10.11.2026 um 18:15 Uhr
hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von
Alexandra Becker,
Katholische Pastoralreferentin Frankfurt

Ein Licht in der Dunkelheit

Moderator/in: Der Herbst hat ja schon seine ganz eigene Stimmung. Wenn ich jetzt aus dem Fenster schaue, ist es draußen längst dunkel. Viele von uns gehen morgens schon im Dunkeln aus dem Haus und kommen abends erst zurück, wenn es schon wieder dunkel ist.

Manchmal ist das ganz schön viel Dunkelheit auf einmal. Und die kann einem schon auch mal auf die Stimmung schlagen. Kennst du das auch, Alex Becker von der katholischen Kirche?

Alex: Ich mag den Herbst eigentlich richtig gerne. Aber wenn es so früh dunkel wird, merke ich das manchmal auch. Und ich denke dabei auch an Menschen, die gerade ganz andere Dunkelheiten erleben. Weil sie krank sind, sich Sorgen machen oder gerade eine schwere Zeit durchmachen.

Morgen ist ja St. Martin. Und ich finde, das Fest passt richtig gut in diese Jahreszeit. Die leuchtenden Laternen, das Licht tut gut. Und es macht Hoffnung.

Was bedeutet St. Martin heute für Menschen in schwierigen Zeiten?

Moderator/in: Heute gab es in Hessen ja schon die ersten Martinsumzüge. Und morgen werden wieder in ganz vielen Orten Kinder mit ihren Laternen durch die Straßen ziehen. Es werden Martinsfeuer angezündet und es duftet nach Kinderpunsch und Glühwein. Ich finde, das ist jedes Jahr wieder etwas Besonderes.

Alex: Auf jeden Fall! Und: St. Martin ist ein Fest mitten in der Dunkelheit. Martin hat damals seinen

© 2026 · Kirche im hr

Mantel mit einem frierenden Menschen geteilt. Für ihn selbst wahrscheinlich keine große Sache. Aber sie hat etwas verändert: Für diesen einen Menschen wurde es ein Stück wärmer.

Wie können wir wie St. Martin Hoffnung schenken und Licht teilen?

Das ist mir an diesem Fest wichtig: Ich kann nicht die ganze Dunkelheit aus der Welt schaffen. Meine eigenen Sorgen bleiben. Und auch meinen Freunden kann ich nicht alles Schwere abnehmen.

Aber ich kann etwas tun. Ich kann für einen Menschen ein kleines Licht sein. Ich kann ein Stück von dem teilen, was ich habe: Zeit schenken, zuhören, mit jemandem aushalten, was gerade schwer ist, oder für jemanden beten. Und manchmal ist genau das schon richtig viel.

© 2026 · Kirche im hr