



Es ist kein bloßes Zeichen: Das Kreuzzeichen vor dem Evangelium  
kann dein Leben verändern | 1

Es gibt Gesten in der Messe, die wir fast automatisch wiederholen... und doch enthalten sie eine spirituelle Tiefe, die unsere Beziehung zu Gott völlig verwandeln kann. Eine davon ist diese kleine, aber kraftvolle Handlung, die wir direkt vor der Verkündigung des Evangeliums ausführen: **drei kleine Kreuze auf Stirn, Lippen und Brust zu zeichnen.**

Viele tun es aus Gewohnheit. Wenige verstehen, was es wirklich bedeutet. Und noch weniger leben es wirklich.

Heute wollen wir uns darauf konzentrieren. Denn was in diesem Moment geschieht, ist kein einfacher Ritus: es ist eine **totale Weihe an das Wort Gottes.**

---

## † Eine kleine Geste mit alten Wurzeln

Das Kreuzzeichen ist eines der ältesten Symbole des Christentums. Schon in den ersten Jahrhunderten markierten Christen ihren Körper mit dem Kreuz als Zeichen der Zugehörigkeit zu Christus.

Der große Kirchenvater Tertullian drückte es so aus:

*„Bei all unseren Reisen und Bewegungen, beim Hineingehen und Hinausgehen, beim Ankleiden, beim Baden, beim Hinsetzen an den Tisch... zeichnen wir unsere Stirn mit dem Zeichen des Kreuzes.“*

Das spezifische Zeichen, **drei Kreuze vor dem Evangelium zu machen**, wurde jedoch in der mittelalterlichen Liturgie gefestigt, als Ausdruck innerer Vorbereitung: Es reicht nicht, das Evangelium zu hören... man muss **es mit dem ganzen Wesen aufnehmen.**

---

## □ Was bedeutet diese Geste wirklich?

Wenn der Priester (und die Gläubigen) vor dem Evangelium die drei kleinen Kreuzzeichen



Es ist kein bloßes Zeichen: Das Kreuzzeichen vor dem Evangelium  
kann dein Leben verändern | 2

machen, sprechen sie ein stilles, tiefes und anspruchsvolles Gebet.

Es ist keine Magie. Es ist ein Engagement.

---

## 1. † Auf die Stirn: „Möge es in meinem Geist sein“

Wenn wir das Kreuz auf die Stirn zeichnen, bitten wir Gott:

- Unser Verständnis zu erleuchten*
- Uns zu helfen, das Wort zu begreifen*
- Es nicht mit unseren eigenen Ideen zu verzerren*

Denn das Evangelium ist nicht dazu da, sich uns anzupassen...

**Wir sind die, die uns von ihm verwandeln lassen müssen.**

Hier liegt eine unbequeme Wahrheit: Viele hören das Evangelium, aber nur wenige verstehen es in der Tiefe, weil sie Gott nicht erlauben, ihre Denkweise zu erneuern.

Wie die Schrift sagt:

„Passt euch nicht dieser Welt an, sondern lasst euch durch die  
Erneuerung eures Sinnes verwandeln“ (Römer 12,2)

---

## 2. † Auf die Lippen: „Möge es auf meinen Lippen sein“

Wenn wir die Lippen berühren, bitten wir:

- Die Wahrheit zu verkünden*
- Nach dem Evangelium zu sprechen*
- Lügen, Tratsch und Urteil zu vermeiden*

Denn es nützt nichts, das Wort zu hören... wenn unsere Worte Christus ständig widersprechen.



Es ist kein bloßes Zeichen: Das Kreuzzeichen vor dem Evangelium  
kann dein Leben verändern | 3

Hier wird das Kreuzzeichen zu einer Gewissensprüfung:  
Spreche ich wie ein Christ... oder wie die Welt?

Der Herr selbst warnt uns:

„Denn wovon das Herz voll ist, davon redet der Mund“ (Lukas 6,45)

---

### 3. † Auf die Brust: „Möge es in meinem Herzen sein“

Dies ist das Zentrum von allem.

Wenn wir das Kreuz auf die Brust zeichnen, bitten wir:

- Das Wort zu lieben*
- Das Evangelium tief in uns zu bewahren*
- Es unsere Entscheidungen transformieren zu lassen*

Denn das Christentum ist keine Idee... es ist ein Leben.

Und das Wort Gottes kann nicht im Geist oder auf den Lippen bleiben:  
Es muss ins Herz hinabsteigen, wo unsere Handlungen entstehen.

Wie der Psalmist sagt:

„Ich habe dein Wort in meinem Herzen bewahrt, damit ich nicht  
gegen dich sündige“ (Psalm 119,11)

---

Eine kraftvolle Zusammenfassung: Denken, Sprechen und



Es ist kein bloßes Zeichen: Das Kreuzzeichen vor dem Evangelium  
kann dein Leben verändern | 4

## Leben des Evangeliums

Diese Geste enthält eine erstaunliche spirituelle Logik:

- **Stirn** → **Denken wie Christus**
- **Lippen** → **Sprechen wie Christus**
- **Brust** → **Lieben und leben wie Christus**

Es ist letztlich eine **totale Weihe der menschlichen Person an das Evangelium**.

Es reicht nicht, zuzuhören.

Es reicht nicht, zu wissen.

Es reicht nicht, zu wiederholen.

☐ **Es muss verkörpert werden.**

---

## ☐ Wie man es richtig in der Liturgie ausführt

Dieser Moment findet direkt vor der Verkündigung des Evangeliums in der Heiligen Messe statt.

Schritt für Schritt:

1. Der Priester kündigt an:  
**„Aus dem Heiligen Evangelium nach ...“**
2. In diesem Moment machen **alle** (Priester und Gläubige):
  - Ein kleines Kreuz mit dem Daumen auf der Stirn
  - Ein kleines Kreuz auf den Lippen
  - Ein kleines Kreuz auf der Brust
3. Währenddessen beten sie innerlich:

☐ *„Herr, mögest du in meinem Geist, auf meinen Lippen und in meinem Herzen sein“*

4. Dann wird das Evangelium verkündet... in Haltung von Glauben, Aufmerksamkeit und Ehrfurcht.



## ⚠ Die Gefahr, es gedankenlos zu tun

Hier liegt das große Problem heute:

**Die Routine hat die Geste ihrer Bedeutung beraubt.**

Es wird schnell gemacht. Ohne Bewusstsein. Ohne Absicht.

Aber eine leere Geste... verwandelt nicht.

Die Liturgie ist kein Theater. Sie ist eine reale Begegnung mit Gott.  
Und jedes Zeichen ist dafür gemacht, die Seele zu berühren.

Wenn diese Geste richtig gelebt wird, verändert sie die Art und Weise, wie man das  
Evangelium hört.

Wenn sie schlecht gelebt wird... bleibt sie unbemerkt.

---

## □ Praktische Anwendungen für dein tägliches Leben

Diese Geste sollte nicht nur in der Messe bleiben. Sie hat konkrete Konsequenzen.

### 1. Bevor du zu Hause die Bibel liest

Mach dasselbe:

† Stirn

† Lippen

† Herz

Und bitte Gott, dich durch sein Wort zu verwandeln.

---



Es ist kein bloßes Zeichen: Das Kreuzzeichen vor dem Evangelium  
kann dein Leben verändern | 6

## 2. Bevor du wichtige Entscheidungen triffst

Frage dich:

- Entspricht dies dem Evangelium? (Geist)
  - Kann ich es in Wahrheit verteidigen? (Lippen)
  - Tue ich es mit rechter Absicht? (Herz)
- 

## 3. Im Alltag

Mache diese Geste zu einer täglichen Prüfung:

- Was habe ich heute gedacht?
  - Was habe ich gesagt?
  - Was habe ich geliebt und getan?
- 

## † Ein Aufruf zur Kohärenz

Die heutige Welt braucht kohärente Christen.

Nicht perfekte... aber authentische.

Diese kleine Geste ist in Wirklichkeit eine radikale Erklärung:

*Ich will, dass das Evangelium alles in mir verwandelt.*

Es ist nicht nur ein Ritus.

Es ist eine Entscheidung.

---

**Fazit: Was du in zwei Sekunden tust... kann deine Ewigkeit**



Es ist kein bloßes Zeichen: Das Kreuzzeichen vor dem Evangelium  
kann dein Leben verändern | 7

## bestimmen

Das nächste Mal, wenn du das Evangelium in der Messe hörst, mache diese Geste nicht automatisch.

Halte inne. Sei bewusst. Bete wirklich.

Denn in diesem Moment sagst du:

□ „Herr, lass dein Wort in meinen Geist, aus meinen Lippen und in mein Herz kommen...  
damit mein ganzes Leben dir gehört.“

Und wenn dies wahr wird, auch nur ein wenig...

**wird dein Leben nie wieder dasselbe sein.**