

Kreuzweg – Ein spiritueller Weg durch die heiligen Tage

Ein meditativer Weg, der uns einlädt, die Tage des Leidens, Sterbens und der Auferstehung Jesu mit dem eigenen Leben zu verbinden.

Familien im philippinischen Fischerdorf Sito Kaitaisan bei einer Karfreitagsprozession. missio-Partnerin Estela Padilla und ihr Team entwickeln mit den Menschen vor Ort eine kreative Kirche mit größtmöglicher Beteiligung.

■ EINFÜHRUNG

Bereits zur Zeit der Kreuzzüge entstand in Jerusalem die Via Dolorosa, ein Weg mit künstlerisch gestalteten Stationen der Passion Jesu. Die Franziskaner trugen wesentlich dazu bei, dass sich diese Form der Betrachtung weltweit ausbreitete, und so entstanden in vielen Ländern Kreuzwege nach ihrem Vorbild. In dieser Tradition steht auch das Pastoralzentrum in Bukal auf den Philippinen, das einen verdichteten Kreuzweg in vier Stationen entwickelt hat. Mit dieser Arbeitshilfe laden wir Sie ein, diesen Kreuzweg mitzugehen und die Leidensgeschichte Jesu auf neue Weise zu betrachten.

Das Kreuz in der Mitte

In der Raummitte ist das Kreuz das Zeichen, an dem sich alle Stationen, die im Raum verteilt sind, schließlich sammeln. Das Kreuz ist Mittelpunkt, Orientierung, Einladung.

Material:

- Kreuz (alternativ Seil, Hölzer oder Legematerial, um ein Kreuz zu formen)
- Krug mit Wasser, Tischdecke, Brot und Wein
- Dornen, Nägel, Hammer, dunkle Tücher
- Steine, graue Tücher, trockene Blumen/Pflanzen
- frische Blumen, bunte Tücher, Konfetti
- Bibel und ggf. instrumentale Musik
- vier Blätter mit den Leitfragen (vgl. III. Teil) zu den Stationen – werden verdeckt zur jeweiligen Station gelegt.

Das Kreuz bildet die räumliche Mitte, die Symbole markieren die vier Stationen (Gründonnerstag, Karfreitag, Karsamstag, Ostersonntag), z.B. in den vier Ecken oder als Weg.

■ AUSTAUSCH ZU BEGINN – BEIM KREUZ

Impulse zur Einführung und Austausch:

- Wo stehe ich gerade auf meinem Lebensweg?
 - Was bringe ich mit aus dieser Fastenzeit?
 - Was hat mich in den letzten Wochen bewegt, gefordert, verändert?
 - Worauf richte ich heute meine Aufmerksamkeit?
- Kurzer Austausch über Erfahrungen mit der Fastenzeit/ Karwoche.

■ I. TEIL – GEMEINSAMER STATIONENLAUF

Die Teilnehmenden ziehen gemeinsam von Station zu Station und durchschreiten sie als geistliche Wegpunkte, im Geist des Gebets und im Vertrauen auf Christi Führung.

Für jede Station sind Symbole im Raum auf dem Boden verteilt. Bei jeder Station liest zunächst eine Person den kurzen Abschnitt aus der Bibel vor. Es folgt der Impuls, gelesen von einer anderen Person, wenn möglich. Das Gehörte wird entweder in Stille persönlich reflektiert (ggf. während instrumentaler Musik) oder die Teilnehmenden tauschen sich kurz aus.



1. Station – Gründonnerstag

Symbole: Krug mit Wasser, Tischdecke, Brot und Wein.

Bibeltext: Johannes 13,4–5

„(Jesus) stand vom Mahl auf, legte sein Gewand ab und umgürtete sich mit einem Leinentuch.

Dann goss er Wasser in eine Schüssel und begann, den Jüngern die Füße zu waschen und mit dem Leinentuch abzutrocknen, mit dem er umgürtet war.“

Impuls: Der Gründonnerstag führt an den Ort der Nähe, der Hingabe und des Dienens. Jesus wäscht Füße und setzt ein Zeichen radikaler Liebe.

- Welche Gefühle empfinde ich an dieser Station?
- Welche Begriffe fallen mir hierzu ein?

Auf dem Weg zur nächsten Station:
Liedruf „Ubi caritas et amor“ (Taizé)



2. Station – Karfreitag

Symbole: Kreuz, Dornen, Nägel, Hammer, dunkle Tücher.

Bibeltext: Mk 15,16–20.22–24

„Die Hohepriester, die Ältesten und die Schriftgelehrten ließen Jesus fesseln und abführen und lieferten ihn Pilatus aus. [...] Die Soldaten [...] leg-

ten ihm einen Purpurmantel um und flochten einen Dornenkranz; den setzten sie ihm auf und grüßten ihn: Sei gegrüßt, König der Juden! Sie schlugen ihm mit einem Stock auf den Kopf und spuckten ihn an, beugten die Knie und huldigten ihm. [...] danach brachten sie Jesus an einen Ort namens Golgota, das heißt übersetzt: Schädelhöhe. Dort reichten sie ihm Wein, der mit Myrrhe gewürzt war; er aber nahm ihn nicht. Dann kreuzigten sie ihn. Sie verteilten seine Kleider, indem sie das Los über sie warfen, wer was bekommen sollte.“

Impuls: Der Karfreitag konfrontiert uns mit Schmerz und Ohnmacht.

- Welche Gefühle empfinde ich an dieser Station?
- Welche Begriffe fallen mir hierzu ein?

Auf dem Weg zur nächsten Station:
Liedruf „Ubi caritas et amor“ (Taizé)



3. Station – Karsamstag

Symbole: Steine, graue Tücher, trockene Blumen/Pflanzen.

Bibeltext: Mt 27,59–60

„Josef nahm den Leichnam und hüllte ihn in ein reines Leinentuch. Dann legte er ihn in ein neues Grab, das er für sich selbst in einen Felsen hatte hauen lassen. Er wälzte einen großen Stein vor den Eingang des Grabes und ging weg.“

Impuls: Der Tag des Schweigens und des Aushaltens.

- Welche Gefühle empfinde ich an dieser Station?
- Welche Begriffe fallen mir hierzu ein?

Auf dem Weg zur nächsten Station:
Liedruf „Ubi caritas et amor“ (Taizé)



4. Station – Ostersonntag

Symbole: Bunte Blumen, bunte Tücher, Konfetti.

Bibeltext: Mt 28,1,5–6

„Nach dem Sabbat, beim Anbruch des ersten Tages der Woche, kamen Maria aus Magdala und die andere Maria, um nach dem Grab zu sehen. [...] Der Engel aber sagte zu den Frauen: Fürchtet euch nicht! Ich weiß, ihr sucht Jesus, den Gekreuzigten. Er ist nicht hier; denn er ist auferstanden, wie er gesagt hat. Kommt her und seht euch den Ort an, wo er lag!“

Impuls: Ostern ist die überraschende Wende des Lebens.

- Welche Gefühle empfinde ich an dieser Station?
- Welche Begriffe fallen mir hierzu ein?



■ II. TEIL – PERSÖNLICHER WEG DURCH DIE STATIONEN

Die Teilnehmenden gehen individuell umher, lassen die Symbole und das Gehörte auf sich wirken. Sie wählen je eine Station, die sie gerade besonders anspricht und bleiben dort stehen.

■ III. TEIL - AUSTAUSCH AN DEN STATIONEN

An den vier Stationen kommen die dort versammelten Teilnehmenden ins Gespräch zu den jeweils aufgeführten Leitfragen (bereitliegendes Blatt umdrehen).

1. Station – Gründonnerstag

(Ort der Nähe, der Hingabe und des Dienens)

Zentrale Leitfragen:

- Wo erfahre ich selbst dienende Liebe?
- Welche Beziehung ruft nach meiner Aufmerksamkeit?
- Wovor scheue ich bei Hingabe zurück?
- Welche Geste des Dienens könnte heute heilsam sein?

2. Station – Karfreitag

(Karfreitag konfrontiert uns mit Schmerz und Ohnmacht)

Zentrale Leitfragen:

- Welche „Dornen“ trage ich im Moment?
- Welche Wunde in mir braucht Mitgefühl?
- Was macht das Kreuz mit mir?
- Welchen Schmerz möchte ich Gott hinlegen?

3. Station – Karsamstag

(Der Tag des Schweigens und des Aushaltens)

Zentrale Leitfragen:

- Welche Steine liegen vor meinem Herzen?
- Wo erlebe ich Leere?
- Wie gehe ich mit Gottes Schweigen um?
- Welche begrabene Hoffnung möchte ich zeigen?

4. Station – Ostersonntag

(Ostern ist die überraschende Wende des Lebens)

Zentrale Leitfragen:

- Wo zeigt sich neues Leben?
- Welche Angst hält mich zurück?
- Welche Botschaft höre ich heute?
- Welche Handlung setzt ein Zeichen des Lebens?

Der Austausch an den Stationen soll ca. 10 Minuten dauern. Anschließend sprechen sich die Teilnehmenden gegenseitig einen Segen zu, laut oder still.

Aus der langjährigen Zusammenarbeit missios mit dem Pastoralzentrum Bukal ist auch die Arbeitshilfe „**Gemeinschaft im Wort Gottes**. BibelTeilen – Formen und Variationen“ entstanden, die Sie unter www.shop.missio-hilft.de kostenfrei bestellen können.



■ IV. TEIL - OSTERWEG DER FREUDE

Von der Station Ostersonntag bewegt sich die dort stehende Gruppe rhythmisch/tänzerisch/singend durch alle Stationen und nimmt die anderen mit zum Anfangsort um das Kreuz. Die leitende Person sammelt die Gegenstände der Stationen ein und legt diese um das Kreuz.

In Dankbarkeit versammeln sich die Teilnehmenden um das Kreuz und tauschen sich offen über die österliche Botschaft aus.

Abschlussgebet

Herr Jesus Christus,
du bist den schweren Weg des Leidens gegangen,
aus Liebe zu uns.
Du hast Schmerzen, Einsamkeit und Verlassenheit ertragen,
damit wir wissen: Wir sind niemals allein.
Manchmal fühlt sich unser Leben auch wie ein Kreuzweg an –
wenn wir nicht verstanden werden,
wenn wir Fehler machen oder scheitern,
wenn uns Sorgen oder Angst belasten.
Doch du bist da. Du gehst mit uns, auch wenn wir dich nicht
immer spüren.
Gib uns die Kraft, unser Kreuz zu tragen und nicht aufzugeben.
Schenke uns Mut, für das Gute einzustehen,
auch wenn es schwerfällt oder andere uns auslachen.
Lass uns erkennen, dass wir wertvoll sind,
weil du uns liebst, genau so, wie wir sind.
Amen.

Redaktion: Iloan Brstiak/Dr. Regina Illemann, © 2026, mission Aachen
Textnachweis: Die Bibel. Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift;
Verlag Katholisches Bibelwerk GmbH - Stuttgart 2016.