

Gott, der Herr, gab mir die Zunge eines Jüngers,
damit ich verstehe, die Müden zu stärken
durch ein aufmunterndes Wort. (Jes 50,4)

Jesus nimmt das Kreuz auf sich.
Jesus nimmt das Leiden auf sich.
Jesus wird am Kreuz sterben.
Durch seinen Tod sagt er uns:
Ich stärke dich, ich helfe dir auf.
Alles wird gut.
Das Leben siegt.
Ich bin mit dir.

Gibt es in deinem Umfeld
jemanden, dem du
aufhelfen kannst?