

**Lass deine Tränen fließen,  
wenn dir danach ist.  
Das macht dich stark.**



# Der schwere Weg

Die Fastenzeit mündet in die Karwoche. Diese stille Woche bekam ihren Namen vom Wort Kara, was Klage, Kummer, Trauer bedeutet. Die Woche beginnt mit dem Palmsonntag aber gar nicht still. Es ist der Tag, an dem die Menschen Jesus bei seiner Ankunft in Jerusalem mit Palmzweigen zugewinkt haben. Mit grossem Jubel wurde Jesus in Jerusalem empfangen und kurze Zeit später von den Leuten verspottet und sogar von seinen Freunden verlassen. – Geschätzt sein und dann von Menschen enttäuscht werden. Eine schmerzliche Erfahrung!

Jesus erahnte seinen Weg voller Schmerzen und Not und rief am Abend vor seinem Sterben seine Freundinnen und Wegbegleiter als Gäste an seinen Tisch. Er feierte mit ihnen das letzte Abendmahl. Als Liebeszeichen wusch Jesus den Menschen die Füsse. Und er teilte mit ihnen Brot und Wein, das Brot des Lebens und den Wein der Herzenswärme. Dies geschah am Hohen Donnerstag. Jesus hat uns alle eingeladen, dies ebenfalls immer wieder zu tun, als Erinnerung an sein Leben und Wirken. Nach dem Essen ging Jesus allein in die dunkle Nacht hinaus. Er wurde verraten und verurteilt und starb am Kreuz. Daran erinnern wir uns an Karfreitag. Nach Jesu Tod, so die Überlieferung, trat vollkommene Stille ein. Alles verstummte. Grabesruhe herrschte. Der Karsamstag schafft Raum für das Schwere, für die Trauer, für die Klage. Wir dürfen aussprechen, was uns belastet und dies auf die Klagemauer legen oder schreiben.

Jesus ist tot, seine Anhänger ohnmächtig und traurig. Am Karsamstag geschieht scheinbar nichts. Oder doch?

## Karsamstag – zu Grunde gehen.

Auf den Grund gehen? Das braucht Mut und Vertrauen.  
Als Erfolg winken Tiefgang und Bodenhaftung.  
Dinge, die heutzutage nicht gerade hoch im Kurs stehen.  
Doch ohne sie ist Leben schal und bleibt oberflächlich.  
Karsamstag – dem Leben auf den Grund gehen.





## Mach mit

- Am Palmsonntag binden wir gemeinsam immergrüne Pflanzenzweige (z.B. Stechlaub usw.) zu handlichen Sträusschen und nehmen sie mit in den Palmsonntagottesdienst, um sie segnen zu lassen. Die Palmengebinde oder -zweige können zu Hause an besondere Orte gesteckt werden.
- Am Anfang der Karwoche säen wir Kresse-Samen auf Watte aus und halten sie feucht. Bis Ostern wächst daraus ein schöner Kresse-Strauss – eine Beilage für den Oster-Salat.
- Wir waschen am Hohen Donnerstag in Erinnerung an die Fusswaschung Jesu einander vor dem Essen achtsam die Füße und salben sie. Dies ist ein Zeichen der Zuwendung und der Wertschätzung. (Die Bibel, Johannesevangelium, Kapitel 13)
- Wir backen am Hohen Donnerstag miteinander ein Brot, das wir zusammen in Erinnerung an das letzte Abendmahl Jesu zu Abend essen und trinken dazu Traubensaft. (Die Bibel, Lukasevangelium, Kapitel 22)





**Gott,**

**traurig und wütend war ich schon oft.  
Meine «Gschpändli» haben mich im Stich gelassen.**

**Ich wurde ausgelacht, enttäuscht und verlassen.**

**Dann ist es gut, Trauer und Wut rauszulassen.**

**Dann ist es gut, in den Arm genommen zu werden.**

**Dann ist es gut, dass du da bist.**

**Amen.**