

Ritual zu Allerseelen

Mein persönliches Allerseelen – Auf der Wartebank des Lebens



Vorbemerkungen

Mit dem Denken an unsere Verstorbenen taucht unvermeidlich auch der Gedanke an das eigene Sterben auf. „*Wir sind nur Gast auf Erden*“ heißt es in einem Lied. Das Älterwerden geht oft mit körperlichen oder geistigen Einschränkungen einher. Die Einschränkungen (durch Krankheiten der Beweglichkeit und Selbstständigkeit) bringen Angst, Vereinsamung und Trauer mit sich, ebenso wie der Verlust von vertrauten und geliebten Menschen. Dass das Leben begrenzt ist, weiß ich, aber es ist eine große Herausforderung, dies hautnah zu spüren. Was hilft mir, Schritt für Schritt, die Verlusterfahrungen anzunehmen und mit meinem persönlichen Allerseelen-Erleben mutig umzugehen? Gott mutet mir viel zu, aber er macht mir auch Mut.

Vielleicht ist es die Kunst des **LASSENS**:

- **Das ZU-LASSEN** von Gefühlen wie Trauer, Einsamkeit, Enttäuschung, Leid und Wut. Die Klagepsalmen der Bibel als Begleitung entdecken.
- **Das ZURÜCK-LASSEN** von Altbekanntem, Bewährtem, Vertrautem und Gewohntem.
- **Das WEG-LASSEN** von unnötigen und entbehrlichen Dingen, denn wie ein Sprichwort sagt: „*Das letzte Hemd hat keine Taschen.*“
- **Das LOS-LASSEN**, weil alles im Leben, ja das Leben selbst, eine Leihgabe ist.

Ich befinde mich bildlich gesprochen auf der Wartebank des Lebens. Eine wohltuende Begleitung und eine wärmende menschliche Nähe tun gut. Gläubigen Christen bietet sich Jesus mit seiner Botschaft an. Er erzählt von der göttlichen Liebe. Sie erweist sich als verlässlich, wegweisend, barmherzig und sinnstiftend.

„Wir erwarten die Auferstehung der Toten und das Leben der kommenden Welt“, bekennen wir im Glaubensbekenntnis. Von dieser Hoffnung erzählen die Friedhöfe mit den blumengeschmückten

Gräbern und den brennenden Kerzen. Die Gedenksteine und Kreuze auf den Friedhöfen halten die Erinnerung an das Leben wach.

Vorbereitungen

Ich nehme einen Stein, den ich mit meiner Hand gut umschließen kann.

Ablauf

Lied: *Wir sind nur Gast auf Erden*, Gotteslob 505

Gebet

Gott, du Herr allen Seins! Mit Tränen in den Augen und mit Kummer im Herzen beklage ich mein Leben.

Kann es für mich eine Hilfe geben?

*Mein Leben steht in Flammen, mein innerer Friede zerstört
Von wem kommt Hilfe? Von wem werde ich gehört?*

*Mein Gott, zu dir rufe ich in meiner Bedrängnis,
du kannst mir helfen aus meinem Gefängnis.*

*Trauer und Einsamkeit verlieren ihren Schrecken,
wenn ich kann deine Liebe entdecken.*

*Ich finde Rettung, ja, ich kann fliehen,
wenn auch mit wundem Herzen und blutenden Knien.*

*Auf deine Hilfe und deinen Trost warte ich gern,
weil ich kann Hoffnung und Rettung finden bei meinem
HERRN.*

*O Gott, gib mir Geduld und Mut,
denn das tut meiner Seele gut!
Für all das und mehr sag ich dir Lob, Dank und Ehr!*

Bibelworte

Offenbarung 21,4

*Er wird alle ihre Tränen abwischen.
Es wird keinen Tod mehr geben und keine Traurigkeit, keine
Klage und keine Quälerei mehr. Was einmal war, ist für immer
vorbei.*

Johannes 14,1–21

*Euer Herz lasse sich nicht verwirren. Glaubt an Gott und
glaubt an mich! Im Haus meines Vaters gibt es viele
Wohnungen. Wenn es nicht so wäre, hätte ich euch dann
gesagt: Ich gehe, um einen Platz für euch vorzubereiten?
Wenn ich gegangen bin und einen Platz für euch vorbereitet
habe, komme ich wieder und werde euch zu mir holen, damit
auch ihr dort seid, wo ich bin. Und wohin ich gehe – den Weg
dorthin kennt ihr. Thomas sagte zu ihm: Herr, wir wissen nicht,
wohin du gehst. Wie können wir dann den Weg kennen?
Jesus sagte zu ihm: Ich bin der Weg und die Wahrheit und
das Leben; niemand kommt zum Vater außer durch mich.
Wenn ihr mich erkannt habt, werdet ihr auch meinen Vater
erkennen. Schon jetzt kennt ihr ihn und habt ihn gesehen.*

Lied: *Gottes Wort ist wie Licht in der Nacht, Gotteslob 450*

Meditative Gedanken

Ich sitze auf der Wartebank des Lebens.

Ich lasse mich von den Ängsten nicht besiegen.

Ich gebe ihnen keine Macht.

Es ist ja alles nur geliehen. Es ist alles vergänglich.

Ich richte mich darauf ein.

Ich gebe dem Abschied Raum.

Was kommen muss, wird kommen.

Trotzdem will ich zuversichtlich sein.

Solange ich lebe, nehme ich Veränderungen an.

Ich wage Neues. Ich wage den nächsten Schritt.

In dankbarer Erinnerung lasse ich mich weiter begleiten.

Herr Jesus, du bist der verlässlichste Eckstein meines Lebens.

Du sitzt neben mir auf der Wartebank des Lebens.