

**TIPP!**

Auf Tablet lesen  
oder ausdrucken als  
„Broschüre“.

# KARFREITAG

**Ein Rucksackkreuzweg  
für Familien**

**diözese würzburg**  
Kirche für die Menschen

### Rucksack-Kreuzweg für Familien

Die Ehe- und Familienseelsorge Würzburg lädt Sie herzlich zu einem Familienkreuzweg am Karfreitag ein. Machen Sie sich als Familie miteinander auf den Weg. Vielleicht können Sie zu einem Feldkreuz oder Bildstock laufen. Oder es gibt in Ihrer Gemeinde einen Kreuzweg mit Darstellungen der Kreuzwegstationen. Unterwegs machen Sie an verschiedenen Stationen kurz Halt und nehmen ihr eigenes Leben in den Blick.

Warum beten wir auch heute noch den Kreuzweg? Wir lesen in der Bibel, dass Jesus Christus gelitten hat, gestorben und am dritten Tag nach seinem Tod auferstanden ist. Wenn wir die Kreuzwegstationen anschauen, bemerken wir: Das, was damals Jesus passiert ist, geschieht auch heute noch den Menschen, manchmal auch uns selbst – Menschen haben Angst, werden ungerecht verurteilt oder werden ausgelacht und misshandelt. Das Beten des Kreuzweges gibt uns die Möglichkeit, unser eigenes Leben anzuschauen und vor Gott zu bringen.

Der Freitag vor Ostern heißt Karfreitag. „Kara“ ist das alte Wort für Trauer, Klage. Denn der Karfreitag ist der Tag der Trauer über den Tod Jesu am Kreuz. Das Kreuz ist das Zeichen der Christen.

Der Karfreitag ist ein stiller und ernster Tag. Wir hören vom Leidensweg und der Kreuzigung Jesu und denken auch an all die Menschen, die heute leiden müssen.

### **Wir machen uns auf den Weg**

*Alle Familienmitglieder sollten einen Rucksack dabei haben. Außerdem brauchen Sie pro Person fünf Steine.*

### **Einführung**

Wir wollen heute am Karfreitag miteinander den Kreuzweg Jesu mitgehen. Wir wollen dabei auch darüber nachdenken, was unser eigenes Leben belastet und schwer macht. Wenn wir in seinem Gedenken unterwegs sind, glauben wir, dass Jesus bei uns ist. Er geht unseren Lebensweg mit.

Wir haben alle einen Rucksack dabei. Sucht euch fünf Steine, die ihr in euren Rucksack packen könnt. Wir wollen diese Steine mit auf den Weg nehmen.

Einen Stein nehmen wir in die Hand. Wir spüren, wie er sich anfühlt und erzählen: hart, kalt, schwer ... In unserem Leben gibt es manches, was uns das Herz schwer macht, was uns belastet. Manches werden wir nicht so ohne Weiteres los. Wir tragen es in unserem alltäglichen Leben mit. Es beschwert uns und lässt uns nicht froh und unbeschwert leben. Daran erinnern heute diese Steine, die wir mit uns mittragen.



Foto: [unsplash.com](https://unsplash.com)

## KARFREITAG

*Alle packen fünf Steine ein. (Evtl. Plastiktüten verwenden, wenn die Steine zu schmutzig sind.)*

Wir spüren die Last der Steine auf unserem Rücken. Bei jeder Station denken wir an etwas, was uns belastet. Und dann wollen wir jeweils einen Stein ablegen und Gott bitten, dass er uns befreit von dem, was uns das Leben schwer macht.

### **Kreuzzeichen**

Wir machen uns auf den Weg und beginnen im Zeichen des Kreuzes: + Im Namen des Vaters, und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.



Foto: pixabay.de

## ANGST

*Wir suchen einen ruhigen Platz, wo wir stehen bleiben können.*

### **Kreuzwegstation**

Wir hören von Jesus: Gerade noch hat Jesus im Kreis seiner Jünger das Abendmahl gefeiert. Jetzt ist er allein im Garten Getsemane. Seine Freunde schlafen. Seine Feinde werden bald kommen, um ihn gefangen zu nehmen. Er hat Angst, große Angst. Aber er vertraut auf Gott. Er betet. Er betet von ganzem Herzen zu Gott, seinem Vater. Ein Engel kommt und stärkt ihn. Gott lässt Jesus nicht im Stich. Er ist da. Trotzdem ist es schwer.

### **Impuls**

Auch ich habe oft Angst: Angst, jemanden zu verlieren. Angst vor dem Geschimpft-Werden. Angst vor dem Alleinsein. Angst vor dem Ausgelacht-Werden. Angst vor dem Corona-Virus. Wovor habe ich Angst?

Wir denken kurz nach und erzählen uns dann, wovor wir Angst haben.

*Jede\*r nimmt nun einen Stein aus seinem/ ihrem Rucksack und hält ihn in der Hand.*

### **Aktion**

Wir legen unseren Stein vor uns auf dem Boden ab.

### **Gebet**

Die Hände sind jetzt frei. Wir öffnen die Hände:  
Jesus, du bist da. Wir geben dir unsere Angst. Sei du für uns wie der Engel, der uns stärkt und Mut macht.

Bild: Foto: Friedbert Simon / Künstler: Polykarp Uhlein, In: Pfarrbriefservice.de



## **SPOTT**

*Wir suchen einen ruhigen Platz, wo wir stehen bleiben können.*

### **Kreuzwegstation**

Wir hören von Jesus: Pilatus hat Jesus zum Tod verurteilt. Die Soldaten hängen Jesus einen roten Mantel um und setzen ihm eine Krone aus Dornen auf. Sie knien nieder und verehren ihn wie einen König. Sie schlagen ihm mit einem Stock auf den Kopf und verspotten ihn.

### **Impuls**

Manchmal geht es mir wie Jesus. Ich werde ausgelacht, verspottet. Niemand versteht mich.

Manchmal bin ich aber auch wie die Soldaten. Ich mache mich über andere lustig. Ich verspottete andere, weil sie sich nicht wehren. Ich fühle mich mächtig.

Wir halten eine kurze Stille und erzählen uns dann, was uns eingefallen ist.

*Jede\*r nimmt nun einen Stein aus seinem/ ihrem Rucksack und hält ihn in der Hand.*

### **Aktion**

Wir legen unsere Steine wieder vor uns ab.

### **Gebet**

Die Hände sind jetzt frei. Wir öffnen die Hände:

Jesus, du bist da. Du kennst unsere Nöte. Hilf allen, die leiden und traurig sind. Sei denen nahe, die ausgelacht werden. Lass uns erkennen, wenn wir Unrechtes tun. Hilf uns, die Würde und Freiheit des anderen zu achten.

## **BELASTUNG**

*Wir suchen einen ruhigen Platz, wo wir stehen bleiben können.*

### **Kreuzwegstation**

Wir hören von Jesus: Die Soldaten laden Jesus das schwere Kreuz auf die Schultern. Er trägt es selber aus der Stadt hinaus, bis zum so genannten Schädelplatz – Golgota. Das Kreuz ist so schwer. Es drückt ihn nieder. Unterwegs fällt er dreimal unter dem schweren Kreuz hin. Aber er steht immer wieder auf und geht weiter.

### **Impuls**

Wenn mich etwas belastet, sage ich: „Es liegt mir schwer auf der Seele.“ Stress, Noten, Kränkungen, Streit, Krankheit – all das drückt mich nieder. Auch die jetzige Situation in der Pandemie ist immer schwerer auszuhalten.

Was drückt mich nieder? Was belastet mich?

Drücke ich selbst manchmal auch andere nieder?

Wir halten eine kurze Stille und erzählen uns dann, was uns zur Zeit besonders belastet.

*Jede\*r nimmt nun einen Stein aus seinem/ ihrem Rucksack und hält ihn in der Hand.*

### **Aktion**

Wir legen unsere Steine wieder vor uns ab.

### **Gebet**

Die Hände sind jetzt frei. Wir öffnen die Hände:

Jesus, du bist da. Dir dürfen wir all unsere Sorgen, unsere Fehler und Schwächen geben – alles, was uns niederdrückt. Du hilfst uns beim Tragen.



## HILFE

*Wir suchen einen ruhigen Platz, wo wir stehen bleiben können.*

### Kreuzwegstation

Wir hören von Jesus: Simon ist ein Bauer, der auf dem Feld arbeitet. Jesus kommt auf seinem schweren Weg dort vorbei. Die Soldaten zwingen Simon, Jesus zu helfen.

### Impuls

Wir sollen uns nicht gegenseitig runtermachen, sondern helfen und unterstützen. Wenn es mir schlecht geht, ist es immer schön, wenn andere in dieser Zeit für mich da sind.

War ich schon einmal für jemanden eine große Hilfe, eine Stütze?  
Wer hat mir schon einmal geholfen, von dem ich es gar nicht erwartet hätte?

Wir halten eine kurze Stille und erzählen uns, wann uns geholfen wurde oder wir anderen geholfen haben.

*Jede\*r nimmt nun einen Stein aus seinem/ ihrem Rucksack und hält ihn in der Hand.*

### Aktion

Wir legen unsere Steine wieder vor uns ab.

### Gebet

Die Hände sind jetzt frei. Wir öffnen die Hände:  
Jesus, manchmal haben wir keine Lust, anderen beim Tragen ihrer Last zu helfen. Wir denken an die vielen Menschen, die anderen Zeit und Kraft und eine helfende Hand schenken. Jesus, mach auch uns bereit, anderen ihre Last und ihr Leid mitzutragen.

KARFREITAG

Bild: Foto: Friedbert Simon / Künstler: Polykarp Uhlein. In: Pfarrbriefservice.de



## VERLETZUNGEN

*Wir suchen einen ruhigen Platz, wo wir stehen bleiben können.*

### **Kreuzwegstation**

Wir hören von Jesus: Die Soldaten nageln Jesus ans Kreuz. Sie denken nicht darüber nach, welche Schmerzen sie Jesus bereiten. Sie führen den Befehl aus, den sie bekommen haben.

### **Impuls**

Auch ich tue anderen manchmal weh, ohne darüber nachzudenken. Habe ich schon mal gemeine Bemerkungen über andere gemacht? Habe ich den Mut, Nein zu sagen, wenn andere verletzt werden? Waren andere schon mal gemein zu mir? Bin ich schon mal gemobbt worden?

Wir halten eine kurze Stille und erzählen uns, welche Erfahrungen wir gemacht haben.

*Jede\*r nimmt nun einen Stein aus seinem/ ihrem Rucksack und hält ihn in der Hand.*

### **Aktion**

Wir legen unsere Steine wieder vor uns ab.

### **Gebet**

Die Hände sind jetzt frei. Wir öffnen die Hände:  
Jesus, wir sind oft gemein zueinander. Du bist auf der Seite der Schwachen. Lass mich achtsam sein und andere nicht verletzen. Hilf mir, dass auch ich mutig an der Seite der Schwächeren stehe.

## **ABSCHLUSS**

*Wir suchen einen ruhigen Platz, wo wir stehen bleiben können.*

### **Impuls**

Wir stehen nun am Ende unseres Rucksack-Kreuzwegs. Wir haben unsere Verletzungen, unsere Lasten und unsere Ängste vor Jesus abgelegt. Er hilft uns tragen.

Jesus hat das Kreuz auf sich genommen, obwohl es ein sehr schwerer Weg war, den er gehen musste. Gott hat ihn nicht im Stich gelassen. Er hat ihn von den Toten auferweckt. An Ostern feiern wir das. Wir glauben, dass auch wir nach dem Tod zu Gott kommen. Er wird auch uns nicht im Stich lassen.

### **Gebet**

Die Hände sind jetzt frei. Alle sind eingeladen, die Hände zu öffnen: Jesus, dein Kreuz erinnert uns an all das Schwere, das Menschen belastet. Aber du bist auferstanden. Das glauben wir. So ist dein Kreuz ein Kreuz der Hoffnung und des Lebens. Das macht uns froh. Danke, Jesus.

### **Auftrag**

Sucht euch noch einmal einen schönen, glatten Stein. Den könnt Ihr mit nach Hause nehmen und ihn mit einem Osterzeichen, einem Zeichen der Hoffnung und des Lebens bemalen.

## Eine Osterkerze gestalten

Vielleicht habt ihr Lust, selbst eine Osterkerze zu verzieren. Die Osterkerze ist ein Zeichen für Jesus, der den Tod besiegt hat und auf-erstanden ist. Jesus ist das Licht der Welt. Er schenkt den Christen die Hoffnung auf neues Leben. Normalerweise wird die Osterkerze das erste Mal in der Osternacht entzündet.

Ihr braucht dazu:

- eine weiße Stumpenkerze
- Wachsplatten zum Verzieren
- ein kleines Brettchen
- ein kleines Küchenmesser

- Überlegt euch, welche Symbole ihr auf eurer Osterkerze haben wollt. Oft findet man ein Kreuz, die Zeichen A (Alpha) und Ω (Omega) und die Jahreszahl. Aber es gibt auch noch andere Zeichen. (Was diese bedeuten, erklären wir euch auf der nächsten Seite.)
- Aus den Wachsplatten schneidet ihr auf dem Brettchen mit dem Messer die Symbole aus.
- Dann könnt ihr sie auf eurer Kerze anordnen und vorsichtig festdrücken.
- Für die Buchstaben und Zahlen könnt ihr das Wachs zu dünnen Würsten rollen. Daraus kann man dann gut Zahlen oder Buchstaben formen. Diese drückt ihr auch auf der Kerze fest.
- Evtl. könnt ihr noch fünf kleine Wackskügelchen rollen. Diese sollen die fünf Wundmale Jesu symbolisieren und werden oben, unten, rechts, links und in der Mitte auf das Kreuz gedrückt.



Foto: Sr. Jutta Gehrlein / pfarrbriefservie.de

## Welche Zeichen und Symbole findet man auf der Osterkerze? Was bedeuten sie?

**Kreuz:** Das Kreuz erinnert uns daran, dass Jesus zwar am Kreuz gestorben, aber am dritten Tag auferstanden ist. Das Kreuz ist für uns Christen deshalb ein Zeichen der Hoffnung und der Auferstehung.

**A (Alpha) und  $\Omega$  (Omega):** Alpha ist der erste, Omega der letzte Buchstabe im griechischen Alphabet (wie bei uns A und Z). Diese Zeichen erinnern uns daran, dass Gott das Leben in der Welt von Anfang bis Ende in den Händen hält.

**Jahreszahl:** Auch heute in unserer Zeit ist Jesus mitten unter uns.

**Wachsnägel:** Sie sind ein Zeichen für die fünf Wundmale Jesu.

**Christusmonogramm XP:** Dieses Zeichen, auch Chi-Rho genannt, ist ein altes Christussymbol aus urchristlicher Zeit. Die griechischen Buchstaben sind die Abkürzung für „Christus, der Gesalbte“.

**Lamm:** Das Osterlamm erinnert uns daran, dass Jesus für uns gestorben ist.

**Siegesfahne:** Ein Sieger trägt eine Siegesfahne. Jesus hat den Tod besiegt!



**Sonne:** Wie der Sonnenaufgang die Dunkelheit besiegt und neues Licht bringt, so besiegt Jesus die Dunkelheit des Todes.

**Fisch:** Der Fisch war lange Zeit ein Geheimzeichen der Christen. Das griechische Wort für Fisch (Ichthys), ist eine Kurzform des Glaubensbekenntnisses: „Jesus Christus, Sohn Gottes, Erlöser“.

**Baum:** Im Frühling treiben aus dem Holz, das so leblos erscheint, neue Knospen und Blätter aus. Der Baum ist also ein Zeichen für das neue Leben.

**Wasser:** Das Wasser steht für das Leben und die Taufe.



Foto: pixabay.de

Ein Ausmalbild zum Karfreitag

