

Von den ersten Strahlen in der Morgendämmerung bis zum Sonnenuntergang am Abend: Jeden Tag fasziniert das Sonnenlicht aufs Neue, spendet Kraft und öffnet die Augen für eine andere Wirklichkeit. Große spirituelle, aber auch junge Autorinnen und Autoren feiern in diesem Buch die Schönheit des Lichts und machen sich auf die Suche nach den Lichtspuren im Alltag.

Mit Texten von Lorenz Marti, Andreas Knapp, Katharina Schridde, Susanne Niemeyer, Hanna Jacobs, David Steindl-Rast, Tina Willms, Henri Nouwen, Schwester Veronika Ebnöther und vielen anderen mehr.

Johanna Oehler (Hg.) Lichtspuren

Johanna Oehler (Hg.)

# Lichtspuren

Worte von der Kraft des Lebens

Mit Texten von  
Hanna Jacobs  
Katharina Schridde  
Lorenz Marti  
...

HERDER

Johanna Oehler (Hg.)

# Lichtspuren

Worte von der  
Kraft des Lebens

**HERDER** 

FREIBURG · BASEL · WIEN

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2018  
Alle Rechte vorbehalten  
www.herder.de

Umschlaggestaltung: Designbüro Gestaltungssaal  
Umschlagmotiv: © Anna Nahabed/shutterstock

Satz: post scriptum, Vogtsburg-Burkheim/Hüfingen  
Herstellung: Polygraf Print, Prešov

Printed in Slovakia

ISBN 978-3-451-38083-9

## Inhalt

Vorwort  
der Herausgeberin

7

I.  
Morgenlicht

9

II.  
Im Zenith

39

III.  
Abendsonne

65

IV.  
Lichter in der Nacht

91

Inhaltsverzeichnis

125

Textnachweise

134

Bildverweise

134

## Vorwort

Menschen sind Lichtsucher: Bei den ersten warmen Sonnenstrahlen im Frühling zieht es uns nach draußen und wir strecken unsere Gesichter lichterhungrig dem Himmel entgegen.

Von der Sehnsucht nach Licht schreiben auch die Autorinnen und Autoren in diesem Buch. Sie schreiben von verheißungsvollen Neuanfängen im zarten Licht des Morgens, von der Leuchtkraft der gleißelnden Sonne am Mittag, den letzten wärmenden Strahlen am Abend und den Lichtern, die in der Nacht den Weg weisen.

»Es ist das Licht süß, und den Augen lieblich, die Sonne zu sehen«, heißt es schon bei Kohelet (11,7). Mit den großen spirituellen, aber auch jungen Autorinnen und Autoren dieses Bandes feiern wir diese Schönheit des Sonnenlichts, das Kraft zum Leben spendet, und machen uns auf die Suche nach den zarten Lichtspuren im Alltag.

*Johanna Oehler*

## Die Schatten werden länger

Die Non ist die Stunde am späteren Nachmittag, wenn der Tag sich zu neigen beginnt und die Schatten länger werden. Es liegt im Wesen der Natur, dass mit dem vergehenden Tag Beklommenheit aufkommt und dass man Gottes Stärke sucht, wenn das Licht langsam abnimmt.

Wir sind dem zunehmenden und jetzt dem abnehmenden Licht durch den Tagesrhythmus hindurch gefolgt. Der Tag begann in der Dunkelheit, dann brach das Licht hindurch, erreichte mittags seinen Höhepunkt, und jetzt befinden wir uns in der abnehmenden Hälfte. Es ist eine Zeit, in der wir dem Verfall, den Enttäuschungen, dem kleinen Tod eines jeden Tages, der vergeht, gegenüberstehen.

»Der Tag neigt sich dem Abend zu«, heißt es in der Hymne zu dieser Stunde der Non, und ihre Gesänge haben einen Beiklang von Gelassenheit, auch wenn sie sich sonst gar nicht so sehr von denjenigen der anderen Stunden unterscheiden.

Früher am Tag schwangen Kraft und Begeisterung mit, doch mit der Non begegnen wir der Wirklichkeit, dass im Menschenleben nichts für immer währt. Wie

gehen wir mit der Tatsache um, dass wir etwas nicht ewig behalten können? Wie gehen wir mit der unausweichlichen Unbeständigkeit des Lebens um? Genau das ist die Frage dieser Stunde.

Wie die Zeit verblasst und allmählich schwindet, wird uns bewusst, wenn wir sehen, wie die Schatten länger werden. »Dein Glanz, o Herr, erstrahle uns«, singen wir und wenden uns an den Einen, der unverändert bleibt »durch Zeit und Ewigkeit«.

Die Botschaft des Engels der Non lautet, dass Tod und Vergänglichkeit Teil des Lebens sind. Wir müssen uns mit etwas Transzendente[m] jenseits der Zeit verbinden, weil die zeitlichen Dinge vergehen. Und jetzt, wenn die Dinge, auf die wir uns im Laufe des Tages möglicherweise verlassen haben, versagen und in ihrer Vergänglichkeit erkennbar sind, wenden wir uns dem zu, das von Dauer ist. ...

Wenn wir uns eingestehen, dass jeder Tag ein Ende hat, dass jedes Leben ein Ende hat, so heißt das, dass wir der Aufforderung nachkommen, die Gelegenheit beim Schopf zu packen und etwas aus diesem Tag, aus diesem Leben zu machen. Wenn wir etwas aus dem Tag gemacht haben, werden wir auch loslassen können. Je mehr wir uns einem Urlaub oder einem Wochenende an einem schönen Ort hingeben, desto eher sind wir bereit, wieder fortzugehen, wenn es Zeit ist,

und uns dann erfrischt wieder unserem Alltagsleben zu widmen.

Der zeitgenössische Theologe John Dunne sieht in jeder Wahl, die wir zur Gestaltung unseres Lebens treffen, immer eine Antwort auf das Problem des Todes. Er drückt dies so aus: »Wenn es eine Tatsache ist, dass wir sterben müssen, wie befriedigen wir dann unser Verlangen nach Leben?« Das Leben im Kloster ist eine von vielen Möglichkeiten, dieses Verlangen nach Leben so zu befriedigen, indem wir jeden Augenblick des Tages lebendig sind. Jedes Mal, wenn wir an unsere Sterblichkeit denken, wird die Wahrscheinlichkeit größer, dass wir dann das tun, was uns wirklich glücklich macht und erfüllt.

Jeder kann diese ernüchternde und dennoch belebende Erfahrung machen, wenn er dem Vergehen des Tages ins Auge schaut und die Tatsache, dass seine Tage gezählt sind, wahrnimmt. Manche richten sich zu Hause eine Ecke – einen Altar oder eine Meditationsnische – ein, wo sie ihren Tag und ihr Leben in einem größeren Zusammenhang betrachten können. Wir alle brauchen eine Zelle, einen gesonderten Ort, um uns der Wirklichkeit zu stellen. ...

Wenn die Schatten länger werden, erahnen wir bereits das Ende des Tages. Wir nehmen Einschränkungen und Grenzen zur Kenntnis, die unser Leben struk-

turieren. Die Stunde der Non will uns das richtige Verständnis von Begrenzungen beibringen, damit wir diese nicht als Gefängnis empfinden, sondern sie anerkennen und mit ihnen arbeiten. Und sollten es willkürliche Begrenzungen sein, die ein echtes Wachstum verhindern, dann müssen wir sie überwinden.

Unser Leben ist vielschichtig zusammengesetzt – durch unsere Arbeit oder Familie – doch nur innerhalb von Begrenzungen kann irgendetwas Sinnvolles stattfinden. Wenn uns sämtliche Möglichkeiten jederzeit zu Gebote stünden, wenn es keine Grenzen, keine Einschränkungen, keine Definitionen gäbe, wären wir verloren. Menschen denken oft irrtümlicherweise, Glück komme durch das Entfernen aller Begrenzungen. Die Lektion der länger werdenden Schatten bedeutet, zu vergeben und innerhalb der naturgegebenen Beschränkungen und Grenzen unseres Lebens voll und ganz zu leben.

## Inhaltsverzeichnis

I. Morgenlicht . . . . .	9
Geburt des Morgens <i>Andreas Knapp</i> . . . . .	11
Aus der Finsternis ins Licht <i>David Steindl-Rast</i> . . . . .	12
Als es Morgen wurde <i>Andreas Knapp</i> . . . . .	16
Gespräche mit Opa <i>Susanne Niemeyer</i> . . . . .	24
Unter offenem Himmel <i>Veronika Ebnöther</i> . . . . .	27
Nichts Neues unter der Sonne? <i>Henri Nouwen</i> . . . . .	32
Die Schale unseres Lebens <i>Dag Hammarskjöld</i> . . . . .	34
II. Im Zenith . . . . .	39
Gesegnet sein <i>Tina Willms</i> . . . . .	41
Ein Blick aus dem Fenster <i>Lorenz Marti</i> . . . . .	42
Im Meer der Farben <i>Veronika Ebnöther</i> . . . . .	46
Vom Regenbogen überrascht <i>David Steindl-Rast</i> . . . . .	52
Die Gipfelerfahrung <i>Henri Nouwen</i> . . . . .	56
Über den Dächern von Amsterdam <i>Anne Frank</i> . . . . .	58
Sonne <i>Mascha Kaléko</i> . . . . .	60

III. Abendsonne .....	65
Abendlicher Himmel <i>Werner Kallen</i> .....	67
Himmelspostkarte <i>Tina Willms</i> .....	68
Von der Sonne sprechen <i>Henri Nouwen</i> .....	70
Mit geschlossenen Augen <i>Lorenz Marti</i> .....	72
Kendauchdich <i>Esther Maria Magnis</i> .....	76
Die Schatten werden länger <i>David Steindl-Rast</i> .....	82
Dankbar mich verneigen <i>Pierre Stutz</i> .....	86
IV. Lichter in der Nacht .....	91
Engelwärts <i>Antje Sabine Naegeli</i> .....	93
Königstochter <i>Katharina Schridde</i> .....	94
Tränen der Sterne <i>Lorenz Marti</i> .....	102
Der goldene Faden <i>Katharina Schridde</i> .....	105
Das Licht im Fenster <i>Susanne Niemeyer</i> .....	107
Himmel über der Kohltour <i>Hanna Jacobs</i> ...	114
Nachts <i>Mascha Kaléko</i> .....	120



## Textnachweise

### Morgenlicht

S. 11: »Geburt des Morgens« aus: Andreas Knapp, Beim Anblick eines Grashalms. Naturgedichte © Echter Verlag Würzburg 2017, S. 78.

S. 12–14: aus: David Steindl-Rast, Musik der Stille © Verlag Herder GmbH 2008, Neuausgabe 2010, S. 55–58 (gekürzt).

S. 16–22: »Als es Morgen wurde« aus: Andreas Knapp, Das Ende vom Ende. Geschichten gegen den Tod © Echter Verlag Würzburg 2016, S. 107–112.

S. 24–26: aus: Susanne Niemeyer, Wie lange ist ewig? © Kreuz Verlag in Verlag Herder GmbH 2015, S. 53–55. S. 27–30: © Veronika Ebnöther

S. 32 f.: Unter dem Titel »Ein neuer Anfang« aus: Henri Nouwen, Was mir am Herzen liegt. Meditationen © Verlag Herder GmbH 1995, 2016, S. 14 f.

S. 34: aus: Dag Hammarskjöld, Zeichen am Weg. Übertr. und eingel. von Anton Graf Knyphausen. © Verlag Urachhaus GmbH, Stuttgart 52017.

### Im Zenith

S. 41: © Tina Willms

S. 42–44: aus: Lorenz Marti, Mystik an der Leine des

Alltäglichen. © Verlag Herder GmbH 2007, 2010, Neuausgabe 2016, S. 148–150.

S. 46–50: © Veronika Ebnöther

S. 52–55: David Steindl-Rast, Fülle und Nichts © Kreuz Verlag in der Verlag Herder GmbH, Freiburg 2015, S. 13–15.

S. 56: aus: Henri Nouwen, Leben hier und jetzt © Verlag Herder GmbH 1996, 2012, S. 380.

S. 58 f.: aus: Anne Frank Tagebuch. Einzig autorisierte und ergänzte Fassung Otto H. Frank und Mirjam Pressler. © 1991 by ANNE FRANK-Fonds, Basel. Alle Rechte vorbehalten S. Fischer Verlag GmbH, Frankfurt am Main.

S. 60: aus: Mascha Kaléko: In meinen Träumen läutet es Sturm © 1977 dtv Verlagsgesellschaft, München.

### Abendsonne

S. 67: »Abendlicher Himmel« aus: Werner Kallen, Unter abgeräumtem Himmel. Gedichte © Echter Verlag Würzburg 2017.

S. 68 f.: Tina Willms, Himmelspostkarte, in: Ralf Meister (hg.), Fünf Minuten mit Gott. Denkanstöße für jeden Tag. © 2012 Neukirchener Verlagsgesellschaft mbH, Neukirchen-Vluyn, 3. Auflage 2015, S. 253.

S. 70 f.: aus: Henri Nouwen, Was mir am Herzen liegt © Verlag Herder GmbH 1996, 2012, S. 26 f.

S. 72–74: aus: Lorenz Marti, *Mystik an der Leine des Alltäglichen*. Verlag Herder GmbH 2007, 2010, Neuausgabe 2016, S. 41–44.

S. 76–80: aus: Esther Maria Magnis, *Gott braucht dich nicht. Eine Bekehrung*, Copyright © 2012 Rowohlt Verlag GmbH, Reinbek bei Hamburg (Überschrift redaktionell gekürzt).

S. 82–85: aus: David Steindl-Rast, *Musik der Stille* © Verlag Herder GmbH 2008, 2018, S. 117–118, 120 (Überschrift redaktionell).

S. 86: aus: Pierre Stutz, *50 Rituale für die Seele* © Verlag Herder GmbH 2001, 7. Aufl. 2008, S. 158.

### **Lichter in der Nacht**

S. 93: aus: Antje Sabine Naegeli, aus: *Umarme mich, damit ich weitergehen kann* © Verlag Herder GmbH 2010, 5. Aufl. 2016, S. 185.

S. 94–100: aus: Katharina Schridde, *Mittendrin*. © Verlag Herder GmbH 2017, S. 163–167.

S. 102–104: aus: Lorenz Mari, *Übrigens, das Leben ist schön*. © Verlag Herder GmbH 2015, 2. Aufl. 2017, S. 90 f.

S. 105 f.: aus: Katharina Schridde, *Du bist gesegnet. Gottes Zusage für das Leben* © Kreuz Verlag in der Verlag Herder GmbH 2010, S. 143 (Überschrift redaktionell).

S. 107–112: aus: Susanne Niemeyer, *Frohe Weihnachten. Jesus klingelt* © Kreuz Verlag im Verlag Herder GmbH 2014, S. 30–34.

S. 114–118: Hanna Jacobs

S. 120: Mascha Kaléko: *In meinen Träumen läutet es Sturm* © 1977 dtv Verlagsgesellschaft, München.