



**2026**

**Impulse zu den Kar- und Ostertagen**

### **Wenn du drei Wünsche frei hättest**

„Wenn du drei Wünsche frei hättest, was würdest du dir wünschen?“

Diese Frage habe ich vor kurzem Schülerinnen und Schülern der neunten Klasse bei Orientierungstagen gestellt. In diesen Tagen sollen sie auf ihr Leben schauen – auf das, was sie ausmacht, wer sie geworden sind und welche Entfaltungsmöglichkeiten in ihnen stecken. Dabei sollen sie sich selbst besser kennen lernen, aber auch ihre Mitschülerinnen und Mitschülern.

Bei einem Speeddating wurde also die Frage nach den drei Wünschen formuliert. Da kamen materielle Antworten wie Häuser und Geld. Jetzt kann man diese Wünsche der 14-Jährigen belächeln und als oberflächlich abtun.

Letztlich zeigen sie für mich aber eine Sehnsucht, die viele Menschen in sich tragen: eine Sehnsucht nach einer geheilten und ganzen Welt. Einer Welt, in der mein Körper mir keine Schwierigkeiten macht durch sein Aussehen, das nicht den eigenen Ansprüchen genügt – oder mich durch Krankheiten herausfordert. Einer Welt, in der sich Menschen (Männer und Frauen!) anständig und ordentlich benehmen – mit Zurückhaltung und einem Blick für die Bedürfnisse anderer Menschen.

Ich glaube, meine Schülerin teilt damit den Wunsch nach einer Welt, wie sie Jesus von Nazareth wollte: eine Welt von Annahme und Mitgefühl, Gerechtigkeit und Liebe. An Gründonnerstag hören wir in den Gottesdiensten die Geschichte von der Fußwaschung. Und damit bringt Jesus praktisch zum Ausdruck, was der Auftrag derer ist, die ihm nachfolgen: sich in den Dienst nehmen zu lassen. Füße zu waschen, keine Köpfe.

Wenn Jesus einen Wunsch frei hätte, dann vielleicht, dass wir einander genau so begegnen, wie er es als Beispiel in der Fußwaschung getan hat.

*Dominic Lück, Geistliche Leitung der Kolpingjugend*

## **Gegen die Einsamkeit**

Immer mehr Menschen in Deutschland fühlen sich einsam. Das heißt, sie haben den Eindruck, dass sie zu wenige soziale Kontakte haben oder dass, die die sie haben, keine wirkliche Qualität haben; dass sie nicht ausreichen, um sich geborgen zu fühlen.

Auch in unserer Verbandsgemeinde wird die Zahl der sich einsam fühlenden Menschen größer. Ländlicher Raum und eine alternde Bevölkerung wie bei uns sind nach dem Einsamkeitsbarometer der Bundesregierung Faktoren, die Einsamkeit begünstigen.

Christinnen und Christen erinnern sich in dieser Woche, was Jesus in der letzten Woche seines Lebens durchgemacht hat: Angefangen vom Bejubeltwerden beim Einzug in Jerusalem an Palmsonntag, über den Verrat durch einen Freund, das Abschiednehmen von geliebten Menschen beim Abendmahl, die Erfahrung, dass selbst die treuesten Freunde untreu werden, bis hin zum verletzt werden durch andere: mit Schlägen und Folter, mit Spott und Hohn. Das Tragen der Last des Kreuzes, das Zusammenbrechen und Nichtmehrkönnen, das Verzweifeln an Gott, „Warum nur hast du mich verlassen?“ und schließlich das Grab. Gerade die Passion und der heutige Freitag erzählen auch von Alleingelassen-Werden, von Einsamkeit und zugleich Menschen, die treu bleiben: Allen voran die Frauen und der Lieblingsjünger aus Jesu Jünger\*innenkreis: Sie sind es, die bleiben, sie sind es, die Jesus im Leiden und Sterben begleiten. Sie sind es, deren Sehnsucht sie zum Grab treibt.

Warum erinnern wir uns alle Jahre wieder an Jesu Leiden, Sterben und Tod? Für mich ist all das auch ein Programm gegen Einsamkeit: Jesus, von denen Christinnen und Christen behaupten, er sei Gott selbst, durchlebt so ziemlich alle Situationen eines Menschenlebens: Vom Hosianna bis hin zum Verrat, Sterben und Grab. Damit will mir und dir gesagt werden: Du bist niemals allein, da ist immer einer, der bei und mit dir ist; selbst dann, wenn du dich von Gott verlassen fühlst, ist er da und mit dir. Auch dieses Dunkel hält er mit dir aus.

Jesus hat die Einsamkeit, die ein menschliches Leben bringen kann, durchlitten und zeigt zugleich so echte und wahre Solidarität, die anstecken soll, damit auch wir niemanden allein lassen. Zugleich hat er in den Frauen und dem Lieblingsjünger aus seinem Kreis echte Solidarität erfahren.

Das, was wir in diesen Tag begehen, ist ein Fest gegen die Einsamkeit. Überall da, wo Menschen für andere da sind, mit ihnen leiden und helfen, dass sie aus ihrer Isolation finden, da ist Christus, der ja nicht tot geblieben ist, da ist Leben.

Der Blick auf Jesu Leiden und Sterben kann für uns als Kolpinggeschwister Grund sein, dass wir uns mit unserem Verband und unseren Kolpingsfamilien, den verschiedenen Einrichtungen und Angeboten genau dafür einzusetzen: dass Menschen Angebote haben, in denen sie anderen begegnen, ein Für- und Miteinander erleben – gegen die Einsamkeit.

Kolping als Sozialverband ist deshalb nicht irgendein Anhängsel der Kirche, sondern vielmehr die gelebte Fortsetzung der Botschaft der österlichen Tage des Leidens, Sterbens und Auferstehens Jesu: Kolping will Raum zur Begegnung, zum Leben gegen Einsamkeit geben. Kolping will zur Solidarität bewegen trotz und gerade wegen allem Unrecht, das weltweit Menschen erleben müssen.

Jesus durchleidet Schreckliches, damit wir, wenn es uns passiert, ahnen, dass wir nicht allein sind, dass er mit uns leidet. Aber dieses schreckliche Unrecht und Leid, wird uns auch erzählt, damit wir von Jesu Leiden mit und für uns auch motiviert werden zu Solidarität – gerade auch da, wo alles am Ende scheint. Da Aus- und Zusammenzuhalten, das ist es, was wir von den Jüngerinnen und dem Lieblingsjünger lernen können und wie tröstlich an diesem Karfreitag, dass es das auch dank Kolping an vielen Orten gibt!

Impuls zu Karsamstag – 04.04.2026

zur Fastenzeitaktion „Rien ne va plus. – Nichts geht mehr. Wirklich?“ der Pfarrei Vallendar St. Maria Magdalena im Pastoralen Raum Koblenz

## Hoffnungszeit

„Kreuz, zu dem ich fliehe, aus der Dunkelheit; statt der Angst und Mühe ist nun Hoffnungszeit.“ (GL 270, 2)

Diese Liedzeile begleitet mich in diesen Tagen besonders.

Denn der Karsamstag ist ein seltsamer Tag – ein Tag dazwischen.

Karfreitag ist vorbei – das Kreuz steht noch.

Ostern hat noch nicht begonnen – das Licht ist noch nicht entzündet.

Der Karsamstag ist der Tag, an dem man sagen könnte:

Rien ne va plus. – Nichts geht mehr. Jesus ist tot. Die Hoffnung liegt im Grab.

Alles, worauf wir vertraut hatten, scheint zerbrochen.

Ich stelle mir vor, wie still es damals gewesen sein muss.

Die Jüngerinnen und Jünger versteckt, verängstigt, ratlos.

Vielleicht dachten sie: Wir haben uns getäuscht. Alles ist vorbei.

Manchmal kenne ich solche Karsamstag-Momente auch aus meinem Umfeld:

Wenn Pläne zerbrechen.

Wenn ein Mensch krank wird.

Wenn eine Beziehung endet.

Wenn eine Nachricht alles verändert.

Und auch wenn ich auf unsere Welt schaue, gibt es viele solcher Momente:

Wenn ich die Bilder aus Kriegsgebieten sehe – zerstörte Städte, Menschen auf der Flucht.

Wenn ich höre von Gewalt, Terror und Hass.

Wenn die Nachrichten von Naturkatastrophen berichten.

Wenn Menschen einsam sind, obwohl sie mitten unter uns leben.

Wenn Vertrauen verloren geht – in der Gesellschaft, in der Kirche, manchmal sogar im eigenen Leben.

Dann kommt sie wieder, diese leise, schwere Frage: Geht überhaupt noch etwas?

Oder ist es wirklich so: Rien ne va plus?

Und genau da spricht dieser Liedtext in mein Herz:

„Kreuz, zu dem ich fliehe, aus der Dunkelheit; statt der Angst und Mühe ist nun Hoffnungszeit.“

Das Kreuz als Folterinstrument ist an sich kein Zeichen der Hoffnung; es ist ein Zeichen des Scheiterns, ein Zeichen von Gewalt und Tod.

Und doch fliehen Christen seit Jahrhunderten zu diesem Kreuz. Warum?

Weil wir wissen: Gott ist selbst in diese Dunkelheit hineingegangen, er ist nicht ferngeblieben, er hat sich nicht herausgehalten, er kennt den Schmerz, die Angst, das Gefühl, dass alles verloren ist.

Der Karsamstag sagt mir: Gott ist auch dort, wo wir ihn gerade nicht sehen: im Grab, in der Stille, in der scheinbaren Hoffnungslosigkeit.

Gerade dieser Tag erinnert mich daran:

Hoffnung entsteht nicht erst dann, wenn alles gut ist.

Hoffnung beginnt oft gerade mitten im Dunkel, noch bevor das Licht sichtbar wird, noch bevor sich etwas verändert.

Die Jünger wussten es damals nicht – aber in diesem stillen Karsamstag arbeitete Gott schon an Ostern.

Vielleicht ist das auch heute so.

Vielleicht wächst Hoffnung auch dort, wo wir sie noch nicht erkennen:

In Menschen, die trotz allem für Frieden arbeiten.  
In Ärztinnen und Pflegern, die jeden Tag Leben schützen.  
In Menschen, die Geflüchtete aufnehmen.  
In Jugendlichen, die sich für unsere Erde einsetzen.  
In Nachbarn, die füreinander da sind.  
In stillen Gesten der Freundlichkeit, die kaum jemand bemerkt.  
Vielleicht wächst Hoffnung sogar in mir – leise, unscheinbar, fast verborgen.

Der Karsamstag ist der Tag der großen Frage:  
Rien ne va plus. – Wirklich?

Unser Glaube antwortet darauf: Noch nicht sichtbar, noch nicht laut, noch nicht endgültig.  
Aber: Die Hoffnung lebt.  
Denn Gott hat das letzte Wort nicht dem Tod überlassen.

Darum darf ich heute, mitten im Karsamstag, schon ahnen:  
Das Grab ist nicht das Ende. Die Dunkelheit wird nicht siegen.  
Und selbst wenn alles danach aussieht, als ob nichts mehr geht – Gott geht weiter.  
Und wo Gott weitergeht, da wächst Hoffnung.  
Denn am Ende gilt: Nicht die Angst siegt, nicht das Scheitern, nicht der Tod.  
Die Hoffnung siegt.  
Nun ist Hoffnungszeit.

*Josef Pfaffenheuser, Kolpingsfamilie Vallendar*

## Osterfreude?!

Heute fällt mir die Osterfreude echt schwer: Freund\*innen im Iran, in Israel, der Ukraine, Nigeria und vielen anderen Gebieten unserer Welt sind im Kriegs- oder Krisenmodus. Ich versuche seit Wochen, Sr. Geraldine in Nigeria zu erreichen. Sie arbeitet mit Mädchen und jungen Frauen, um ihnen Bildung und Erziehung zu ermöglichen; doch das Stromnetz ist extrem störungsanfällig, die Generatoren haben kein Benzin und die Solarpaneele haben terroristische Gruppierungen wie Boko Haram zerstört oder gestohlen. Im Iran sitzen die Familien von Freundinnen in ihrem Zuhause fest und es gibt nur ganz selten eine Möglichkeit, in Kontakt zu treten. Von den Benediktinern der Dormitio und anderen Freund\*innen in Israel höre und lese ich zumindest noch regelmäßig ... schon ein gutes Zeichen. Wir laufen in vollem Tempo in die Klimaveränderungen und sehen die immer drastischeren politischen Entscheidungen in Europa, den USA und Israel voll Sorge um Humanität, Frieden und Gerechtigkeit.

Und heute feiern wir Ostern, nach den großen Fürbitten vom Karfreitag mit Urbi et Orbi, dem Segen für Stadt und Welt, der den Frieden Gottes und des Auferstandenen Jesus Christus verheißt. Wie schwer fällt es mir gerade, diese Osterbotschaft zu hören und nicht wegzulaufen! Und genau darum ging es auch vor mehr als 2000 Jahren! Die Römer hielten mit ihrem Weltreich die bekannte Welt besetzt, dachten jede\*r muss sich ihrer Philosophie, Politik, der Gesellschaft römischen Vorbilds und nicht zuletzt ihrem Bildungsideal unterwerfen. Wer die Macht hat, übt sie aus und am besten geht das mit Gewalt – mit Knüppeln, Schwertern ... Gewehren, Granaten, Raketen und Drohnen!

Jesus hat mit seiner Botschaft dem widersprochen: Ihm ging es nie um weltliche Macht, politischen und wirtschaftlichen Reichtum oder eine mächtige Elite, sondern um den Menschen, genauer den und die am Rand der Gesellschaft, der eigenen „Klasse“, des eigenen Standes. Jesus hat andere Maßstäbe gesetzt:

Frieden gegen Gewalt – Solidarität gegen Privilegien – Gemeinschaft gegen Individualismus – Reich Gottes gegen Herrschaftsstrukturen. Er hat es „**Reich Gottes bauen**“ hier und heute in dieser Welt genannt.

In seinem Wirken wurde dies darin deutlich, dass er dem entgegensteht, was zerstörerisch, egoistisch, destruktiv ist. Gemeinsam auf dem Weg zu sein – miteinander und voneinander lernen – gemeinsame Ziele verfolgen und erreichen, auch wenn es auf Widerstände, Unverständnis und Schwierigkeiten hinausläuft.

Genau das feiern wir heute: Die Zusage Gottes, dass der Tod besiegt ist und es trotz aller anders lautenden vernünftigen Argumentationen eine **NEUE WELT** geben kann und wird. Und so wünsche ich Euch und Ihnen heute von Herzen „Frohe und Gesegnete Ostern“, dass es gegen alle Widerstände gut werden kann – so wie es das Reich Gottes sein wird.

*Elke Grün, Geistliche Leiterin*

## **Jesus lebt!**

Vorausgegangen ist die Fastenzeit - eine Zeit des Innehaltens, der Besinnung, der Vergewisserung, auch der Neuausrichtung.

Etwas intensiver als im gewohnten Alltag haben wir uns vielleicht nochmals den biblischen Schriften genähert. Die Person Jesus bleibt uns dennoch hier und da unbegreiflich, manchmal fern, außerhalb der gängigen "Norm" handelnd.

Aber es stellen sich auch die lichten Momente des Begreifens, des Sich-Eins-Fühlens, der Nähe, des Erlebens seiner Größe, des Angenommenseins durch seine Liebe ein.

Wer ist dieser Jesus? Was hat er vollbracht?

Laut Ranglisten im Internet wird er erst an dritter Stelle der bedeutendsten Persönlichkeiten geführt. Das wollen wir doch so nicht stehen lassen, denn:

### **Der bedeutendste Mensch der Geschichte**

Er hatte keine Diener, aber sie nannten ihn Meister.

Er hatte keinen Abschluss, aber sie nannten ihn Lehrer.

Er war kein Arzt, aber sie nannten ihn Heiler.

Er hatte keine Armee, aber Könige fürchteten ihn.

Er gewann keine Militärschlachten, aber er eroberte die Welt.

Er hat keine Verbrechen begangen, aber sie kreuzigten ihn.

Er wurde in ein Grab gelegt, aber er lebt!

### **Sein Name ist Jesus Christus!**

Was [Lyle C. Rollings](#) in diesen wenigen Worten zusammenfasst, ist einerseits Geheimnis, andererseits so klar und offenbar.

Jesus war von natürlicher Autorität, seine Lehren zogen Hunderte und Tausende in den Bann. Er heilte Blinde, Behinderte, Aussätzig. Seine Heilungen erreichten die Herzen der Menschen, schenkten Hoffnung auf neues Leben. Er verunsicherte die religiösen wie weltlichen Herrscher seiner Zeit. Dennoch wagten sie dieses ungerechte Urteil gegen ihn. Der Tod konnte ihn nicht halten. Und dann geschah dieses unglaubliche, alle Vorstellungen sprengende Ereignis:

**ER STEHT AUS DEM GRABE AUF, ER LEBT!**

Dieser plakative Text fasziniert. Frage: wie kann jemand, der das alles vollbracht hat, nur an dritter Stelle der bedeutendsten Persönlichkeiten rangieren? Jesus, Du sollst an erster Stelle stehen!

## **Gebet**

Ich danke Dir, Herr, dass ich beim Lesen der Bibel Jesus begegne.

Bitte lass meine Beziehung mit Dir dabei immer mehr von Freude über deine Auferstehung und dankbarer Liebe über dein Wirken in meinem Leben durchdrungen sein.

Lass mich deine Herrlichkeit widerspiegeln.