

Durchkreuzte Lebenswege  
Hoffnungsvoll leben  
Caritas St. Pölten

Diese Kreuzwegandacht soll eine Einladung sein, sich auf die eigenen durchkreuzten Lebenswege einzulassen, das Leid anderer Menschen wahrzunehmen und sich gemeinsam auf den Weg zu machen.

Es ist sehr oft kein Spaziergang und nicht einfach, manch bitterer Wahrheit ins Gesicht zu sehen, uns einzulassen auf das Leid von Menschen, Ohnmacht auszuhalten, trauern zu lernen, entschieden zu leben, ja schließlich loszulassen - dann eröffnet sich für uns im Vertrauen darauf, dass Gott alle von Leid und Not durchkreuzten Lebenswege mit uns geht ein Leben mit einer Hoffnung, die wirklich trägt, auch über den Tod hinaus.

### **Kreuzwegandacht**

Kreuzzeichen

Jesus versammelte die Zwölf um sich und sagte zu ihnen: Wir gehen jetzt nach Jerusalem hinauf; dort wird sich alles erfüllen, was bei den Propheten über den Menschensohn steht: Er wird den Heiden ausgeliefert, wird verspottet, misshandelt und angespuckt werden, und man wird ihn geißeln und töten. Aber am dritten Tag wird er auferstehen. Doch die Zwölf verstanden das alles nicht; der Sinn der Worte war ihnen verschlossen und sie begriffen nicht, was er sagte.

Herr, mein Leben verläuft nicht immer so geradlinig, wie ich es für mich erträume. Lebenswege werden durchkreuzt von unvorhersehbaren Ereignissen.

Herr, lass mich aufbrechen und auf den Weg machen im Vertrauen darauf, dass Jesus Christus mit mir ist. Durch sein Leiden, sein Sterben und seine Auferstehung gibt er mir Hoffnung für mein Leben.

Amen

---

1. Jesus wird zum Tode verurteilt  
**VERURTEILT**  
Vielfältige Nöte und Leid treffen uns wie ein unausweichliches Urteil.

Herr, du bist unser Halt und unsere Zuversicht.

### **Fürbitte:**

Liebender Gott, Menschen werden mit schicksalhaften oder menschlichen Urteilen konfrontiert. Ihr Menschsein ist erschüttert. Du bist deshalb in diese Stunde gekommen, um Hoffnungsträger zu sein. Steh den Menschen bei und gib ihnen Kraft.

---

## 2. Jesus nimmt das Kreuz auf seine Schultern

Wer mein Jünger sein will, der verleugne sich selbst, nehme täglich sein Kreuz auf sich und folge mir nach.

### ANNEHMEN

Wieso trifft es mich? Diese Frage stelle ich mir immer wieder, wenn Schatten auf mein Leben fallen. Doch ich spüre, dass ich mich mit meinem Leben aussöhnen muss und dass ich das, was jetzt ist, annehmen muss um frei und offen zu werden für Neues im Leben.

Im Blick auf manch erdrückende Kreuzeslast von Menschen fragen wir: Woher kann die Kraft kommen, täglich von neuem das Leben mit seinen Herausforderungen annehmen zu können? In deinen heilenden Begegnungen hast du, Jesus Christus, Menschen gestärkt und einen Notwendenden Weg eröffnet.

Herr, du bist unser Halt und unsere Zuversicht.

### **Fürbitte:**

Heilender Gott, stehe allen Menschen bei, dass sie ihr Leben mit allen Herausforderungen annehmen können und stärke sie, dass sie daran nicht zerbrechen.

---

## 3. Jesus fällt zum ersten Mal unter dem Kreuz

Und wer ist mein Nächster?

### MACHTLOS

Ich höre Nachrichten, höre sie bewusst. Hinter all der Not, all dem Elend, all den Schicksalen stehen Menschen mit Gefühlen, Hoffnungen und Träumen. Was kann ich tun? Wo kann ich helfen? Wir hören und sehen, wie Menschen leiden und leben weiter unser gewohntes Leben. Berühren uns das Schicksal, die Verzweiflung, die Hoffnung und Träume der Menschen nicht mehr?

A: Herr, du bist unser Halt und unsere Zuversicht.

### **Fürbitte:**

Herr, Schöpfer der Welt, öffne unsere Augen, Ohren und Herzen für unsere Mitmenschen auf dieser Erde, damit wir ihre Not erkennen, und ihnen, soweit es in unserer Macht steht, helfen.

---

4. Jesus begegnet seiner Mutter  
Jesus sagte: Meine Mutter und meine  
Brüder sind die, die das Wort Gottes  
hören und danach handeln.

**LIEBEN**

Ich sehe mein Kind. Es leidet. Ich stehe  
hilflos daneben und leide mit. Es zerreißt  
mir mein Herz.

Gedanken: Warum tut es manchmal so  
weh, zu lieben?

A: Herr, du bist unser Halt und unsere  
Zuversicht.

**Fürbitte:**

Liebender Gott, lass Kinder und  
Jugendliche, die in innere oder äußere  
Not geraten, Menschen begegnen, die  
ihnen neue Blickwinkel und Perspektiven  
für ihr Leben erschließen helfen und  
stärke Familien in ihrem Zusammenhalt.

---

5. Simon von Cyrene hilft Jesus das  
Kreuz tragen

Denn ich war hungrig und ihr habt mir zu  
essen gegeben; Amen, ich sage euch:  
Was ihr für einen meiner geringsten  
Brüder getan habt, das habt ihr mir  
getan.

**HELFEN**

Ich sehe keinen Ausweg mehr. Stumm  
schreit meine Seele um Hilfe. Sie wird  
erhört. In meiner äußersten Not treffe  
ich auf einen Menschen, der meinen  
Schmerz wahrnimmt, der mich als  
Mensch ernst nimmt, der mir zuhört. Ich  
spüre, dass meine Verzweiflung  
mitgetragen wird von helfenden Händen.

Gedanken: Wo sind die Menschen, die  
Not wahrnehmen, begleiten, Last ein  
Stück weit mittragen? Sind es wir, auf die  
Verlass ist? Denn überall dort, wo  
Menschen einander stützen, ist ein Ort  
der Gottesbegegnung. Das „Ich bin da“  
Gottes wird in diesen Momenten zur  
Wirklichkeit und zur ganz tiefen  
Hoffnung.

A: Herr, du bist unser Halt und unsere  
Zuversicht.

**Fürbitte:**

Begleitender Gott, viele Menschen  
brauchen und suchen Hilfe. Lass uns da  
sein und bereit sein, wenn Mitmenschen  
gerade unsere Hilfe brauchen.

---

6. Veronika reicht Jesus das  
Schweißstuch

Daran werden alle erkennen, dass ihr  
meine Jünger seid: wenn ihr einander  
liebt.

**MITFÜHLEN**

Ich schaue in die Augen eines  
Mitmenschen, in Augen, die den Kummer  
und tiefen Schmerz seiner Seele  
widerspiegeln. Ich höre ihm zu, lasse ihn  
seinen Kummer aussprechen, lasse mich  
berühren von seiner Lebensgeschichte.

Gedanken: Die Menschen brauchen nicht  
unser Mitleid, sondern wollen in ihren  
Gefühlen wahrgenommen und  
angenommen werden. Veronika möchte  
uns zum Vorbild werden, weil sie mit  
ihrem ganzen Herzen mitfühlt, nicht  
ausweicht, sich berühren lässt von  
Lebensgeschichten.

A: Herr, du bist unser Halt und unsere  
Zuversicht.

**Fürbitte:**

Herr Jesus Christus, Menschen brauchen  
unsere Anteilnahme.  
Lass uns offen und sensibel für die  
Sorgen anderer sein.

---

7. Jesus fällt zum zweiten Mal unter  
dem Kreuz

So spricht der Herr: Fürchte dich nicht.  
Weil du in meinen Augen teuer und  
wertvoll bist und weil ich dich liebe, gebe  
ich für dich ganze Länder und für dein  
Leben ganze Völker.

**ERNIEDRIGT**

Ich fühle mich gedemütigt durch den  
achtlosen Umgang der Menschen mit  
mir, der Menschen, die um mich herum  
leben. Ich fühle mich wertlos in meinem  
Tun. Ich fühle mich minderwertig in  
meiner von Ängsten geprägten Existenz.  
Ich frage mich: „Bin ich als Geschöpf  
Gottes wertvoll einfach weil ich ICH bin?“

Gedanken: Wer sagt dem Menschen,  
welcher sich wertlos fühlt in seinem Tun  
und Sein, dass er wertvoll ist in seiner  
Einzigartigkeit?

Wir werden die Welt verändern, wenn  
wir füreinander zum Spiegel werden, wo  
wir unseren besonderen Wert erkennen  
dürfen und ihn einander zusprechen.

A: Herr, du bist unser Halt und unsere  
Zuversicht.

**Fürbitte:**

Stärkender Gott, gib Menschen, die den  
Blick für ihren Selbstwert verloren haben,  
neue Sichtweisen auf ihr Leben. Lass sie  
ihren Wert als Abbild Gottes erkennen.

---

## 8. Jesus begegnet den weinenden Frauen

Da sagte Jesus: Ihr sind ihre vielen Sünden vergeben.

### BEWEINEN

Teile meiner Vergangenheit holen mich ein, drängen sich in mein Bewusstsein, nicht Verarbeitetes quält. Schuldgefühle belasten mich. Auch Ängste gehören zu meinem Leben.

Gedanken: Vergangenheit holt Menschen ein. Ein Blick in die Zukunft ängstigt, Gegenwärtiges quält und lähmt. Jesus führt die Menschen, liebevoll auf das Leben zu schauen, sich mit ihm zu versöhnen und einen Weg des Verzeihens zu öffnen, weil Gott Barmherzigkeit und Vergebung ist. Im vollen Vertrauen auf diesen Gott befreit er uns von einer Angst, die uns am Leben hindert.

A: Herr, du bist unser Halt und unsere Zuversicht.

### **Fürbitte:**

Barmherziger Gott, Menschen werden von Schuldgefühlen und Ängsten gequält. Schenke ihnen Vertrauen in ihr Leben und in die Fülle des Lebens im Jetzt.

---

## 9. Jesus fällt zum dritten Mal unter dem Kreuz

Ich bin das Licht, das in die Welt gekommen ist, damit jeder, der an mich glaubt, nicht in der Finsternis bleibt.

### ENTKRÄFTET

Ich erwache. Ich möchte nicht aufstehen, bleibe erschöpft liegen.

Gedanken: Wenn alles nur mehr dunkel ist, keine Kraft mehr da ist, aufzustehen. Wenn die Seele gefangen, das Leben leer ist, wo kann es da Zuversicht geben? Wäre Jesus nicht den Weg in diese Dunkelheit und Gottverlassenheit gegangen, was wäre dann unser Reden und Hoffen auf einen Lichtblick? Also ringen wir um einen Glauben, der uns nicht verzweifeln lässt, sondern der so stark ist, um füreinander zum Hoffnungsschimmer zu werden!

A: Herr, du bist unser Halt und unsere Zuversicht.

### **Fürbitte: :**

Herr Jesus Christus, schicke verzweifelten Menschen Kraft und Hoffnung, damit sie wieder aufgerichtet werden und ihren Lebensweg gestärkt gehen können.

---

10. Jesus wird seiner Kleider beraubt  
AUSGELIEFERT

Verletzende, missgünstige Worte treffen meine Seele. Ich fühle mich hilflos ausgeliefert, dem spöttischen Gerede preisgegeben. Jeder Pfeil sitzt tief, schmerzt, Tränen steigen auf. Schweigend drehe ich mich um, gehe weg. Niemand soll meine Tränen sehen, schon gar nicht meine Peiniger.

Gedanken: Dort, wo Menschen in Gefahr stehen, in ihrer Würde verletzt, in ihrer Verletzlichkeit missbraucht und ausgenutzt zu werden, dort sind wir gerufen, dazwischenzutreten und mutig für die Würde des Menschen einzutreten.

A: Herr, du bist unser Halt und unsere Zuversicht.

**Fürbitte:**

Herr Jesus Christus, gib uns den Mut, für ein würdevolles Leben von Menschen einzutreten, dort, wo sie körperlich und seelisch bloßgestellt werden.

---

11. Jesus wird ans Kreuz genagelt  
Ich habe keine Hoffnung.

DURCHKREUZT

Das Schicksal reißt mich aus meiner gewohnten Routine, wirft mein Leben durcheinander, durchkreuzt meine Zukunft. Ich habe Angst, fühle mich unsicher losgelöst vom Gewohnten. Mit der Zeit spüre ich, dass sich langsam Hass und Wut auf mein Leben beginnen in mein Herz einzuschleichen. Stillschweigend versinke ich im Selbstmitleid.

Gedanken: Wenn das Leben durchkreuzt wird von einem Schicksalsschlag, dann kommen wir an Grenzen, wo Grundfesten von Lebensbildern, Gottesvorstellungen und der Sinn des Lebens erschüttert werden. Ohnmacht und Hilflosigkeit breiten sich aus. Wir fühlen uns festgenagelt am unveränderbaren Schicksal. Da kann nur bleiben: Wir halten gemeinsam aus – trotzdem. Wir klagen und weinen – gemeinsam. Wir bitten und hoffen – gemeinsam.

A: Herr, du bist unser Halt und unsere Zuversicht.

**Fürbitte:**

Herr Jesus Christus, wir bitten für Menschen, deren Leben durch unsagbare Schicksalsschläge durchkreuzt wurde. Nimm ihre Wut, ihre Verzweiflung, ihren Schrei nach dem Warum und ihren Zweifel an deiner Liebe an und gib ihnen das nötige Vertrauen, dass sich in diesen Situationen ein Sinn gefülltes Leben öffnen mag.

---

## 12. Jesus stirbt am Kreuz

Eli, Eli, lema sabachtani?, das heißt: Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen? Dann hauchte er den Geist aus.

### STERBEN

Ich will das Wort nicht hören, das Wort „sterben“.

Du liegst da, mit geschlossenen Augen, bewegungslos. Nur dein Atem geht schwer. Ich will dich festhalten. Doch dein Atem stockt – für immer.

Gedanken: Die Gewissheit unseres Sterbens, macht uns Angst. Aber im Blick auf das Kreuz, wo in der Verbindung zu Jesus Christus im Sterben und im Tod die Auferstehung herankeimt, wird jeder Tag gefüllt sein mit dem Wunder des Lebens.

A: Herr, du bist unser Halt und unsere Zuversicht.

### **Fürbitte:**

Herr Jesus Christus, das Sterben und der Tod gehören zu unserem Menschsein. Erwecke in uns dafür ein Bewusstsein, damit wir mit unserer geschenkten Lebenszeit sorgsam umzugehen lernen.

---

## 13. Jesus wird vom Kreuz

abgenommen und in den Schoß seiner Mutter gelegt

Selig die Trauernden; denn sie werden getröstet werden.

### TRAUERN

Plötzlich wirst du brutal aus dem Leben herausgerissen. Ich werde nie mehr deine Stimme hören, nie mehr mit dir sprechen können, du bist verstummt. Ein Teil von mir ist mit dir gestorben. Die ewige Frage nach dem „Warum“ bleibt ein „WARUM?“

Gedanken: Keiner wird gefragt, wann es ihm recht ist, Abschied zu nehmen. Irgendwann heißt es, damit umzugehen, ihn anzunehmen diesen Schmerz. Tröstlich ist es, wenn wir dann dem Menschen in seiner Trauer nicht ausweichen und verträsten, sondern einfach da sind, auch wenn wir uns unbeholfen fühlen. Denn dann können Trauernde gestärkt und gereift daraus hervorgehen und wieder Vertrauen ins Leben gewinnen.

A: Herr, du bist unser Halt und unsere Zuversicht.

### **Fürbitte:**

Tröstender Gott, Menschen müssen Abschied nehmen von geliebten Menschen, aber auch von vielem, was in der Zukunft nicht mehr gelebt werden kann, ja auch von vielem, was in der Vergangenheit nicht gelebt wurde. Lass sie mitfühlenden Menschen begegnen, die in Zeiten der Trauer Wegbegleiter sind.

---

#### 14. Der Leichnam Jesu wird ins Grab gelegt

Wegen des Rüsttages der Juden und weil das Grab in der Nähe lag, setzten sie Jesus dort bei.

#### VERABSCHIEDEN

Ich stehe vor deinem Grab. Ich sehe wie der Sarg mit deinem Leichnam langsam hinabgelassen wird. Eine rote Rose entgleitet zum Abschied meinen Fingern, schwebt sanft in die Tiefe. Erde rieselt auf deinen Sarg. Stumme Tränen lösen sich aus meinem erstarrten Herzen. Meine Seele sucht Spuren von dir, sie sucht Reste von Gesprächen.

Gedanken: Leben heißt: Menschen und Dinge umarmen und wieder loslassen, nichts und niemanden besitzen wollen. Gut, wenn ein Abschiednehmen ermöglicht wird. Damit wir freigeben können, die Hand öffnen, das Kostbare anschauen und es anderen sagen, dass Wenn wir bereit sind, freizugeben, bleibt uns das Kostbarste und Wertvollste.

A: Herr, du bist unser Halt und unsere Zuversicht.

#### **Fürbitte:**

Herr Jesus Christus, immer wieder stehen Menschen tief verzweifelt am Grab geliebter Verstorbener und es fällt schwer Abschied zu nehmen. Wandle ihren Schmerz und ihre Sehnsucht in liebende Erinnerung.

---

#### 15. Auferstehung

Als Jesus gefragt wurde, wann das Reich Gottes komme, antwortete er: Das Reich Gottes ist schon mitten unter euch.

#### ÖFFNEN

Meine Seele ist in Aufruhr. Warum ständig allem hinterherhetzen? Warum das ganze Leben lang auf das Leben warten? Lebenslust erfasst mich. Ich bin offen und neugierig auf das Geschenk des Neubeginns. Ich setze mich in Bewegung, mit offenem Herzen alles mitnehmen, die ganze Fülle des Menschseins erfassen, die Liebe, die Freude, die Hoffnung spüren, dem inneren Frieden Raum geben, sich öffnen für den Nächsten. Ein „Stück Himmel auf Erden“ erleben und erlebbar machen. Es ist wie eine Auferstehung mitten im Leben. Gott ist da, er ist auch für mich da - JETZT!

Gedanken: Ich bin bei euch alle Tage bis zum Ende der Welt. Ich heile, was verwundet ist, richte auf, was darniederliegt, lass auferstehen, was tot ist. In dieser Zusage werden wir uns öffnen und aufmachen zu unserem Nächsten, um diese Heilsbotschaft lebendig zu erhalten.

A: Herr, du bist unser Halt und unsere Zuversicht.

#### **Fürbitte:**

Gott des Lebens, lass unser Herz, unsere Augen und Ohren, unsere Hände und unseren Geist offen und erfüllt sein von deiner Liebe, damit das Reich Gottes mitten unter uns Menschen gelebte Wirklichkeit ist.