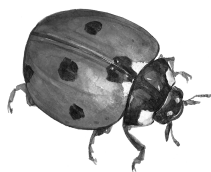


Ein Garten voll Glück

Worte der Inspiration



HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN

Sonderband 2019
Herausgegeben von German Neundorfer

Mit Beiträgen von:

Bettina von Arnim
Stefan Bauberger
Phil Bosmans
Clemens von Brentano
Gernot Candolini
Papst Franziskus
Gotthard Fuchs
Mahatma Gandhi
Dorothee Griesbeck
Anselm Grün
Hildegard von Bingen
Bernd Lohse
Lorenz Marti
Anthony de Mello
Susanne Niemeyer
Yarito Niimura
Rainer Maria Rilke
Johann Roth
Andrea Schwarz
Christa Spannbauer
Christa Spilling-Nöker
David Steindl-Rast
Pierre Stutz
Michael Tischinger
Georg Toporowsky
Teresa Zukic

Vorwort

„Der Mensch ist ein blühender Garten“, schreibt die große Mystikerin und Pflanzenkennerin Hildegard von Bingen, und sie ergänzt: „Der Mensch, der Gutes wirkt, gleicht einem Obstgarten, der voll von guter Frucht ist.“ Blüte und Frucht gehören zu den wesentlichen Momenten im menschlichen Leben. Wir alle kennen jene beglückenden und befreienden Augenblicke des Aufbruchs, des Aufblühens und der Verwandlung, aus denen heraus eine Frucht entsteht – sei es nun im Kleinen unseres Alltags, sei es im Großen, wenn wir den Blick auf den Lauf unseres Lebens richten.

Gerade im Frühjahr können wir im Garten das Wunder des erwachenden Lebens bestaunen. Ein Staunen, dem wir übrigens schon in alten Texten begegnen. Der im 9. Jahrhundert lebende Abt des Klosters Reichenau Walahfrid Strabo beginnt den *Hortulus*, sein berühmtes Gartenbuch, mit einer hinreißenden Schilderung des wiedererwachenden Lebens. Der Winter, „der gierig die reichen Früchte der Arbeit verzehrt“ hat, wird vom Kommen des Frühlings vertrieben, der Gärtner nimmt nun seine Arbeit auf, ist besorgt um die schüchternen Triebe, die die Pflanzen aus ihren Wurzeln heraus auf den Weg zum Licht senden.

Den Frühling, den „Anfang des kreisenden Jahrs“ im Garten zu erleben, ist ein Erlebnis der ganz

besonderen Art. Diesem Erwachen, dem Aufbrechen und Aufblühen, dem Hineinschreiten ins Leben ist auch der neue Frühjahrssonderband gewidmet. „Frühlingszeit ist Verwandlungszeit“, weiß Pierre Stutz, und so begeben wir uns in hinein in ein Leben und Lesen voller Verwandlungen. Wir wollen die erste Frühlingssonne genießen und die Blüten bewundern, die im Garten sprießen. Wir beobachten den Mückentanz, verlieren uns im Gelb des Löwenzahns, spüren die Vorfreude auf den Sommer und entdecken die Lust am Leben neu. Vielleicht gelingt es diesem Buch, uns dazu zu ermuntern, Neuanfänge zu wagen, kleine und große Glücksmomente bewusst wahrzunehmen und uns am Reichtum des Lebens zu erfreuen. Dazu möchte ich Sie, liebe Leserin und lieber Leser, herzlich einladen.

German Neundorfer

Inhalt

Vorwort 5

Aufbruch ins Leben

Es ist Zeit 15

Dorothee Griesbeck

Die Kraft der Verwandlung 16

Pierre Stutz

Das Herz weitet sich 18

Christa Spilling-Nöker

Wie es ist, etwas zu wagen 19

Susanne Niemeyer

Frühlingserwachen 21

Christa Spannbauer

Den ersten Schritt machen 21

Papst Franziskus

Aufbruch des Herzens 23

Andrea Schwarz

Knospen 24

Pierre Stutz

Im Garten des Lebens

In einem Garten voller Seligkeit 29

Phil Bosmans

Hoffnung pflanzen 30

Christa Spannbauer

Schönheit, die in uns aufblühen möchte 31

Anselm Grün

»So muss es sein« 36

Yarito Nimura

Mückentanz 37

Georg Toporowsky

Löwenzahn 39

Anthony de Mello

Die Chrysanthemen 40

Yarito Nimura

Glück ist jeder neue Morgen

Unbezahlbar 45

Phil Bosmans

Der glückliche Mann 45

Johann Roth

Perspektivwechsel! 49

Dorothee Griesbeck

Verzaubert vom Augenblick	50
<i>Christa Spannbauer</i>	
Bedingungsloses Glück	51
<i>Stefan Bauberger</i>	
Vollkommen unvollkommen	53
<i>Pierre Stutz</i>	
Heute	55
<i>Phil Bosmans</i>	
Schnell erzählt	56
<i>Johann Roth</i>	

Die Himmelsgabe Liebe

Der Engel der Liebe	59
<i>Anselm Grün</i>	
Alle Liebe dieser Welt	60
<i>Christa Spannbauer</i>	
Die Kraft der Liebe	63
<i>Christa Spilling-Nöker</i>	
Etwas werden	64
<i>Rainer Maria Rilke</i>	
Selbstmitgefühl	65
<i>Michael Tischinger</i>	
Das Gesetz der Liebe	67
<i>Mahatma Gandhi</i>	

Harmonie 68

Dorothee Griesbeck

Sehnsucht nach Liebe 69

Teresa Zukic

Ich lebe mein Leben

Der Apfel 75

Yarito Niimura

Dankbarkeit 76

Christa Spannbauer

Die göttliche Spur 80

Pierre Stutz

Den Alltag durchbrechen 81

Gotthard Fuchs

Was man auf einer Reise lernen kann 84

Johann Roth

Der verlorene Sohn 86

Michael Tischinger

Loblied des Ungehorsams 89

Christa Spilling-Nöcker

Das Feuer der Menschlichkeit 91

Christa Spannbauer

Ein heiliges Ja 92

Lorenz Marti

So ruht meine Seele in mir

- Der Engel der Stille 97
Anselm Grün
- In Berührung mit dem Wesentlichen 98
Christa Spannbauer
- Segensmoment 99
Gernot Candolini
- In die Tiefe lauschen 99
Bernd Lohse
- Stille heilt 101
Michael Tischinger
- Suche nach dem Sinn 104
David Steindl-Rast
- Oasen der Ruhe entdecken 108
Anselm Grün

Anhang

- Quellenverzeichnis 114
- Textnachweise 116
- Verzeichnis der Autorinnen und Autoren 118

Aufbruch
ins
Leben



Wende dein Gesicht der Sonne zu,
dann fallen die Schatten hinter dich!

Chinesisches Sprichwort

Es ist Zeit

Dorothee Griesbeck

»Wenn ich einmal groß bin ...«, habe ich als Kind oft gesagt. Dann wollte ich all die Dinge tun, die mir damals noch verboten oder unmöglich waren. Ich konnte kaum erwarten, groß zu sein und selbst bestimmen zu können, was gut und richtig für mich ist.

»Das mache ich später!« Diesen Satz soll es für mich nicht mehr geben! Jetzt möchte ich mein Leben leben, nicht später. Ich habe lange genug gewartet. Der richtige Augenblick ist heute. Was morgen sein wird, wird sich finden.



Die Kraft der Verwandlung

Pierre Stutz

Frühlingszeit ist Verwandlungszeit: Erstarrtes, Eingefrorenes erwacht zu neuem Leben. Alle Frühlingsfeste in allen Religionen erzählen von diesem Übergang von Totgesagtem zu neuem Leben. Viele Märchen wissen von der Verwandlungskraft, die ganz tief in der Schöpfung und in uns Menschen angelegt ist. In der christlichen Tradition ist es das Ostergeschehen, das von dieser Lebenskraft erzählt, von der Fähigkeit, an Krisen wachsen und reifen zu können. Diese Verwandlung ist allerdings nur möglich, wenn ich wage anzuschauen, was meine Lebensenergie blockiert und erstarren lässt. Indem ich meine durchkreuzten Hoffnungen wahrnehme, im Klagen und Mitschreien, geschieht Verwandlung zu neuem Leben. Ich bin herausgefordert, durch meinen Schmerz hindurchzugehen. Als kleiner Junge hatte ich im kalten Winter oft eingefrorene Finger. Der Prozess des Einfrierens geschah zunächst fast unmerklich, meine Bewegungsfreiheit war zwar eingeschränkt, doch sogar damit ließ es sich gut spielen im Freien. Unglaublich schmerzvoll war dann die Erfahrung des Auftauens. Die heilende Wärme, die im geheizten Zimmer meine Fingerspitzen wieder belebte, ließ mich laut aufschreien – so weh tat es, so groß war der Schmerz. Diese wiederkehrende Erfahrung hat sich mir bis in die Fingerspitzen eingepreßt und

mir einen Zugang zum Schweren im Leben eröffnet. Schmerz und Leiden müssen nicht gesucht und dürfen auf keinen Fall verherrlicht werden. Zugleich gibt es oft keine echte Heilung, keine Verwandlung ohne Schmerz, ohne den Übergang vom Dunklen zum Licht. C. G. Jung spricht davon, wenn er den Selbstwerdungsweg als andauernde Verwandlung sieht. Der Übergang vom Leiden zu neuem Leben wird im christlichen Deutungsversuch mit dem Bild des Hinabsteigens in die eigenen Abgründe, in das »Reich des Todes« verdeutlicht. Verwandlung geschieht in mir, wenn ich meine Gefühle nicht mehr bewerte, sondern sie wahrnehme, um sie dann gestalten, integrieren und verwandeln zu können. Auch in meinen Schattenseiten verbirgt sich eine tiefe Lebenskraft, die erlöst werden möchte. Erlösung und Verwandlung geschieht, wenn ich mich von der Vorstellung löse, vollkommen sein zu müssen. Ein spiritueller Mensch ist eine Frau, ein Mann, die oder der sich wie jedem Menschen Verwandlung zugesteht. Es liegt ihr die Erkenntnis zugrunde, dass ich meine Mitmenschen nicht ändern kann: Das ist keine fatalistische Aussage, sondern eine realistische Hoffnungsperspektive. Meine Beziehung zu den andern verwandelt sich, wenn ich in mir einen anderen Zugang zu ihnen finde. Die Verwandlungskraft des Frühlings verstärkt in mir dieses Vertrauen in das Gute in allen Menschen. Im Frühling spüre ich deutlicher als in anderen Jahreszeiten diese unbändige Lebenskraft, die mir hilft zu glauben, dass alles gut wird.

Das Herz weitet sich

Christa Spilling-Nöker

Sonnenstrahlen
durchfunkeln den Tag,
trocknen Tränen;
staunend öffnen sich
enge Räume
zu Sälen des Glücks,
das Herz weitet sich
und in zartem Blumenduft
blüht die Liebe
voll auf.

