorbereiten.

## Theologische Themen der Septuagesima

Die Septuagesima ist geprägt von mehreren theologischen Themen, die uns einladen, unseren Glauben und unsere Beziehung zu Gott zu vertiefen. Eines der zentralen Themen ist das der Sünde und der Erlösung. Während dieser Zeit erinnert uns die Kirche an unsere Sündhaftigkeit und unseren Bedarf an Gottes Gnade, um erlöst zu werden.

Ein Bibeltext, der besonders während der Septuagesima widerhallt, ist der aus der Genesis, der den Sündenfall von Adam und Eva beschreibt (Genesis 3). Diese Erzählung erinnert uns an die Folgen der Sünde und die Notwendigkeit der Erlösung, die uns Christus bietet. Wie der heilige Paulus in seinem Brief an die Römer schreibt: „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“ (Römer 5,12).

Ein weiteres wichtiges Thema ist der Ruf zur Bekehrung. Die Septuagesima lädt uns ein, unser Leben zu prüfen, unsere Fehler zu erkennen und uns mit reumütigem und demütigem Herzen Gott zuzuwenden. Es ist eine Zeit, um auf die Stimme Gottes zu hören, die uns auffordert, uns zu ändern, das, was uns von Ihm entfernt, hinter uns zu lassen und ein Leben in Heiligkeit zu führen.

## Wie man die Septuagesima heute leben kann

Die Septuagesima im heutigen Kontext zu leben, kann eine Herausforderung sein, aber auch eine Gelegenheit, im Glauben zu wachsen. Hier sind einige praktische Vorschläge, um diese Zeit sinnvoll zu gestalten:

1. **Besinnung und Gewissenserforschung**: Nehmen Sie sich jeden Tag Zeit, um über Ihr geistliches Leben nachzudenken. Fragen Sie sich: Wie steht es um meine Beziehung zu Gott? Gibt es Bereiche in meinem Leben, die der Bekehrung bedürfen?
2. **Gebet und geistliche Lesung**: Nutzen Sie diese Zeit, um Ihr Gebetsleben zu

vertiefen. Lesen Sie die Bibel, insbesondere die Abschnitte, die von Sünde und Erlösung handeln. Meditieren Sie darüber und lassen Sie das Wort Gottes Ihr Herz verwandeln.

3. **Fasten und Abstinenz**: Obwohl das Fasten während der Septuagesima nicht verpflichtend ist, können Sie kleine Formen des Verzichts üben, um sich auf die Fastenzeit vorzubereiten. Dies kann Ihnen helfen, Ihren Willen zu stärken und in der Tugend der Mäßigung zu wachsen.
4. **Nächstenliebe und Dienst**: Bekehrung bedeutet nicht nur, die Sünde zu lassen, sondern auch, andere zu lieben. Suchen Sie nach Gelegenheiten, den Bedürftigen zu dienen, mit Ihrer Zeit, Ihren Talenten und Ihren Ressourcen großzügig zu sein.
5. **Teilnahme an der Liturgie**: Besuchen Sie regelmäßig die Messe und nehmen Sie aktiv an der Liturgie teil. Die Eucharistie ist Quelle und Höhepunkt des christlichen Lebens, und in ihr finden wir die Kraft, unseren Glauben zu leben.

## Schlussfolgerung: Eine Zeit der Gnade und Vorbereitung

Die Septuagesima ist eine Zeit der Gnade, ein Geschenk der Kirche, das uns einlädt, uns auf den Weg der Fastenzeit vorzubereiten. Es ist eine Zeit, um innezuhalten, nachzudenken und den Prozess der Bekehrung zu beginnen, der uns zur Feier des Osterfestes führen wird.

In einer Welt, die uns oft ablenkt und von Gott entfernt, bietet uns die Septuagesima die Gelegenheit, zum Wesentlichen zurückzukehren, unser Leben auf Christus zu zentrieren und unsere Herzen darauf vorzubereiten, die Gnade der Erlösung zu empfangen.

Möge diese Zeit der Septuagesima für Sie eine Zeit des Segens, des geistlichen Wachstums und der Vorbereitung auf das große Geheimnis der Osternacht sein. Möge die Jungfrau Maria, Vorbild der Bekehrung und Treue, uns auf diesem Weg begleiten und uns zu ihrem Sohn, unserem Herrn Jesus Christus, führen.

„Kehrt um! Denn das Himmelreich ist nahe“ (Matthäus 3,2). Mögen diese Worte in unseren Herzen während dieser Zeit der Septuagesima widerhallen und uns dazu anspornen, ein Leben in Heiligkeit und Liebe zu Gott und zum Nächsten zu führen. Amen.