



# Ostern zu Hause feiern

A  
Ω

Eine Gebrauchsanleitung  
für Freunde von Sankt Ottilien

Liebe Freundinnen und Freunde von Sankt Ottilien,

Im Jahr 2020 brach kurz vor Ostern die Welt zusammen: die Pandemie lähmte das gesamte öffentliche und auch das kirchliche Leben. Inzwischen wissen wir besser mit den Einschränkungen umzugehen. Auch auf kirchlicher Seite ist das Angebot im Bereich digitaler Kommunikation sprunghaft angewachsen. Da für viele ein persönlicher Besuch von Gottesdiensten weiterhin schwierig bleibt, möchten wir Sie einladen, die dichte und aufbauende Osterliturgie über Livestream bei uns mitzuverfolgen. Daneben möchten wir Ihnen mit dieser Broschüre einige Impulse anbieten, die bei der persönlichen Betrachtung während der Heiligen Woche helfen können. Die Zeit zwischen Palm- und Ostersonntag ist nicht nur der Höhepunkt des Kirchenjahres, sondern enthält auch unzählige Anregungen, wie wir aus dem Glauben heraus unser Leben sinnvoll gestalten und für diese Welt zum Segen werden können.

### **Gottesdienstzeiten in der Heiligen Woche**

(<http://live/erzabtei.de>)

#### **Palmsonntag**

9.15 Uhr: Festgottesdienst mit Palmenweihe

#### **Gründonnerstag**

19.00 Uhr: Abendmahlgottesdienst mit Fußwaschung

#### **Karfreitag**

15.00 Uhr: Leiden und Sterben unseres Herrn Jesus Christus

#### **Osternacht**

5.00 Uhr: Auferstehungsfeier

#### **Ostersonntag**

7.45, 9.15, 11.00 Uhr: Ostergottesdienste

17.30 Uhr: Lateinische Vesper

[www.ottilien.de](http://www.ottilien.de) – [webmaster@ottilien.de](mailto:webmaster@ottilien.de)

Besuchen Sie uns auch auf Facebook, Youtube und Instagram

## LIED

Nun saget Dank und lobt den Herren,  
denn groß ist seine Freundlichkeit,  
und seine Gnad und Güte währen  
von Ewigkeit zu Ewigkeit.

Du, Gottes Volk, sollst es verkünden:  
Groß ist des Herrn Barmherzigkeit;  
er will sich selbst mit uns verbünden  
und wird uns tragen durch die Zeit.

Er, der da kommt in Gottes Namen,  
sei hochgelobt zu jeder Zeit.

Gesegnet seid ihr allzusammen,  
die ihr von Gottes Hause seid.

Nun saget Dank und lobt den Herren,  
denn groß ist seine Freundlichkeit,  
und seine Gnad und Güte währen  
von Ewigkeit zu Ewigkeit.



## PALMSONNTAG

In den 40 Tagen der Fastenzeit haben wir uns auf Ostern vorbereitet. Unsere Herzen, unsere Sinne und Taten haben wir ausgerichtet auf Jesus. Mit dem Palmsonntag beginnen wir nun die Feier der österlichen Geheimnisse unseres Herrn: Christus zieht in seine Stadt Jerusalem ein; dort nimmt er das Leiden und den Tod auf sich und dort wird er auch auferstehen. Wir wollen diese Woche über den Herrn auf seinem Weg begleiten; wir nehmen teil an seinem Kreuz, damit wir auch Anteil erhalten an seiner Auferstehung und seinem Leben.

### LESUNG AUS EVANGELIUM NACH MARKUS

Es war einige Tage vor dem Paschafest. Jesus kam mit seinen Jüngern nach Jerusalem. Die Jünger brachten einen jungen Esel zu Jesus, legten ihre Kleider auf das Tier und er setzte sich darauf. Und viele breiteten ihre Kleider auf den Weg aus, andere aber Büschel, die sie von den Feldern abgerissen hatten. Die Leute, die vor ihm hergingen und die ihm nachfolgten, riefen: Hosanna! Gesegnet sei er, der kommt im Namen des Herrn! Gesegnet sei das Reich unseres Vaters David, das nun kommt. Hosanna in der Höhe!

### TAGESGEBET

Allmächtiger Gott,  
am heutigen Tag huldigen wir Christus in seinem Sieg  
und tragen ihm zu Ehren Zweige in den Händen.  
Mehre unseren Glauben und unsere Hoffnung,  
erhöre gnädig unsere Bitten und lass uns in Christus  
die Frucht guter Werke bringen.  
Darum bitten wir durch ihn, Christus, unseren Herrn.



## GRÜNDONNERSTAG



### FEIER DES LETZTEN ABENDMAHLS MIT FUSSWASCHUNG

Impuls von Erzabt Wolfgang

Hinter der „Fußpflege“ Jesu steht ein Lebensprogramm: „Er hielt nicht daran fest, Gott gleich zu sein, sondern entäußerte sich und wurde wie ein Sklave und den Menschen gleich“ (Philipperbrief). Gott beugt sich zu den Menschen herab. Dort, wo der Mensch sich schmutzig macht, wo er im Irdischen stecken bleibt, da reinigt ihn Jesus, indem er ihn liebevoll berührt. Jesus verändert den Menschen von unten her. Auch unsere Kirche kann sich nur von unten her verändern. Lassen wir Jesus an uns heran? Ja, Glaube muss unter die Haut gehen. Wenn man das Unsichtbare begreifen will, muss man mit dem Sichtbaren in Berührung kommen. Liebe braucht Zeichen. Zeichen können mehr sagen als Worte und ihre Wirkung hält länger an. Eucharistie und Fußwaschung werden heute zum Zeichen der Nähe Gottes.

„Begrift ihr, was ich an euch getan habe?“ fragt Jesus uns am Ende der Fußwaschung, und er fügt hinzu: „Ich habe euch ein Beispiel gegeben, damit auch ihr so handelt, wie ich an euch gehandelt habe“. Das ist die praktische Seite dessen, was Jesus uns im Testament der Eucharistie vermacht: „Tut dies zu meinem Gedächtnis.“ Es genügt nicht, fromm die heilige Kommunion zu empfangen. Jesus lädt uns ein, selber zum FußpflegerIn zu werden. FußpflegerIn: ein Titel, der mehr ist als eine Berufsbezeichnung. Mit seiner Fußpflege hilft uns Jesus in den Schuh unserer Berufung: Wir waschen einander nicht den Kopf, sondern die Füße. Wenn wir den Glauben authentisch weitergeben wollen, dürfen wir uns nicht auf die Füße treten, sondern einander zuneigen um unsere verwundeten Stellen zu berühren und heilen. Und wir sind selbst eingeladen uns durch die Berührung von Jesus verwandeln zu lassen.

## KARFREITAG

### LEIDENSGESCHICHTE NACH DEM JOHANNESVANGELIUM

Nach seiner Gefangennahme wurde Jesus zum römischen Statthalter Pontius Pilatus gebracht. Pilatus fragte ihn: Bist du der König der Juden? Jesus antwortete: Mein Königtum ist nicht von dieser Welt. Wenn mein Königtum von dieser Welt wäre, würden meine Leute kämpfen. Nun aber ist mein Königtum nicht von hier. Das sagte Pilatus zu ihm: Also bist du doch ein König? Jesus antwortete: Du sagst es, ich bin ein König. Ich bin dazu geboren und dazu in die Welt gekommen, dass ich für die Wahrheit Zeugnis ablege. Jeder, der aus der Wahrheit ist, hört auf meine Stimme.

Pilatus übergab Jesus an die Soldaten. Jesus selbst trug das Kreuz und ging hinaus zur sogenannten Schädelstätte, die auf Hebräisch Gólgota heißt. Dort kreuzigten sie ihn und mit ihm zwei andere, auf jeder Seite einen, in der Mitte aber Jesus. Pilatus ließ auch eine Tafel anfertigen und oben am Kreuz befestigen; die Inschrift lautete: Jesus von Nazaret, der König der Juden.

Bei dem Kreuz Jesu standen seine Mutter und die Schwester seiner Mutter, Maria, die Frau des Klopas, und Maria von Mágdala. Als Jesus die Mutter sah und bei ihr den Jünger, den er liebte, sagte er zur Mutter: Frau, siehe, dein Sohn! Dann sagte er zu dem Jünger: Siehe, deine Mutter! Und von jener Stunde an nahm sie der Jünger zu sich.

Danach, da Jesus wusste, dass nun alles vollbracht war, sagte er, damit sich die Schrift erfüllte: Mich dürstet. Ein Gefäß voll Essig stand da. Sie steckten einen Schwamm voll Essig auf einen Ysopzweig und hielten ihn an seinen Mund. Als Jesus von dem Essig genommen hatte, sprach er: Es ist vollbracht! Und er neigte das Haupt und hauchte seinen Geist aus.

### Gesang zur Kreuzverehrung

Dein Kreuz, O Herr, verehren wir, und deine heilige Auferstehung preisen und rühmen wir: Denn siehe, durch das Holz des Kreuzes kam Freude in alle Welt.



### **Impuls von Erzabt Wolfgang**

Peter geht mit seinem Großvater aufs Eis. Der kleine Peter tanzt auf dem Eis und bricht ein. Der Großvater legt sich auf das Eis und streckt ihm seinen Gehstock entgegen, an dem sich der Junge herausziehen kann. Ein Paar Tage später stirbt der Großvater durch die starke Unterkühlung. Als die Eltern das Zimmer des Großvaters ausräumen, ist da der Stock, den die Mutter weggeben will. Als Peter dies sieht, ruft er laut; Nein, denn dieses Stück Holz hat mir mein Leben gerettet.

Doch nicht das Holz hat den kleinen Peter gerettet, sondern der Großvater. Wenn wir heute das Kreuzesholz verehren, ist uns sehr wohl bewusst, dass es Jesus Christus ist, der uns durch seinen Kreuzestod errettet. Wir feiern nicht das Leiden, sondern wir verehren das Kreuz, weil an ihm das Heil der Welt gehangen ist. Es ist für uns ein Hoffnungszeichen, dass selbst das schlimmste Marterwerkzeug zum Ort der größten Liebe werden kann. Es gibt nichts in uns, was nicht angenommen ist. Wir schauen am Kreuz unsere Wunden an, aber auch den Arzt für unsere Wunden. Seine ausgestreckten Arme am Kreuz sind eine Geste der liebenden Umarmung. Alles in uns ist von seiner Liebe berührt.





## OSTERNACHT

Wir entzünden eine Kerze und sprechen dabei das Segensgebet über die Osterkerze:

Christus, gestern und heute, Anfang und Ende, Alpha und Omega.  
Sein ist die Zeit und die Ewigkeit.

Sein ist die Macht und die Herrlichkeit in alle Ewigkeit. Amen.

Christus ist glorreich erstanden vom Tod.

Sein Licht vertreibe das Dunkel der Herzen.

## LESUNG AUS DEM BUCH GENESIS

Am Anfang erschuf Gott Himmel und Erde. Die Erde war wüst und wirr und Finsternis lag über der Urflut und Gottes Geist schwebte über dem Wasser. Gott sprach: Es werde Licht. Und es wurde Licht. Gott sah, dass das Licht gut war. Und Gott schied das Licht von der Finsternis. Und Gott nannte das Licht Tag und die Finsternis nannte er Nacht. Es wurde Abend und es wurde Morgen.

Dann sprach Gott: Lasst uns Menschen machen als unser Bild, uns ähnlich! Sie sollen walten über die Fische des Meeres, über die Vögel des Himmels, über das Vieh und über die ganze Erde. Gott erschuf den Menschen als sein Bild, als Bild Gottes erschuf er ihn. Männlich und weiblich erschuf er sie und Gott segnete sie.

## GEBET

Allmächtiger Gott, du bist wunderbar in allem, was du tust. Lass deine Erlösten erkennen, dass deine Schöpfung groß und schön ist. Doch noch größer ist das Werk unserer Erlösung, das du uns geschenkt hast, als sich die Zeit erfüllt hat, durch den Tod des Osterlammes, unseres Herrn Jesus Christus, der mit lebt und herrscht in alle Ewigkeit.

## LESUNG AUS DEM MARKUSEVANGELIUM

Als der Sabbat vorüber war, kauften Maria aus Magdala, Maria, die Mutter des Jakobus, und Salome wohlriechende Öle, um damit zum Grab zu gehen und Jesus zu salben. Am ersten Tag der Woche kamen sie in aller Frühe zum Grab, als eben die Sonne aufging. Sie sagten zueinander: Wer könnte uns den Stein vom Eingang des Grabes wegwälzen? Doch als sie hinblickten, sahen sie, dass der Stein schon weggewälzt war; er war sehr groß. Sie gingen in das Grab hinein und sahen auf der rechten Seite einen jungen Mann sitzen, der mit einem weißen Gewand bekleidet war; da erschraken sie sehr. Er aber sagte zu ihnen: Erschreckt nicht! Ihr sucht Jesus von Nazaret, den Gekreuzigten. Er ist auferstanden; er ist nicht hier. Seht, da ist die Stelle, wo man ihn hingelegt hatte. Nun aber geht und sagt seinen Jüngern, vor allem Petrus: Er geht euch voraus nach Galiläa; dort werdet ihr ihn sehen, wie er es euch gesagt hat.

## GEBET

Gott, du hast diese Nacht hell gemacht durch den Glanz der Auferstehung unseres Herrn. Erwecke in deiner Kirche den Geist der Kinderschaft, den du uns durch die Taufe geschenkt hast. So können wir neu werden an Leib und Seele und dir mit aufrichtigem Herzen dienen. Darum bitten wir durch Jesus Christus, unseren Herr.



## OSTERIMPULS: „AUFERSTEHUNG IM HINTERKOPF“

von Erzabt Wolfgang

Im ehemaligen Schottenkloster von Regensburg wurde ein gotisches Kreuz renoviert. Im Hinterkopf der Figur wurde ein Schmetterling gefunden: eine feuervergoldete Emailarbeit aus Silber. Der Künstler hat auf den Flügeln des Schmetterlings die Kreuzigung Jesu dargestellt. Was für eine geniale Idee: Den Schmetterling als Symbol der Verwandlung, zu einem ganz anderen Leben, steckt der Künstler dem Gekreuzigten in den Hinterkopf. Jesus hat schon am Kreuz hängend die Auferstehung im Hinterkopf. Wenn du einmal nicht mehr weiter weißt und dich in einer Krise die Kräfte verlassen, dann hab im Hinterkopf:

Der Auferstandene zeigt dir den Weg,  
der zum ewigen Leben führt.  
Der Auferstandene schenkt Dir  
in der Begegnung mit ihm neue Kraft.  
Der Auferstandene öffnet Dir die Augen  
für eine Wirklichkeit,  
die über deinen Horizont hinausgeht.

Es ist gut im Hinterkopf zu haben, dass wir froher, zuversichtlicher und hoffnungsvoller leben dürfen. Dazu will uns Ostern anstiften.

## BETRACHTUNG

von Dietrich Bonhoeffer

Der auferstandene Christus trägt die neue Menschheit in sich, das letzte herrliche Ja Gottes zum neuen Menschen. Zwar lebt die Menschheit noch im alten Menschen, aber sie ist schon über das Alte hinaus, zwar lebt sie noch in einer Welt des Todes, aber sie ist schon über den Tod hinaus, zwar lebt sie noch in einer Welt der Sünde, aber sie ist schon über die Sünde hinaus. Die Nacht ist noch nicht vorüber, aber es tagt schon.

## FÜRBITTEN

Lasst uns beten zum Herrn, dessen Licht jede Dunkelheit  
in und um uns besiegen kann.

Wir bitten für alle, die den Osterfrieden dringend nötig haben. Dass sie Beistand finden in ihrer Not, Hoffnung für ihren schweren Weg und dass der schwere Stein weggerollt wird, der sie bedrückt. Christus, höre uns.

Wir bitten für alle, die in diesen Tagen getauft werden oder sich auf die Firmung vorbereiten. Dass sie in den Glauben hineinwachsen und ihn als Bereicherung für ihr Leben erfahren. Christus, höre uns.

Wir bitten für uns selbst. Dass wir uns prägen lassen vom Evangelium und zu glaubwürdigen Zeugen der Frohen Botschaft werden. Christus, höre uns.

Wir bitten für alle Menschen, die uneigennützig Dienste leisten und ihren Mitmenschen selbstlos beistehen. Dass ihr Wirken Frucht trägt und sie durch die gute Tat schon belohnt werden. Christus, höre uns.

Wir bitten für alle, die uns nahe stehen. Dass sie vor Unglück und Krankheit bewahrt bleiben und dass sie ihr Leben froh annehmen können. Christus, höre uns.

Wir bitten für die Opfer von Unglücksfällen und Terror. Dass ihr verkürztes Leben im Glanz der Auferstehung Ergänzung und Vollendung findet. Christus, höre uns.

Jesus Christus, du bist unser Ursprung und unser Ziel.

Wir bitten dich, führe all das, was uns bewegt, zu einem guten Ende und mache uns zu Sendboten deiner Liebe, der du mit dem Heiligen Geist lebst und herrschst in alle Ewigkeit.



Wir sprechen das Gebet des Herrn:

Vater unser im Himmel,  
geheiligt werde dein Name,  
dein Reich komme,  
dein Wille geschehe  
wie im Himmel so auf Erden.  
Unser tägliches Brot gib uns heute  
und vergib uns unsere Schuld,  
wie auch wir vergeben unseren Schuldigern  
und führe uns nicht in Versuchung,  
sondern erlöse uns von den Bösen.  
Denn dein ist das Reich  
und die Kraft und die Herrlichkeit  
in Ewigkeit. Amen.

#### SCHLUSSGEBET

Allmächtiger Gott,  
du hast deiner Kirche und allen Menschen  
durch die österlichen Geheimnisse neues Leben geschenkt.  
Bewahre und beschütze uns in deiner Liebe  
und führe uns alle zur Herrlichkeit der Auferstehung.  
Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

#### SEGEN

In dieser Nacht, die erhellt ist durch die Auferstehung  
unseres Herrn Jesus Christus, segne uns der gütige Gott.  
Unser Erlöser hat uns durch Tage des Leidens hindurch  
zur österlichen Freude geführt. Er begleite uns auch alle Tage  
unseres Lebens zu jener Freude, die niemals enden wird.

AMEN

## OSTERLIED

Das ist der Tag, den Gott gemacht,  
der Freud in alle Welt gebracht.  
Es fret sich, was sich freuen kann,  
denn Wunder hat der Herr getan.

Verklärt ist alles Leider der Welt,  
des Todes Dunkel ist erhellt.  
Der Herr erstand in Gottes Macht,  
hat neues Leben uns gebracht.

Wir sind getauft auf Christi Tod  
Und auferweckt mit ihm zu Gott.  
Uns ist geschenkt sein Heilger Geist,  
Ein Leben, das kein Tod entreißt.

Wir schauen auf zu Jesus Christ,  
Zu ihm, der unsre Hoffnung ist.  
Wir sind die Glieder, er das Haupt;  
Erlöst ist, wer an Christus glaubt.

Nun singt dem Herrn das neue Lied,  
in aller Welt ist Freud uns Fried.  
Es freut sich, was sich freuen kann,  
denn Wunder hat der Herr getan.



## UNSER OSTERPROJEKT: GESUNDHEITSFÜRSORGE

Für die benediktinische Mission spielte von Anfang an die medizinische Betreuung und Vorsorge der Menschen eine große Rolle. Körperliche und geistige Gesundheit sind wichtige Voraussetzungen, um den Glauben wirklich annehmen und ihn im Leben umsetzen zu können. So haben sie bei ihren Niederlassungen neben Kapellen und Schulen auch immer Krankenstationen eingerichtet. Aus diesen einfachen Stationen sind heute wichtige Gesundheitszentren (Health Centers) und große Hospitäler entstanden, die für viele Menschen in einem riesigen Umkreis oft überlebenswichtig sind. Da die Menschen in jenen Gegenden sehr arm sind, können sie kaum für die Kosten der Behandlung aufkommen. Auch die finanzielle Unterstützung unserer Einrichtungen seitens des Staates ist nicht sehr zuverlässig, so dass wir dankbar für jede Hilfe sind.

Wir freuen uns über eine Spende unter dem Stichwort

*„Gesundheitsfürsorge in Afrika“*,

die Sie auf das Konto der Missionsprokura der Erzabtei St. Ottilien  
bei der Sparkasse Landsberg überweisen können:

IBAN: DE99 7005 2060 0000 0146 54 – BIC: BYLADEM1LLD

Ein herzliches „Vergelt's Gott“ für Ihre Hilfe!

# Vom Osterlachen

Zum reichen österlichen Brauchtum zählt auch das „Osterlachen“: Als Ausdruck der Osterfreude wird in der Osterpredigt eine heitere Geschichte erzählt.

Zwei Mitarbeiterinnen in der Pfarrei unterhalten sich. „Ach,“ seufzt die eine, „ich weiß gar nicht, ob ich hier noch richtig bin, ich habe in den letzten Monaten solche Glaubenszweifel!“ „Hast du denn mal mit dem Pfarrer gesprochen?“, erkundigt sich die andere besorgt. „Nein, nein – die sind von ganz alleine gekommen.“

Der Vertreter einer Akustikfirma meldet sich im Pfarrbüro. Die große Kirche brauche unbedingt eine Lautsprecheranlage und die seiner Firma seien die besten. Er wolle sie dem Pfarrer empfehlen. Die Pfarrsekretärin wiegelt ab: „Sie sollten heute besser nicht zum Pfarrer gehen. Der Chef hat ganz schlechte Laune.“ Das sieht der Vertreter ein und erkundigt sich: „Und wann hat der Herr Pfarrer gute Laune?“ „Das weiß ich nicht,“ antwortet ihm die Pfarrsekretärin, „ich arbeite erst seit einem Jahr hier.“

In der Schule nimmt der Pfarrer mit den Kindern biblischen Wunder durch. „Kinder“, sagt er, „Wer von euch kennt ein Wunder?“ Der Ferdinand sagt: „Die wunderbare Brotvermehrung. Da hat der Herr Jesu aus einer Fischsemmel a ganzes Volksfest gemacht“. „Ganz gut, Ferdinand. Du bekommst eine eins. Weiß noch einer ein Wunder?“ Da sagt die Resi: „Das Wunder von Kana. Da hat der Jesus auf einer Hochzeit aus 500 Liter Wasser 1000 Liter Wein gemacht“. „Ganz gut Resi, du bekommst auch eine eins. Und kenn noch einer ein Wunder?“ Da sagt der Sepperl: „Schlachten.“ Der Pfarrer meint: „Aber Sepperl, Schlachten ist doch kein Wunder.“ „Doch Herr Pfarrer. Wir haben am Samstag a Sau geschlachtet und Nachmittags um halb Drei hat mein Vater gesagt: Des ist a Wunder, dass der Pfarrer noch nicht beim Brotzeitmachen da ist.“

