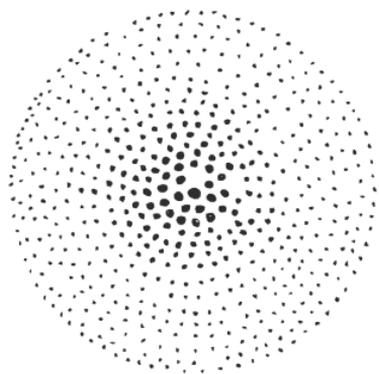


Lichtblicke

Ein Lesebuch der (Vor-) Freude

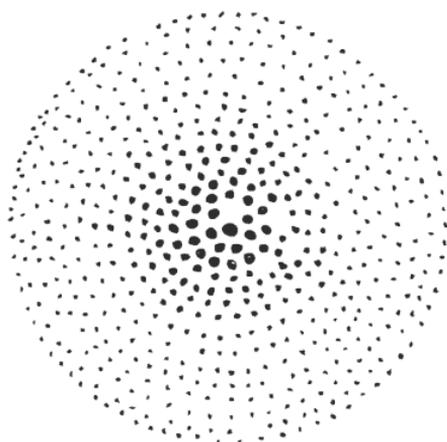
Herausgegeben von
Sarah Östreicher

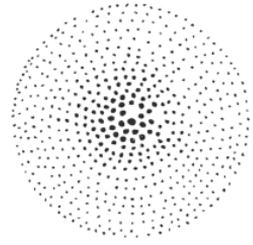


VIER TÜRME

Inhalt

Eine Zeit der Ruhe	6
Sehnsucht im Herzen	9
Hoffnung wecken	39
Vertrauensselig	67
Geduld haben	93
Die schönste aller Freuden	115
Textnachweis	140





Eine Zeit der Ruhe

Die wenigsten Menschen freuen sich über den Winter. Die Kälte, die einem durch jegliche Kleiderschichten kriecht und einen förmlich beißt, die Tatsache, dass man im Dunkeln aufstehen muss und das Tageslicht wieder erloschen ist, wenn man abends nach Hause kommt. Alles ist irgendwie trüb und grau, sogar die Natur. Nicht einmal vom weißen Schnee kann man wirklich noch träumen, stattdessen gibt es meist nur Regen und Matsch. Dem Winter fehlt einfach das Zauberhafte.

In dieser Zeit bekommen viele den »Winterblues«, und der Stress um Weihnachten herum trägt auch nicht unbedingt dazu bei, dass es besser wird. Für manche Menschen braucht es für diese Stimmung jedoch nicht einmal den Winter. Weil sie sich sozusagen im Winter ihres Lebens befinden, in dem alles um sie herum und in ihnen selbst dunkel und trüb zu sein scheint. Vielleicht gab es eine Trennung, vielleicht wurde ein Arbeitsplatz gestrichen,

vielleicht eine Krankheit diagnostiziert, die nicht mehr weggeht.

Daher ist es zu solchen Zeiten besonders wichtig, sich seine Sehnsucht im Herzen zu bewahren und verloren geglaubte Hoffnung neu zu wecken. Sich »Lichtblicke« zu schaffen, die einem neues Vertrauen in die Zukunft geben und die Geduld schenken, durchzuhalten. Diese aufhellenden Momente können in den unterschiedlichsten Dingen stecken und sind auch für jeden etwas anderes. Dabei geht es gar nicht darum, große Dinge zu tun, etwa in der Karibik zu überwintern oder etwas ähnlich Kostspieliges. Vielmehr geht es um die kleinen Dinge, die den Alltag aufhellen – um Lichthappen, sozusagen.

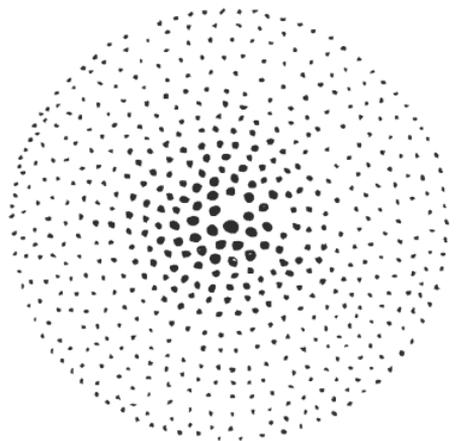
Schon eine neue Sicht auf diese Zeiten könnte beispielsweise dabei helfen, sich das Licht zurückzuholen. Der Autor Klaus Roos schafft das in seinem Gedicht »Winter-Zeit«. Er macht deutlich, dass wir genau wie die Natur eine Zeit der Ruhe brauchen, um still wachsen und wieder neu aufzublühen zu können. »Wenn uns die Grünkraft des Frühlings am Herzen liegt, sollten wir uns die Winterzeit gönnen.« Und das gilt nicht nur für die kalte Jahreszeit, sondern auch für unsere persönli-

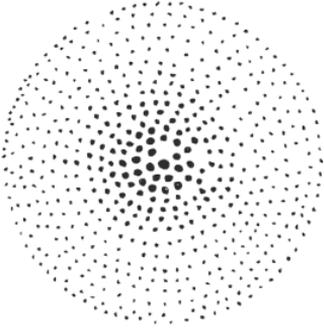
chen »Winterzeiten«: Ruhe, Rückzug, Stille helfen dabei, Kraft zu tanken, tiefer zu wurzeln, unsere Mitte neu zu finden. Wir brauchen diese Momente zum Atemholen.

Dieses Buch möchte dabei helfen, die guten Seiten dieser Winterzeiten zu sehen: die Lebensenergie, die wir gewinnen können und die uns hilft, auch schwere Phasen zu meistern. Und so werden wir irgendwann spüren, dass es sich anfühlt wie Ende Dezember, wenn wir Weihnachten feiern: Das markiert einen Wendepunkt. Ab dann werden die Tage wieder länger, es geht aufwärts, wir können uns freuen auf das, was noch kommt. Diese Vorfreude ist etwas, das uns trägt, uns den Alltag leichter macht. Die unsere Sehnsucht entfacht, unsere Hoffnung weckt, uns Vertrauen schenkt und uns hilft, geduldig auf all das zu warten, was wir – wie an Weihnachten – vom Leben noch geschenkt bekommen.

SARAH ÖSTREICHER

Sehnsucht im Herzen

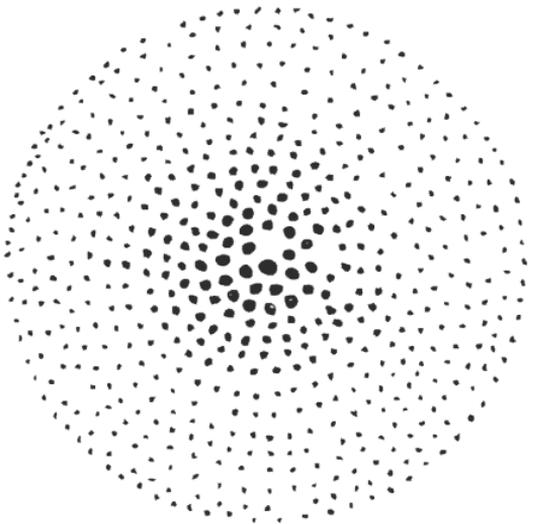




Wer Glück finden möchte,
der folge seiner Sehnsucht.



VOLKSWEISHEIT



Man kann sich zwar entscheiden, ob und wem man die Tür seines Hauses und Lebens auftut, aber! Aber bei Wünschen ist das anders. Wünsche, wirkliche Wünsche, kann man sich nicht suchen und aussuchen. Sie sind nicht machbar, höchstens die Bedürfnisse lassen sich machen und manipulieren [...]. Die tiefen Wünsche eines Menschen wachsen weithin wie von selbst aus dem Leben, das einer tut und lässt, das er erleidet und an dem er sich freut, für das er sich entscheidet. Entscheidungen vollzieht man mehr und – ohne den Zusammenhang zu leugnen und die Überschneidungen zu übersehen – Wünsche ergeben sich, sie wachsen, und manchmal geschieht ihnen unerwartet Erfüllung. Oft aber ist erst ein Weg zu finden und zu gehen, auf dem unser tiefstes Wünschen erlöst werden muss aus aller möglichen und heillosen Verkrümmung.

JOHANNA DOMEK

Leben ohne Antwort

Meine Gedanken stürzen auf die Wiese:
da hängen vom blauen Himmel
tausend Seile herunter.

Und meine Gedanken wie ungestüme Knaben
ziehen, zerren, reißen an den Seilen
und läuten tausend Glocken
droben im Himmel.

Ich sitz' in der Dämmerung und warte.
Warte, warte auf Antwort.

Ich habe geläutet mit tausend Glocken,
es haben die Wellen des himmlischen Äthers
geschwungen, gefiebert von meinem Läuten. –

Hat es niemand gehört
auf der weiten Erde,
niemand gefühlt, diesen Sturm meiner Seele,
diesen Ruf meines Lebens? –

So hockt ein Mensch in der Dämmerung.
Alle seine Gedanken
stehn um ihn wie ungewisse Kinder –
»Nun, Vater?« –
und wartet, wartet, wartet.

CHRISTIAN MORGENSTERN