



Persönliche Andacht

Schritte der Zuversicht auf Ostern zu

Foto: Radek



Inhalt

Vorwort	Seite 3
Ich kann nicht mehr – Wie geht es weiter?	Seite 4
Ist jemand da?	Seite 5
Ein Zeichen setzen	Seite 6
Das Ende – Also doch?	Seite 7
Unvorstellbar?	Seite 8
Der Weg geht weiter	Seite 9
Zur Gestaltung der Andacht	Seite 10
Segen	Seite 11

Vorwort

Schritte der Zuversicht

mit Jesus gehen

gemeinsam auf dem Weg

Gemeinsam betrachten wir einige Ereignisse auf dem Kreuzweg. Dieser Weg geht für uns über das Kreuz hinaus – das Grab ist leer, Jesus lebt, er geht mit seinen Jüngern.

Auch wir können voll Zuversicht Schritte auf Ostern zu gehen. Unser Weg führt vielleicht auch durch Einsamkeit und Überforderung. Aber auch auf unserem Weg gibt es Menschen, die uns begleiten und unterstützen. Ostern wird auch in unserem Leben spürbar.

Gehen wir gemeinsam auf Ostern zu, Schritt für Schritt – voller Hoffnung!

Ob Sie die Texte allein meditieren oder gemeinsam in der Seniorenrunde beten, wir wünschen Ihnen, dass Sie daraus Kraft und Zuversicht schöpfen können.

Beatrix Auer

Seniorenpastoral

Theresa Stampler

PfarrCaritas

Impressum

Ausgearbeitet von Mag. Hanns Sauter

Herausgegeben von Pfarrcaritas

und Seniorenpastoral der Erzdiözese Wien,
Februar 2022

Fotos: ©Radoslaw Celewicz

Ich kann nicht mehr – Wie geht es weiter?

Aus dem Evangelium

Jesus kam mit den Jüngern zu einem Grundstück, das man Getsemani nennt, und sagte zu ihnen: Setzt euch und wartet hier, während ich dort bete. Und er nahm Petrus und die beiden Söhne des Zebedäus mit sich. Da ergriff ihn Angst und Traurigkeit, und er sagte zu ihnen: Meine Seele ist zu Tode betrübt. Bleibt hier und wacht mit mir! (Mt 26,36-38)

Betrachtung

Durch seinen Glauben und seine Worte hat Jesus vielen Menschen Halt gegeben. Er hat Freunde gefunden, die mit ihm gegangen sind. Doch mächtige Gegner haben ihn in eine düstere Situation gebracht. Jesus ahnt, dass er daraus nicht entkommen kann. Er spürt, dass ihm seine Freunde nicht wirklich helfen können, und fühlt sich allein gelassen mit seinen Ängsten. In einer solchen Situation hilft nur noch beten.

Beten – herausschreien, was mich belastet und bewegt.
Beten – etwas sagen, in der Hoffnung, dass mich jemand hört.
Beten – nach jemandem rufen, der mir helfen kann.

Gebet

Jesus, du hast die Situationen, die uns zu schaffen machen, verspürt: Enttäuschung und Angst, Alleinsein und Einsamkeit. Du hast nach jemandem gesucht, der dich versteht. Damit bist du einer von uns geworden. Du weißt, wie wir uns fühlen, kannst nachvollziehen, wie wir denken und worauf wir hoffen. Wir sehen in dir ein Vorbild und einen Halt.

Jesus, du bist mein Vorbild und Halt.

Ist jemand da?

Aus dem Evangelium

Als sie Jesus hinausführten, ergriffen sie Simon, einen Mann aus Kyrene, der gerade vom Feld kam. Ihm luden sie das Kreuz auf, damit er es hinter Jesus hertrage. Es folgte ihm eine große Menge des Volkes, darunter auch Frauen, die um ihn klagten und weinten. (Lk 23,26f)

Betrachtung

Wer sich auf sich selbst gestellt fühlt, gibt die Hoffnung nicht auf, dass „doch noch jemand kommt“. Eine Hilfe kommt manchmal von einer Seite, von der man es nicht erwartet hätte. So ist es Jesus geschehen. Manchmal bin ich auch einer von denen, die jemandem helfen, ohne es zu wissen oder zu ahnen. Dazu braucht es nicht immer viel: einfach da-sein, ein Handgriff, eine Geste der Aufmunterung, des Verstehens.

Helfen – geschieht oft unbewusst.

Helfen – geschieht manchmal wider Willen.

Helfen – dazu gibt es viele Wege.

Gebet

Jesus, durch deinen Kreuzweg wird uns vieles klar. Was wir uns wünschen, wünschen sich auch andere. Wir hoffen auf Hilfe, können aber auch selbst helfen. Wir fühlen uns alleine, doch auch anderen geht es so. Du hast Hilfe angenommen und zeigst uns dadurch einen Weg, der weiterhilft. Dadurch bist du uns Vorbild und Halt.

Jesus, du bist mein Vorbild und Halt.

Ein Zeichen setzen

Aus dem Evangelium

Herr, wann haben wir dich hungrig gesehen und dir zu essen gegeben, oder durstig und dir zu trinken gegeben? Und wann haben wir dich krank oder im Gefängnis gesehen und sind zu dir gekommen? ... Amen, ich sage euch: Was ihr für einen meiner geringsten Brüder getan habt, das habt ihr mir getan. (Mt 25,37-40)

Betrachtung

Hunger und Durst, Krankheit und Gefangenschaft haben viele Seiten. Wir können oft nur wenig dagegen tun. Doch Zeichen setzen, die zeigen, dass es auch anders geht, können wir. Ein solches Zeichen ist auch die Geschichte von Veronika am Kreuzweg Jesu. Auch wenn diese nicht im Evangelium steht, ist sie doch ganz in seinem Sinn. Auch kleine Gesten erfordern Mut. Wer vor der Not der anderen nicht wegschaut, findet zu Jesus.

Zeichen setzen – durch Aufmerksamkeit.

Zeichen setzen – durch Anteilnahme.

Ich möchte ein Zeichen setzen!

Gebet

Liebe Veronika, wer immer du auch gewesen bist, ich kann dich nur bewundern. Du hast dort, wo es notwendig war, Mitgefühl, Mut und Entschlossenheit bewiesen. An dir möchte ich mir ein Beispiel nehmen. Danken möchte ich auch für alle, die Zeichen der Liebe und des Mitgefühls setzen. Sie denken und handeln wie Jesus. Er ist uns Vorbild und Halt.

Jesus, du bist mein Vorbild und Halt.

Das Ende – Also doch?

Aus dem Evangelium

Es war schon um die sechste Stunde, als eine Finsternis über das ganze Land hereinbrach – bis zur neunten Stunde. Die Sonne verdunkelte sich. Der Vorhang im Tempel riss mitten entzwei. Und Jesus rief mit lauter Stimme: Vater, in deine Hände lege ich meinen Geist. Mit diesen Worten hauchte er den Geist aus. (Lk 23,44ff)

Betrachtung

Ein Weltuntergangsszenarium, wie wir es gut kennen! Der Himmel um mich herum ist grau. Es wird immer finsterner, kein Sonnenstrahl ist in Sicht. Dazu kommt noch ein Ereignis, das, ähnlich einem Erdbeben, zusätzlich noch einiges durcheinanderbringt. Erschütterungen führen auch dazu, dass zusammenbricht, was dem Leben entgegensteht, und Platz für Neues entsteht. Der Riss im Tempelvorhang deutet an, dass Vertrauen und Hoffnung die Kraft haben, die Finsternis aufzubrechen.

Vertrauen – erschüttert – warum?

Vertrauen – verloren – wodurch?

Vertrauen – neu gefunden?

Gebet

Jesus, du bist deinen Weg gegangen bis zum bitteren Ende. Wenn dich auch alle verlassen und geglaubt haben, dass damit dein Weg zu Ende ist – das Vertrauen, dass dein Weg einen Sinn hat, hat dich nicht verlassen. Die Hoffnung, dass der Vater-Gott die Fäden in seinen Händen hält, hat auch dich getragen. Jesus – du bist uns Vorbild und Halt.

Jesus, du bist mein Vorbild und Halt.

Unvorstellbar?

Aus dem Evangelium

Erschreckt nicht! Ihr sucht Jesus von Nazaret, den Gekreuzigten. Er ist auferstanden, er ist nicht hier. Seht da ist die Stelle, wo man ihn hingelegt hat. Nun aber geht und sagt seinen Jüngern und dem Petrus: Er geht euch voraus nach Galiläa; dort werdet ihr ihn sehen, wie er es euch gesagt hat. Da verließen sie das Grab und flohen; denn Schrecken und Entsetzen hatte sie gepackt. Und sie sagen niemandem etwas davon, denn sie fürchteten sich. (Mk 16,6ff)

Betrachtung

„Das kann ich nicht glauben!“ „Das ist zu schön, um wahr zu sein.“ „Ich möchte doch keinem Schönredner aufsitzen!“ Dass die Frauen, die zum Grab Jesu kommen, so denken, ist ganz natürlich. Über unwahrscheinliche Ereignisse müssen wir erst einmal nachdenken oder darüber schlafen. Doch dann sollten wir uns damit auseinandersetzen. In aller Ruhe. Mit viel Offenheit. Mit einem Gott rechnen, der mehr kann, als wir uns vorstellen.

Unvorstellbar – doch die Nachricht stimmt.

Unvorstellbar – eine Lösung zeichnet sich ab.

Unvorstellbar – doch was spricht dagegen?

Gebet

Jesus, du hast immer wieder Menschen mit Gedanken, Worten oder Taten überrascht – auch deine Freunde. Die größte Überraschung, die dir mit Gottes Hilfe gelungen ist, ist das Ende deines Kreuzweges. Alle dachten, du seist gescheitert. Doch dem war nicht so. An dir sehen wir, dass Vertrauen und Hoffnung nicht scheitern.

Jesus, du bist mein Vorbild und Halt.

Der Weg geht weiter

Aus dem Evangelium

Noch in derselben Stunde brachen sie auf und kehrten nach Jerusalem zurück und fanden die Elf und die mit ihnen versammelt waren. Diese sagten: Der Herr ist wirklich auferstanden und ist dem Simon erschienen. Da erzählten auch sie, was sie unterwegs erlebt hatten und wie sie ihn erkannt hatten, als er das Brot brach. (Lk 24,33ff)

Betrachtung

Die Emmausjünger sind schon einen weiten Weg mit Jesus gegangen. Seine Verurteilung hat gezeigt, dass dieser Weg offensichtlich ein Irrweg war. Daher machten sie sich auf den Weg zurück ins Althergebrachte, Gewohnte. Doch während des Gehens kommen und gehen Gedanken, wachsen Einsichten und lassen sich nicht vertreiben. Hat hier jemand seine Hand im Spiel? Sie kehren um und suchen Freunde, mit denen sie darüber sprechen können. Der Weg ist noch nicht zu Ende!

Der Weg mit Jesus – wie hat er begonnen?

Der Weg mit Jesus – was hat er mir gebracht?

Der Weg mit Jesus – wie kann er weitergehen?

Gebet

Jesus, mein Leben ist wie ein langer Weg. Irgendwann auf diesem Weg habe ich dich kennen gelernt. Seitdem gehen wir diesen Weg zusammen. Manchmal miteinander, manchmal nebeneinander, manchmal hintereinander. Manchmal verstehen wir uns nicht, manchmal sind wir ein Herz und eine Seele. Doch ich kann mich auf dich verlassen. Du bist mein Vorbild und mein Halt.

Jesus, du bist mein Vorbild und Halt.

Zur Gestaltung der Andacht

Mögliche Kerverse

Wir beten dich an, Herr Jesus Christus, und preisen dich,
denn durch dein heiliges Kreuz hast du die Welt erlöst.

GL 296 – Im Kreuz ist Heil, im Kreuz ist Leben, im Kreuz ist
Hoffnung.

Liedvorschläge

Zu 1: GL 286 – Bleibet hier und wachet mit mir

Zu 2: GL 470 – Wenn das Leid jedes Armen

Zu 3: GL 446 – Lass uns in deinem Namen Herr

Zu 4: GL 453 – Bewahre uns Gott

Zu 5: GL 365 – Meine Hoffnung und meine Freude

Zu 6: GL 926 – Wo zwei oder drei

Mögliche Psalmen

GL 38 – Der Herr ist mein Licht und mein Heil

GL 40 – Bis in den Himmel reicht deine Liebe

GL 67 – Der Herr behütet dich

Segen

Gott, der Vater, hat Jesus durch Leid und Kreuz getragen.
Er sei auch bei uns in unseren Sorgen und Nöten.

Jesus ist durch Dunkel und Finsternis gegangen.
Er sei bei uns, wenn unser Glaube schwach wird.

Der Heilige Geist schenkt Kraft und Stärke.
Er stärke uns, wenn wir unseren Weg weitergehen.

Um all das erbitten wir den Segen für uns und für alle die mit uns beten.



Caritas

ein Leben lang.
WACHSEN
SENIORENPASTORAL DER ERZDIOEZE WIEN



Diese Broschüre erhalten Sie unter:
Seniorenpastoral der Erzdiözese Wien
www.seniorenpastoral.at

PfarrCaritas & Nächstenhilfe
www.pfarrcaritas.at