



Diözesane Frauenkommission Linz

FrauenPredigthilfe 46/2005

## SIE NANNTEN IHN: "SOHN MEINER LEBENSKRAFT"

Predigt zu Allerseelen

*Autorin: Mag.<sup>a</sup> Dorothea Schwarzbauer-Haupt, Linz*

### SCHRIFTTEXTE

Lesungen: Gen: 35, 16 – 20

**Achtung!** Den Text aus dem Alternativleseplan Frauenperikopen verwenden oder jedenfalls bei Vers 18 die sachlich richtigere Lesart: "...gab sie ihm den Namen Ben-Oni (**Sohn meiner Lebenskraft**)" verwenden.

Evangelium: Joh: 11, 17-27

### EINLEITUNG

Mit der Trauer um Verluste besonders, die von lieben Menschen, tut sich unsere Gesellschaft schwer. So etwas Unangenehmes soll möglichst schnell bewältigt und öffentlich nicht hergezeigt werden. Deshalb fühlen sich Trauernde oft einsam und allein gelassen. In diesem Gottesdienst wollen wir in Gottes Gegenwart der Trauer Raum geben und gemeinsam unserer lieben Verstorbenen gedenken.

### KYRIE

Jesus du hast gesagt: Selig sind die Trauernden, deshalb bitten wir dich um dein Erbarmen:

- Alle Gefühle der Trauer - Wut, Angst, Verzweiflung, Schuld und Hilflosigkeit legen wir in deine Hände: Herr, erbarme dich unser
- Weil wir Trauernden manchmal aus dem Weg gehen und uns nicht trauen sie anzusprechen, bitten wir: Christus, erbarme dich unser
- In allem, was uns bei der Erfahrung des Todes ängstigt dürfen wir uns dir anvertrauen. Herr, erbarme dich unser

Der gute Gott erbarmt sich unser und will uns in der Erfahrung der Trauer besonders nahe sein. Amen

## PREDIGT

In der alten Form des "Gegrüßet seist du Maria" haben wir gebetet: „Heilige Maria, Mutter Gottes, bitte für uns arme Sünder, jetzt und in der Stunde unseres Absterbens. Amen.“

Was löst der Begriff „absterben“ bei Ihnen aus? Ich denke da etwa an abgestorbene Pflanzen, abgestorbene Äste und Bäume oder vielleicht nach Verbrennungen abgestorbenes Gewebe.

Etwas Abgestorbenes ist tot. Es ist kein Leben mehr in ihm. Abgestorbene Pflanzen werfen wir weg, Bäume schneiden wir um, Gewebe wird entfernt. Mit dem Abgestorbensein ist alles zu Ende.

Viele Menschen empfinden heute den Tod so. Wenn jemand, den sie liebten oder kannten, gestorben ist, dann ist alles aus. Er oder sie ist abgestorben, es ist zu Ende. Und diese Konfrontation mit der Vernichtung von Leben im Tod ängstigt uns sehr.

Die heutige Lesung zeigt uns eine andere Möglichkeit auf, mit dem Sterben, dem Tod umzugehen. Obwohl der Anlass ein besonders tragischer ist, nämlich der Tod einer Mutter bei der Geburt ihres Kindes, so wird das Sterben in dieser Bibelstelle als Hingabe des Lebens vollzogen.

Rahel nennt das Kind "Sohn meiner Lebenskraft", und meint damit, dass sie, dass ihre Lebenskraft in diesem Kind weiterlebt. Sie versteht ihren Tod nicht als Absterben, sondern als Hingabe. Das, was sie war und ist, das Leben, das ihren Körper beseelte, verströmt sie in das Kind und so lebt sie in ihm weiter. Oder anders gesehen, das Kind lebt von ihrer Lebenskraft.

Wenn wir Sterben so verstehen, bekommt es eine andere Qualität.

Es bleibt zwar das Ende unserer biologischen Existenz, aber unsere Persönlichkeit, das Geheimnis des Lebens, das sich in uns verwirklicht hat, verschwindet nicht spurlos in irgendeinem Jenseits, sondern andere Menschen, die uns kannten und liebten, leben weiterhin von unserer Lebenskraft und unserer Lebensenergie.

Hingabe heißt ja etwas zu verschenken, wovon andere leben können und Sterben als Lebenshingabe heißt dann, mein Leben loszulassen, damit andere von meiner Existenz profitieren können.

Wenn wir mit dieser Einstellung - dass Sterben Leben hinzugeben bedeutet - mit dem Tod umgehen, ändert sich auch die Qualität unseres Trauerns. Trauer ist unumgänglich, wenn wir einen lieben Menschen verloren haben. Sie wird dann von einem „Wundenpflegen“, das auch notwendig ist, zu einer „Schatzsuche“, bei der wir die Spuren des Lebens unserer Verstorbenen in unserer Existenz finden und wahrnehmen können.

Viele Menschen empfinden den Verlust ihrer Lieben wie eine Amputation, etwas aus ihrem Leben ist unwiederbringlich verloren. Und die Wunde schmerzt noch lange. Das ist eine Realität. Aber wir können sie ergänzen durch die Auffassung, dass wir aus der Lebenskraft unserer Verstorbenen profitieren. So können wir die Lebensspuren finden, die zurückgeblieben sind in unserer Welt, und erfahren, dass auch wir Söhne und Töchter der Lebenskraft unserer Verstorbenen sind.

So wie wir nach Schätzen suchen, können wir auch das, was wir unseren Verstorbenen verdanken, suchen, finden und mit dankbarer Wertschätzung in Ehren halten. Wir alle sind Kinder der Lebenskraft derer, die wir gekannt und geliebt haben. So kann das Ende der Trauer sich in den Beginn eines dankbaren Gefühls, beschenkt worden zu sein, verwandeln.

Genau das meint auch Jesus mit seinen Worten an Martha von Bethanien. „Wer glaubt, wird leben, auch wenn er oder sie stirbt.“ Dieser Satz kommt im Begräbnisgottesdienst häufig vor. Glauben bedeutet ja, mich einlassen und hingeben zu können an das, was größer ist als ich selbst. Und der andere Satz „Alle, die leben und an mich glauben, werden in Ewigkeit nicht sterben.“ heißt, dass schon wir Lebenden diese Haltung einüben können. Die kleinen Tode des Verzichtens und Loslassens, die uns das Leben abverlangt, können wir jetzt schon mit Hingabe vollziehen, statt uns so lange dagegen zu wehren, bis wir das Gefühl des Abgestorbenseins haben.

Rahel nannte ihr Kind: Sohn meiner Lebenskraft. Jesus betete am Kreuz: „Vater in deine Hände empfehle ich meinen Geist“. Auch er hat seinen Tod als Lebenshingabe verstanden. Wir alle, die an ihn glauben, sind Kinder seiner göttlichen Lebenskraft.

Das kann uns den Trost geben, Sterben als Übergang in eine andere Form des Lebens zu sehen.

## **FÜRBITTEN**

Gott des Lebens, voll Vertrauen bitten wir:

- für alle, die im vergangenen Jahr liebe Menschen verloren haben, stärke sie in ihrem Schmerz.
- für die Opfer von Katastrophen, Kriegen und Terror, lass sie bei dir den ewigen Frieden finden.
- für alle, die Angst vor der Erfahrung des Todes haben, dass sie sich im Glauben geborgen wissen.
- für alle, die Angehörige vermissen und nicht wissen, ob sie noch leben, lass sie Menschen finden, die ihnen beistehen.
- für die alten Menschen, deren Leben zu Ende geht, dass sie mit Hoffnung ihr Leben bewältigen.

- für alle, die sich in der Begleitung Sterbender und Trauernder engagieren, dass sie die richtigen Worte finden.
- für alle Toten besonders für die, an die niemand mehr denkt, nimm sie auf in das ewige Licht.

Darum bitten wir dich, Gott mit Jesus unserem Bruder und Herrn.

---

Anfragen und Rückmeldungen richten Sie bitte an:  
Diözesane Frauenkommission Linz, 4021 Linz, Kapuzinerstraße 84, Tel. 0732/7610-3010 e-mail: [frauenkommission@dioezese-linz.at](mailto:frauenkommission@dioezese-linz.at)