

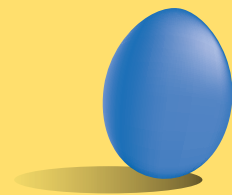
TIPPS FÜR ELTERN:
KARFREITAG & OSTERN

OHNMACHT UND ZUVERSICHT

Komme, was mag

Komme, was mag: Gott ist mächtig!
Wenn unsere Tage verdunkelt sind
und unsere Nächte finsterer
als tausend Mitternächte,
so wollen wir stets daran denken,
dass es in der Welt eine große
segnende Kraft gibt, die Gott heißt.
Gott kann Wege aus der
Ausweglosigkeit weisen.
Er will das dunkle Gestern
in ein helles Morgen verwandeln –
zuletzt in den leuchtenden Morgen
der Ewigkeit.

Martin Luther King



FESTE – HOT SPOTS DES LEBENS FÜR FAMILIEN

Die acht Hefte der Hot Spots des Lebens:



IMPRESSUM

Die Hefte entsprechen der Reihe »Hots Spots des Lebens«
 AKF Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung e.V. (Hg.)
 Mainzer Straße 47 – 53179 Bonn – Tel. 0228/371877 – Fax 0228/8578147
 info@akf-bonn.de – www.akf-bonn.de
 in Zusammenarbeit mit Elternbriefe du + wir e.V. – www.elternbriefe.de

2019 mit neuem Layout herausgegeben vom Erzbistum Köln · Erarbeitet von einer interdisziplinären Arbeitsgruppe aus Referaten und Fachbereichen sowie unter Beratung von Frau Prof. Dr. H. Wiemert/ Katho Köln – ehe-familie@erzbistum-koeln.de – 0221-1642-1426

Gestaltung: Knut Junker, Wuppertal

Trotz intensiver Suche ist es in einigen Fällen nicht gelungen, die Herkunft der Texte ausfindig zu machen. Wir bitten die AutorInnen und Verlage um ggf. Kontaktaufnahme.

In der Familie erleben Eltern und Kinder glückliche Stunden und Zeiten, in denen man sich ohnmächtig erlebt: einträchtige Geschwister verfallen in heftigen Streit, liebevolle Partnerschaft schlägt um in Konflikt oder Funkstille, Krankheit und Tod reißen aus gewohnten Bahnen.

»Himmelhoch jauchzend, zu Tode betrübt« – dieses Wechselbad der Gefühle ist eine zutiefst menschliche Erfahrung. Zugleich ist es auch eine religiöse, eine österliche Erfahrung: Ganz nah beieinander liegen Ohnmacht und Zuversicht, Tod und Leben. Daran erinnern Karfreitag und Ostern!

Auch die Natur führt uns das in dieser Zeit sinnenträchtig vor Augen: Nach den »toten« Monaten des Winters erwacht sie im Frühjahr zu neuem Leben.

INHALT

Erfahrungen	4
Die Zusage von Ostern	5
Gedanken und Geschichten	6
Ideen und Rituale	8
Wissenswertes rings um Karfreitag und Ostern	11
Zwischen Leben und Tod – Ein kleines Osterkalendarium	12
Gebete	13
Lieder	14



ERFAHRUNGEN

Mich berührt an Ostern, wenn die Natur aufblüht und auch in mir die Lebensgeister wiederkehren.

Sarah, 27 Jahre

Der Karfreitag ist ein komischer Feiertag.

Jakob, 6 Jahre

Am Karfreitag werde ich immer sehr nachdenklich. Da ist so viel von Sterben und Tod die Rede. Mir kommt dann immer mein Vater in den Sinn und warum der so früh gestorben ist. Ob das alles wirklich so sein muss?

Reinhard, 35 Jahre

Warum musste unser Hase sterben?! Das finde ich sooo gemein.

Lisa, 8 Jahre

Wenn unsere Familienpläne durchkreuzt werden, dann macht mich das immer richtiggehend fertig. Ich bin wie gelähmt. Dann brauche ich jemand, der mich und die anderen wieder aufbaut – einen der weiter sieht, als ich es in diesem Moment kann.

Susanne, 33 Jahre

Seit mein Mann und ich getrennte Wege gehen, fühle ich mich oft allein und ohnmächtig mit den Kindern. Aber es geht weiter; wir schaffen das!

Elisabeth, 36 Jahre

Die Diagnose für unseren Fünfjährigen damals war niederschmetternd: Leukämie! Wir haben wild entschlossen gekämpft – und doch schwand die Hoffnung manchmal bis zum Nullpunkt. In diesen Momenten hat uns vor allem weitergeholfen, wenn jemand einfach nur da war und Anteil genommen hat.

Ernst, 45 Jahre

Mir steckt noch der Streit mit meinem Mann in den Knochen – und das lange eisige Schweigen danach. Wie soll ich da Ostern feiern?

Marianne, 42 Jahre

Wenn ich heute, nach Jahrzehnten zurückschaue auf Krisen in meinem Leben, dann kann ich bei manchen sagen: Es war hart, aber es hat mich weitergebracht.

Wolfgang, 58 Jahre

DIE ZUSAGE VON OSTERN

Zum Leben gehören schmerzliche, leidvolle und auch scheinbar »sinnlose« Erlebnisse: Ein Vorhaben ist gescheitert, eine Krankheit lebensbedrohlich, eine Beziehung zerbricht. Solche Momente können uns im Kern unserer Existenz treffen.

Die biblischen Ostererzählungen berichten ähnliches: Jesus war gestorben und für seine Jünger war der Lebenssinn dahin! Aus und vorbei?!

So sind zwei Jünger unterwegs nach Emmaus (vgl. Lk 24,13–35):

Sie kehren Jerusalem hoffnungslos enttäuscht den Rücken. Mit dem Tod Jesu ist dessen Mission augenscheinlich gescheitert und damit auch ihre Lebensperspektive. Sie diskutieren ihre Krise, klagen ihr Leid und ein Mitreisender nimmt mitfühlend Anteil. Sie erzählen bereitwillig; er hört ihnen geduldig zu und versucht, größere Zusammenhänge aufzuzeigen. Sie kehren gemeinsam ein und teilen die Mahlzeit miteinander.

Beim Tischgebet und dem Teilen des Brotes »gehen ihnen die Augen auf« und sie erkennen Jesus wieder. Sofort reisen sie nach Jerusalem zurück und berichten von ihrer umwerfenden Erfahrung.

»Da gingen ihnen die Augen auf.« – Es braucht Zeit, um nach niederschmetternden Erlebnissen wieder aufleben zu können. Es braucht Anteilnehmendes Gespräch mit geduldigem Zuhören und behutsamem Nachfragen, um aus der Erstarrung zu erwachen und allmählich einen neuen Blick auf das Leben zu bekommen.

Immer wieder haben Menschen solche Oster-Erfahrungen gemacht. Aus einer gewissen Distanz zum Geschehen und mit der Gelegenheit, das Erlebte zu verarbeiten, kann neuer Lebensmut wachsen und wir können unser Leben und seine Möglichkeiten mit neuen Augen sehen – mit »Osteraugen« sozusagen.

Diese existenzielle Erfahrung, die Klein und Groß auch in der Familie immer wieder machen, feiern wir an Ostern: Unser Leben miteinander kann phasenweise auch misslingen, es gibt Brüche und Krisen. Das lässt sich nicht vermeiden. Aber es gibt einen Gott, der uns in der Krise begleitet, der mitgeht selbst bis in den Tod. Denn er ist stärker als der Tod – diese Botschaft hat Jesus Christus mit seinem Sterben und Auferstehen seinen Jüngern damals und uns heute leibhaftig bezeugt.

GEDANKEN UND GESCHICHTEN

WENN ICH GEFANGEN BIN

Wenn ich gefangen bin
in den Dunkelheiten des Alltags, Gott,
lass mich überrascht werden
von der Hoffnung.
Wenn ich mich selbst verschließe
und niemanden an mich heranlasse,
lass mich Nähe spüren.
Wenn die vielen Tode mich umgeben –
der Tod einer Beziehung, der Tod meiner
Gefühle oder einer zerstörten Hoffnung,
dann, Gott, wirke das Wunder,
verwandle mich, und lass mich
auferstehen zu neuem Leben.
Georg Schraml

OSTERAUGEN – DIE IM KEIM DIE FRUCHT SCHON SEHN

Welcher Engel wird uns sagen,
dass das Leben weitergeht,
welcher Engel wird wohl kommen,
der den Stein vom Grabe hebt?
Wirst du für mich, –
werd ich für dich der Engel sein?
Wirst du für mich, –
werd ich für dich der Engel sein?
Welcher Engel wird uns zeigen,
wie das Leben zu bestehen?
Welcher Engel schenkt uns Augen,
die im Keim die Frucht schon sehn?
Wirst du für mich, –
werd ich für dich der Engel sein?
Wirst du für mich, –
werd ich für dich der Engel sein?



Welcher Engel öffnet Ohren,
die Geheimnisse verstehen?
Welcher Engel leiht uns Flügel,
unsern Himmel einzusehn?
Wirst du für mich, –
werd ich für dich der Engel sein?
Wirst du für mich, –
werd ich für dich der Engel sein?
Willhelm Wilms

DIE LEGENDE VON KATHARINA: WIE AUS DEM EI DAS OSTEREI WURDE

Vor langer, langer Zeit lebte die Königstochter Katharina in der großen Stadt Alexandria. Eines Tages besuchte der Kaiser aus Rom die Stadt. Er ließ Katharina zu sich rufen, denn er hatte gehört, dass sie eine Christin war. Sie musste ihm alle Geschichten erzählen, die sie von Jesus wusste. Katharina erzählte auch, wie Jesus gestorben war und dass er drei Tage später von den Toten auferstand. Da lachte der Kaiser und sagte: »Das glaube ich erst, wenn du aus einem Stein neues Leben erwecken kannst!« Dann schickte er sie nach Hause.

Dort kam Katharina ein Gedanke. Sie nahm ein beinahe ausgebrütetes Ei und ging am nächsten Tag zum Kaiser. »Na, willst du es versuchen?« spottete er. Da öffnete Katharina ihre Hand und zeigte ihm das Ei. Genau in diesem Moment klopfte das Küken von innen ein Loch in die Schale. Gespannt schaute der Kaiser zu, wie das kleine Tier aus dem Ei schlüpfte. »Es sah aus wie tot«, sagte Katharina, »und doch ist es lebendig.« Man erzählt sich, dass der Kaiser sehr nachdenklich geworden ist.



CHINESISCHE PARABEL

Ein alter Mann mit Namen Chunglang, das heißt »Meister Felsen«, besaß ein kleines Gut in den Bergen. Eines Tages begab es sich, dass er eins von seinen Pferden verlor. Da kamen die Nachbarn, um ihm zu diesem Unglück ihr Beileid zu bezeugen. Der Alte aber fragte: »Ist's Glück? Ist's Unglück? Wer weiß?«

Und siehe da: Einige Tage darauf kam das Pferd wieder und brachte ein ganzes Rudel Wildpferde mit. Wiederum erschienen die Nachbarn und wollten ihm zu diesem Glücksfall ihre Glückwünsche bringen. Der Alte vom Berge aber verzetzte: »Ist's Glück? Ist's Unglück? Wer weiß?«

Seit nun so viele Pferde zur Verfügung standen, begann der Sohn des Alten eine Neigung zum Reiten zu fassen, und eines Tages brach er sich das Bein. Da kamen sie wieder, die Nachbarn, um ihr Beileid zum Ausdruck zu bringen. Und abermals sprach der Alte zu ihnen: »Ist's Glück? Ist's Unglück? Wer weiß?«

Im Jahr darauf erschien die Kommission der »Langen Latten« in den Bergen, um kräftige Männer für den Stiefeldienst des Kaisers und als Sänftenträger zu holen. Den Sohn des Alten, der noch immer seinen Beinschaden hatte, nahmen sie nicht.

Chunglang musste lächeln.

Hermann Hesse

DAS SCHMETTERLINGSRELIQUIAR

Bei der Restaurierung eines gotischen Kruzifixes aus dem ehemaligen Schottenkloster in Regensburg machte man eine sensationelle Entdeckung: Im Hinterkopf der Figur des Gekreuzigten fand man in einem Hohlraum ein Reliquiar in Schmetterlingsform. Die feuervergoldete Emailarbeit aus Silber zeigt die Kreuzigung Christi mit Maria und Johannes. Als Entstehungszeit des kostbaren Fundes nimmt man die Zeit um 1310/1320 an. Über die Schönheit des Kleinodes hinausgehend, liegt seine Bedeutung in der Verbindung von Todesdarstellung und Schmetterlingsgestalt.

Schon im Altertum und in der Zeit der frühen Christen war der Schmetterling Sinnbild der Verwandlung vom Tod zum Leben. Christus, der die Erfahrung der Dunkelheit gemacht hat bis hin zum gewaltsamen Tod am Kreuz, durchbricht die Grenzen des Todes und wird von Gott zu neuem Leben erweckt.



IDEEN UND RITUALE



OSTERFEUER BESUCHEN

Am Übergang von der Nacht zum Tag wird das Osterfeuer entzündet. Es führt uns leuchtend vor Augen, wie nahe beides im Leben oft beieinander liegt – dunkel und hell, blindsein und sehen, Tod und Leben: »Ringsum frostige Kühle der finsternen Nacht! Wer wird sie wandeln in hellen Tag und wärmendes Licht? Mittendrin flackernd, verzehrend das Osterfeuer – Vorbote und Sinnbild: es dämmert, ein neuer Tag, lebendig, kraftvoll, geschenkt.«



Alle Bastelideen sind Schritt für Schritt erklärt auf www.familien234.de

KARFREITAGSWEGE GEHEN

Karfreitag – ein stiller, nachdenklicher Feiertag:

- » alles etwas ruhiger und langsamer angehen lassen
- » keine Kirchenglocken sind zu hören
- » kein Gottesdienst am Vormittag (sondern erst am Nachmittag um 15.00 Uhr!)
- » auf manchen Gräbern wird andächtig geschmückt für Ostern

- » Ein geruhsamer Spaziergang, der vielleicht am Friedhof vorbeiführt:
- » verweilen an einem Grab und Gedenken der Verstorbenen
- » Fragen der Kinder aushalten und gemeinsam nach Antworten suchen (»Wer war das? Wo ist der jetzt? Warum musste sie so früh sterben?« usw.)
- » Zeit lassen dafür und sich erlauben, auch keine Antwort zu haben – zumindest für den Moment

KREUZ-LEGE-SPIEL

Das größere Ganze hinter dem zunächst Sichtbaren entdecken – hier mit Kreuz-Bildern aus der persönlichen Umgebung:

- » mit Fotoapparat/-handy auf Motivsuche für Kreuzbilder gehen, die erst auf den zweiten Blick als Kreuze erkennbar sind; z. B. Astgabel am Baum, Verstreubungen, Fensterkreuz, Straßenfuge, ...
- » Jeweils Ausrücke machen von a) Detailbild und b) Gesamtfoto
- » erst Detailbild betrachten, dann Detail im Gesamtbild erforschen



KREUZE WAHRNEHMEN

Kreuze im Alltag wahrnehmen:

- » als Schmuck, am Wegesrand, auf Berggipfeln, im Sprachgebrauch, ...
- » das am meisten verbreitete christliche Symbol
- » eigentlich ein schreckliches Zeichen: Es erinnert an den grausamen Tod Jesu und an viele Unmenschlichkeiten im Leben
- » zugleich spricht es davon, dass der Tod nicht das letzte Wort im Leben hat

SONNENKREUZ BASTELN

Über das Kreuz hinauswachsen und daran Halt finden. Das Sonnenkreuz erinnert daran:

- » zwei Stöcke werden gekreuzt und rundum mit Wolle umwickelt
- » zunächst Rot (für Leid und Tod), dann Orange und Gelb (für die aufgehende Sonne)
- » es können weitere Stöcke in Orange und Gelb eingebunden werden (für die Strahlen)



SCHMETTERLINGSKLAMMER

ALS OSTERBOTE BASTELN

Die Verwandlung von der Raupe zum Schmetterling ist Sinnbild der Osterbotschaft: Was scheinbar ohnmächtig und tot ist, kann zu neuem Leben erwachen.

- » Pfeifenputzer in der Mitte knicken
- » offene Seite ca. 1 cm vor dem Ende verdrehen und die beiden Seiten zu Fühlern auseinanderfalten
- » aus Pappe Schmetterlingsflügel ausschneiden und bemalen
- » Klammer auf unbemalten Flügel kleben
- » Pfeifenputzer auf andere Seite kleben



GEGENSEITIGE ERMUTIGUNGEN IN DER FAMILIE

- » wenn der geplante Ausflug ins Wasser fällt
- » wenn einer als Morgenmuffel am Tisch erscheint
- » wenn eine Schularbeit ziemlich mies ausgefallen ist
- » wenn einer Bammel vor einem schwierigen Schritt hat,
- » wenn ... dann könnte ich
 - » nachfragen
 - » den Arm über die Schulter legen
 - » ein offenes Ohr leihen
 - » einen liebevollen Scherz versuchen
 - » eine hilfreiche Hand anbieten
 - » mich selber erinnern, wie ich das schon mal geschafft habe
 - » überlegen, was jetzt zu tun wäre
 - » sie / ihn einfach in Ruhe lassen



OSTERFRÜHSTÜCK – EIN GEMEINSAMES »EMMAUS-MAHL«

Eine Ostermahlzeit »zelebrieren«, denn sie ist der Ort der Begegnung untereinander und mit dem Auferstandenen – wie das Mahl der Emmausjünger:

- » miteinander überlegen, wie ein Osterfrühstück aussehen könnte
- » gemeinsam herrichten – vielleicht schon am Vorabend
- » schmücken und gestalten mit den Kindern zusammen
- » einen Korb mit Speisen vorbereiten, der dann zur Speisenweihe im Ostergottesdienst mitgenommen werden kann

WISSENSWERTES RINGS UM KARFREITAG UND OSTERN

GRÜNDONNERSTAG

An diesem Tag wurden früher die sogenannten »Greinenden« (d. h. die Weinenden, aus dem mittelhochdeutschen Wort »gronan«, »weinen«) nach ihrer Bußzeit in die Gottesdienstgemeinschaft wieder aufgenommen. Für Neumitglieder, die Taufbewerber, begannen an diesem Tag die letzten Vorbereitungen auf ihre Taufe in der Osternacht.

KARFREITAG

Die Vorsilbe »kara« kommt aus dem Althochdeutschen und bedeutet »Trauer«, »Klage«. Der Karfreitag ist ein Trauertag, ein stiller Feiertag, an dem z.B. auf laute Feste und Tanzveranstaltungen verzichtet wird. In der Kirche werden keine Glocken, keine Orgel, kein Schmuck verwendet und z.T. auch keine Eucharistie gefeiert. Dafür werden u.a. die Leidensgeschichte Jesu und das Kreuz betrachtet.

OSTERLAMM

Das Paschalamm der Juden erinnert an die Befreiung des Volkes Israel aus der ägyptischen Gefangenschaft. Dieses Fest hat Jesus kurz vor seinem Tod mit seinen Jüngern gefeiert. So hat das Lamm für sie eine neue Bedeutung gewonnen: Jesus ist das »Lamm Gottes«, das alle Menschen befreit.

OSTERFEUER / OSTERNACHT / OSTERKERZE

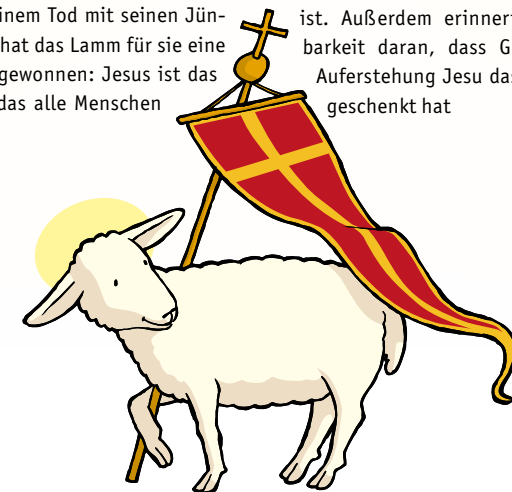
Mit einem Feuer beginnt der Gottesdienst der Osternachtsfeier am Karsamstagabend oder am Ostersonntag frühmorgens. An ihm wird die neue Osterkerze entzündet, die anschließend in die finstere Kirche getragen und gefeiert wird als Symbol für Jesus Christus – dem »Licht der Welt«. Dieses Licht wird dann im Kirchenraum weitergegeben, bis es den ganzen Raum erleuchtet und jeden Gläubigen erreicht hat.

OSTEREI

Das Ei ähnelt einem Stein und lässt an das Grab erinnern, dem Jesus entstieg ist, wie ein Küken dem Ei. Das zerbrochene Ei macht deutlich: Ostern befreit alle Menschen – egal in welchen Umständen sie momentan gefangen sind.

OSTERHASE

Der Hase gilt als Symbol für die Auferstehung, weil er angeblich beim Schlafen die Augen nicht schließt – ein Sinnbild dafür, dass Jesus Christus nicht im Tod geblieben ist. Außerdem erinnert seine Fruchtbarkeit daran, dass Gott uns in der Auferstehung Jesu das Leben in Fülle geschenkt hat



ZWISCHEN LEBEN UND TOD

EIN KLEINES OSTERKALENDARIUM
DER GESCHEHNISSE –
DAMALS IN JERUSALEM
UND HEUTE IN DER
HEILIGEN WOCHE

PALMSONNTAG

Jesus wird zum jüdischen Osterfest (Pessach) in Jerusalem von vielen Menschen begeistert empfangen. Einflussreiche Kräfte spinnen eine Intrige gegen ihn.



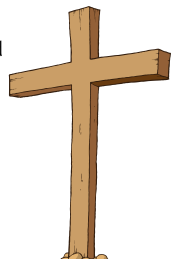
GRÜNDONNERSTAG

Jesus feiert im Pessachmahl die Befreiung Israels aus der Gefangenschaft. Zugleich setzt er ein persönliches Vermächtnis seiner Liebe: im Mahl von Brot und Wein sowie im Dienst der Fußwaschung. Dann folgen Verrat, Verleugnung und Folter.



KARFREITAG

Verurteilung Jesu und Tod am Kreuz. Zusammenbruch, Angst, Flucht und Krise der Jünger.



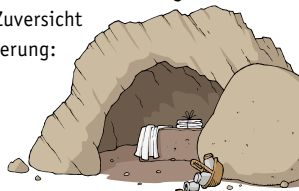
KARSAMSTAG

Grabesruhe! Ohnmacht und Trauer!



OSTERSONNTAG

Das leere Grab!? Jesus lebt? Erst Unglaube und Verwunderung. Dann Vertrauen, Zuversicht und Begeisterung: Halleluja!



OSTERMONTAG

Emmaus und anderswo: Jesus wird wiedererkannt! Die Ohnmacht wandelt sich in Zuversicht: *Das Leben ist stärker als der Tod.*



GEBETE



AUSHALTEN

Es ist verdammt schwer auszuhalten:
die Niederlage tut weh,
der Verlust schmerzt,
der Misserfolg drückt.
Du, Herr, hast ohnmächtig ausgehalten am Kreuz
und deine Jünger haben die Nacht überstanden.
Ob mir das auch gelingt?
Herr, lass Ostern werden!

ANTEIL NEHMEN

Es tut so gut,
wenn jemand da ist,
der einfach nur zuhört
und still Anteil nimmt,
dass sich beruhigt, was verwirrt
und sich findet, was verirrt.

DABLEIBEN

Herr, bleibe bei uns,
denn es will Abend werden
und der Tag hat sich geneigt.

GOTTSEIDANK

Gottseidank haben wir überlebt:
den Streit in der Familie,
die gegenseitigen Verletzungen,
die Wut, den Ärger, die Scham.
Gottseidank sind wir
da durchgekommen.
Dank dir dafür, guter Gott.



LIEDER

ICH MÖCHT', DASS EINER MIT MIR GEHT

Text und Melodie: Hanns Köbler,
© Gustav Bosse Verlag, Kassel

1. Ich möcht', dass ei - ner mit mir geht, der's
Le - ben kennt, der mich ver - steht, der
mich zu al - len Zei - ten kann ge - lei - ten. Ich
möcht', dass ei - ner mit mir geht

2. Ich wart', dass einer mit mir geht, / der auch im Schweren zu mir steht, /
der in den dunklen Stunden / mir verbunden. / Ich wart', dass einer mit mir geht.
3. Es heißt, dass einer mit mir geht, / der's Leben kennt, der mich versteht, /
der mich zu allen Zeiten / kann geleiten. / Es heißt, dass einer mit mir geht.
4. Sie nennen ihn den Herren Christi, / der durch den Tod gegangen ist; /
er will durch Leid und Freuden / mich geleiten. / Ich möcht', dass er auch mit mir geht.

HALLELUJA, HALLELUJA!

Melodie: Robert Benkert

1 Hal - le - lu - ja, Hal - le - lu - ja! Hal - le - lu - ja, Hal - le - lu - ja!
2 Hal - le - lu - ja! Hal - le - lu - ja!

(Als Kanon auch versetzt zu singen – der 2. Einsatz beginnt einen Takt später als der 1. Einsatz)



WENN WIR DAS LEBEN TEILEN

Text: Hans Florenz;
Melodie: Michel Ambroise Wackenheim

1. Wenn wir das Le - ben tei - len wie das täg - liche Brot
wenn al - le, die uns se - hen wis - sen, hier lebt Gott.
R: Je - sus Christ, Feu - er, das die Nacht er - hellt.
Je - sus Christ, du er - neu - erst uns - re Welt

2. Wenn wir das Blut des Lebens teilen wie den Wein, / wenn man erkennt: In uns wird Gott lebendig sein.
3. Wenn wir uns öffnen für den Herrn in dieser Zeit, / Wege ihm bahnen, dass er kommt und uns befreit.
4. Wenn erst durch unsern Aufschrei Freiheit sichtbar wird, / wenn Gott es ist, der uns in unserm Handeln führt.
5. Wenn wir die Liebe leben, die den Tod bezwingt, / glauben an Gottes Reich, das neues Leben bringt.
6. Wenn wir in unsern Liedern loben Jesus Christ, / der für uns Menschen starb und auferstanden ist.