

Andacht am Kreuz am Karfreitag für zuhause:

Vorbereitung: Ich suche mir zuvor (vielleicht bei einem Spaziergang) zwei Äste oder Stöcke, die ich mit einer festen Schnur zu einem Kreuz binde. Ich lege Papierstreifen bereit und einen Stift.

- * Also hat Gott die Welt geliebt, dass er seinen eingeborenen Sohn gab, damit alle, die an ihn glauben nicht verloren werden, sondern das ewige Leben haben. (Joh 3,16)
- * Gebet:
Jesus, hier bin ich und ich will mir jetzt vor Augen halten, was du für mich getan hast, als du den Weg ans Kreuz gegangen bist – allein, verachtet und geschmäht. Du hast das alles ertragen und dabei auch an mich gedacht. Öffne mir neu die Augen für deine Liebe und deine unendliche Gnade. Ich will mein Herz ganz weit machen, dass sie in mich hineinfließen kann.
- * Markus 15,33-41
- * Ich nehme die Papierstreifen zur Hand und schreibe meine Golgatha-Momente darauf – Momente der Verlassenheit und Gottferne, Momente der Verzweiflung, des Fragens und des Schmerzes. Ich erinnere mich an diese Momente und binde dann die Streifen ans Kreuz und werde gewahr: Gott wird erfahrbar im Gekreuzigten der in der dunkelsten aller Nächte festhält am Vater im Himmel, dem er sich verbunden weiß: Mein Gott, mein Gott - in meiner größten Not rufe ich zu dir und weiß mich gehört!
- * „In deine Hände, Vater, befehle ich meinen Geist.“
(Diesen Vers gibt es auch als Taizélied auf Englisch: Into your hands, o Father, I now commend my spirit. Into your hands, o Father, I now commend my spirit.)
- * Markus 15,42-47
- * Nun nehme ich das Kreuz und wickle es in ein (Leinen-) Tuch. Ich kann es auch symbolisch ins Grab legen - an einem Ort mit Steinen bedecken. Damit lege ich auch einen Teil meiner Verwundung mit ins Grab und versuche dabei den Schmerz, den Groll, die Wut, die Ohnmacht mit dem Kreuz loszulassen. Im persönlichen Gebet bitte ich Gott, auf den sich Jesus im Leiden und in seiner Todesstunde verlassen hat, dass er in mir mit seiner Auferstehungskraft wirkt.
- * Alles Gelingen: in deine Fülle.
In dein Erbarmen: meine Grenzen.
Und meine Sehnsucht: in deinen Frieden.
In deine Hände gebe ich mich.
All meine Freude: in deine Schönheit.

In deinen Abgrund: meine Klagen.
Und meine Hoffnung: in deine Treue.
In deine Hände gebe ich mich.
Alle meine Wege: in deine Weite.
In deine Schatten: meine Schwachheit.
Und meine Fragen: in dein Geheimnis.
In deine Hände gebe ich mich.
(Stundengebet aus der Benediktinerinnenabteil Burg Dinklage)

- * Ich verweile noch einen Moment in Gedanken am Grab und mache mir bewusst: In diesem Grab fängt Gott sein unglaubliches Wunder der Erneuerung an. Hier Im Dunkel der Todeskammer baut sich eine göttliche Kraft auf, die jedes Grab, jede irdische Fessel sprengen und neues, kräftiges Leben spenden wird.
- * Ich beschließe diese Andacht mit Worten – gesungen oder gesprochen – des Taizéliedes: „Im Dunkel unsrer Nacht entzünde das Feuer, das nie mehr erlischt, das niemals mehr erlischt. Im Dunkel unsrer entzünde das Feuer, das nie mehr erlischt, das niemals mehr erlischt.“
- * Amen.

Fortsetzung an Ostern: Ich enthülle das Kreuz, das ich Freitag in ein Tuch gewickelt und "begraben" habe. Ich nehme bunte Bänder oder Papierstreifen zur Hand und hänge sie an die Balken des Kreuzes. Jedes bunte Band erzählt von einem Moment, einem Erleben das mich aufgerichtet, befreit, beglückt ... hat. Ich lasse mir Zeit für diese Erinnerungen, für diese Auferstehungsmomente.