

Message pastoral pour le Carême 2026

« Confiance, lève-toi ! » (Mc 10,49)

Chères sœurs, chers frères,

En ce début de Carême, je voudrais vous adresser quelques réflexions et suggestions. Au cours de l'Année Sainte qui vient de s'écouler, nous avons beaucoup réfléchi au thème de l'espérance. L'espérance en Christ reste pour nous, chrétiens, une attitude fondamentale décisive, qui nous accompagne au-delà de l'année Sainte.

Nous voulons rester porteurs d'espérance et le devenir toujours davantage, surtout lorsque nous rencontrons des personnes accablées par de graves soucis, de graves défis, dans leurs amitiés, leurs relations, leur vie professionnelle. Des personnes épuisées et inquiètes face aux tensions dans notre société et dans notre monde. La complexité de notre époque nous fait parfois prendre conscience avec lucidité qu'il n'existe pas de solutions simples et faciles.

Néanmoins – ou peut-être précisément pour cette raison – nous ressentons sans cesse en nous le désir de nous lever, de prendre un nouveau départ, d'aller de l'avant, dans notre vie personnelle, dans notre Église et dans notre société. Nous avons besoin de nouveaux départs dans de nombreux domaines de notre vie afin de pouvoir vivre plus libres, plus heureux et plus comblés. Nous avons besoin de courage pour ces nouveaux départs.

« Confiance, lève-toi ! »

Cette phrase tirée de l'Évangile selon Saint Marc est la devise de la prochaine Journée des Catholiques à Würzburg. Elle est adressée à l'aveugle Bartimée, parce que Jésus voulait le voir (Mc 10,49). Ainsi, le courage de prendre un nouveau départ nous vient aussi de l'espérance de l'Évangile – de l'espérance que l'amour de Dieu est plus fort que le mal et la haine, que la vie triomphe de la mort.

Le Carême peut être pour nous une école de courage et de renouveau nécessaire. Un nouveau départ est devant nous, mais nous devons d'abord en prendre conscience et affronter notre fatigue intérieure, notre résignation, nos peurs et nos soucis, qui nous paralysent et nous accablent : en quoi suis-je fatigué et pourquoi ? Quelles mauvaises habitudes me paralysent ? Qu'est-ce qui me retient intérieurement ?

Le Carême a besoin de silence, de prière et de conversations avec des personnes qui m'aident à mes côtés. C'est un temps de réflexion et de recueillement, un temps pour sortir de la routine quotidienne et examiner l'orientation de ma vie. Ce n'est que lorsque nous reconnaissons ce qui pèse sur notre vie que nous trouvons la force intérieure nécessaire pour prendre un nouveau départ. Il est utile de reconnaître nos propres faiblesses, de nous repentir et de recevoir le sacrement de la réconciliation. Comment notre vie et celle de notre société changeraient-elles si nous pouvions vivre en paix avec nous-mêmes, avec nos semblables et avec la réalité de notre monde ?

Je vous invite à prendre suffisamment de temps pendant ce Carême pour vous arrêter et réfléchir. L'Évangile d'aujourd'hui nous le rappelle : avant d'apparaître publiquement, Jésus a

cherché le silence, a affronté des tentations, puis est revenu avec détermination, force, patience et persévérance pour proclamer la parole de Dieu.

Il existe de nombreuses occasions et défis qui invitent à un nouveau départ. Prenez le temps d'examiner où votre vie a besoin d'un nouveau départ – et où un tel nouveau départ serait également important pour les personnes à nos côtés, en particulier pour notre Église et, au-delà, pour toute notre société.

Cette année, nos paroisses organisent des élections pour les conseils paroissiaux et les conseils d'administration des églises. Il s'agit de bien plus qu'un simple vote formel : c'est un service rendu au renouveau et à l'avenir de notre communauté. Ceux qui y participent envoient un message clair : nous voulons participer activement, assumer des responsabilités et contribuer à façonner l'orientation de nos communautés.

Ne serait-ce pas aussi un geste particulièrement courageux que de se déclarer prêt, malgré toutes les réserves, à se faire élire dans l'un de ces conseils si importants pour la vie de nos paroisses ? Car ceux qui sont élus contribuent de manière significative à créer dans leurs paroisses des espaces où les gens peuvent faire l'expérience de la communauté et vivre leur Foi. Saisissez cette occasion pour contribuer à façonner l'avenir de nos paroisses, et donc de l'Église locale.

Dans notre archidiocèse, des élections régionales auront lieu à Berlin et en Poméranie Occidentale. En tant que chrétiens, nous devons répondre à l'appel à voter démocratiquement et à faire un choix de vote en pleine conscience et responsable, qui corresponde à la dignité et à la grandeur de chaque être humain et qui soit à la hauteur des défis sociétaux auxquels nous sommes confrontés. Je remercie tous ceux qui sont prêts à se présenter aux élections et à assumer une responsabilité politique pour notre ordre constitutionnel libéral et démocratique. Cet engagement est également un service chrétien. Notre service dans l'Église et dans la société est une réponse courageuse à l'appel de Dieu à la responsabilité.

Répondre à cet appel de Dieu, même si nous avons peut-être peur de nous engager, est une décision et un signe important. Ce signe est nécessaire, même si beaucoup ne partagent pas nos convictions de vie et de Foi.

Mais l'appel à être courageux ne suffit pas à nous donner la force. Nous avons besoin d'encouragements et les personnes à nos côtés ont besoin de nos encouragements. Nous avons besoin de personnes qui nous accompagnent et renforcent notre courage. Nous avons besoin de communautés qui nous soutiennent dans notre nouveau départ. En tant que chrétiens, nous savons que le Christ est derrière nous, qu'il nous encourage, qu'il nous accompagne, qu'il a toujours fait preuve de courage tout au long de sa vie, qu'il a lui-même persévéré, qu'il est toujours reparti de zéro, et qu'il nous appelle également à mener une vie courageuse. Ce n'est pas de l'exubérance, mais une Foi courageuse qui nous fait croire, malgré nos limites et nos faiblesses, en Dieu et donc en ce qui est possible, plus qu'en certaines déceptions que nous avons peut-être vécues. Osons toujours faire un premier pas courageux vers un nouveau départ.

Il y a mille raisons de se décourager, mais nous sommes en chemin vers Pâques dans la Foi. Nous sommes en chemin pour surmonter tout découragement, toute paresse et toute résignation. Nous sommes en chemin avec le Ressuscité. Il est notre perspective, notre espérance, notre salut. Il nous donne du courage. Il est notre courage.

Avec cette certitude, nous pouvons oser être une Église courageuse avec des chrétiens courageux. C'est ce que je vous souhaite, à vous et à nous tous, sur le chemin vers Pâques. Que Dieu tout-puissant vous bénisse, le Père, le Fils et le Saint-Esprit. Amen.

Berlin, den 22. Februar 2026
B 00080/2026
ct

Fastenhirtenwort 2026 **„Hab Mut, steh auf!“ (Mk 10,49)**

Liebe Schwestern und Brüder,

auch am Anfang dieser Fastenzeit möchte ich mich mit einigen Gedanken und Impulsen an Sie wenden. Im vergangenen, im Heiligen Jahr haben wir viel über das Thema „Hoffnung“ nachgedacht. Die Hoffnung auf Christus bleibt uns Christen als eine entscheidende Grundhaltung über das Heilige Jahr hinaus ins Stammbuch geschrieben.

Wir wollen Hoffnungsträger bleiben und immer mehr werden, gerade wenn uns Menschen begegnen, die von schweren Sorgen und Herausforderungen belastet sind, in Freundschaften, Beziehungen, im Arbeitsleben. Menschen, die erschöpft sind und unsicher auf die Spannungen in unserer Gesellschaft und unserer Welt blicken. Die Komplexität unserer Zeit lässt uns manchmal nüchtern erkennen: Einfache, glatte Lösungen gibt es nicht.

Dennoch – oder vielleicht gerade deshalb – spüren wir immer wieder in uns die Sehnsucht: aufzustehen, neu anzufangen, weiterzugehen; in unserem persönlichen Leben, in unserer Kirche und in unserer Gesellschaft. Wir brauchen neue Aufbrüche in vielen Bereichen unseres Lebens, damit wir freier, zufriedener und froher leben können. Wir brauchen Mut zu diesen Aufbrüchen.

„Hab Mut, steh auf!“

Dieser Satz aus dem Markusevangelium ist das Motto des kommenden Katholikentages in Würzburg. Er wird dem blinden Bartimäus zugerufen, weil Jesus ihn sehen wollte (Mk 10,49). So wächst auch für uns der Mut zum Aufbruch aus der Hoffnung des Evangeliums – aus der Hoffnung, dass die Liebe Gottes stärker ist als das Böse und der Hass, dass das Leben über den Tod siegt.

Die Fastenzeit kann dabei für uns eine Schule des Mutes und des notwendigen Neuaufstehens sein. Ein Aufbruch setzt voraus, dass wir zuerst wahrnehmen und uns unserer inneren Müdigkeit, Resignation, unserer Ängste und Sorgen stellen, die uns lähmen und belasten: Wo bin ich müde und warum? Welche schlechten Gewohnheiten lähmen mich? Was hält mich innerlich gefangen?

Die Fastenzeit braucht Stille, Gebet und Gespräche mit hilfreichen Menschen an meiner Seite. Sie ist eine Zeit zum Nachdenken und zur Besinnung; eine Zeit, den täglichen Trott zu stoppen und die Ausrichtung meines Lebens zu prüfen. Erst wenn wir erkennen, was unser Leben bedrückt, finden wir die innere Kraft für neue Anfänge. Dabei hilft es uns, auch die eigenen Schwächen zu erkennen, umzukehren und das Sakrament der Versöhnung zu empfangen. Wie würde sich das eigene Leben und das Leben unserer Gesellschaft verändern, wenn wir versöhnt mit uns selbst, mit den Mitmenschen und der gesamten Wirklichkeit in unserer Welt leben könnten?

Ich lade Sie ein: Nehmen Sie sich in dieser Österlichen Bußzeit ausreichend Zeit für dieses An- und Innehalten. Das heutige Tagesevangelium erinnert genau daran: Bevor Jesus öffentlich auftrat, suchte er die Stille, begegnete Versuchungen und kehrte danach mit Entschlossenheit, Kraft, Geduld und Durchhaltevermögen zurück, um das Wort Gottes zu verkünden.

Es gibt viele Gelegenheiten und Herausforderungen, die zu einem Aufbruch einladen. Nehmen Sie sich Zeit, um zu prüfen, wo Ihr Leben einen Aufbruch braucht – und wo ein solcher Aufbruch auch für Menschen an unserer Seite wichtig wäre, insbesondere für unsere Kirche und darüber hinaus für unsere ganze Gesellschaft.

In diesem Jahr stehen in unseren Pfarreien die Wahlen zu Gemeinde- und Pfarreiräten sowie zu den Kirchenvorständen an. Das ist mehr als eine formale Abstimmung – es ist ein Dienst am Aufbruch und an der Zukunft unserer Gemeinschaft. Wer daran teilnimmt, setzt ein klares Zeichen: Wir wollen aktiv mitgestalten, Verantwortung übernehmen und die Ausrichtung unserer Gemeinden mitgestalten.

Wäre es nicht auch ein besonders mutiger Schritt, sich entgegen aller Vorbehalte dazu bereit zu erklären, sich in eines dieser Gremien, die so wichtig für das Leben unserer

Pfarreien sind, wählen zu lassen? Denn diejenigen, die gewählt werden, tragen maßgeblich dazu bei, in ihren Pfarreien Räume zu schaffen, in denen Menschen Gemeinschaft erfahren und den Glauben leben. Nutzen Sie diese Gelegenheit, die Zukunft unserer Pfarreien, und damit die Kirche vor Ort, mitzugestalten.

Auf dem Gebiet unseres Erzbistums stehen in Berlin und Vorpommern Landtagswahlen an. Wir Christinnen und Christen sollten den Aufruf zur demokratischen Wahl wahrnehmen und sehr bewusst und verantwortlich eine Wahlentscheidung treffen, die der Würde und Größe eines jeden Menschen entspricht und die sich den herausfordernden gesellschaftlichen Situationen, in denen wir stehen, verantwortlich gegenüber zeigt. Ich danke all denen, die bereit sind, sich zur Wahl zu stellen und politische Verantwortung für unsere freiheitlich-demokratische Grundordnung übernehmen wollen. Auch dieses Engagement ist ein christlicher Dienst. Unser Dienst auch in Kirche und Gesellschaft ist eine mutige Antwort auf den Ruf Gottes zur Verantwortung.

Sich diesem Ruf Gottes zu stellen, obwohl wir vielleicht Angst haben, uns so einzusetzen, ist eine Entscheidung und ein großes Zeichen. Es braucht dieses Zeichen, auch wenn viele unsere Lebens- und Glaubensüberzeugung nicht teilen.

Doch aus dem Appell allein, mutig zu sein, erwächst uns keine Kraft. Wir brauchen Ermutigung und die Menschen an unserer Seite brauchen unsere Ermutigung. Wir brauchen Menschen, die mit uns gehen, und unseren Mut stärken. Wir brauchen Gemeinschaften, die uns beim Aufbruch stützen. Als Christen wissen wir, dass hinter uns Christus steht, der uns Mut macht, der mit uns geht, der auf seinem Lebensweg immer wieder Mut bewiesen hat, der selbst durchgehalten hat und immer wieder neu aufgebrochen ist und der auch uns zu einem mutigen Leben aufruft. Es ist kein Übermut, sondern ein mutvolles Glauben, dass wir auch mit unseren Grenzen und Schwächen Gott und damit dem Möglichen mehr zutrauen als vielleicht manchen erlebten Enttäuschungen. Wagen wir immer wieder einen ersten mutigen Schritt des Neuanfangs.

Es gibt tausend Gründe zur Entmutigung, aber wir sind im Glauben auf dem Weg zum Osterfest. Wir sind auf dem Weg der Überwindung aller Mutlosigkeit, aller Trägheit und aller Resignation. Wir sind auf dem Weg mit dem Auferstandenen. Er ist unsere Perspektive, unsere Hoffnung, unsere Erlösung. Er macht uns Mut. Er ist unser Mut.

Mit dieser Gewissheit dürfen wir uns trauen, eine mutige Kirche mit mutigen Christen zu sein. Das wünsche ich Ihnen und uns allen auf dem Weg zum Osterfest. Dazu segne Sie der allmächtige Gott, der Vater und der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

Heiner Koch

Erzbischof von Berlin