

# Simon von Cyrene hilft Jesus das Kreuz tragen



**L:** Denn ich war hungrig und ihr habt mir zu essen gegeben; ich war durstig und ihr habt mir zu trinken gegeben; ich war fremd und obdachlos und ihr habt mich aufgenommen; ich war nackt und ihr habt mir Kleidung gegeben; ich war krank und ihr habt mich besucht; ich war im Gefängnis und ihr seid zu mir gekommen.

Darauf wird der König ihnen antworten: Amen, ich sage euch: Was ihr für einen meiner geringsten Brüder getan habt, das habt ihr mir getan. *(Mt 25,35-36.40)*

**V/A:** Herr, mein Gott, ich habe zu dir geschrien, und du hast mich geheilt. *(Ps 30, 3) - Stille -*

**Lebenssplitter:** HELFEN

Ich bin verzweifelt. Meine Gedanken rotieren orientierungslos in einer Endlosschleife. Ich sehe keinen Ausweg mehr. Stumm schreit meine Seele um Hilfe. Sie wird erhört. In meiner äußersten Not treffe ich auf einen Menschen, der meinen Schmerz wahrnimmt, der mich als Mensch ernst nimmt, der mir zuhört. Ich spüre, dass meine Verzweiflung mitgetragen wird von helfenden Händen.

**Gedanken:** Hilfescrei eines Menschen: laut oder ganz leise. Entkräftet verstummt unser Schrei nach Hilfe. Wir haben gelernt, stark sein zu müssen, es selber zu schaffen.

Wo sind die Menschen, die Not wahrnehmen, begleiten, Last ein Stück weit mittragen? Sind es wir, auf die Verlass ist?

Denn überall dort, wo Menschen einander stützen, ist ein Ort der Gottesbegegnung. Das „Ich bin da“ Gottes wird in diesen Momenten zur Wirklichkeit und zur ganz tiefen Hoffnung.

**A:** Herr, du bist unser Halt und unsere Zuversicht.

**Fürbitte:** Begleitender Gott, viele Menschen brauchen und suchen Hilfe. Lass uns da sein und bereit sein, wenn Mitmenschen gerade unsere Hilfe brauchen.

**A:** Christus, erhöre uns.

**L:** Wir entzündeten ein Licht für alle Menschen, die stumm nach Hilfe rufen.

**A:** Lied