



# Extremer Kreuzweg Zermatt 2023

Kirche des 21. Jahrhunderts



## Kirche des 21. Jahrhunderts

Ich habe lange über das Phänomen der ersten Christen nachgedacht. Sie hatten weder Kirchen, Medien, Universitäten, gebildete Priester noch Geld, und doch wuchs ihre Zahl ständig. Heute haben wir all dies, und dennoch werden wir immer weniger. Schliesslich erschloss sich mir, was ihr Geheimnis war: Die ersten Christen waren dank der Gnade Gottes so tolle Leute, dass die anderen mit ihnen Zeit verbringen und wie sie sein wollten. Die Stärke der ersten Christen lag in ihrer Persönlichkeit, wer und wie sie waren, anziehende, tolle Menschen.

Das Wort „toll“ ist hier besonders wichtig. Es ist wie mit einem hervorragenden Film: ich habe ihn gesehen, er hat mir gefallen, und ich hatte eine tolle Zeit. Ein toller Mensch ist jemand, mit dem wir gerne Zeit verbringen möchten. Wir wollen mit ihm zusammen sein.

Das brauchen wir als Kirche des 21. Jahrhunderts. Durch Gott müssen wir zu tollen Menschen werden. So toll, dass andere mit uns ihre Zeit verbringen wollen. Und dass sie so sein wollen wie wir. Dann werden sich unsere Kirchen füllen.

Die Kirche des 21. Jahrhunderts ist eine Kirche toller Menschen – Menschen, die so nicht geboren, sondern so geworden sind. Durch ihre Wandlung erwuchs aus ihren Schwächen eine Kraft, die sie zu tollen Menschen machte.

Der Extreme Kreuzweg ist ein Kreuzweg der Schwächen, der Überwindung von Schwierigkeiten und der eigenen Grenzen und Beschränkungen, um zu einem tollen Menschen zu werden. Dieser Weg wird von Mühen und dem Extremen geprägt. Jesus sagt: „Denn wer sein Leben retten will, wird es verlieren; wer aber sein Leben um meinetwillen verliert, der wird es retten.“ (Lk 9, 24).

Dies ist der Weg der Wende. Indem man die eigene Komfortzone verlässt, kann man eine andere Welt entdecken. Man kann sein Lebenskonzept neu gestalten. Es ist der Weg eines schönen Lebens! Indem man sich selbst verändert, kann man beginnen, außergewöhnlich zu leben – das wird die anderen begeistern.

Oder wie Jesus sagt, es geht darum, das Leben in ganzer Fülle zu finden. Dafür ist der Extreme Kreuzweg da. Jesus sagte: „Ich bin die Tür; wer durch mich hineingeht, wird gerettet werden; er wird ein- und ausgehen und Weide finden. Der Dieb kommt nur, um zu stehlen, zu schlachten und zu vernichten; ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben.“ (Jh 10, 9-11)

Der Extreme Kreuzweg ist also eine Tür. Wenn wir eintreten, finden wir Leben in seiner ganzen Fülle.



## 1. Station - Jesus wird zum Tode verurteilt

Ungeachtet dessen, wie viele gute Taten wir im Leben hervorbringen, es findet sich immer jemand, der aus uns ein Opfer machen möchte. Man weiß nicht wieso, aber gute Menschen gehen schlechten Menschen auf die Nerven. Das muss man immer im Hinterkopf haben. Man muss darauf gefasst sein. Jesus wurde verurteilt, obwohl er niemandem etwas Böses getan hatte.

### Lukas' Erzählung

Ich habe mich einmal mit meiner Ehefrau gestritten. Es ging darum, dass sie Briefmarken für ihre Briefmarkensammlung gekauft hatte. Ich habe dies entsprechend kommentiert, worauf es zum Streit kam. Zunächst diskutierten und argumentierten wir noch: „Ich habe Recht!“, „Nein, ich habe Recht“. Auf dem Höhepunkt unseres Zorns angelangt entschlossen wir uns, uns zurückzuziehen, damit jeder für sich seine Emotionen einen Augenblick lang abkühlen lassen kann.

Wir haben die Regel, dass wir alle Missverständnisse bis zu Ende diskutieren. Wir nehmen uns dafür die notwendige Zeit, auch wenn es länger dauern kann. Es ist schwierig, jedoch muss man zu allererst seinen eigenen Ärger überwinden können, der da sagt: „Wie konnte sie bloß! Ich habe doch Recht!“ Wir haben uns dann ein zweites Mal getroffen. Zunächst sprach die eine Partei, die andere hörte zu. Danach sprach die zweite Partei, und die erste hörte zu. Schließlich gelangten wir Schritt für Schritt zum Ursprung unseres Missverständnisses. Diese Methode brachte uns über die Jahre einander näher. Da wir uns lieben, sind wir bereit, uns alle Zeit zu nehmen, die erforderlich ist, um der Ursache unserer Meinungsverschiedenheit auf den Grund zu gehen. Solche Gespräche sind überaus kreativ, denn die Quelle des Streits liegt in der Regel ganz wo anders, als es zunächst scheint. Jede Entdeckung, die wir nach einem Streit machen, bildet eine große Chance, sich für die andere Person zu verändern.

### Zusammenfassend:

Christen sind Menschen des Friedens. Sie erheben keine Anschuldigungen, sondern suchen Verständnis. Sie beurteilen andere nicht, sondern versuchen, ihnen zu begegnen.

*Jesus, erbarme Dich unser.*

## 2. Station – Jesus nimmt das Kreuz auf seine Schultern

Manchmal haben wir ein unbewusstes Verlangen nach Bequemlichkeit. Und sobald wir es uns bequem gemacht haben, überkommt uns Faulheit, gefolgt schließlich von der Frage, was wir hier machen, und ob unser Leben überhaupt einen Sinn hat. Das Leben wird nämlich dann sinnvoll, wenn wir etwas Wertvolles und Befriedigendes unternehmen und nicht dann, wenn wir einfach nur herumliegen. Herausforderungen anzunehmen, verschafft uns Freude. Faulheit führt dagegen zu Trägheit. Jesus hat Herausforderungen nicht gescheut. Er nahm sein Kreuz an.



#### Oskars Erzählung

Einst habe ich für mich den Weg des Dienens gewählt. Ich bin Arzt und habe mehrmals den Wohnort gewechselt, weil ich in unterschiedlichen Spitälern arbeitete. Während der ersten zwei Wochen meines Aufenthalts an einem neuen Ort sprach ich jeweils den örtlichen Pfarrer oder Kaplan an und bot ihm meine Hilfe an. Ich hatte keine fertigen Lösungen, sondern agierte entsprechend der Bedürfnisse: Ich assistierte bei der Hl. Messe, schulte Kandidaten für die Firmung, half bei der Spende der hl. Kommunion. Nach einem längeren Auslandsaufenthalt kehrte ich nach Polen zurück und ließ mich in einer kleinen Ortschaft nieder. Auch hier bot ich meinen Dienst an. Ich übernahm die Aufgabe, eine Gruppe für den liturgischen Dienst auszubilden, die aus elf Jungen und einem Mädchen bestand. Ich hatte diese Personen zuvor im Einsatz gesehen – sie brachten viel Begeisterung, jedoch wenig Geschick mit. Deshalb war ich anfangs von dieser Aufgabe nicht überzeugt, besonders, weil ich schon größere und wichtigere Aufgaben übernommen hatte. Dennoch entschloss ich mich, zu einem Treffen zu gehen. Und hier habe ich mich überzeugen lassen. Ich fragte sie: „Wieso dient jeder von euch anders, steht anders, hält die Hände anders, erfüllt den Dienst anders?“ Ich bekam folgendes zur Antwort: „Woher sollen wir wissen, wie wir es machen sollen, wenn uns dies niemand beigebracht hat?“ Mein zweifelndes Herz brach entzwei, sie waren wie Schafe, die keinen Hirten haben (siehe Mk 6,34). Ich habe mich voller Hingabe dieser Aufgabe gewidmet. Ich habe jede Woche viele Stunden lang das gelehrt, was der Reihe nach zu tun ist, und vor allem wieso es getan werden muss. Wir haben eine Beziehung aufgebaut, indem wir Fußball spielten, Ausflüge unternahmen, in die Berge fuhren oder Schneeballschlachten ausfochten. Es war großartig zu sehen, wie sie Wissen aufnehmen, neue Fähigkeiten erwerben und sich entwickeln. Zum Schluss mussten alle eine theoretische und praktische Prüfung ablegen. Die Anforderungen waren hoch und die Befriedigung nach der bestandenen Prüfung noch grösser.

Nach der eigentlichen Ausbildung kam die Zeit für Diskussionen über Gott, Religion und verschiedene schwierige Situationen. Im Laufe der Zeit begannen die Schutzbefohlenen, meine Pflichten zu übernehmen. Heute organisieren sie Schulungen, Pfarrzeremonien und Wohltätigkeitsaktionen. Es ist eine Gruppe wunderbarer junger Menschen, die auch zurechtkommen, wenn sie auf sich allein gestellt sind. Sie werben an, schulen und entwickeln sich. Mir sind enge Beziehungen zu Menschen geblieben, auf die ich bei der Umsetzung neuer, ehrgeiziger Projekte zählen kann.

Zusammenfassend:

Christen sind Menschen der Tat. Sie müssen nicht zur Arbeit ermutigt werden. Es ist einfach natürlich: wer betet, besitzt auch eine Motivation zum Dienst.

*Jesus, erbarme Dich unser.*

### **3. Station – Jesus fällt zum ersten Mal unter dem Kreuz**



Nur der, der nichts tut, fällt nicht und macht keine Fehler. Wer Herausforderungen annimmt, Versuche unternimmt, kann vieles lernen. Übung macht den Meister – das ist das Grundprinzip der Entwicklung. Man muss Versuche unternehmen. Jesus erklimmt mit dem schweren Kreuz Golgatha. Man geht Ihm nicht zur Hand. Trotz Schwäche hat er Kraft in sich.

#### Katharinas Erzählung

Körperliche Betätigung hat mich nie interessiert, mir war auch nicht wichtig, sportlich zu sein. Ich konnte mich immer derart kleiden, dass „Schwächen“ meiner Figur möglichst gut kaschiert wurden. Mein Mann sah das anders: Gesundheit und körperliche Fitness waren und sind ihm sehr wichtig. Bevor wir einmal miteinander ausgingen, hatten wir Diskussionen hinsichtlich meines Aussehens und meiner körperlichen Fitness. Ich konterte, dass ich nicht so schlecht aussähe, und dass ich manchmal spazieren oder ins Fitness gehen würde, weshalb es sich nicht lohne, zu motzen. Er hätte es schlimmer treffen können! Er gab jedoch nicht nach und machte mir Vorhalte. Dann aber begann er, eine andere Strategie zu verfolgen, die mich schließlich überzeugte: Er fing an, noch strenger seine regelmäßigen Trainings einzuhalten, die Ernährung anzupassen und die Trainingsergebnisse zu analysieren, wobei er mir letztere regelmässig mitteilte. Ferner sagte er mir immer wieder, dass er wirklich wolle, dass seine Frau wohlgeformt, gesund und sportlich sei.

Schließlich begann ich, selber zu trainieren. Ich sagte mir, wenn es für ihn so wichtig ist, dann möchte ich mich für ihn ändern. Schliesslich möchte ich ein gesundes Kind zur Welt bringen und ihm so gut wie nur möglich gefallen. Insbesondere möchte ich aber ehrlich zu mir selbst sein und schauen, wie weit ich komme.

Meine Metamorphose dauert immer noch an. Aber jeden Tag sehe ich ihre Auswirkungen, insbesondere im Hinblick auf die Beziehung zu meinem Mann. Und alles, was ich tun musste, war anfangen, zu trainieren.

#### Zusammenfassend:

Christen sind Menschen der Askese. Sie trainieren ihren Körper und ihre Seele. Dadurch werden sie fit und können leichter Probleme anderer auf sich nehmen und ihnen helfen.

*Jesus, erbarme Dich unser.*

#### **4. Station – Jesus begegnet seiner Mutter**

Meistens gehen wir an anderen Menschen vorbei, seltener begegnen wir ihnen. Eine wirkliche Begegnung führt dazu, dass Menschen wichtige Informationen austauschen. Und zwar solche Informationen, die uns bewegen, die wir mittragen und auf uns nehmen können. Deshalb ziehen es viele Leute vor, nichts zu wissen, über nichts zu reden, um nicht die Last anderer tragen zu müssen. Jesus trägt das Kreuz. Maria trägt im Herzen Jesus zusammen mit der Last des Kreuzes.



## Annas Erzählung

Das Leiden unserer Angehörigen wird oft zu unserem Leiden. Es liegt uns viel an ihnen, gleichzeitig aber werden wir hilflos angesichts der Probleme, die sie durchleben. Bis vor kurzem hatte ich nicht den Mut, in die schwierige Welt einer leidenden Person einzutauchen, um sie nicht zu verletzen, keine unangenehmen Emotionen auszulösen oder schmerzhaftes Erinnerungen zu wecken. Und das Leben kann sehr weh tun: Mein Bruder kämpft in einem Krankenhaus um sein Leben und seine Gesundheit, einem Freund ist das Kind gestorben, Bekannte haben einen kranken Sohn zur Welt gebracht, eine mir nahe stehende Person hat alles verloren, was sie im Leben erreicht hatte. Ich habe jede dieser Situationen erlebt, aber ohne auf diejenigen einzugehen, die sie betrafen. Irgendwann erkannte ich, wie egoistisch diese Herangehensweise ist, und wie viele Menschen diese Haltung einnehmen, angeblich um die Emotionen der Betroffenen zu schützen. Tatsächlich habe ich nur mich selbst geschützt und vermieden, mich in eine neue, unvorhersehbare, unbequeme Situation zu begeben.

Welche Folgen hat diese Herangehensweise? Es ist ein Ausharren in einer imaginären Welt, begleitet von einem Schuldgefühl auf der Ebene des Mitgefühls, aus dem nichts resultiert. Und Menschen, die mit ihrem Leiden zu kämpfen haben, bleiben allein, ohne Unterstützung, ohne das Interesse der anderen, und das gerade dann, wenn sie einen mitfühlenden Menschen am Dringendsten brauchen.

Als mir klar wurde, wie hoffnungslos diese meine Herangehensweise ist, entschied ich mich, sie zu ändern. Es fällt mir nicht immer leicht. Ich versuche, mich zu überwinden, und rufe diese Menschen an, treffe und spreche mit ihnen. Ich bemühe mich, zuzuhören, ein gutes Wort zu sagen, zu fragen, was jemand braucht, zu zeigen, wie wertvoll und wichtig für mich die betreffende Person ist. Nur so viel oder gar so viel? Häufig sehe ich Dankbarkeit, manchmal einfach ein positives Überraschtsein. Der eine verspürt Raum für sich und öffnet sich, der andere beginnt Vertrauen zu gewinnen.

Der Hl. Paulus schreibt: „Einer trage des anderen Last; so werdet ihr das Gesetz Christi erfüllen.“ (Gal 6,2). Ich will fremde Probleme mittragen.

Zusammenfassend:

Christen bleiben gegenüber dem Leiden anderer nicht gleichgültig. Sie haben den Mut gerade dann für jemanden da zu sein und Hilfe zu leisten, wenn dieser leidet.

*Jesus, erbarme Dich unser.*

## 5. Station – Simon von Cyrene

Menschen sind es gewohnt, zu klagen. Manchmal sieht es so aus, als ob es alle schwer hätten. Wie sähe jedoch die Welt aus, wenn niemand dem anderen helfen würde? Wenn Menschen ihrer eigenen Lebenslast nicht fremde Probleme hinzufügen würden? Diesmal braucht Jesus Hilfe, und er erhält sie.



Andreas Erzählung:

Vielleicht kennst Du das Gefühl, wenn Deine Beine unter der Last der eigenen Sünden und Unzulänglichkeiten „schwach“ werden. Du fühlst Dich von Schuldgefühlen überwältigt... Ich kenne das. Was ich kürzlich gelernt habe, ist, dass es sinnlos ist, damit alleine fertig werden zu wollen, weil eine zweite Person helfen kann. Ich weiß nicht genau, wann mein Problem begann, aber es dauerte ungefähr ein Jahr. Ich habe eine wunderbare Ehefrau, zwei tolle Kinder und einen Beruf, den ich mag. Dennoch verfiel ich mehr und mehr der Alkoholsucht. Über ein Jahr lang gab es entschieden mehr Tage, an denen ich getrunken habe, als solche ohne Alkohol. Und dabei denke ich nicht an ein Glas Wein oder Bier am Abend. Ich war zwar nicht richtig betrunken, konsumierte aber genug, um ein typisches „Entspannt-Sein“ im Kopf und eine bessere und ausgelassener Stimmung zu erlangen. Anfangs sah ich es als Belohnung, als Maßnahme zur Verbesserung des Wohlbefindens – nach einem harten Arbeitstag brauchte ich doch etwas Entspannung... Ich habe alleine, im Verborgenen getrunken, als alle bereits schliefen... Ich war schlau – meine Frau merkte nicht, dass etwas nicht stimmt. Mit der Zeit brauchte ich eine immer größere Alkoholmenge. Es kam vor, dass ich mehrmals in der Woche morgens aufwachte und die Folgen des in der Nacht konsumierten Alkohols spürte. Mit der Zeit wurde mir bewusst, dass ich die Kontrolle verliere. Als mir klar wurde, dass mein Verhalten nicht normal ist, und dass ich viel riskiere, weil Alkohol nicht nur psychisch, sondern auch physisch abhängig machen kann, entschied ich mich, damit aufzuhören. Leider ohne Erfolg. Drei Monate nach meiner Entscheidung musste ich mir eingestehen, dass ich immer noch nicht vorangekommen war. Ich begann zu begreifen, dass ich damit nicht alleine fertig werden würde. Eines Morgens hinterließ ich meiner Frau einen kurzen Brief, dass ich ein Problem hätte und sie um ein Gespräch bitte. Als ich ihr von allem erzählte, war sie sehr besorgt – sie hegte keinen Groll, nur Traurigkeit. Sie fragte, wie sie mir helfen könne. Wir vereinbarten, dass ich ihr jedes Mal, wenn ich das Bedürfnis zum Trinken verspüren würde, ihr davon berichte. Mit welchem Ergebnis? Seit etwa vier Monaten bin ich nur zwei Mal gefallen... Das Problem ist nahezu sofort verschwunden. Warum? Weil ich dieses nicht für mich behielt, sondern jemandem anvertraute. Ich habe mich nicht getäuscht, dass ich damit nicht alleine fertig werden könnte. Ich habe einen anderen Menschen um Hilfe gebeten. Es war nicht einfach, mir meine eigene Schwäche eingestehen zu müssen. Es ist nie einfach. Man muss mit der Sorge, wie die andere Person darauf reagieren wird, der eigenen Scham fertig werden und Demut zeigen. Wenn wir über den Umgang mit der Sünde sprechen, ist es normalerweise so, dass, wenn Du ein Problem benennst, und Dich an eine vertrauenswürdige Person mit der Bitte um Hilfe wendest, es entschieden einfacher wird, diesen Kampf zu gewinnen. Das ist es wert, denn der Preis ist der Beginn resp. die Rückkehr zu einem schönen Leben.

Vor kurzem wurde mir klar, dass die ganze Zeit, in der ich alleine mit diesem Problem war, an all diesen Abenden, an denen ich unter Alkohol stand, meine Frau und meine Kinder ihre Zeit mit jemand anderem verbrachten, als demjenigen, der ich wirklich bin.

Zusammenfassend:

Christen haben ihre Probleme und Schwächen, sie haben aber auch den Mut, an sich zu arbeiten und einander beizustehen.



*Jesus, erbarme Dich unser.*

## **6. Station – Veronika reicht Jesus das Schweiß Tuch**

Feingefühl, Sensibilität, Aufmerksamkeit – all das, um dem anderen Menschen nahe zu sein. Nicht nur um irgendwelche Angelegenheiten zu erledigen und Banalitäten auszutauschen, sondern mit ihm zu sein. Nahe zu sein.

### Angelikas Erzählung

Ich habe lange in meinem Leben auf die Liebe gewartet. Ich habe sie erwartet, wobei es eigentlich ein passives Warten war. Es sollte einfach so geschehen, ohne mein Zutun. Ich stellte mir vor, dass eines Tages ein außergewöhnlicher Mann in meinem Leben erscheinen würde, der mich gewinnen und verehren würde, und die Welt plötzlich bunt wie ein Regenbogen werden würde. Ich würde glücklich sein. Jahre vergingen und nichts veränderte sich. Endlich merkte ich, dass meine Warterei nutzlos war, und ich änderte deshalb meine Strategie. Ich hatte einen tollen, normalen Kumpel, der mich in all den Jahren unserer Bekanntschaft niemals im Stich gelassen hatte. Ich konnte immer auf ihn zählen und war neugierig, was er über mich dachte. Nur hatte ich bisher nie den Mut aufbringen können, mit ihm darüber zu reden. Ich beschloss dann, ihm zu sagen, dass er für mich wichtig ist, und dass ich ihm sehr vertraue. Und was passierte? Es war ganz und gar nicht so, wie ich es mir vorgestellt hatte, weil ich die Initiative ergreifen und mich zugleich öffnen musste, was mich emotional sehr viel kostete. Es stellte sich jedoch heraus, dass er mich bewundert und mir vertraut. Auf dieser Vertrauensbasis bauten wir dann unsere Liebe und unsere gelungene Ehe auf. Mein Mut zur Offenheit ausserhalb meiner Komfortzone führte dazu, dass ich viel mehr empfing, als ich erhofft hatte, genauso wie Veronika, die mit einer Geste der Liebe gegenüber einer anderen Person reagierte, ohne jegliche Erwartung, und im Gegenzug das Antlitz des Erlösers auf ihr Tuch gedrückt erhielt.

Ich möchte mich heute in der Haltung offener Liebe üben und nach dem Vorbild der Hl. Veronika erkennen, wo und wie ich auf einen anderen Menschen hilfsbereit zugehen kann, ihm zeigen, dass er nicht alleine ist.

Zusammenfassend:

Christen warten nicht darauf, dass jemand sich in sie verliebt, sie lieben selber die anderen.

*Jesus, erbarme Dich unser.*

## **7. Station – Jesus fällt zum zweiten Mal unter dem Kreuz**

Menschen, denen alles gelingt, werden unglücklich – genau deshalb, weil sie alles erreichen und haben. Sie müssen sich keine Mühe geben, es mehrmals zu versuchen. Jene, die an sich arbeiten





müssen, erlangen im Gegenzug mit nicht nachlassender Energie irgendwann ihren verdienten Lohn. Jesus ist mehrmals gefallen. Sein zweiter Fall ist symbolisch und ermahnt uns, es immer wieder aufs Neue zu versuchen.

### Martins Erzählung

Ich erinnere mich daran wie heute: mein erster und letzter unbewusster „Diebstahl“. Ich war zwölf. Es war ein sonniger Sommernachmittag. Meine Kollegen überredeten mich, mit ihnen in ein Geschäft in der Nähe zu gehen, wo man angeblich billig CDs kaufen konnte. Wir betraten zusammen den Laden. Als ich zwischen den Verkaufsregalen stand und nach der ersehnten Ware Ausschau hielt, kam plötzlich ein Kollege zu mir und flüsterte mir zu: „Versteck es!“ Dabei gab er mir die CDs ohne Hülle. Als ich mich weigerte, entgegnete er: „Pass wenigstens auf, dass niemand zuschaut.“ Er versteckte alle CDs in seiner Hose, und wir verliessen den Laden. Sobald wir ausser Sichtweite des Ladens waren, wollte mein Kollege mir die CDs geben. Ich nahm sie aber nicht. Ich wollte sie nicht mehr. Es blieb ein unangenehmes Gefühl zurück, dass ich manipuliert worden war. Und ich schämte mich auch, dass mir der Mut gefehlt hatte, dem Diebstahl offen entgegenzutreten. Die Angst, von meinen Kollegen abgelehnt oder schlecht gemacht zu werden („Bist du etwa ein Scheinheiliger?“), erwies sich als stärker.

Heute schaue ich auf das EK-Armband, das ich bereits das vierte Jahr trage. Darauf befindet sich die Aufschrift: „Es lohnt sich, extrem zu leben.“ Für mich stellt dies keine Ermutigung zu solchen Taten wie meinen „Diebstahl“ dar. Die Aufschrift bedeutet für mich etwas ganz anderes: „Habe keine Angst, fürchte nicht das Urteil der anderen! Falle, aber steh wiederum auf, um Gutes zu tun.“ Heute wiederhole ich dieses Motto immer dann, wenn mich dieselbe Furcht überkommt, die ich damals als Zwölfjähriger hatte. Es sind Situationen auf der Arbeit, wo ich gefragt werde, wo ich meinen Urlaub verbracht hätte, währenddessen ich Exerzitien besuchte. Es ist das geduldige Erklären gegenüber meinen nicht gläubigen Bekannten, worin mein Dienst als Verwalter in der Kirche besteht. Es ist das Zeichen des Kreuzes, das ich vor dem Essen in der Mitarbeiterkantine mache.

Wenn ich auf Jesus und sein Kreuz schaue, lerne ich, dass ich fallen kann, und dass dieser Fall in etwas Gutes verwandelt werden kann. Mut kann Angst besiegen und Treue zu den Werten, die man bekennt, kann stärker sein als die Furcht vor dem Urteil der anderen und ihrer Ablehnung.

Zusammenfassend:

Christen haben ihre Prinzipien und den Mut, sie zu leben.

*Jesus, erbarme Dich unser.*

## 8. Station – Jesus begegnet den weinenden Frauen



Empfindsamkeit ist nicht mit Weinerlichkeit gleichzusetzen. Tränen verschleiern die Wirklichkeit. Der weinende Mensch beschäftigt sich mehr mit seinen Emotionen, als mit dem, was geschehen ist. Man kann sich dem anderen Menschen nahe wähnen, seine Erfahrungen nachempfinden, ihn beweinen, sich aber weigern, ihn zu treffen. Jesus blieb empfindsam gegenüber anderen, auch dann, als er selber sehr gelitten hat.

### Olgas Erzählung

Wenn ich weinende Frauen anschau, sehe ich eine „klagende Gemeinschaft“. Aus irgendeinem Grund ziehen uns „schreckliche“ Geschichten magisch an: jemand ist krank, jemand hat einen Unfall, jemand ist gestorben, jemand hat getötet. Es gibt Emotionen, Klagen darüber, wie hart das Leben ist, und dann folgt Leere. Wie kann ich das Klagen und die Furcht positiv kanalisieren? In die Suche nach dem Gutem und die Sorge um andere.

Ich war einmal im Winter mit Bekannten in den Bergen. Ich habe mir drei Tage lang eine Lawine von Beschwerden angehört: der fehlende Schnee, die verpasste Schlittenfahrt, das geschlossene Hotelschwimmbad, das zu lange gebratene Spiegelei, der zu schwache Kaffee usw. Es ist erstaunlich, wie einfach es ist, einen Grund zum Nörgeln zu finden! Meine Bekannten fuhren mit dem Gefühl, ihre Zeit verschwendet zu haben, und mit negativen Erinnerungen nach Hause.

Während dieser Zeit in den Bergen war ich demgegenüber an Orten, wo es selbstverständlich Schnee hatte, und ich besuchte die warmen Thermen. Zum Frühstück aß ich, wozu ich Lust hatte, ohne das Spiegelei zu nehmen, und trank Tee oder Orangensaft. Insgesamt war es eine sehr gelungene Reise!

Ich frage mich, was an der Lust, sich zu beschweren, so besonders ist, dass wir uns derart davon mitreißen lassen. Es muss etwas Verlockendes an sich haben. Ich beobachte richtiggehende „Gemeinschaften“, die sich um des Klagewillens bilden. Ich durfte für mich feststellen, dass ich selbst entscheide, ob ich einen guten Tag habe, was ich nach dem Aufwachen sehen möchte, ob ich den Moment schätze, Kaffee zu trinken und zu frühstücken, oder eher denke, dass es wieder Montag ist, oder dass ich nichts Schlaues anzuziehen habe. Wenn ich die einfache Regel befolge: „Suche Gutes, anstatt dich zu beklagen.“, geht es mir besser und ich bin glücklicher. Lohnt es sich denn überhaupt, sich zu beklagen?

Zusammenfassend:

Christen beklagen sich nicht. Sie gewinnen jeder Situation und jedem Augenblick etwas Positives ab.

*Jesus, erbarme Dich unser.*

## 9. Station – Jesus fällt zum dritten Mal

Ist es wahr, dass Gott uns keine größere Last beschert, als jene, die wir zu tragen vermögen? Eher nicht. Es gibt Menschen, die von der Last des Lebens erdrückt sterben. Vielmehr prüft uns



das Leben, und wir versuchen, die Last des Lebens zu tragen und immer wieder aufzustehen. Viele Menschen hätten nicht gedacht, dass sie so viel ertragen können...

#### Thomas' Erzählung

Vor etwa drei Jahren machte ich mit Bekannten einen nächtliche Bergtour. Der Gipfel, den wir zu erklimmen gedachten, war nicht allzu hoch. Während des Aufstiegs kam ich an meine Grenzen, physisch wie psychisch. Ich spürte einen grossen Widerwillen gegenüber mir selbst und meinem Körper. Beim Abstieg wurde mir dann klar, dass ich diese Situation nicht länger akzeptieren kann. Ich entschied mich, ein neues verantwortungsbewusstes Leben zu beginnen, alles auf den Kopf zu stellen und niemals mehr in meinen jetzigen Zustand zurückzukehren, der nicht schlimmer hätte sein können als heute.

In der Folge begann ich in meiner Umgebung Ordnung zu machen, um neue Strategien entwickeln zu können. Ich verzichtete auf toxische Bekanntschaften, unnötiges Zeitverlieren, das mich vom Erreichen meiner Ziele abhielt. Ich fing ich an, mir Wissen über Sport und gesunde Ernährung anzueignen. Während meines einjährigen Kampfes im Fitnessstudio und Schwimmbad habe ich dann über 20 kg abgenommen. Zudem habe ich mich in meiner Freizeit bei der Freiwilligenarbeit engagiert und mir dadurch neue Fähigkeiten angeeignet.

#### Zusammenfassend:

Christen murren und meckern nicht, sondern rafften sich auf und nehmen ihr Leben in die Hand.

*Jesus, erbarme Dich unser.*

### **10. Station – Jesus wird seiner Kleider beraubt**

Was bergen wir in uns? Nach außen hin sieht alles blendend aus. In Wirklichkeit ist es jedoch nur Schein. Wir unterscheiden uns nicht allzu sehr voneinander. Wir tragen ein jeder eine Menge Probleme mit uns herum, sind ein Bündel von Gedanken. Und wir müssen damit leben. Jesus hat auf seinem Körper viele Wunden. Als man Ihm die Kleider wegreisst, brechen die eingetrockneten Wunden auf und beginnen von Neuem zu bluten. Jesus ist eine einzige große Wunde.

#### Annas Erzählung

Ich bin – zugegeben – durchschnittlich, und ich war des Öfteren völlig verloren, verzweifelt, tief in Apathie versunken, aufmüppig und wütend. Wenn ich meine Fähigkeiten betrachte, bin ich Mittelmass, meine Emotionen häufig unstet. In meiner Kindheit haben mich meine Eltern aufgrund meiner Entwicklungsschwierigkeiten einhergehend mit Minderwertigkeitsgefühlen oft bei den Hausaufgaben unterstützen müssen. Ich hatte grosse Mühe, das zu akzeptieren, konnte aber meine negativen Emotionen nicht überwinden und aktiv dagegen ankämpfen. Das Aufeinanderprallen meiner angeborenen Charaktereigenschaften mit den Herausforderungen in meinem Umfeld endete schliesslich in Selbstverachtung.



Mehrere Ereignisse halfen mir dann, wieder ins Gleichgewicht zu kommen. Eines von ihnen ist mit einer Zeit großer Schmerzen, Trauer und Einsamkeit verbunden. Ich war sehr jung. An einem nebligen Morgen stand ich am Ufer der Weichsel. Um mich herum gab es niemanden und ich fühlte mit ganzer Kraft, dass ich nie wieder zum Leben zurückkehren würde, und dass nur noch ein Schritt bis zum Ende meines Lebens fehlt. Ich stand da, unfähig zu weinen. Plötzlich durchzuckte mich eine schrille Erkenntnis. Ich dachte rational, dass nichts passieren würde, wenn Menschen meine Mittelmäßigkeit, meine Schwächen, meinen «Dreck» sehen würden. Und ich ging mit letzter Kraft, wie betäubt weg. Die nachfolgenden Ereignisse ermöglichten mir dann, wieder vollständig gesund zu werden...

Damals wie heute begleitet mich seit jenem Tag die Überzeugung, dass das, was mir ermöglicht hat, jene dunklen Tage zu überstehen, das Bewusstsein der Liebe Gottes war -nicht einmal die Liebe meiner Eltern hatte das vermocht. Selbst damals, als ich nichts fühlen konnte, rief Gott sich mir in Erinnerung und ermahnte mich. Seit jenem Ereignis an der Weichsel hat sich mein Selbstbild verändert, wobei ich mich so sehe, wie ich in Seinen Augen bin. Ich akzeptiere die Wahrheit, auch die schmerzliche, vor allem aber die Wahrheit über die Liebe. Dadurch kann ich Freude empfinden, lieben und geliebt werden.

Zusammenfassend:

Christen sind in Gottes Liebe versunken. Dadurch werden ihre Wunden geheilt.

*Jesus, erbarme Dich unser.*

## **11. Station – Jesus wird ans Kreuz genagelt**

Stell Dir vor, wie Du da liegst - wie ein Holzklötzchen. Du bist wie gelähmt, möchtest aufstehen, kannst es aber nicht. Was kannst Du da noch tun? Das ist eine unglaubliche Meditation: sich den Sinn des Lebens vorzustellen, wenn nichts mehr geht. Es bleiben nur der Wille und das Herz. Man kann lieben. Vielleicht jetzt, ans Kreuz genagelt, liebt Jesus noch mehr...

Thomas' Erzählung

Mein Vater hat mich in meinem Leben nichts gelehrt und hat mich nicht unterstützt. Im Gegenteil: er stützte mich durch seinen fehlenden Glauben an mich und seine Verachtung meine Flügel. Ich hatte mit ihm keinerlei Beziehung. Ich verfügte deshalb über keine gesunde männliche Identität. Es fehlten mir die typischen männlichen handwerklichen und technischen Fähigkeiten, aber insbesondere die Überzeugung, dass ich ein geschickter und gut zurechtkommender Mann bin. Ich hatte genug davon. Ich stand vor der Wahl: ewige Frustration wegen meiner eigenen Schwäche und Wut auf meinen Vater oder ein für alle Mal mit meiner eigenen Schwäche fertig werden. Ich habe das Zweite gewählt. Trotz fehlender Erfahrung entschied ich mich, eigenständig eine umfassende Renovationsarbeiten des Bades durchzuführen. Ich eignete mir das dazu notwendige Wissen und die erforderlichen Fähigkeiten an und erreichte schliesslich mein Ziel. Im Zuge der Renovationsarbeiten entdeckte ich, dass meine Frustration



und Wut gegenüber meinem Vater proportional zu meinen wachsenden Kompetenzen und dem damit einhergehenden steigenden Selbstvertrauen abnahmen. Gleichzeitig änderte sich auch die Einstellung meines Vaters mir gegenüber diametral. Überrascht von meinen Fähigkeiten begann er, mich ebenbürtig und mit Respekt zu behandeln.

Zusammenfassend:

Christen geben nicht die Schuld den anderen, sondern übernehmen Verantwortung für ihr Leben.

*Jesus, erbarme Dich unser.*

## 12. Station – Jesus stirbt am Kreuz

Sterben ist normal. Alle werden wir sterben. Wir haben Angst vor dem Sterben, obwohl wir wissen, was uns erwartet. Es lohnt sich deshalb abzusterben, um sich an das Sterben zu gewöhnen. Dies bedeutet, sich das alte Leben abzustreifen und ein neues zu finden. Jesus ist am Kreuz nicht gestorben. Im Sterben ist er auferstanden.

Davids Erzählung

Vor sechs Jahren haben meine Eltern entschieden, sich zu trennen. Nach dreißig Jahren Zusammenleben?! Für mich, einen erwachsenen Mann, war das ein Schock. Ich wollte es nicht akzeptieren. Es kam zu gegenseitigen Anschuldigungen der Eltern, immer mehr Lügen sowie auch Beleidigungen des Vaters in meine Richtung, ich sei ein Parasit. Ich stritt mit meinem Vater, beschuldigte ihn... Schließlich haben wir aufgehört miteinander zu sprechen. Mein Vater ging soweit, dass er behauptete, ich sei gar nicht von ihm... Was war aus unserer gottesfürchtigen Familie geworden? Wir gingen doch jeden Sonntag gemeinsam zur Messe? Vor zwei Jahren, bei meinem ersten Extremen Kreuzweg, habe ich meine Verantwortlichkeit für diese ganze eingetretene Situation gespürt. Ich habe verstanden, dass ich um meinen Vater kämpfen muss. Ich habe gebetet. Ich kämpfte mit den anderen Kreuzwegteilnehmern um jeden Schritt – so wie Jesus kämpfte, als er das Kreuz nach Golgatha mit sich trug. Jesus bewirkte auch, dass plötzlich all das, was war, für mich keine Bedeutung mehr hatte. Vergebung! Ein Zauberwort, das Türen öffnet. Aber um meinem Vater zu vergeben, musste ich zunächst um seine Vergebung bitten! Auf meinen Knien, weinend wie ein kleines Kind bat ich ihn um Vergebung. Alles loslassend fühlte ich mich, als ob ich sterben würde.

Mein Leben hat sich verändert. Ich habe verstanden, was das wirkliche Leben ist – das Leben mit Jesus. Ich habe verstanden, was Sein Tod am Kreuz und Sein Sieg über den Tod bedeuten. Ich habe mich verändert. Ich habe begriffen, dass man sterben muss, um etwas zu verändern. Die Kirche des 21. Jahrhunderts umfasst Veränderungen, die nur dann eintreten werden, wenn unser altes Ich sterben wird. Ich soll anderen helfen, den Weg von Jesus, den Weg zum neuen Selbst zu finden. Ich versuche bewusst mit Jesus, zu einem neuen Ehemann, Vater und... Sohn



zu werden. Jesus, hilf mir, Verantwortung für andere Menschen zu übernehmen, um selbst wirklich zu leben!

Zusammenfassend:

Christen sterben ab, um ein neues Leben zu finden.

*Jesus, erbarme Dich unser.*

### **13. Station – Jesus wird vom Kreuz abgenommen**

Lebloser Körper, begrabene Hoffnungen. Diejenigen, die lieben, lieben und halten weiterhin den Körper Jesu in ihren Armen. Wie groß kann die Liebe sein, wenn aus Verzweiflung Hoffnung entsteht.

Sophias Erzählung

Raphael starb im Alter von zwanzig Jahren an Krebs oder vielmehr an einer Lungenentzündung. Wenn ich mich heute an diese Zeit erinnere, ist das Auffälligste daran, dass er bis zum Ende fröhlich war und ständig anandere, anstatt sich selbst, dachte. Als seine Kräfte ihn verließen und er das Gefühl hatte, dass er bald sterben würde, verschickte er eine SMS, in der er seine ganze Liebe und Sorge um die Menschen, die er verlassen würde, festhielt: „Weine nicht, dass etwas zu Ende geht, freue Dich, dass es Dir zugestoßen ist“. Er konnte sich der Wut, Trauer, Verzweiflung hingeben... Er hatte viele Pläne, Träume, die nie verwirklicht werden würden. Und dennoch schaute er ohne Furcht in die Zukunft. Bis zu seinem Ende pflegte er enge Beziehungen zu den Menschen. Seine Nächsten waren ihm wichtiger als der Schmerz und die Furcht. Trotz seiner zwanzig Lebensjahre wusste Raphael wunderschön zu leben und genauso zu sterben. Einige Jahre später bildete das, was er vorgelebt hatte, einen Katalysator der Wandlung in meinem Leben.

Zusammenfassend:

Christen können wunderschön leben, auch dann, wenn sie sterben.

*Jesus, erbarme Dich unser.*

### **14. Station – Der heilige Leichnam Jesu wird ins Grab gelegt**

Das Grab Jesu ist ein ungewöhnlicher Ort. Die Heilige Schrift berichtet, dass Jesus aus dem Grab gestiegen sei und ein anderes Mal, dass Gott ihn von den Toten auferweckt habe. Ist Er nun alleine auferstanden oder wurde Er vom Vater auferweckt? Vielleicht waren es beide Kräfte auf einmal? Wie die zwei Pole eines Magneten. Jesus liebt den Vater und es zieht Ihn zu Ihm hin. Und der Vater liebt den Sohn und möchte mit Ihm zusammen sein. Diese Kraft der gegenseitigen Anziehung bildete die AUFERSTEHUNG.



### Karins Erzählung

Das wichtigste für uns war die Trauung – nicht die Blumen, das Auto oder das Essen. Wir sorgten bei der Vorbereitung für jedes kleinste Detail. Es gab den vollen liturgischen Dienst, den feierlichen Einzug mit Gaben, das umfassende Fürbittgebet, Lieder, Anbetung nach der Kommunion. Dies alles haben unsere Freunde, die wir in der Kirche kennengelernt hatten, vorbereitet. Durch all diese kleinen Gesten fühlten wir uns wie zu Hause. Unsere Herzen wurden von Schönheit, Ruhe und Freude erfüllt. Es ist gut, Freunde in der Kirche zu haben, die mit uns dieselben Werte teilen. Unsere schöne Hochzeit war das Ergebnis meiner Strategie, die ich verfolgte, als ich der Gemeinschaft beitrug. Ich wollte nicht ein weiteres Mal still in der Ecke sitzen, bis jemand meine Talente entdeckt. Ich wusste, wozu ich fähig bin, und wollte andere daran teilhaben lassen, weshalb ich die Leitung der Gebetsgruppe und der Choralschola übernahm, die zu den Sonntagsmessen sang. Ich brauchte nicht lange auf die Erträge meines Engagements zu warten. Nicht nur, dass ich selber Raum bekommen habe, zu lernen und mich weiterzuentwickeln, ich habe auch andere zur Veränderung inspiriert! Diesen Mut, aktiv zu werden, übertrug ich auf andere Bereiche in meinem Leben, und ich kann die Früchte meines Handelns bis zum heutigen Tage ernten. Alles, was ich durch meinen Einsatz in der Gemeinschaft gelernt habe, übertrug ich auf unsere Ehe. Das Gemeinschaftsgebet wandelte ich ins Ehegebet um, die Diskussion über wichtige Themen in den Eheialog und die Verantwortung für die Gruppe in die Verantwortung für die Familie. Ohne die Mitgestaltung und Entwicklung in der Gemeinschaft wüsste ich nicht, wie ich mein privates Leben gestalten sollte. Je mehr ich gab, desto mehr habe ich für mich selbst bekommen. Es ist eine einfache Gleichung.

Zusammenfassend:

Christen bilden eine Gemeinschaft...sie verschenken sich und werden dabei selbst beschenkt.

*Jesus, erbarme Dich unser.*

### **15. Station – Das Wunder**

Christen haben das Glück, dass sie mit Gott zusammen leben können. Dadurch haben sie mehr Kraft und Weisheit. Dadurch können in ihrem Leben Wunder geschehen. Dadurch werden sie so toll, dass andere mit ihnen sein wollen. Bete an dieser Station, dass Wunder in Deinem Leben geschehen.

### Marius' Erzählung

Wir haben 2006 geheiratet. Nicht sofort dachten wir über Kinder nach. Wir führten ein interessantes gesellschaftliches Leben und hatten viele Bekannte. Als um uns herum immer mehr Kinder geboren wurden, wurden wir häufig gefragt, wann es denn für uns so weit sein werde.



Zunächst begann alles ganz langsam: die ersten Untersuchungen und Behandlungsvorschläge, später noch mehr Untersuchungen, starke Hormonmedikamente und ein allmonatliches Auf und Ab des Erwartens und der Enttäuschung. Später kamen immer weitere, moralisch zweifelhafte Behandlungsverfahren dazu bis hin zur In-vitro-Fertilisation. Zweimaliger Verlust eines kleinen Engels und damit einhergehend der Absturz. Moralischer Fall, Verlust von Beziehungen, Verlust von Hoffnungen, Frustration, Wut, Hilflosigkeit...Es blieben der Glaube und die Liebe. Die Liebe ließ unsere Ehebeziehung am Leben. Der Glaube bewirkte eine größere Öffnung demgegenüber, was Menschen erzählen, die der Herr uns auf unseren Lebensweg schickt. Erneut keimte Hoffnung auf. Es stellte sich heraus, dass es Ärzte gibt, die Behandlungen in Berücksichtigung der Grundsätze des christlichen Glaubens durchführen. Es gingen Ruhe und volles Vertrauen in Jesus mit einher. Schließlich folgte die Erfahrung der Gegenwart Gottes im eucharistischen Wunder. Neun Monate später wurde am 13. Mai 2014, am Jahrestag der Fatima-Erscheinungen, Matthäus geboren. 2018 vervollständigte Lukas unsere Familie.

Zusammenfassend:

Christen sind Menschen der Wunder. Jetzt ist die Zeit für Dein Gebet um ein Wunder. Bete, damit Du selbst wunderbar wirst.