



**Pfn. Dorothee Fleischhack, Theologisch Beauftragte der Kirchlichen Frauenarbeit  
Christiane Horn**

---

## **OSTERTHEMA mit ANDACHT zu MK 16,1-6b**

**Gestaltung:** braune und grüne Tücher, verschiedene große und mittlere Steine (können gut von den TeilnehmerInnen selbst mitgebracht werden), ein Kreuz (für die Steinmeditation) z.B. aus Teelichtern und eine Osterkerze, für die Steinmeditation II ganz kleine bunte Halbedelsteine zum Mitnehmen (beim Einkauf bitte auf faire Herkunft und Preise achten), duftendes Salböl in einer Schale.

*Die Betrachtung zum Bibeltext nach der Lesung kann als Andacht für sich stehen. Die Meditationen I und II zu Steinen geben ihr einen Rahmen, der noch durch ein Salbungsritual ergänzt werden kann.*

### **Meditation zu Steinen I**

*(mit großen, evtl. selbst mitgebrachten Steinen; sonst einen Stein in die Hand nehmen lassen)*

Wir haben alle einen Stein in der Hand.

Steine gibt es auch in unserem Leben – wörtlich und im übertragenen Sinn: Steine, an denen wir uns stoßen; Steine, über die wir stolpern. Wir sagen: „etwas liegt wie ein Stein auf meiner Brust“ oder „das ist ja zum Stein erweichen“, „ein Herz wie aus Stein“. „Da blieb kein Stein auf dem andern“, „vor Schmerz wie versteinert“, „das Problem liegt mir wie ein Stein im Magen“.

Wir kennen Stolpersteine und Angststeine, Steine als tödliche Wurfgeschosse, Grenzsteine und Grabsteine.

Natürlich gibt es auch die Steine, aus denen wir unsere Häuser bauen; und die großen Steine – die Felsen, in denen wir gern wandern. Viele haben zu Hause schöne Steine, die sie aus dem Urlaub mitgebracht haben – Erinnerungssteine. Auch Grabsteine sind Erinnerungssteine.

*Hier ist auch ein Gespräch zum Austausch miteinander möglich. Das könnte auch auf einem Weg zu zweit draußen im Freien erfolgen. Danach könnten auch hier schon die Steine in der Mitte am Kreuz abgelegt werden, von denen, die das möchten. Keine sollte hier oder später benötigt werden, ihren Stein abzulegen.*

In der Osternacht ist da der Stein vor dem Grab Jesu. In Israel wurden die Toten in Höhlen im Felsen bestattet. Ein solches Felsengrab wurde zur Ruhestätte für die ganze Familie, die ganze Sippe. Der oder die Verstorbene wurde mit Salben und besonderen Duftölen eingerieben und dann auf eine Art Steintisch gebettet. Dann wurde der Höhleneingang verschlossen, damit kein Unbefugter – und vor allem keine Tiere – in die Höhle hineingehen konnten. Oft wurde dabei ein riesiger zurechtgeschlagener Stein auf einer besonderen Schienenkonstruktion vor den Höhleneingang gerollt. „Josef legte den Leichnam Jesu in sein eigenes Grab, das er in den Felsen hatte hauen lassen und er rollte einen großen Stein vor die Tür des Grabes“ heißt es.

Verschlossen das Grab, verschlossen mit einem großen Stein. Eingeschlossen das Leben, verdunkelt die Hoffnung. Ein Grab wie viele.

Steine auf unsrem Herzen - schwer, unendlich schwer manchmal. Wer wälzt den Stein von den Gräbern unserer Liebe, unserer Hoffnung? Wer nimmt von unseren Schultern die drückenden Steine der Sorge?

**Musik oder Stille oder Lied:** Herzen, die kalt sind wie Hartgeld SvH

## **Textlesung Mk 16**

### **Musik oder Stille**

#### **Betrachtung** (*kann als Andacht für sich stehen*)

Drei Frauen sind es, die uns in diesem Ostertext begegnen. Lassen Sie uns den Weg dieser Frauen am Ostermorgen ein wenig näher ansehen, den Weg vom Grab zur Auferstehung. Lassen Sie uns diesen Weg ein Stück mitgehen – zumindest erst einmal in Gedanken.

Im Finstern sind sie losgegangen, denn bei Sonnenaufgang waren sie schon am Ziel. Im Dunkeln haben sie sich auf den Weg gemacht; einen Weg, den sie noch gar nicht deutlich erkennen konnten, denn eine befestigte Straße war es sicher nicht. Ahnen nur konnten sie Ihren Pfad, suchen, ertasten; jeden Schritt, jeden Meter finden.

Vielleicht kennen Sie diese Erfahrung – im Dunkeln vor Sonnenaufgang in Kälte und Nebel aufbrechen, ohne den Weg zu kennen. In einer Mischung aus Spannung und Angst kann ich mich nur auf die Eine verlassen, die den Weg kennt und vorausgeht.

Ich stelle mir vor, dass die drei Frauen zuerst einmal stumm miteinander gelaufen sind, jede mit sich selbst beschäftigt. Irgendwann fangen sie an, miteinander zu reden. Alle sind sie auf denselben Gedanken gestoßen, mit dem sie nicht weiterkommen und den müssen sie aussprechen. Möglicherweise hat jede gehofft, dass die andere eine Idee hat wie sie mit dem Problem fertigwerden können. Sie gestehen sich ihre Ohnmacht ein. Sie wissen, dass das Ziel ihres mühsamen Weges, das Grab, mit einem Stein verschlossen ist. Und in ihrer Vorstellung ist dieser Stein nicht nur groß, sondern riesig. Mächtig. Nicht allein zu bewältigen.

Aber gleichzeitig wissen sie, dass nach menschlichem Ermessen um diese Zeit kein starker Mann zu finden sein wird, der ihnen den Brocken vom Eingang des Grabes wegschiebt, damit sie hineingehen und ihrer Trauer und Verehrung Ausdruck geben und den Leichnam Jesu salben können.

Auch auf den Gedanken, dass sie es ja wenigstens versuchen könnten, mit all ihrer gemeinsamen Kraft das Problem anzupacken, sind sie offenbar nicht gekommen. Oder sie haben diese Idee gleich wieder verworfen. Zu schwach schätzen sie sich selbst ein.

Ich würde die drei Frauen jetzt gern fragen: Habt ihr nicht früher an diesen Stein gedacht? Habt ihr euer Vorhaben denn nicht geplant? Ihr hättet doch ein paar starke Männer mitnehmen können. Oder sie bitten können, euch am Grab zu erwarten bei Sonnenaufgang. Wolltet ihr das nicht? Oder habt ihr keinen gefunden, der diesen Weg mit euch auf sich nehmen wollte? Warum seid ihr dann überhaupt losgegangen?

Wir werden keine Antwort auf diese Fragen bekommen. Aber vielleicht war in den Frauen so ein unerklärbarer Funke an Hoffnung. Fast erloschen, aber doch noch am Glimmen, ein Funke, der sie beflügelt hat. Ein Urvertrauen sozusagen gegen allen Augenschein, ein Vertrauen, dessen Wurzel in der Erfahrung mit Jesus liegt.

Jedenfalls sind die Frauen weitergegangen. Wir lesen nichts davon, dass sie stehengeblieben sind, diskutiert haben, kalkuliert, argumentiert wie es vielleicht Männer getan hätten. Und auch umgekehrt sind sie nicht. Obwohl das Problem mit diesem Stein unlösbar und damit ihr Ziel unerreichbar schien. Sie sind weitergegangen – intuitiv, vertrauend, hoffend...

Und dann stehen sie plötzlich vor dem Grab und reden immer noch über den Felsbrocken, der ihnen den Weg versperrt. Der viel zu groß ist und zu schwer, um ihn jemals bewältigen zu können.

Die Sonne geht gerade auf und erst jetzt sehen sie wirklich hin. Sie heben den Kopf und sehen dem vermeintlichen Problem ins Auge – und bemerken, dass es gar nicht existiert.

Einen Moment sind sie wie erstarrt. Und dann ist ihnen wohl buchstäblich ein Stein vom Herzen gefallen. Hautnah, am eigenen Leib erleben sie Auferstehung. Christus ist auferstanden – das sehen sie nicht nur, sie spüren es auch an sich selber.

„Sie gingen in das Grab hinein und sahen einen Engel auf der rechten Seite sitzen, der hatte ein langes weißes Gewand an und sie fürchteten sich. Er aber sagt zu ihnen: Fürchtet euch nicht. Ihr sucht Jesus von Nazareth. Er ist auferstanden. Er ist nicht hier.“

Auferstehung passiert unmittelbar am Grab. Nicht zu Hause, nicht im Tempel nicht irgendwo als Sensation oder vor auserwählten Leuten.

Wünschen wir uns nicht auch diese Erfahrung? Ein Stein fällt von unserem Herzen, von unserer Seele...

Wir können aufstehen, weil uns eine schwere Last abgenommen ist...

Wir sind eingeladen dazu – immer wieder, und zu Ostern ganz besonders – aufzuerstehen aus unserer Trägheit, aus unserer Müdigkeit und Hoffnungslosigkeit, aus unseren Gewohnheiten und aus unserer Orientierungslosigkeit. Weil Jesus auferstanden ist, ist der Stein ins Rollen gekommen, der Weg freigemacht.

Lassen wir uns anstecken von Maria und Maria und Salome, den drei Frauen, die losgingen im Dunkeln bevor der Weg deutlich erkennbar war. Die weitergingen, obwohl ihr Ziel unerreichbar, ihr Problem unlösbar schien. Lassen wir uns anstecken von den Frauen, die nicht blindlings vor sich hinliefen, sondern sich Gedanken machten und miteinander darüber redeten - ohne stark und sicher sein zu müssen. Lassen wir uns anstecken von den Frauen, die wie auch wir so oft, vergessen hatten, dass Gott noch ganz andere Möglichkeiten hat als wir uns vorstellen können, und die trotzdem dem Impuls der Hoffnung folgen, am Ostermorgen zum Grab Jesu gehen und dort die Auferstehung erleben. Amen

**Lied:** EG 111; 1,2,11,13-15

### **Steinmeditation II** *mit kleinen Halbedelsteinen*

*(beim Einkauf bitte auf faire Herkunft und Preise achten)*

Wir haben alle einen Stein in der Hand. *oder:* Wir haben Steine vor uns liegen. Sie sind Symbole für Lasten, Probleme, Ängste, für Steine in unserem Leben, die uns be-drücken. Steine auf unserem Lebensweg werden bleiben, auch nach Ostern; altbekannte Steine und neue, über die wir stolpern, die wir wegräumen oder die wir umgehen oder vielleicht auch übersteigen müssen. Steine, über die wir klagen, die uns niederdrücken, zu Boden ziehen wie eine schwere Last. Es gibt sie. Aber manchmal können wir sie uns gegenseitig abnehmen, einander tragen helfen. Es gibt auch Steine, die können wir in kleine Brocken zerlegen, die sich dann leichter bewältigen lassen. Einen schier unbezwinglichen Stein kann man oder frau bepflanzen, so dass er ganz anders aussieht. Manchen Stein können wir bei Gott ablegen.

### **Steine ablegen am Kreuz** *(wenn nicht schon früher geschehen):*

So sind Sie jetzt eingeladen, den Stein aus Ihrer Hand am Kreuz abzulegen. Dort können wir Lasten abladen. Denn Gott trägt sie mit uns.

*Das kann in Stille oder mit leiser Musik geschehen, evtl. auch indem die Steine „mit Namen“ genannt werden. Möglich ist auch ein Kyrie-Gesang nach jedem Stein. Dann kann die Osterkerze angezündet werden.*

Wir können versuchen, unsere Steine mit anderen Augen zu sehen und anders mit ihrer Last und Härte umzugehen – weil Ostern geworden ist. Gott will in unserem Leben Steine ins Rollen bringen, wie auch immer unsere Steine aussehen mögen.

Zum Zeichen dafür und zur Erinnerung daran können Sie sich noch einen Stein aussuchen. Es sind jetzt ganz andere Steine, schöne, farbige, kleine glatte Steine. Auferstehungssteine könnten wir sie nennen. Sie erinnern an den Stein, der – von der Grabhöhle fortgerollt - die Auferstehung anzeigt. Vielleicht liegen diese Steine dann zu Hause zwischen den Ostereiern und bringen noch andere Steine ins Rollen.

**Lied:** z. B. Wie in einer zärtlichen Hand SvH 109

oder Manchmal feiern wir mitten am Tag SvH 17

*Hier kann sich sehr schön ein Salbungsritual anschließen. Einander die Hand oder auch die Stirn mit einem wohlriechenden Öl (z. B. Rose oder Lavendel – nicht zu stark) zu salben ist ein schönes Zeichen der Liebe und der Stärkung für den Weg.*

*In der Bibel finden wir die Salbung der Könige und die der Gäste im Haus, die Salbung des Messias Jesus, aber auch die Krankensalbung zur Heilung.*

#### **Gebet:**

Du Gott des Lebens, wir haben die Steine unserer Lasten zu dir gebracht und fragen, ob es wahr sein kann: Auferstehung?

Wir sehen das Licht und fragen: Lag da nicht ein großer Stein vor der Tür?

Die Botschaft erreicht unser Ohr und wir fragen: Sind die Botinnen glaubwürdig?

Erfülle uns mit deinem Licht, so dass der Stein uns keine Sorgen macht.

Lass die Botschaft in unser Herz dringen, dass sie uns deine Liebe gewiss macht.

Lass uns erleben, wie DU den Stein ins Rollen bringst, damit wir leben können.

Das bitten wir dich durch Jesus Christus, deinen Sohn, der auferstanden ist. Amen

*nach unbekannter Quelle*

#### **Segen:**

Gottes Segen leuchte uns wie das Licht am Ostermorgen.

Gottes Friede begleite uns.

Gottes Liebe beflügle uns.

Gottes Freude rühre uns an.

Christus ist auferstanden.

In diesem Glauben segne uns Gott.

*In: Heidi Rosenstock, Hanne Köhler: Du Gott, Freundin der Menschen; Kreuz-Verlag, Stuttgart 1981*