

Es ist schwer, Leiden als Bestandteil des Lebens zu akzeptieren. Wenn etwa der Leib von Schmerzen gequält, die Seele von Angst und Sorgen zerfressen wird, wenn eine Beziehung zerbricht, wenn ein Schicksalsschlag die Familie getroffen hat. Passion zerstört die Illusionen von einem heilen Leben. Aber die Passionszeit kommt von Ostern her, und sie geht auf Ostern zu. Die Erfahrung des Leidens gehört zur Fülle des Lebens. Gott hilft uns, die Zerbrechlichkeit des Lebens auszuhalten. Weil Passion und Ostern zusammengehören, können sich Menschen im Leid bewegen, ohne sich darin zu verlieren.

### **Meditation**

Da brach jeder Halt weg und schien auch kein Sinn mehr  
da schloss sich die Angst wie ein Schmerz um die Seele  
da war auch kein Trost mehr  
die anderen lachten  
und Du ganz alleine im Dunkeln.  
da hab ich Dich schreien gehört Bruder  
da hab ich Dich weinen gehört Schwester  
da hab ich Dir glauben gelernt Gott Schwester Bruder  
dass Du auch mein Weinen und Schreien hörst  
(Carola Moosbach)



### **Stilles Gebet und Vaterunser**



### **Segen**

Herr, segne uns und behüte uns, lass dein Angesicht leuchten über uns und sei uns gnädig, wende uns dein Angesicht zu und schenke uns Frieden. **Amen.**



## **Gründonnerstag und Karfreitag**



### **Gründonnerstag**

*Gründonnerstag erinnern wir uns daran, dass Jesus sich von seinen Freunden mit einem Passamahl verabschiedet. Er gibt diesem rituellen Mahl eine neue Deutung: Es geht nicht mehr um die Errettung Israels in Ägypten, sondern um die Errettung aller Menschen vor dem Tod. Vielleicht nehmen sie sich etwas Zeit und bereiten zu Hause ein besonderes Mahl mit Brot und Wein oder Saft.*



### **Innehalten**

Wir entzünden eine Kerze und nehmen uns Zeit vor Gott, dem Vater, dem Sohn und dem Heiligen Geist.  
*Lassen Sie vielleicht eine besondere (ruhige) Musik erklingen.*



## Gebet

Herr, segne diese Speise, uns zur Kraft und dir zum Preise.  
**Amen.**



*Bevor Sie mit dem Essen  
beginnen, legen Sie  
zunächst nur Brot auf  
Ihren Teller.*



## Gedanken

Jesus hat gesagt: Ich bin euer Brot. Wenn ihr an mich denkt, dann bin ich bei euch. Was ich euch damit zeigen hat nichts mit äußerer Stärke zu tun. Es bedeutet: Ich tat das für euch, damit ihr euch erinnern könnt, dass mein Leben dazu da war, dass ihr ein glückliches Leben ohne Furcht leben könnt. Versucht dieses Geheimnis auf eure, deine Weise zu begreifen, indem ihr das Brot in Erinnerung an mich esst. Dieses Geheimnis findet sich in eurem, in deinem Inneren.



*Stellen Sie jetzt ein Glas  
Saft oder Wein vor sich  
hin.*

Dieses Weinglas, so Jesus weiter, soll euch daran erinnern, dass ich für meinen Blick auf das Leben sterben musste. Dieser Blick ist ein Blick der Liebe, Güte und der Barmherzigkeit. So wie ich euch anschau, schaut ihr auch auf die Menschen, die euch begegnen.



## Gebet

Herr, hab Dank, dass Du mit Leib und Seele ganz für uns gelebt hast und mit deinem heiligen Geist auch jetzt und heute bei uns bist, auf allen unseren Wegen. **Amen.**

## Karfreitag

*... ist der Tag, an dem wir daran  
denken, dass Jesus gestorben ist.  
Oben ein römisches Goldkreuz,  
eines der ältesten, die wir kennen  
– ohne den Gekreuzigten – als  
Erlösungssymbol der Menschen  
von Leid und Tod durch Jesus  
Christus*



**Lesung** Lukas 23,26-49



## Gedanken

Leiden, Schmerz und Ohnmacht sind schwere Erfahrungen, die menschliche Allmachtsphantasien in Frage stellen. Darum schauen auch viele Menschen weg. Sie ertragen es nicht, sich mit fremdem Leid zu beschäftigen.  
Oder sind Sie der Meinung, dass Sie in Ihrem eigenen Leben ein Recht auf Glück, Gesundheit und Wohlstand haben?