

5.2. Auferstehungsweg mit dem Johannesevangelium

Ingrid Penner

In der Fastenzeit gehen viele einen Kreuzweg. Für die Osterzeit gibt es mancherorts bereits die Tradition eines Emmausganges. Hier bieten wir als Alternative einen Auferstehungsweg an: das Bedenken der Auferstehungstexte des Johannesevangeliums.

Natürlich kann dies auch als Meditation gefeiert werden. Intensiver kann der Auferstehungsweg jedoch erlebt werden, wenn ein Weg gegangen wird – nicht nur äußerlich, sondern auch innerlich kommt dabei etwas in Bewegung. Unterwegs wird an markanten Stellen Halt gemacht und die Botschaft bedacht.

Mögliche Liedrufe für den Beginn jeder Station:

- Ich weiß, dass mein Erlöser lebt (GL Nr. 835)
- Christ ist erstanden (GL Nr. 838 – 1. Sequenz des Kanons)
- Halleluja, Herr, dein Wort gibt uns Leben (GL Nr. 737)
- Halleluja (GL Nr. 733)

1. Station: Maria aus Magdala findet das leere Grab.

Liedruf

Evangelium: Joh 20,1f:

Am ersten Tag der Woche kam Maria von Magdala frühmorgens, als es noch dunkel war, zum Grab und sah, dass der Stein vom Grab weggenommen war. Da lief sie schnell zu Simon Petrus und dem Jünger, den Jesus liebte, und sagte zu ihnen: Man hat den Herrn aus dem Grab weggenommen und wir wissen nicht, wohin man ihn gelegt hat.

Meditationstext

Dunkelheit –
noch ist die Nacht nicht vorüber
die Dunkelheit im Herzen
Finsternis lastet schwer
der Schlaf brachte keinen Trost
Aufbruch ohne Hoffnung
der schwere Gang zum Grab.

Doch –
wer störte hier die Grabesruhe?
Der Stein ist weg
das Letzte – der Leichnam – ist weg.

Verstörter Gang zurück
Ratlosigkeit
noch fehlt die Einsicht
noch bleibt alles verborgen.

Impulsfragen

Ich erinnere mich an dunkle Zeiten meines Lebens, in denen scheinbar alles zu Ende war und keine Hoffnung in Sicht schien, ich keinen Funken von Licht wahrnehmen konnte. Gab es damals schon Anzeichen, dass das Lebendige sich wieder durchsetzen würde?

– kurze Stille –

Abschließendes Gebet: Barmherziger Gott, wir bitten für alle Menschen, die gerade keine Hoffnung sehen, die verzweifelt sind und sich ohnmächtig fühlen angesichts ihrer Situation. Schenke du ihnen die Gewissheit deiner Gegenwart und öffne ihre Augen für die Lebenszeichen rund um sie.

Lied: Wechselnde Pfade (GL Nr. 894)

Dieser Kanon kann auch ein Stück des Weges im **Pilgerschritt** getanzet werden: Durch Handreichung verbinden sich alle zu einer Kette (offener Reigen); im Rhythmus 3 Schritte vorwärts, 1 Wiegeschritt zurück – diese Schrittfolge wird immer wiederholt.

2. Station: Petrus und der Jünger, den Jesus liebte, laufen zum Grab.

Liedruf

Evangelium: Joh 20,3–7

Da gingen Petrus und der andere Jünger hinaus und kamen zum Grab; sie liefen beide zusammen dorthin, aber weil der andere Jünger schneller war als Petrus, kam er als erster ans Grab. Er beugte sich vor und sah die Leinenbinden liegen, ging aber nicht hinein. Da kam auch Simon Petrus, der ihm gefolgt war, und ging in das Grab hinein. Er sah die Leinenbinden liegen und das Schweiß Tuch, das auf dem Kopf Jesu gelegen hatte; es lag aber nicht bei den Leinenbinden, sondern zusammengebunden daneben an einer besonderen Stelle.

Meditationstext

Wettlauf.

Was Maria von Magdala erzählt hat
versetzt in Bewegung
kein Morgensport
kein Dauerlauf
sondern die dringliche Suche nach Antwort.

Der Lieblingsjünger ist schneller
sieht nur vage zuerst
lässt aber Petrus den Vortritt.

Petrus sieht genauer
das Innere gibt Rätsel auf
penible Ordnung im Grab
Chaos in Kopf und Herzen.

Ent-bunden der Leichnam
und verschwunden
die Binden zusammengebunden
der Meister aber ist weg.

Impulsfragen

Ich denke an Situationen in meinem Leben, in denen Verwirrung und Unklarheit herrschten, in denen ich Sichtbares nicht deuten konnte, wo ich dem Vagen ausgeliefert war.

Was hielt meine Gedanken damals in der Vergangenheit fest?

Wie fühlte sich diese Spannung und Unklarheit an, der ich da ausgesetzt war?

– kurze Stille –

Abschließendes Gebet: Guter Gott, wir bitten für alle Menschen, die sich gerade in unklaren Situationen befinden und noch nicht wissen, wie ihr Weg weitergeht. Schenke ihnen einen klärenden Blick und neue Perspektiven für die Zukunft, die sie mit Mut und Hoffnung erfüllen. Darum bitten wir durch Jesus Christus, unseren auferstandenen Bruder und Herrn.

3. Station: Der Jünger, den Jesus liebte, sah und glaubte.

Liedruf**Evangelium: Joh 20,8–10**

Da ging auch der andere Jünger, der zuerst an das Grab gekommen war, hinein; er sah und glaubte. Denn sie wussten noch nicht aus der Schrift, dass er

von den Toten auferstehen musste. Dann kehrten die Jünger wieder nach Hause zurück.

Meditationstext

Sich dem Unvermeidlichen stellen
das Grab betreten
mit offenen Augen
und vertrauendem Mut.

Nach Petrus steigt der Lieblingsjünger
hinein in die Höhle des Grabes.

Er sieht dasselbe wie vor ihm Petrus
aber er wird sehend
kann das Geschaute deuten
und glaubt an das Unfassbare
das noch keine Worte hat
noch nicht verschriftet ist
und doch hat sich das Unglaubliche
tief in die Herzhaut eingebrannt.

Sie kehren zurück
und können jetzt heimkommen
ankommen bei dem
der ewige Heimat ist und gibt.

Impulsfragen

Ich denke an einen Moment zurück, in dem mir mit einem Mal ein Licht aufgegangen ist, ich etwas vorher Unklares in einem anderen Licht sehen konnte. Welche Gedanken, welcher Dank brach da in meinem Inneren auf?

– kurze Stille –

Einladung, den **eigenen Dank** auszusprechen

Abschließendes Gebet: Guter Gott, immer wieder dürfen wir erfahren, dass du neue, noch unbestandene Wege für uns bereit hast. Du öffnest uns die Augen und stärkst uns den Rücken, damit wir sie auch beschreiten können. Du schenkst uns die Kraft, unsere Gedanken zu ordnen, und entbindest uns aus unseren selbstgegrabenem Gräbern. Dafür sei dir Lob und Dank.

Lied: Gepriesen sei der Herr (*Liederquelle Nr. 91*)

4. Station: Maria aus Magdala sucht den Leichnam ihres Rabbi.

Liedruf

Evangelium: Joh 20,11–15

Maria aber stand draußen vor dem Grab und weinte. Während sie weinte, beugte sie sich in die Grabkammer hinein. Da sah sie zwei Engel in weißen Gewändern sitzen, den einen dort, wo der Kopf, den anderen dort, wo die Füße des Leichnams Jesu gelegen hatten. Die Engel sagten zu ihr: Frau, warum weinst du? Sie antwortete ihnen: Man hat meinen Herrn weggenommen und ich weiß nicht, wohin man ihn gelegt hat.

Als sie das gesagt hatte, wandte sie sich um und sah Jesus dastehen, wusste aber nicht, dass es Jesus war. Jesus sagte zu ihr: Frau, warum weinst du? Wen suchst du? Sie meinte, es sei der Gärtner, und sagte zu ihm: Herr, wenn du ihn weggebracht hast, sag mir, wohin du ihn gelegt hast. Dann will ich ihn holen.

Meditationstext

Maria aus Magdala
eine treue Jüngerin Jesu
nach ihrer Heilung folgte sie Jesus nach
war mit ihm unterwegs
teilte Jesu Freude und Begeisterung
für das Reich Gottes
wich auch dem Weg zum Kreuz nicht aus
sah mit anderen Frauen
ihren Meister am Kreuz.

Einen letzten Liebesdienst
wollte sie ihm noch erweisen
den Leichnam salben
– und auch das wurde ihr noch genommen.

Tränen ersetzen jetzt das Salböl
nur der harte Stein anstelle des Körpers
für sie kalte Leere.

Im Grab jedoch blüht Leben auf –
Engel in Weiß
anstatt eines Leichnams.

Warum weinst du?
Maria – tränenblind
auf der Suche nach einem Toten.

Der Auferstandene selbst kommt dazu
spricht sie an
fragt sie:

Warum weinst du?
Wen suchst du?

Verfangen in den Fesseln der Vergangenheit
sind ihre Augen gehalten
muss sie noch warten

auf die Er-Lösung
ist sie noch umgeben
vom Schleier des Schmerzes
der den Blick auf das neue Leben
gefangen hält.

Impulsfragen

Schmerz und Trauer, aber auch das Festhalten bestimmter Sichtweisen verstellen den Blick auf das verheißene Leben in Fülle. Ich denke nach, was ich festhalte, wofür ich blind oder blind geworden bin.

Einladung zu einer Wahrnehmungsübung: Zuerst werden die TN in die Eigenwahrnehmung geführt (die äußeren Umstände ansprechen, den Atem wahrnehmen, ...), dann langsam die Anleitung mit Pausen lesen.

Ich schließe die Augen.

– kurze Stille –

Dann lege ich meine Hände auf die Augen und nehme die Finsternis wahr, die mich dabei umgibt. Vielleicht tauchen auch Bilder auf. So verharre ich eine Weile, nehme die inneren Bilder wahr, vielleicht höre ich auch einen für mich wichtigen Satz, steigt ein Gedanke in mir auf.

– kurze Stille –

Ich löse meine Hände wieder von meinen Augen, halte die Augen aber noch geschlossen, nehme wahr, dass es dadurch schon heller geworden ist.

– kurze Stille –

Nun öffne ich die Augen, schaue mich um, was in meiner näheren und ferneren Umgebung zu sehen ist.

Möglichkeit zum Austausch: Wer mag, kann etwas mitteilen:

- Welche Gedanken sind mir durch den Kopf gegangen?
- Sind Bilder aufgetaucht?
- Wie fühle ich mich, wenn es finster ist?

Abschließendes Gebet: Jesus, du hast von dir gesagt: „Ich bin das Licht der Welt.“ Und du hast auch uns zugesagt: „Ihr seid das Licht der Welt.“ Wir bitten dich: Erleuchte die blinden Flecken unseres Lebens mit deinem Licht. Lass uns nie das Licht am Ende eines Tunnels, den wir durchschreiten müs-

sen, aus den Augen verlieren. Und lass uns für andere Licht sein, wenn es in deren Leben finster geworden ist.

5. Station: Maria aus Magdala begegnet dem Auferstandenen und verkündigt den Jüngern.

Liedruf

Evangelium: Joh 20,16–18

Jesus sagte zu ihr: Maria! Da wandte sie sich ihm zu und sagte auf Hebräisch zu ihm: Rabbuni!, das heißt: Meister. Jesus sagte zu ihr: Halte mich nicht fest; denn ich bin noch nicht zum Vater hinaufgegangen. Geh aber zu meinen Brüdern und sag ihnen: Ich gehe hinauf zu meinem Vater und zu eurem Vater, zu meinem Gott und zu eurem Gott. Maria von Magdala ging zu den Jüngern und verkündete ihnen: Ich habe den Herrn gesehen. Und sie richtete aus, was er ihr gesagt hatte.

Meditationstext

Maria –

nur ein einziges Wort
und doch dringt es durch
trifft mitten ins Herz
zerreißt den dunklen Schleier
macht die Kehrtwendung möglich
verwandelt die Trauer in Freude
plötzliche Erkenntnis:

Rabbuni!

Ein Ausruf der staunenden Erleichterung
das Leben geht weiter
bleibt auch in diesem Moment nicht stehen
lässt sich nicht festhalten
brennt sich aber ein in den tiefsten Seelengrund
und bewegt zum Weitersagen.

Die frohe Botschaft breitet sich aus
erfüllt neue Räume

von Maria zu den Jüngerinnen und Jüngern
sie alle werden zu Frohboten
zu Verkünderinnen der Auferstehung

Aufstand des Lebens
weg vom Grab
hinaus zu den Menschen
durch die Zeiten
mitten herein in unser Leben

die bleibende Freudenbotschaft:

Jesus lebt.

Die TN werden eingeladen, **einander die Frohbotschaft weiterzusagen**, zu verkünden:

N.N., Jesus ist auferstanden! Er ist mitten unter uns.

Lied: Halleluja! Lasst uns singen (GL Nr. 837) oder:
Als er zu seinen Freunden sprach (Liederquelle Nr. 8)

6. Station: Der Auferstandene erscheint den Jüngern.

Liedruf

Evangelium: Joh 20,19–23

Am Abend dieses ersten Tages der Woche, als die Jünger aus Furcht vor den Juden die Türen verschlossen hatten, kam Jesus, trat in ihre Mitte und sagte zu ihnen: Friede sei mit euch! Nach diesen Worten zeigte er ihnen seine Hände und seine Seite. Da freuten sich die Jünger, dass sie den Herrn sahen. Jesus sagte noch einmal zu ihnen: Friede sei mit euch! Wie mich der Vater gesandt hat, so sende ich euch. Nachdem er das gesagt hatte, hauchte er sie an und sprach zu ihnen: Empfangt den Heiligen Geist! Wem ihr die Sünden vergebt, dem sind sie vergeben; wem ihr die Vergebung verweigert, dem ist sie verweigert.

Meditationstext

Friede sei mit euch!

Friede – Shalom!

Die ersten Worte des Auferstandenen
Zusage an seine engsten Vertrauten
mehr als ein Wunsch –
eine Verheißung und ein Versprechen
verbunden mit der Vergebung.

Friede und Vergebung gehören zusammen
bilden ein unlösbares Paar.
Ohne Vergebung ist Friede nicht möglich
ohne Gottesgeist ist Vergebung nicht möglich.

Erst die Gabe des Geistes
ermöglicht Vergebung
und Vergebung bewirkt Frieden –
inneren Frieden
Frieden untereinander
und Frieden zwischen den Völkern.