



Foto: fotolia.com

# Wieder Hoffnung finden

## Spirituelle Impuls der kfb zu Allerheiligen und Allerseelen

### Einführung

Zu Allerheiligen, dem 1. November, denken wir an Menschen, die in ihrem Leben Außergewöhnliches getan haben oder als Märtyrerinnen und Märtyrer gestorben sind. Sie sind uns Vorbilder und Fürsprecher. Es müssen aber nicht immer „offizielle“ Heilige sein, wir können an diesem Tag auch an Menschen denken, die wir als heilig ansehen, da sie in unseren Augen Besonderes leisten. Das können besonders hilfsbereite Menschen sein oder Menschen, die versuchen, die Nachfolge Jesu aufrichtig zu leben.

Am Allerseelentag, dem 2. November, gedenken wir aller Verstorbenen. Der November mit seinem oft nebeligen und trüben Wetter weckt in uns die Sehnsucht nach Licht. Traditionell gehen wir zu Allerheiligen und zu Allerseelen auf die Friedhöfe und zünden an den Gräbern Kerzen an. Wir reflektieren unser eigenes Leben und denken an die Zeit, die wir mit unseren Verstorbenen erleben durften.

### Evangelium: Mt 5,1-12a

In jener Zeit, als Jesus die vielen Menschen sah, die ihm folgten, stieg er auf den Berg.

Er setzte sich und seine Jünger traten zu ihm.

Und er öffnete seinen Mund, er lehrte sie und sprach: Selig, die arm sind vor Gott; denn ihnen gehört das Himmelreich. Selig die Trauernden; denn sie werden getröstet werden. Selig die Sanftmütigen; denn sie werden das Land erben. Selig, die hungern und dürsten nach der Gerechtigkeit; denn sie werden gesättigt werden. Selig die Barmherzigen; denn sie werden Erbarmen finden. Selig, die rein sind im Herzen; denn sie werden Gott schauen. Selig, die Frieden stiften; denn sie werden Kinder Gottes genannt werden. Selig, die verfolgt werden um der Gerechtigkeit willen; denn ihnen gehört das Himmelreich. Selig seid ihr, wenn man euch schmäht und verfolgt und alles Böse über euch redet um meinetwillen. Freut euch und jubelt: Denn euer Lohn wird groß sein im Himmel.

**Lied:** GL 458 Selig seid ihr



Foto: 2019 ju\_ see/Shutterstock.com

## Zum Nachdenken

Was macht einen Menschen zur Heiligen, zum Heiligen? In der Definition der römisch-katholischen Kirche wird ein Mensch als Heiliger bezeichnet, wenn er Gott besonders nahesteht oder in religiöser oder ethischer Hinsicht als Vorbild angesehen wird. Eine wichtige Rolle kann dabei das Auftreten von Wundern spielen. Aber begegnen wir in unserem Alltag nicht auch immer wieder Menschen, die wir als heilig bezeichnen können?

Nimm dir Zeit und überlege, wer für dich eine solche Heilige, ein solcher Heiliger wäre. Nutze die Gelegenheit und sprich die Person darauf an, sage ihr, warum du diesen Menschen als Vorbild siehst. Jemanden zu Lebzeiten zu sagen, dass man sie oder ihn wegen bestimmter Taten bewundert ist manchmal gar nicht so einfach.

Die Zeit rund um Allerheiligen und Allerseelen nutzen wir zum Gedenken an unsere lieben Verstorbenen. Wir richten die Gräber schön her, schmücken sie mit Blumen oder Kränzen, schauen, dass ein Grablicht brennt und besuchen die Gräber von verschiedenen Verstorbenen. Nehmen wir uns auch Zeit, um uns an all die schönen gemeinsamen Erlebnisse mit unseren Verstorbenen zu erinnern. Rainer Maria Rilke schrieb dazu einmal: „Wenn du an mich denkst, erinnere dich an die Stunden, in welchen du mich am liebsten hattest.“

Vertrauen wir auf unseren Glauben, der besagt, dass es ein Leben nach dem Tod gibt und wir zu einem besseren Leben bei Gott berufen sind. Das kann uns in unserer Trauer um geliebte Menschen trösten und Hoffnung geben.

**Lied:** GL 909 Da wohnt ein Sehnen tief in uns  
oder  
GL 430 Von guten Mächten treu und still  
umgeben

## Segensgebet

Sei bei uns, Gott, und segne all unsere Wege.  
Lass uns wieder Tritt finden, wo die Erfahrung des Todes unsere Schritte lähmt.  
Lass es wieder Tag werden, wo der Abschied unser Leben zur Nacht verdunkelt hat.  
Lass uns wieder Hoffnung finden, wo die Trauer uns den Blick nach vorne verstellt.  
Dazu segne uns der dreieinige Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.



Katholische Frauenbewegung  
der Diözese St. Pölten

Inhaltliche Gestaltung: Bettina Schlegel  
Katholische Frauenbewegung der Diözese St. Pölten  
Klostergasse 15, 3100 St. Pölten

<http://kfb.dsp.at>