



Predigt Allerseelen 2. November 2025, 9 Uhr Sevelen 10.30 Uhr Buchs

Lesungen

Erste Lesung Jes 25, 6a.7–9

An jenem Tag wird der Herr der Heerscharen auf diesem Berg – dem Zion – für alle Völker ein Festmahl geben. Er verschlingt auf diesem Berg die Hülle, die alle Völker verhüllt, und die Decke, die alle Nationen bedeckt. Er hat den Tod für immer verschlungen und Gott, der Herr, wird die Tränen von jedem Gesicht abwischen und die Schande seines Volkes entfernt er von der ganzen Erde, denn der Herr hat gesprochen. An jenem Tag wird man sagen: Siehe, das ist unser Gott, auf ihn haben wir gehofft, dass er uns rettet. Das ist der Herr, auf ihn haben wir gehofft. Wir wollen jubeln und uns freuen über seine rettende Tat.

Evangelium Lk 7, 11–17

In jener Zeit kam Jesus in eine Stadt namens Nain; seine Jünger und eine grosse Volksmenge folgten ihm. Als er in die Nähe des Stadttors kam, siehe, da trug man einen Toten heraus. Es war der einzige Sohn seiner Mutter, einer Witwe. Und viele Leute aus der Stadt begleiteten sie. Als der Herr die Frau sah, hatte er Mitleid mit ihr und sagte zu ihr: Weine nicht! Und er trat heran und berührte die Bahre. Die Träger blieben stehen und er sagte: Jüngling, ich sage dir: Steh auf! Da setzte sich der Tote auf und begann zu sprechen und Jesus gab ihn seiner Mutter zurück. Alle wurden von Furcht ergriffen; sie priesen Gott und sagten: Ein grosser Prophet ist unter uns erweckt worden: Gott hat sein Volk heimgesucht. Und diese Kunde über ihn verbreitete sich überall in Judäa und im ganzen Gebiet ringsum.

Predigt

Liebe Schwestern und Brüder,

Steh auf? Wie? Warum? Wer? Und vor allem: Wer hilft mir dabei? Wir sagen manchmal: Das stellt mich auf. Und da interessiert es uns ja schon, wie das funktioniert. Wir können das gut gebrauchen, also ist es wichtig zu wissen, wie das geht. Wir sagen manchmal von einem Menschen: Der stellt mich auf. Dieser Mensch strahlt einen Optimismus, eine Zuversicht, eine Freude, eine positive Atmosphäre aus. Und da interessiert es uns ja schon, wer das für uns ist, und ob wir selbst so sein können. Steh auf! Manches Lied singt uns das zu. Jesus spricht das Menschen zu. Also fragen wir heute nach, was wir da hören.

Es gibt eine Reihe von Liedern zu diesem Appell: «Steh auf!» Ich oute mich jetzt ein wenig, wenn ich als alter Vertreter der Gen X noch echten Rock und Punk kenne. Da gibt es zum Beispiel dieses Lied der Toten Hosen: «Steh auf, wenn Du am Boden liegst! Steh auf, auch wenn Du unten liegst. Steh auf, es wird schon irgendwie weiter gehen!» Sie besingen die Lebenssituation, weil Du den Weg nach vorne nicht mehr siehst. Sie besingen die dunklen Wolken, die Dich runterdrücken und Dein Widerstand erlahmt, wie schwer es wiegt, wenn Du den Sinn Deines Lebens nicht mehr erkennst. Von oben kommt dieses Gewicht, das Dich nach unten herunterzieht. Du siehst keine Lösung vor Dir, und keine Hilfe in Dir. Irgendwie soll es aber weitergehen, und so gut ich dieses Lied finde, es ist halt bloss eine Durchhalteparole, die mir auch hilft, doch ohne Hilfe anzubieten. Mach halt irgendwie weiter. Das ist mir zu wenig.

Da gibt es zum Beispiel auch dieses Lied von Marius Müller Westerhagen: «Steh auf. Steh endlich auf.» Das Lied ist genauer, ist subtiler und präziser. Da wird gesagt, was uns alles runterzieht: Du bist zu klein. Du bist nicht schön genug. Du riskierst zu viel. Du überforderst Dich doch nur. Halt still, pass Dich an und lass Dich getrost ausbeuten und manipulieren, damit Du auch wirklich jede Freude am Leben verlierst. All das drückt uns runter. Das raubt uns die Kraft. Dagegenzuhalten mit dem Ruf «Steh auf», «Lass Dich nicht kleinreden», «Entscheide Dich für das Licht», das ist in diesem Lied zunächst auch eine Ermutigung, eine Durchhalteparole, aber dann dieser Zwischenruf: «Ich will Dich. Ich brauche Dich. Lass mich nicht allein.» Das Aufstehen schaffen wir halt oft nicht allein aus eigener Kraft. Wir brauchen da Hilfe, jemand, der uns aufrichtet und neu auf die Füße stellt.

Wer von uns je diese Erfahrung gemacht hat, kleingehalten, unterdrückt, gemobbt zu werden, der wird dieses Gefühl kennen, diese Unsicherheit, und wie wichtig es ist, dass jemand Dir sagt: «Und ich glaube an Dich, dass Du wieder auf die Füße kommst. Ich bleibe dabei. Ich helfe Dir dabei.» Warum das so wichtig ist? Die Lieder sagen es eigentlich schon: Weil wir Menschen sind, die mit einem Sinn in diesem Leben stehen, weil wir diesen unbändigen Wunsch haben selbstbewusst und positiv und mit viel Freude in diesem Leben zu stehen und mit Zuversicht vorwärts zu gehen.

Es gibt eine ganze Reihe von Appellen und Rufen, die typisch sind für Jesus: Geh! Glaube! Kehre um! Taufe! Verkünde! Unter all diesen Aufrufen nimmt der Aufruf «Steh auf!» einen der vorderen Plätze ein. Jesus sagt das ziemlich oft. Wenn ich in der Bibel lese, wie Jesus diesem Trauerzug vor den Toren der Stadt Nain begegnet, dann tut er gleich zweifach aufrichten. Er hilft dieser Witwe, die ihren einzigen Sohn verloren glaubt. Das beginnt, indem er zunächst ihre Not sieht, eine alleinstehende Frau, ihr Mann gestorben, jetzt auch noch ihr einziges Kind weg, so dass sie aber auch niemanden mehr hat. Jesus sieht die Not, er fühlt mit, er bleibt dabei. Wenn wir trauern, wenn wir traurig sind, deprimiert, uns niedergeschlagen fühlen, dann hilft uns genau das. Und ein zweites Mal richtet hier Jesus auf, indem er an die Bahre des Sohnes herantritt, und ihn vom Tod ins Leben zurückholt.

Jesus, der Aufsteller. Er tut es immer wieder. Wenn da jemand am Boden liegt, wegen Krankheit und Leid, wegen Armut und Sorgen, wegen Schuld und Sünde, da geht Jesus hin und richtet auf. Wenn da jemand nicht mehr ein noch aus weiss, wenn jemand mit sich selbst nicht mehr klar kommt, wenn jemand nicht mehr sieht, wie es weitergeht, dann bleibt Jesus dabei und sagt mir: Schau, Du bist und warst schon immer dieses geliebte Kind Gottes, dieser wunderbare Gedanke Gottes, getragen und gehalten von seiner Liebe allezeit, und jetzt gerade sind wir auf dem Weg nach vorne zu diesem wunderschönen göttlichen Licht. Und dafür stell ich Dich jetzt auf Deine Füße! Warum ist ihm das so wichtig? Weil er Mensch ist mit einem Mitgefühl, weil er grosse Empathie hat für Dich als Menschen hat, und weil er Gott ist mit einem unendlichen Mitgefühl, weil er Dich geschaffen, berufen und erwählt hat, ein göttlicher Aufsteller, der uns an seiner Kraft, an seinem Geist, seiner Zuversicht teilhaben lässt.

Ich finde die Frage berechtigt, wie mir das nun hilft. «Steh auf!», das ist als Durchhalteparole schnell gesagt, aber wer stellt mich wie auf? Ich habe ChatGPT gefragt. Dort erhielt ich den Hinweis, da bräuchte es mehr Kontext. Will ich emotional, gefühlsmässig aufgestellt werden, dass sich meine Stimmung hebt? Will ich körperlich in Schwung kommen oder gesund werden? Will ich motiviert werden? Ich könnte jetzt hingehen, um CHatGPT gezielter zu meiner Niedergeschlagenheit führen, aber eigentlich will ich doch das Gesamtpaket: Ich will seelisch, psychisch, will körperlich, will mit Seele, Geist und Körper aufrecht im Leben stehen.

Hilfreicher finde ich eigentlich Vorsicht walten zu lassen, wo auch immer Menschen herabgewürdigt und niedergedrückt werden. Da übe ich mich lieber im Widerstand. Da sage ich «Nein». Hilfreich schaue ich darauf, wie wir einander uns helfen aufstellen, wo und wer mich aufrichtet, und wem ich helfen kann, wo ich aufrichte. Da übe ich mich in Mitgefühl und Solidarität. Da sage ich «Ja». Und ansonsten vertraue ich auf Jesus, den Aufsteller, einer, der mir festen Boden gibt, einer, der Sinn und Orientierung schenkt, einer, der meine Tränen in Freude verwandelt, einer, der mit seinem Herzen dabeibleibt und dem ich zu wichtig bin, als dass die Not, die Trauer, das Unrecht, das Böse, der Tod das letzte Worte haben sollten. Da ist er es, der mir zuspricht: «Steh auf!»

Amen und Danke.

Hörfassung: <https://open.spotify.com/episode/4OtjL2uldzoVX9wV68sRzI?si=g9srX-hsQa2gz5xeN0y9LQ>