



### *Wir sind wie ein Kreuz*

*Wir stehen ganz aufrecht. Wir spüren dieser Haltung nach.*

*Wir breiten unsere Arme aus und halten sie waagrecht. Wenn wir ermüden, lassen wir die Arme sinken.*

*Wir spüren nach, wo und wie sich die Senkrechte und Waagrechte in unserem Körper kreuzen. Wir können diesen „Kreuzungspunkt“ erspüren.*

Wenn du gerade stehst und deine Arme ausbreitest, dann bildet dein Körper ein Kreuz. Deine Hände strecken sich den anderen entgegen, und dein Kopf weist „nach oben“, hin zu Gott. Das sind die beiden wichtigsten Richtungen in unserem Leben: Zu Gott und zu den anderen Menschen. In deinem Herzen können sich die beiden Achsen treffen.

Dann hast du mit Jesus vieles gemeinsam:  
Er breitete seine Arme weit aus, um viele zu umarmen.  
Er streckte seine Hände den Menschen entgegen, um ihnen zu helfen.  
Mit seinem Geist war er ganz bei Gott, seinem Vater.  
Von ihm erwartete er den Sinn und Halt seines Lebens.  
Er hielt zu ihm, auch als es gefährlich wurde – sogar im Tod.

Das ist schon merkwürdig:  
Wer Hand und Fuß, Kopf und Herz einsetzt  
Für Gott und die Menschen, der kann Ärger bekommen,  
der spürt das Kreuz deutlich. – Ganz so wie Jesus.

Nach: Von Aschermittwoch bis Ostern. Ein Wegbegleiter für die ganze Familie. Bistum Essen, Bochum 1989. Leicht verändert: Materialbrief RU 3/2003; DKV München