Karwoche: Kummerwege – Hoffnungswege

**Die Idee:** Von Palmsonntag bis Ostern ist die Kirche allabendlich geöffnet. Es gibt einen Anlass, zu einer bestimmten Zeit in die Kirche zu kommen, eine Andacht, Musik und Text, einen geistlichen Impuls, anschließend bleibt der Raum für weitere ein bis zwei Stunden geöffnet. Stationen im Raum laden zum Verweilen und geistlichen Auftanken ein. Die Kirche ist einladend beleuchtet und geschmückt.

**Einladen:** Menschen kommen vielleicht nicht nur gezielt, sondern lassen sich als Passanten auch spontan einladen, durch offene Türen und warmes Licht im Inneren, durch (Hoffnungs-)Geläut, durch Musik auf dem Vorplatz, durch Menschen, die einladend vor der Tür stehen.

**Begrüßung:** Alle werden freundlich begrüßt und willkommen geheißen, über das Konzept (und die Hygieneregeln) informiert, vielleicht mit einer Kerze, mit einer Fürbittkarte oder einem kleinen Willkommensgeschenk versehen.

**Stationen:** verteilt im Kirchraum, ggf. auch im Vorraum oder im Freien, zum Beispiel

* Kerzen, schöne Gebetskarten zum Schreiben, Ablegen, Aufhängen
* Steine zum Bemalen (Ostersteine, Kummersteine);
* eine Ecke, in der Leidenden und Verstorbenen gedacht werden kann auch mit Fotos oder Namenskarten,
* analog zu einer Weihnachtskrippe, ein Osterszenario mit dem Garten Gethsemane, Golgatha, der leeren Höhle, die im Laufe der Woche aufgebaut werden kann, an Ostern wachsen dann Gras und Osterglocken aus der Erde,
* evtl. eine Möglichkeit zum persönlichen Gespräch (auch ein Geh-spräch draußen möglich), zum Gebet, zum Gesegnetwerden (auch durch Ehrenamtliche, die ausgebildet werden können s. https://gottesdienstkultur-nordkirche.de/liturgien-kategorie/offene-kirche/)
* ansprechende Schriften, Karten, Andachten zum Mitnehmen für zu Hause,
* Hoffnungsträger-Saatgut-Bänder zum Mitnehmen (Bestellung über [www.hoffnungswege.de](http://www.hoffnungswege.de) oder das AfÖ, #hoffnungswege.)
* Hinweise auf digitale Angebote, die Webseite, den Wochenpodcast o.ä.,
* Informationen zu Hilfen in der Nachbarschaft
* ein Wunschbaum: Wünsch Dir Kirche – Wünsch Dir Nachbarschaft/ Deine Ideen, deine Wünsche gerne verrückt aufschreiben und anhängen, gerne Name und Kontakt auf der Rückseite, denn wir möchten euch einladen nach Ostern zu einem Nachmittag der Ideen – was bewegt uns und was wollen wir bewegen?
* Ein Nachbarschafts-Kontaktkorb. Textvorschlag s. Anhang

**Musik:** Leise Musik im Hintergrund, am besten natürlich live, aber es geht auch vom Band

**Mit geistlichen Impulsen durch die Woche:**

**Liturgie:** Eine schlichte Liturgie, die jeden Tag gleich sein kann:

Musik

Begrüßung

Psalm oder Meditation, Gedicht, Sinnspruch

Stille mit Klangschale

(Musik)

Text und Gedanken

Musik

Fürbitten (evtl. die Fürbitten aufgreifen, die abgelegt wurden oder zu Beginn der offenen Kirche aufgeschrieben wurden)

Vaterunser

Segen

Musik

Vorschlag für einen thematischen Bogen – Trauern – Von Verlust und Veränderung

**Montag: Trauer gehört dazu**

Wer will schon traurig sein. Wer denkt gern an die Dinge, die schwer sind und dunkel. Schatten der Vergangenheit. Unliebsame Wahrheiten. Ohnmacht, Trauer, Verlust, Verletzungen, Kränkungen… Es ist menschlich, den Blick abzuwenden. Manchmal ist es sogar notwendig. Wenigstens eine Zeit lang. Weil es Schmerzen gibt, die nicht auszuhalten sind. Oder nur portionsweise.

Und doch gehören Tränen und Trauer zum Leben, zu jeder Veränderung. Kein Neubeginn ohne Abschiedsschmerz. Der Kirchenvater Augustinus hat die Kraft der Tränen gar mit der Taufe verglichen: Wie das Taufwasser erneuere das Wasser der Tränen den Menschen. Durch die heiligen Tränen werden die Augen getauft. Der getrübte Blick kläre sich zu neuer Sicht. Und die Mystikerin Hildegard von Bingen vergleicht: „Was der Regen für das Erdreich ist, sind die Tränen für die Seele. Sie erweichen des Herzens Härte. Fruchtbarkeit tritt an die Stelle alter Verkrustungen.“

Tränen und Trauer gehören zum Leben. Sie brauchen Zeit und Raum. Sie wollen nicht nur bedacht, sondern auch gefühlt und geweint werden. Wenn der Regen ausbleibt, kann nichts Neues wachsen. Wer Trauer und dunkle Gefühle auf Dauer meidet, kann sich kaum entwickeln und verändern. Heilung geschieht immer durch das Dunkle hindurch, nie daran vorbei. Das ist die Liturgie allen menschlichen Lebens, an die uns das Kirchenjahr in der Passionszeit und insbesondere in der Karwoche mit der Leidensgeschichte Jesu erinnert.

Wer nicht verhärten will, nicht gleichgültig sein will in dieser gefährdeten Welt, wer die Hoffnung und die Kraft zur Veränderung retten will, darf den Dunkelheiten und unliebsamen Wahrheiten nicht ausweichen.

**Dienstag – Mut zur Veränderung**

Veränderungen machen Angst.

Da kann die Ehe schon den Bach runter sein, die Gesundheit ruiniert und die Welt am Klimakollaps zugrunde gehen. Warnsignale werden ignoriert und Notwendiges wird aufgeschoben. Morgen, morgen, nur nicht heute... Manchmal scheint es, die Menschen fürchten die Veränderung mehr als den Untergang.

Politik und Gesellschaft bedienen die Angst und die Bequemlichkeit. Es ist einfacher, shoppen zu gehen und vor den Fernseher zu sinken, als sich sinnvoll zu engagieren und brenzlige Themen anzusprechen. Wenn wir Menschen uns nicht ändern, kann die Welt an dieser Haltung zugrunde gehen.

Berthold Brecht erzählte die Geschichte von Herrn Keuner:

Ein Mann, der Herrn K. lange nicht gesehen hatte, begrüßte ihn mit den Worten: Sie haben sich gar nicht verändert. ‚Oh!‘ sagte Herr K. und erbleichte.

Jesu fragt den Gelähmten, der sich innerlich und äußerlich seit vielen Jahren nicht mehr bewegt: Willst Du gesund werden? „Ach“, stöhnt der, „Ich habe ja niemanden, der mir hilft und die anderen sind immer schneller...“ Wie im Leben. Ausflüchte gibt es immer. Aber Jesus lässt sie nicht gelten. „Steh auf, nimm ein Bett und geh!“

Bibel und Brecht sind sich an diesem Punkte einig: tatkräftige Veränderung, innere Bewegung und Entwicklung gehören zum Leben. Alles andere ist erschreckend und nicht heilsam.

Der Vater der Tiefenpsychologie, Carl Gustav Jung, hat die Riten und Zeiten des Kirchenjahres „Methoden geistiger Hygiene“ genannt. Auch die Passionszeit ist ein Angebot zur Selbstprüfung und Entwicklung des eigenen Lebens. Werde still, sagt sie, und bedenke in der großen Geschichte von Abschied und Verrat, Sterben und Auferstehen auch deine eigene und die der Welt. Welche Veränderung, welcher Abschied steht bevor? Welches Kreuz gilt es zu tragen? Welcher Hoffnung trotz allem zu folgen?

**Mittwoch: Annahme der dunklen Seiten**

Die Passionszeit ist eine Schule des Lebens. Die Leidensgeschichte Jesu lehrt uns den Verlauf von Wandlung und Veränderung in unserm eigenen Leben.

Dazu gehört die Kunst des Abschiednehmens und die Fähigkeit, Leidvolles anzunehmen.

Wer Leid annehmen kann, nimmt immer auch Abschied von der Vorstellung eines idealen glücklichen Lebens.

In diesem Sinne führen Krisen in eine tiefe Wahrheit. Sie sind Ent-täuschung! In unseren Köpfen und Herzen spuken eine Menge idealer Bilder herum, von uns selbst, von heiler Familie und Erfolg. Wann ist es wieder wie frühen? Vor Corona. Als die Welt noch in Ordnung war…?

Sie war es nicht. Krisen legen ihre Zeigefinger in Wunden, die sowieso schon schmerzen. Die Leidensgeschichte Jesu zeigt keinen leichten, aber einen heilsameren Weg, mit Leid und Angst umzugehen. Wer Ohren hat zu hören, findet Wegweiser. Und die Weisheit, dass Leben nicht perfekt ist, sondern Abschied und Wandlung notwendig sind.

„Es jammerte ihn“ hieß es oft von Jesus, wenn er die Menschen ansah, einsam, verletzlich und in Not. Niederlagen anzunehmen, Brüche zu akzeptieren und das Leben so zu lieben, wie es nun einmal ist in all seiner Unvollkommenheit, das ist eine hohe Kunst.

„Nicht mein Wille, sondern Dein Wille geschehe“, betet Jesus. Darin liegt Zumutung und Entlastung zugleich. Wir sind nicht die Macher, nicht allein unseres Glückes Schmied.

Keiner hat uns einen roten Teppich versprochen. Bisweilen verlieren sich Wege im Dornengestrüpp. Die Passionsgeschichte lehrt uns Versöhnung mit dem Unvollkommenen, Mitleid und Vertrauen statt Herzenshärte und Dank für die Liebe, die trotzdem gelingt.

**Donnerstag: Innere Wüste**

Ein Freund hat vor Jahren bei einem Unfall seinen Sohn verloren. Ich fühlte, wie sein Herz zu Stein wurde. Er arbeitete sich selbst halb tot, weil er den Tod nicht ertragen konnte. Er kam nie zur Ruhe und lief vor dem Abgrund aus Trauer und Tränen davon. Er wurde krank und hart. Um sein Herz hatte er eine Mauer gebaut. Einige Wochen vor Ostern entschloss er sich, zur Kur in eine Klinik zu gehen. Es war Zeit. Sein Herz hatte begonnen zu rasen. In dieser Klinik, erzählte er später, gab es kleine Holzhütten am Waldrand, in die man sich zurückziehen konnte. Um alleine zu sein. Um zu weinen und zu schreien. Zu hadern mit Gott und dem Leben.

Wo gibt es in unserer Gesellschaft solche Orte zum Klagen. Und wer wagt noch die Klage, die in den alten Psalmen anklingt: Mein Gott, warum hast Du mich verlassen. Ich schreie, aber meine Hilfe ist fern!

Die Wochen vergehen. Passionszeit nicht nur im Kirchenjahr. Irgendwann kurz vor Ostern war eine Nachricht auf meinem Handy, ganz kurz: „Gott ist wieder mein Freund.“

Wie schwer kann es sein, in die innere Wüste zu gehen. Wie viele Tränen kann es kosten und wie viel Kraft. „Willst Du gesund werden?“, fragt Jesus die Kranken immer wieder. Das „Ja“ ist leicht gesagt. Viel schwerer ist es, dem Leid auf den Grund zu gehen und wirklich Heilung zu riskieren.

In einem Gedicht von Paul Celan heißt es: „Es ist Zeit, dass man weiß! Es ist Zeit, dass der Stein sich zu blühen bequemt. Dass der Unrast ein Herz schlägt. Es ist Zeit, dass es Zeit wird. Es ist Zeit.“

Jesus sagt: „Die Zeit ist erfüllt und Gott ist nah. Kehrt um und glaubt an die gute Botschaft, an die Auferstehung!“

Er selbst ging in die Wüste. Er hielt den Versuchungen Stand, davonzulaufen vor Leere und Tod. Er hat die inneren Wüsten und großen Lebensfragen nicht mit Ruhm, Macht, Erfolg und Geld betäubt.

*Hinweis: Gründonnerstag kann durch ein gemeinsames Mahl, analog oder auch digital bereichert werden, Ideen und Liturgien s. https://gottesdienstkultur-nordkirche.de/liturgien-kategorie/abendmahl-und-agape/*

Karfreitag: Kein Ausweg

Wenn einer gestorben ist, läutet nur die Größte unserer vier Glocken. Ein dunkler, weithin zu hörender Ton, der durch Mark und Bein geht. Zuletzt war er zu hören, als ein Kind gestorben war, bei einem Skiunfall in den Ferien. Der Klang der Totenglocke ruft die Tränen, gibt der Klage Ton und Tiefe, unüberhörbar unter Gottes Himmel.

Schwarz läuft am Karfreitag vom leeren Altar ein Tuch, ein sogenanntes Antependium, in die Kirche, mit Worten aus dem 6. Psalm:

„Ich bin so müde vom Seufzen. Ich schwemme mein Bett mit Tränen. Aber Gott hört mein Weinen. Gott hört mein Flehen. Mein Gebet nimmt Gott an.“

Kirchen sind auch Orte zum Weinen und Klagen. Leid braucht Raum und Zeit, Wort und Ritual, damit es nicht stumm macht und von innen auffrisst. Klagepsalmen, Totenglocken, Gebete und Lieder – es ist gut, Ausdrucksformen zu haben, die himmelschreiendes Elend fassen können. Vor dem Trost kommt der Mut zur Trostlosigkeit. Kein Wunder geschieht. Kein Weg tut sich auf. Keine Kerze brennt in der Kirche. Raum für Abgrund und Leere.

Depressionen sind zur Volkskrankheit geworden. Sie sind auch heruntergeschluckte Trauer und Wut, die keinen Ausdruck finden, keinen Ort haben, sprachlos sind und sprachlos machen. Corona – auch die Krise stoppt weltweit die Fluchtbewegungen in Ablenkungen, Konsum, Events, Erfolg. Konfrontiert uns mit Not und Tod. Unausweichlich.

Die Passionsgeschichte Jesu führt hinein in diese trostlose Dunkelheit. In das Schattenreich, in dem die Angst wohnt, Tod und Trauer, Einsamkeit und Schuld. Jede Form menschlicher Qual kommt in der Leidensgeschichte Jesu zur Sprache und verbindet sich mit gegenwärtigem Leid.

Ostern ist nicht am nächsten Morgen. Manchmal gibt es keinen schnellen Trost, nur die Würde und Wahrheit des Leides. Aber schon das ist tröstlich. Wer Ohnmacht zulässt und Elend beweinen kann, muss nicht mehr tun, als wenn alles in Ordnung wäre. Wenn Leid sein darf, wächst schon die Kraft, es zu bewältigen. Verwandlung und Auferstehung brauchen Zeit. In vielen Märchen müssen die Helden dunkle Wälder durchwandern, Rätsel lösen oder Kämpfe bestehen. Manchmal erscheint ihnen die Lösung im Traum.

„Nicht müde werden“, dichtet Hilde Domin, „sondern dem Wunder leise wie einem Vogel die Hand hinhalten.“

**Auferstehung**

„Alles beginnt mit der Sehnsucht.“, sagt die Dichterin Nelly Sachs.

Am Anfang schuf Gott Himmel und Erde. Gott hatte Sehnsucht nach Licht und Leben.

Mit dem Licht kam der Schatten in die Welt, mit dem Leben der Tod, mit dem Werden das Vergehen. Aber die Sehnsucht treibt aus dem Schatten ins Licht, wenn sie nicht verkauft und verraten wird.

Das Volk Israel hatte Sehnsucht nach einem anderen Land, in dem es sich frei uns gut leben lässt. Und machte sich auf den Weg durch die Wüste.

Die Propheten kündeten von einem Messias, der retten und heilen wird. Sie malten Bilder der Sehnsucht und stärkten die Hoffnung dort, wo Menschenunrecht keinen Grund zur Hoffnung mehr gab: „Weißt Du nicht, hast Du nicht gehört, der ewige Gott gibt den Müden Kraft, dass sie auffahren mit Flügeln wie Adler…“ (Jesaja 40)

Ich glaube nicht daran, sagen die Leute. Tod ist Tod. Aber wer weiß das schon.

Warum sollte die Welt und die Kraft zu Ende sein an den Grenzen unserer beschränkten Möglichkeiten? Gott ist größer und Rettung lauert überall. Christen glauben an die Auferstehung, zunächst mal mitten im Leben!

„Talitha kumi“, sagte Jesus auf aramäisch zu einem Mädchen, das tot dalag. Ein bisschen wie Dornröschen: Da kommt einer, der kann mit Liebe und den richtigen Worten die Dornen durchdringen. „Mädchen, ich sage Dir: Steh auf!“

Eine Freundin, die zu Depressionen neigte, hatte „Talitha kumi“ auf einem kleinen Zettel wie eine geheime Losung an ihrer Wand hängen. Die himmlische Notiz sagte ihr: Steh auf, steh auf deinen eigenen Beinen und finde deinen Weg! Weiß Gott, du kannst es!

Der Glaube sagt, dass Verwandlung und Heilung möglich ist.

Manchmal ist das ganz klar. Dann wird es licht. Weicht eine Bedrückung. Tut sich ein Weg auf. Ist das Leben wie rein gewaschen und blank geputzt.

„Sommerlandschaft“, schreibt Rose Ausländer. „Eingewurzelt im Licht. Die Sonne geht auf…“

Als geistlicher Faden durch die Woche bieten sich auch Kreuzwegtexte von Jörg Zink oder Dietrich Bonhoeffer an. s.: https://gottesdienstkultur-nordkirche.de/liturgien-kategorie/passion/

Anhang:

Ein Nachbarschafts-Kontaktkorb

Ein Textvorschlag:

Wenn Sie Nähe mit Abstand wollen und trotz Corona Menschen in Ihrer Nachbarschaft kennenlernen wollen für eine kurze Begegnung, einen Spaziergang, einen Plausch bei der nächsten Nachbarschaftskirche, dann füllen Sie einen Zettel aus und werfen ihn in unseren Kontakt-Korb. Sie werden dann von einem Nachbarn, einer Nachbarin angerufen und können sich verabreden.

Oder sie ziehen einen Zettel und rufen Ihrerseits an und verabreden sich.

Auf der Rückseite finden Sie Anregungen für Ihr Nachbarschaftstreffen:

Verabreden Sie Zeit und Ort. Vielleicht gehen Sie spazieren oder treffen sich im Park. Probieren Sie, wie Nähe mit Abstand geht. Nehmen sie sich eine Stunde Zeit. Natürlich können Sie sich auch schneller wieder trennen☺! Achten Sie darauf, dass jede\*r von Ihnen etwa gleich viel zu Wort kommt.

Seien Sie mit Herz und Ohr bei der Sache – Sie könnten einem Engel begegnen.

* Wofür sind Sie gerade dankbar? Was erfreut ihr Herz?
* Was ist gerade nicht so einfach?
* Was oder wer hilft ihnen weiter?
* Was wünschen sie sich in der Nachbarschaft oder von der Kirchengemeinde?
* Was bewegt Sie und was würden sie vielleicht gerne mit anderen bewegen?
* Ein Give-away

Ideen, Rückmeldungen, Wünsche

Name, Kontakt:

(gerne notieren und in den Nachbarschafts-Briefkasten an der Kirche werfen)

Autorinnen: Melanie Kirschstein und Katharina Gralla.