

Freud und Leid - in einer Woche vereint

Die Karwoche als „Sakrament und unseres Lebens“
Impulse und Bausteine zum Heiligen Jahr



Die „Karwoche“:

Das Wort „kar“ hat einen ähnlichen Hintergrund wie das englische „care“ oder das lateinische „carus“ – das bedeutet: „lieb und teuer“. In der Karwoche machen wir mit Jesus die ganze Achterbahnfahrt des Lebens mit: Himmelhochjauchzend, zu Tode betriibt! Wir erleben den Jubel des Palmsonntags, die Einsamkeit des Gründonnerstags und das Leid des Karfreitags. Nach der Grabesstille des Karsamstag mündet alles ein in das österliche Licht: Alles wird neu, alles verwandelt sich. Das Leben ist stärker als der Tod! Ein österlicher Neubeginn ist uns geschenkt!

Die Tage der Karwoche und schließlich Ostern sind wie Stationen eines Weges, den wir auch in unserem Leben immer wieder gehen. Hier findet ihr zu den einzelnen „Stationen“ jeweils Bibelstellen, Gebete, Vorschläge für Songs und Gedanken zum Nachdenken. Um das Ganze sinnvoll zu verwenden, könnt und dürft ihr davon eine Auswahl treffen und euren eigenen Weg gestalten. Ich wünsche euch gute Gedanken und viel österliche Freude!

Zur Einstimmung: Wer bin ich?

*Freud und Leid.
Freundschaft und Verrat.
Gemeinschaft und Einsamkeit.
Hoffnung und Angst.
Liebe und Hass.
Leben und Tod.
Tag und Nacht.*

Das „Drehbuch“ der Karwoche enthält alles, was zu einem spannenden Film gehört. Schauen wir nicht nur theoretisch auf die Karwoche, sondern praktisch: Wo bin ich – welche Rolle in diesem Film passt zu mir? Ich selbst bin Teil dieser Story, die alle Gefühle vereint – und die durch alles Dunkel und den Tod hindurch ins österliche Leben führt.

Bischof Andreas der Kreter sagte:

„Mach's so, dass du mit Jesus gemeinsam den Weg der Passion gehst. Ahme ihn nach und geh ihm entgegen... Bereite nicht Palmen vor, sondern dich selbst!“

Und der Heilige Gregor von Nazianz schlägt vor:

Sei so wie Simon von Zyrene!
Trage und ertrage die Last, die dich mit anderen Menschen verbindet!
(Lukas 23,26)

Oder sei so wie der Räuber, der neben Jesus gekreuzigt wurde, der zu Jesus sagte: „Denk an mich, wenn du in dein Reich kommst!“

>>>

>>>

Er hat in seiner Not alles auf eine Karte gesetzt. Er hat in seiner Hoffnungslosigkeit seine ganze Hoffnung auf Jesus gesetzt und von ihm die unglaubliche Zusage bekommen: „Heute noch wirst du mit mir im Paradies sein.“ (Lukas 23,43)

Oder sei wie Veronika! Sie hat Jesus das Schweiß Tuch gereicht und hat durch diesen Dienst der Liebe eine Erinnerung an Jesus und ein lebendiges Bild von ihm in ihrem Herzen bewahrt hat.

Oder sei so wie Nikodemus, der in der Nacht zu Jesus kam, um ihm Fragen zu stellen! (Johannes 3,1-21)

Oder wie Petrus: Der schwach war, aber sich letzten Endes seiner Schwäche gestellt hat.

Oder wie die Frauen, die mit kostbaren Salben zum Grab kamen. Doch letztendlich salbten sie Jesus mit den Tränen ihrer Trauer und ihrer Liebe. (Mk 16,1-6)

Sei mutig, alle Gefühle zuzulassen: Freude und Leid! Trauer und Angst! Sei geduldig und hoffnungstark und erwarte im Dunkel der Karwoche das österliche Licht!

Palmsonntag – Jubel, Hoffnung

„Hosanna!“ – Jesus zieht in Jerusalem ein, und die Menschen jubeln ihm zu. Dieser Moment erinnert uns an unsere eigenen Höhepunkte im Leben: Freundschaft, Erfolg, Gemeinschaft, Freude – aber auch daran, dass wir manchmal die Erwartungen anderer durchbrechen müssen, wenn wir uns selbst treu bleiben.

Der Palmsonntag hat jedoch etwas, das uns nachdenklich stimmt: Jesus ist nicht gekommen, um alle unsere Erwartungen zu erfüllen. Er ist der König, der ganz anders ist. Er verzichtet auf die mächtigen Zeichen von Macht und Gewalt und zeigt sich so als König des Friedens. „Fürchte dich nicht, Tochter Zion! Siehe, dein König kommt; er sitzt auf dem Fohlen einer Eselin.“ (Joh 19,15). Und ich? Wie entscheide ich mich? Welchem König folge ich? Kann ich mich gegen die Erwartungen anderer (und die eigenen Erwartungen) entscheiden? Neue Wege gehen? Neuen Frieden finden?

„Der Hang, alles beim Alten zu lassen, geht im Menschen so tief, dass eine Entscheidung, die grundlegende Veränderung bedeutet, von ihm nur zu erwarten ist, wenn er begreift, dass in der kurzen Frist, die er zu leben hat, das Letzte auf dem Spiel steht und dass er sich entscheiden muss.“

>>>

Heinrich Spaemann

Bibelstelle: Mt 21,1-11

Impuls: Wann habe ich mich zuletzt richtig frei und glücklich gefühlt? Wann war ich sogar so frei und so mutig, dass ich nicht nur das getan habe, was alle taten?

Song-Vorschläge:
Coldplay – Viva la Vida



Die Toten Hosen – Tage wie diese



Marteria – Welt der Wunder



>>>

Gründonnerstag – Gemeinschaft und Abschied

Jesus feiert das letzte Abendmahl mit seinen Jüngern – ein Moment tiefer Gemeinschaft, aber auch der Ahnung des Abschieds.

Zur Spannung zwischen Palmsonntag und Gründonnerstag passt das Lied „Gestern schrien sie begeistert“ (David 149)

„Gestern schrien sie begeistert.
Heute hörst du keinen mehr.
Standen jubelnd in den Straßen.
Manchmal sind die Straßen leer.

Gestern folgten ihm die Massen.
Eine ungeheure Zahl.
Heute bleiben ein paar Freunde.
Von Jesus geladen zum Abendmahl.

„Kraft der Reben, gebrochenes Brot.
Kraft zum Leben, umfangen vom Tod.
Fester Glaube, zaghafte Bitte.
Jesus in unsrer Mitte.“

Und ein Gebet:

„Jesus!
Jesus: Ich danke dir, dass du
in allem bei uns bist.
Lass uns neuer Sauer-
teig werden. (1Kor 5,8).

Lass uns im Kontakt bleiben
mit dem, was das Leben wür-
zig und schmackhaft macht.

Lass uns in allem im Kon-
takt bleiben mit dir.

>>>

Impuls:

Welche Menschen sind für mich wichtig? Wo habe ich schon einmal einen schmerzlichen Abschied erlebt? Und was ist für mich wichtig, um mich an die zu erinnern, die weggegangen sind und mit ihnen in Verbindung zu bleiben?

Song-Vorschläge:

**Ed Sheeran –
Photograph**

Sido – Das Buch

**Sportfreunde
Stiller –
Ein Kompliment**



>>>

Karfreitag – Schmerz und Leid

Die Kreuzigung Jesu ist der Tiefpunkt der Karwoche. Schmerz, Angst und Einsamkeit – Erfahrungen, die auch wir im Leben kennen.

Zum Nachdenken:

„als es ernst wurde
bist du
nicht weggelaufen,
oder hast noch schnell deine
meinung geändert

als es ernst wurde
hast du
den deinen gewaltanwendung
verboten
und am kreuz hängend
selbst noch
deinen peinigern
verziehen

als es ernst wurde
hast du dich
trotz der verlassenheit
auf gott verlassen

seit dem
kann ich dich ernst nehmen,
weil du es ernst meinst,
als es ernst wurde“



Bibelstelle: Markus 15,33-39

Impuls: Wann habe ich mich alleine oder unverstanden gefühlt? Habe ich in solchen Momenten Gott gespürt?

Song-Vorschläge:



Linkin Park – One More Light



Evanescence – My Immortal



Kontra K – Himmel grau

Ostern – Licht und Neuanfang

Die Auferstehung Jesu zeigt: Das Leben siegt! Hoffnung, Vergebung und Neuanfang sind möglich.

Bibelstelle: Johannes 20,1-18

Impuls: Wo in meinem Leben habe ich erlebt, dass nach schwierigen Zeiten wieder Licht kam?

Song-Vorschläge:



Glasperlenspiel – Geiles Leben



Imagine Dragons – On Top of the World



Cro – Unendlichkeit

Zum Nachdenken

„Ich fragte: Wer wird mir den Stein wegwälzen von dem Grab meiner Hoffnung? Den Stein von meinem Herzen? Diesen schweren Stein? Mir ist ein Stein vom Herzen genommen: Meine Hoffnung, die ich begrub, ist auferstanden. Wie er gesagt hat. Er lebt – er lebt. Er geht mir voraus!“
Lothar Zenetti

Gebet und Abschluss

Guter Gott, du kennst unser Leben mit all seinen Höhen und Tiefen. In Freude und Leid bist du an unserer Seite. Lass uns spüren, dass du uns niemals allein lässt. Schenke uns Hoffnung, dass nach jeder Dunkelheit ein neues Licht aufgeht. Amen.

<<<