



SEELSORGERAUM  
AM SEE

# KREUZWEG

## Einleitung

Jesus ist seinen letzten Weg mit dem Kreuz auf den Schultern gegangen. Viele Menschen sahen ihm dabei zu, aber nur wenigen ging sein Leiden zu Herzen. Das war vor langer Zeit und wir könnten uns fragen: Was geht uns das heute an? Warum sollen wir heute seinen Kreuzweg nachgehen?

Die vierzehn Stationen dieses Weges zeigen uns Ereignisse und Begegnungen, die wir auch in unserem Leben wiederfinden. Vielleicht nicht ganz genau so, wie sie Jesus erlebt hat, aber doch in ähnlicher Form. Unsere Ängste, Probleme und Fehler spiegeln sich darin wider.

Jesus hat sich in radikaler Weise dem ausgesetzt, dem wir in unserem täglichen Leben begegnen. Sein Kreuzweg ist daher auch unser Weg.

## 1. Station:

### Jesus wird zum Tod verurteilt



#### Gedanken

Selten sagen wir: „Das hast du aber gut gemacht!“ Wesentlich öfter hört man von uns: „Was hast du da schon wieder falsch gemacht!“ Mit Lob gehen wir sparsam um, dafür sind wir schnell damit, andere zu be- und verurteilen. Aber sind unsere Urteile immer gerecht? Vielleicht beruhen sie auf Missverständnissen oder bloß darauf, was andere sagen.

Die Menschen damals zerbrachen sich nicht den Kopf darüber, warum Jesus verurteilt werden sollte. Sie meinten nur: „Er wird schon schuldig sein“, und hörten auf die, die ihn loswerden wollten. Ein ausgewogenes Urteil war ihnen zu anstrengend. So kam es, dass ein Unschuldiger gekreuzigt wurde.

#### Meditation

Jesus ist schuldig.

schuldig

das Reich Gottes zu verkünden

schuldig

Kranke zu heilen

schuldig

Sündern zu vergeben

schuldig

Armen zu helfen

deshalb wurde Jesus verurteilt.

#### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, niemand ist perfekt, auch ich nicht. Lass mich darum sparsamer mit Verurteilungen sein und richte meinen Blick mehr auf das Gute, das von meinen Mitmenschen ausgeht.

## 2. Station:

### Jesus nimmt das Kreuz auf seine Schultern



#### Gedanken

Ein Flugzeug kann mehrere hundert Tonnen wiegen und doch fliegt es. Ein Elefant bringt sechs Tonnen auf die Waage und kann trotzdem bis zu 40 km/h schnell laufen. Dagegen sind wir Fliegengewichte. Doch manchmal wird uns alles so schwer, dass wir meinen, 1.000 Tonnen zu wiegen und keinen Schritt weiter zu können.

Das eigene Schicksal anzunehmen kann schwer sein. Wir fragen uns: Wie sollen wir das nur schaffen? Auch Jesus geht es so. Der weite Weg auf Golgotha scheint unmöglich mit der Last, die er zu tragen hat. Doch er nimmt sein Kreuz und macht einen Schritt nach dem anderen.

#### Meditation

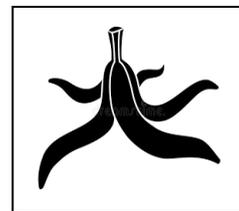
Jesus sammelte  
die Dunkelheit des Blinden  
die Bewegungslosigkeit des Gelähmten  
den Hunger der Armen  
die Not der Unterdrückten  
die Bosheit der Menschen  
die Ungerechtigkeit der Welt  
und lud alles auf seine Schultern.

#### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, manchmal habe ich das Gefühl, mehr tragen zu müssen als ich kann. Dann möchte ich am liebsten aufgeben. Gib mir einen starken Rücken, damit ich auch die schweren Zeiten meines Lebens meistern kann.

### **3. Station:**

## **Jesus fällt zum ersten Mal unter dem Kreuz**



### Gedanken

Wenn im Film jemand auf einer Bananenschale ausrutscht und hinfällt, finden wir das meistens lustig. Leider lachen wir auch im wirklichen Leben über Menschen, die am Boden liegen. Sie sind nicht gefallen, weil es im Drehbuch steht, sondern ganz real, aufgrund unglücklicher Umstände, für die sie vielleicht gar nichts können.

Die meisten Menschen, die Jesus auf seinem Kreuzweg zusahen, taten dies zu ihrer Unterhaltung. Für sie war eine Hinrichtung eine willkommene Ablenkung vom Alltag. Und wenn dann ein Verurteilter unter dem Kreuz fiel, haben sicher einige gelacht. Geholfen haben sie ihm nicht.

### Meditation

Schau dir den an, der kann nicht einmal lesen und schreiben.

Schau dir die an, die hat ihre Kleider von der Caritas.

Schau dir den an, der kann nicht einmal den einfachsten Ball fangen.

Schau dir die an, die hat einen Buckel wie eine Hexe.

Schauen wir uns lieber selbst an.

### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, wir freuen uns natürlich, wenn wir von Unglück verschont bleiben. Aber müssen wir uns deshalb über das der anderen lustig machen? Lass uns nicht über die Probleme anderer lachen, sondern für sie da sein.

## 4. Station:

### Jesus begegnet seiner Mutter



#### Gedanken

Manchen Menschen wollen wir lieber nicht begegnen. Wir gehen ihnen aus dem Weg und möchten jedes Aufeinandertreffen vermeiden. Vielleicht wissen wir gar nicht, warum. Bei anderen freuen wir uns dagegen, wenn wir sie sehen. Mit ihnen verbringen wir gerne unsere Zeit.

Den meisten Menschen, denen Jesus am Kreuzweg begegnet, wäre er lieber aus dem Weg gegangen. Sie wünschen ihm nur Böses. Die Begegnung mit seiner Mutter ist anders. Sie gibt ihm Kraft, weil er sieht, dass da jemand ist, der selbst in der schwersten Zeit zu ihm hält.

#### Meditation

Menschen können Licht in der Dunkelheit sein.

Menschen können eine Quelle der Kraft sein.

Menschen können Stütze und Halt sein.

Menschen können Luft zum Atmen sein.

Menschen können füreinander da sein.

#### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, Freundschaft ist leicht, wenn das Leben Spaß macht und alle glücklich sind. Lass mich auch dann nicht auf meine Freunde vergessen, wenn es einmal nichts zu lachen gibt und sie mich brauchen.

## 5. Station:

### Simon von Cyrene hilft Jesus das Kreuz tragen



#### Gedanken

Superhelden aus Comics oder Filmen können alles. Sie schaffen Unmögliches, ganz ohne fremde Hilfe. Jesus steht vor einer solchen unmenschlichen Aufgabe. Doch nachdem er bereits einmal gefallen ist, sehen selbst seine Peiniger, dass er alleine nicht bis ans Ziel kommen wird.

Es ist nicht leicht, angebotene Hilfe anzunehmen, weil man zuerst die eigene Schwäche akzeptieren muss. Oft haben wir Angst, dass uns andere als Versager sehen könnten, wenn wir es nicht alleine schaffen. Unser Stolz hindert uns, Hilfe anzunehmen.

#### Meditation

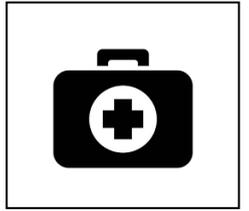
Ich bin kein Superheld  
ich bin ein einfacher Mensch  
ohne außergewöhnliche Kräfte  
manchmal brauche ich Hilfe  
alleine geht es nicht  
ich bin auf andere angewiesen  
und andere sind auf mich angewiesen  
ein Geben und Nehmen  
eine Gemeinschaft

#### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, es fällt mir schwer, meine Schwäche einzugestehen. Es kommt vor, dass ich aus Stolz ablehne, was mir guttut. Lass mich ausgestreckte Hände erkennen und sie ergreifen. Ich will mir nicht durch Sturheit mein Leben schwerer machen.

## 6. Station:

### Veronika reicht Jesus das Schweiß Tuch



#### Gedanken

Wenn du jemanden reglos auf der Straße liegen siehst, würdest du wegschauen und vorbeigehen oder helfen? Helfen macht Umstände: es kostet Zeit, oft auch Geld. Man muss etwas tun und vielleicht hat man am Ende auch noch Scherereien. Wegschauen ist da wesentlich einfacher.

Veronika hat nicht gezögert. Sie wollte helfen. Anders als Simon von Cyrene wurde sie nicht dazu gezwungen. Nur eine kleine Geste – ein Tuch. Und doch war es eine große Hilfe. Sie half, obwohl sie mit negativen Konsequenzen aus der Menge der Schaulustigen rechnen musste.

#### Meditation

Eine Tür aufhalten

Ein Taschentuch anbieten

ein freundliches Wort -

oft ist helfen ganz einfach.

Nichts Außergewöhnliches

keine Heldentat

nur was ich kann

was ich für andere

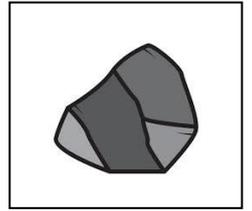
tun kann

#### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, allzu oft sehen wir die Nöte der anderen nicht. Manchmal wollen wir auch nicht hinschauen und erfinden Ausreden, um nicht helfen zu müssen. Öffne uns die Augen, führe uns dorthin, wo wir gebraucht werden und gib uns den Willen zu helfen, wo wir können.

## 7. Station:

### Jesus fällt zum zweiten Mal unter dem Kreuz



#### Gedanken

Wir meinen gut unterwegs zu sein: In der Schule, in der Arbeit, in der Familie. Alles läuft großartig. Doch dann kommen wir unvorhergesehen ins Stolpern. Ohne zu verstehen, warum, gehen Dinge schief. Ehe wir uns versehen, fallen wir.

Es gibt Menschen, die legen anderen Steine in den Weg, um sie am Fortkommen zu hindern. Sie verschaffen sich auf Kosten ihrer Mitmenschen Vorteile. Jesus wollte andere nicht ausnutzen und doch haben ihn seine Gegner zu Fall gebracht. Er ist über die Steine gestürzt, die sie ihm in den Weg geworfen haben.

#### Meditation

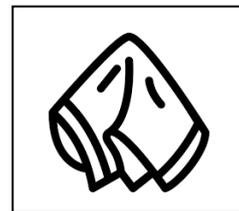
Wir hindern andere am Fortkommen  
versperren ihnen Wege  
drängen sie ab  
um sie zu überholen  
aber  
ist ein erschummelter Sieg  
tatsächlich ein Gewinn?

#### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, manchmal sind wir versucht, anderen zu schaden, um das zu bekommen, was wir uns wünschen. Lass uns solchen Versuchungen widerstehen und fair gegenüber unseren Mitmenschen bleiben.

## 8. Station:

### Jesus begegnet den weinenden Frauen



#### Gedanken

Kinder weinen häufig: Zumeist, weil etwas nicht so läuft, wie sie wollen, weil sie müde sind, weil sie sich weh getan haben. Erwachsene weinen dagegen selten und wenn doch, dann – sofern es keine Freudentränen sind – aus Verzweiflung.

Aus Verzweiflung weinen auch die Jerusalemer Frauen. Jesus war zwar nicht ihr Sohn, um den sie nun trauern, aber sie sehen die Ungerechtigkeit und dass sie nichts dagegen tun können. Das bringt sie zur Verzweiflung.

#### Meditation

Manchmal möchte ich heulen  
wenn ich die Ungerechtigkeit sehe  
wenn sich nichts tut, obwohl etwas getan werden müsste  
wenn die Perspektive fehlt  
wenn Probleme verleugnet werden  
und wenn ich nichts dagegen tun kann.

#### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, gegen Krieg, Umweltverschmutzung und Ungerechtigkeit können wir alleine kaum etwas ausrichten. Wir fühlen uns ohnmächtig. Lass uns nicht resignieren, sondern weiterhin daran arbeiten, Frieden und Gerechtigkeit in die Welt zu bringen.

## 9. Station:

### Jesus fällt zum dritten Mal unter dem Kreuz



#### Gedanken

Es gibt Nächte, da schlafen wir einfach schlecht. Erst im Morgengrauen schlafen wir ein, kurz bevor der Wecker läutet. Wenn wir dann aufgeweckt werden, wollen wir nicht aufstehen. Uns fehlt einfach die Kraft dazu. Mühsam müssen wir uns aus dem Bett quälen.

Jesus ist auf Golgotha nicht gemütlich hinaufspaziert. Ganz im Gegenteil, er trug schwer, war körperlich geschwächt und die Steine am Weg wurden zu immer größeren Hindernissen. Drei Mal ist er gestürzt. Und obwohl es ihm immer schwerer fiel, ist er doch wieder aufgestanden.

#### Meditation

Aufstehen fällt schwer  
wir brauchen Kraft  
vielleicht auch Hilfe.

Liegen bleiben ist leicht  
wir brauchen nichts zu tun  
wir können resignieren.

Einer gab nicht auf.  
Selbst beim dritten Sturz  
stand er wieder auf.  
Er ging seinen Weg  
bis zum Ende.

#### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, es gibt Tage, da wollen wir morgens nicht aufstehen. Nichts Gutes erwarten wir von den nächsten Stunden. Lass uns dann an Jesus denken, der selbst in der größten Not nicht aufgegeben hat.

## 10. Station:

### Jesus wird seiner Kleider beraubt



#### Gedanken

Im Internet und Fernsehen sieht man überall geschminkte Menschen, angezogen nach der neuesten Mode. Für sie zählt nur der äußere Anschein. Was dahinter ist, sollen die anderen nicht sehen. Doch was bleibt, wenn man ihnen Make-up und Designerkleidung wegnimmt? Wie sieht die Wirklichkeit aus?

Jesus ist es nicht auf Äußerlichkeiten angekommen. Er wollte wissen, wie es in den Herzen der Menschen aussieht. Für ihn war es wichtiger, dass sie ihr Leben gut gestalten, nicht ihr Äußeres. Jetzt wird ihm alles Äußerliche genommen und trotzdem kommt darunter kein anderer zum Vorschein, als Jesus schon immer war.

#### Meditation

Wir tragen Masken  
verkleiden uns  
spielen etwas vor  
Wie sieht es hinter der Fassade aus?  
Wer sieht das müde Gesicht  
den schmerzenden Rücken  
die Brille beim Lesen?  
Würde man uns erkennen  
wenn wir so wären  
wie wir wirklich sind?

#### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, Äußerlichkeiten sind uns wichtig. Doch handelt es sich nur um Fassade ohne Inhalt. Gib uns den Mut, unsere Verkleidung abzulegen und so zu sein, wie wir wirklich sind.

## 11. Station:

### Jesus wird an das Kreuz genagelt



#### Gedanken

Wenn wir ein Möbelstück zusammennageln, dann ist das etwas Endgültiges. Wir können es nicht mehr auseinandernehmen. Falls wir mit einer Zange doch wieder die Nägel herausziehen, bleiben Löcher zurück. Das Holz ist nun beschädigt.

Genau so ist es bei uns Menschen. Wenn wir andere durch böse Worte oder Taten verletzen, bleiben Narben zurück. Es ist nicht mehr so, wie es zuvor war. Auch bei Jesus blieben die Löcher erhalten, die ihm die Menschen mit ihren Nägeln zugefügt haben.

#### Meditation

Wir nageln Menschen fest  
durch Vorurteile  
festgefahrene Meinungen  
Intoleranz  
Ausgrenzung  
Wir geben ihnen keine Chance  
nur das Kreuz

#### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, durch unser Verhalten können wir andere verletzen. Hilf uns, achtsam mit unseren Worten und Taten umzugehen und andere wertschätzend und respektvoll zu behandeln.

## **12. Station: Jesus stirbt am Kreuz**



### Gedanken

Unfälle, Krankheiten, Alter, Gewalt: Jede Sekunde sterben Menschen auf dieser Welt. Nur selten kennen wir einen von ihnen. Der Tod der meisten Menschen berührt uns gar nicht. Jesus sind wir persönlich nie begegnet. Warum denken wir nach zweitausend Jahren noch immer an seinen Tod?

Weil Jesus für alle Menschen gelebt hat. Nicht nur für die, die ihn in Galiläa oder Jerusalem getroffen haben. Auch für uns heute. Und er ist noch immer für uns da, wann immer wir ihn brauchen. Dadurch wurde er zu unserem engsten Freund.

### Meditation

Der Weg:  
durch die Nacht  
zum neuen Tag.  
durch das Grab  
zur Auferstehung.  
durch den Tod  
zum ewigen Leben.

### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, der Tod gehört zu unserem Leben. Doch wir wissen nicht, wann und wie er eintreten wird. Deshalb fürchten wir uns vor ihm. Lass uns den Tod als Heimkehr begreifen und ihn hoffnungsvoll annehmen.

### **13. Station: Jesus wird vom Kreuz genommen und in den Schoß seiner Mutter gelegt**



#### Gedanken

Es tut weh, einen geliebten Menschen sterben zu sehen. Wir wissen gar nicht, wie es weiter gehen soll, wenn er oder sie nicht mehr bei uns ist. Die Welt ist für uns nicht mehr so, wie sie war. Wir werden brutal in eine neue gestoßen. Und es gibt nichts, was in solchen Momenten hilft.

Das weiß auch Maria, als sie ihren toten Sohn ein letztes Mal umarmt. Sie hält ihn nicht als alles überstrahlende Heilige, sondern als einfache, liebende Mutter. Es ist der schwerste Moment ihres Lebens. Noch weiß sie nicht, dass es kein Abschied für immer ist.

#### Meditation

Abschiednehmen

endgültig

Trauer

Tränen

Gedanken

Vorwürfe

Erinnerungen

Entschuldigungen

Hoffnung

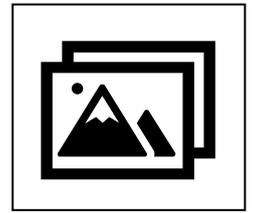
auf ein Wiedersehen

#### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, unser Leben ist geprägt von Abschieden. Wir nehmen von Menschen, Orten, Lebensabschnitten und Gewohnheiten Abschied. Lass uns nicht an die Vergangenheit gekettet bleiben, sondern vertrauensvoll in die Zukunft gehen.

## 14. Station:

### Der Leichnam Jesu wird in das Grab gelegt



#### Gedanken

Herausragende Momente – positive und negative – leben in unseren Gedanken fort. Gerne erinnern wir uns an schöne Stunden, an Augenblicke, in denen wir rundum glücklich waren. Auch der Deckel eines Grabes kann uns von diesen Erinnerungen nicht abhalten.

Das Grab wird verschlossen und damit ist Jesus Geschichte. Seine Gegner dachten, er wäre bald vergessen und niemand würde sich an seine Lehren erinnern. Seine Freunde lebten in Furcht und wussten nicht, wie es weitergehen soll. Alles aus? Sind wir tatsächlich am Ende angekommen?

#### Meditation

Die Zeit ist abgelaufen,  
man kann die Uhr  
nicht mehr zurückdrehen.

Was war,  
ist vergangen.

Was kommen wird,  
ist ungewiss.

Das Grab als Abschluss.

Aber vielleicht auch:  
Zeichen für einen  
Neubeginn.

#### Gemeinsames Gebet

Guter Gott, manchmal vergesse ich Dinge. Meistens dann, wenn ich sie gerade brauche. Lass mich die schönen Momente meines Lebens nicht vergessen und rufe sie mir dann in Erinnerung, wenn Angst und Niedergeschlagenheit mich quälen.

## Abschluss

Der Stein liegt vor dem Grab. Wir sind am Ende des Kreuzweges angekommen, aber nicht am Ende der Geschichte. Wir haben nur die Hälfte der Strecke zurückgelegt. Da kommt noch mehr. Zu Ostern wendet sich das Blatt. Das, was jetzt Trauer, Verzweiflung und Tod bedeutet, wandelt sich zu Ostern in unbeschreibliche Freude und ewiges Leben. Der Kreuzweg ist daher ein Weg der Hoffnung, der uns auf Ostern vorbereiten will.

## Segen

Guter Gott, unser Leben ist nicht nur Freude und Erfolg, es gibt auch Momente der Verzweiflung und des Scheiterns. Wir sind den Kreuzweg mitgegangen, um uns bewusst zu machen, dass du ihn für uns gegangen bist und uns selbst in den Augenblicken, in denen wir uns einsam fühlen, nicht alleine lässt. Begleite uns mit deinem Segen durch unser Leben mit all seinen Höhen und Tiefen!

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.



Kreuzweg am Handy

[www.seelsorgeamsee.at](http://www.seelsorgeamsee.at)

