

# feuer und licht

Nr. 259 November 2017 – 47589 Uedem – ISSN 0-945-0246

A woman with long brown hair, wearing a patterned shirt and dark pants, sits on a grassy hill. She is leaning against the trunk of a large tree on the right. In the background, a stone building with a chimney is visible under a warm, golden light, suggesting sunset or sunrise. The scene is peaceful and contemplative.

STILLE

*Gott ist gegenwärtig*

**G**eistliches Leben und Stille gehören zusammen. Die ersten Mönche, die ihr Leben ganz auf Gott ausrichten wollten, zogen sich in die Wüste zurück. Auch heute noch ist das Schweigen ein wesentliches Element in den kontemplativen Orden und Gemeinschaften. Gerade diese Ruhe fasziniert den heutigen Menschen – man denke an den Film über das Leben der Kartäuser in der Grande Chartreuse, „Die große Stille“, der viele Menschen fasziniert hat.

Viele geistliche Lehrer sprechen über die Stille. Wie aber kann sie der Mensch des 21. Jahrhunderts finden, der in einer lärmenden und ständig angespannten Umwelt lebt, in einer Welt, die auf ständiges Wachstum ausgelegt ist, in der alles immer kurzlebiger wird? Nicht jeder kann und soll ein Kartäuser werden oder in einen Karmel eintreten. Das ist eine Berufung für wenige. Wir anderen müssen Räume der Stille mitten in unserem Leben in der modernen Welt finden. Allerdings können uns dabei jene helfen, deren Berufung es ist, in besonderer Weise in der Gegenwart Gottes zu verweilen.

In dieser Ausgabe von *FEUER UND LICHT* beleuchten wir die Stille von verschiedenen Seiten.

Karin Seethaler hält seit vielen Jahren kontemplative Exerzitien und hilft uns mit ihren Antworten im Interview auf Seite 15 mit ihrer Erfahrung, aus dem alltäglichen Leben heraus in die Stille und die Gegenwart Gottes zu finden. Der Auszug aus dem Buch von Kardinal Sarah, „Die Kraft der Stille“, zeigt ebenso die Notwendigkeit der Kontemplation für das geistliche Leben. Romano Guardini könnte als einer der großen Theologen der Stille bezeichnet werden. Sein Artikel auf Seite 30 gibt eine kurze Anleitung zur Sammlung beim Gebet. Anton Wächter auf Seite 12 spricht über die Stille als Gegenwart, über die Vollmacht, die in der Stille wohnt.

Ich wünsche ihnen, liebe Leser, dass Sie in dieser Zeit, in der die Natur beginnt, sich in die Winterruhe zurückzuziehen, auch einen Raum der Stille finden, wo Gott gegenwärtig sein kann. Vielleicht kann die ruhige und gesammelte Lektüre dieser Ausgabe von *FEUER UND LICHT* ein klein wenig dazu beitragen. Wie immer wünsche ich Ihnen viel Freude beim Lesen!

*Alexandra Feuerriegler*



# Inhalt

4



Dina Bélanger

12



Wüstenerfahrung

22



Glaubenszeugnis

34



Theater, Pferde und vieles mehr ...

## 2 Editorial

4 **Freund Gottes**  
**Dina Bélanger**  
*von Albert Andert*

12 **Wüstenerfahrung**  
*von Anton Wächter*

15 **Interview**  
*mit Karin Seethaler*

20 **Mittelseite**  
*Josua 1,13*

22 **Glaubenszeugnis: Nichts kann mich von seiner Liebe trennen**

26 **Stille oder Lärm?**  
*von Kardinal Robert Sarah*

30 **Glaubenszeugnis: Fatima und seine Folgen**

32 **10 Worte - IX. Gebot**  
*von Albert Andert*

34 **Portrait**  
*Sophie Andert*

34 **Eine Perlenkette**  
*vom Romano Guardini*

38 **Adressen und Termine**



1897-1929

# Dina Bélanger

von Albert Andert

Dina Bélangers besondere Begabung ist unübersehbar - sowohl musikalisch als auch spirituell. Was am Leben der kanadischen Ordensfrau jedoch am meisten auffällt ist, dass sie Thérèse von Lisieux und Faustyna Kowalska nicht nur zeitlich sehr nahe steht ...

**D**as Ehepaar Octave und Séraphia Bélanger hat große Ähnlichkeit mit den Eltern der kleinen Thérèse: Bürgerliche, deren Leben sich an einem starken Glauben orientiert. Sie leben im frankophonen Teil Kanadas, in Quebec. Am 30. April 1897 wird ihnen eine Tochter geboren. Das Mädchen wird noch am selben Tag auf „Marie-Marguerite-Dina-Adélaïde“ getauft.

## Musikalisch und schüchtern

Gerufen wird das Mädchen aber glücklicherweise nur mit „Dina“. Ein hebräischer Name, der „Richterin“ oder „Gerechte“ bedeutet. Ein seltener Name, wohl auch wegen der Genesiserzählung über die Jakobstochter Dina, in der extremes Unrecht noch ärger gerächt wird. Für die kleine Bélanger gibt es keine Namenspatronin. Als sie das

später als Schülerin erfährt, beschließt sie selbst eine Heilige zu werden, um allen zukünftigen Dinas zur Verfügung zu stehen.

Von seinem Naturell her ist das Mädchen zurückhaltend, fast schüchtern. Diese Ruhe schlägt aber auch gern einmal in Jähzorn um. Im Bemühen um Besserung steht Vater Bélanger bei Dinas Wutausbrüchen dann vom Tisch auf und imitiert das Gekreisich seiner Tochter - woraufhin sie überrascht aufhört und sich ordentlich schämt. Vom 6. Lebensjahr an besucht Dina die Ordensschule Saint Roch in Quebec. Dabei fällt den Notre-Dame-Schwestern das musikalische Talent des Mädchens auf. Bis 1913 werden die Ordensfrauen Dinas Musiklehrerinnen bleiben. Danach gewinnt sie Joseph-Arthur Bernier, den Organisten der Pfarre, als Klavierlehrer, der sie sehr fördert.





mit 2 Jahren



mit 7 Jahren



bei der Erstkommunion



als Jugendliche

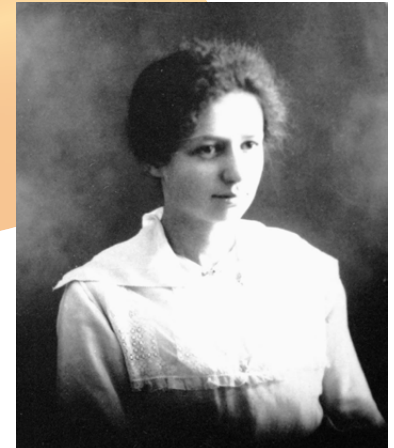
Ihren Mitschülerinnen dagegen fällt Dinas Frömmigkeit auf. Wird sie deswegen gehänselt, leidet sie zwar darunter, kann aber diesen Schmerz bereits in ein „kleines Opfer der Liebe“ verwandeln. Dina verzichtet auf Zucker oder Gewürze beim Essen oder schläft ohne Polster. All das tut sie so geheim, dass auch ihre Eltern wohl nur einen kleinen Teil dieser Opfer bemerkten. Am 2. Mai 1907 kommuniziert Dina zum ersten Mal. Sie erlebt dies als Beginn einer neuen Sehnsucht: bis an ihr Lebensende wird bei jeder hl. Kommunion ihr Wunsch wachsen, ganz mit Christus vereint zu sein.

Die Zehnjährige beginnt die neun Herz-Jesu-Freitage nach der hl. Margareta Maria Alacoque zu beachten. Beten heißt für Dina, die eigene Stimme zum Schweigen zu bringen. Und in diese innere

Stille spricht am 25. März 1908, zum Fest Mariä Verkündigung, die Stimme Jesu: „Eine so sanfte, melodische Stimme, dass ich vor Freude überwältigt war.“ Sie darf sie noch oft hören. Ihr ganzes Leben wird von mystischer Spiritualität erfüllt sein. Als Zwölfjährige bekommt das Mädchen die Erlaubnis, täglich Leib und Blut Christi zu empfangen. Zur selben Zeit weiht sie sich ganz Maria. Jahre später wird sie über die „Himmelskönigin“ schreiben: „Sie müssen wir in uns leben lassen, damit Christus die Stelle unseres Nichts einnimmt, sie ist der sicherste, kürzeste, vollkommenste Weg (...) um uns mit der unerschaffenen Liebe zu vereinen, bis wir uns ihn Ihm verlieren.“ Am 6. Oktober 1911 gelobt Dina dem Herrn im Kreis ihrer Freundinnen, ein jungfräuliches Leben. Zu dieser Zeit liest sie auch die Autobiographie der Teresa von Avila: „Die engelgleiche Rose (...) schenkte mir tiefere Einsichten in die selige Wissenschaft der Hingabe.“

### Neue Wege

Mit 16 beendet Dina ihre Schulausbildung. Sie macht den ersten Vorstoß auf ihr eigentliches Ziel: sie fragt ihre Eltern und zwei Priester, ob sie in das Noviziat der Schwestern von Notre-Dame eintreten dürfe. Die Priester raten ihr, noch zu warten. Statt der Klosterpforte tut sich für Dina eine andere Tür auf. Ihre Fortschritte im Klavierspiel sind so beachtlich, dass sich ihr Lehrer Bernier bald um eine weitere Fortbildung für sie



umsehen muss. Die Wahl fällt auf das Institute of Musical Art in New York. Im Oktober 1916 übersiedelt Dina dorthin. So erfolgreich ihr Studium ist, so mittelmäßig fühlt sie sich selbst. Je mehr man von ihrem Spiel begeistert ist, umso stärker ist ihr Bemühen, sich möglichst wenig darauf einzubilden.

Auch ihr mystisches Erleben wird zunehmend intensiver: „Manchmal ließ sich die Stimme Jesu auf dem Grund meines Herzens vernehmen (...). Ich erneuerte dem Herrn gegenüber mein brennendes und aufrechtes Begehren, ihn mit reiner Liebe zu lieben (...). Seine Stimme ist so lieblich, dass alles in der Seele verstummen muss; es ist eine süße Melodie.“ Nach Studienabschluss kehrt Dina nach Quebec zurück. Ihr Klavierspiel ist brilliant. Sie stellt dies in den folgenden zwei Jahren bei

Benefizkonzerten unter Beweis. Sie führt eine Art Doppelleben: einerseits ist sie die aufstrebende Nachwuchspianistin, die in Konzertsälen immer mehr Anhängerschaft gewinnt, andererseits die junge Gläubige, die sich (ein Jahr nach Fatima!) aufrichtig um die Rettung der Seelen sorgt.

An einem Herz-Jesu-Freitag fragt sie den Herrn, wo ihre Musikalität sie hinbringen solle. Jesu Antwort ist rätselhaft: „Deine musikalischen Kenntnisse werden deine Berufung schützen. Aber vor allem wirst du durch deine Schriften Gutes tun.“ Sie betet um Klarheit betreffend die Ordenswahl. „Ich will dich bei Jesus-Maria!“, sagt der Herr und meint damit die Kongregation der Schwestern von Jesus-Maria. Rund hundert Jahre zuvor bezog die französische Ordensfrau Claudine Thévenet in Lyon eine ärmliche, kaum möblierte



„Ich habe noch nie mein Elend, meine Fehler, meine Unvollkommenheiten so klar gesehen. Aber dies steigert nur mein Vertrauen auf meinen guten Meister. Unser Herr kennt mich.“

Dina Bélanger

te Hütte, um bedürftigen Jugendlichen Bildung und Erziehung zu geben - dies war der Beginn der „Congrégation des religieux de Jésus-Marie“.

Seit 1855 wirken diese Schwestern auch in Sillery bei Quebec. In diesen Orden tritt Dina am 11. August 1921 als Postulantin ein. Der jungen Frau, die noch nicht einmal Novizin ist, wird ein Geschenk gegeben, das sonst nur begnadete Mystiker empfangen, der Herzenstausch: „Jesus ließ mich seine Stimme geheimnisvoll und süß hören. (...) Dann nahm der gute Meister mein armes Herz, nahm es in Besitz, so wie ein Gegenstand von einem Ort weggenommen wird, und legte an seine Stelle Sein heiliges Herz und das Unbefleckte Herz Mariens. (...) Ich sagte nicht mehr: ‚Mein Gott, ich biete dir mein Herz‘ (...) ich hatte es nicht mehr, ich wurde davon befreit.“

An einem Morgen in der Weihnachtszeit 1921 hat Dina ein besonders schönes Erlebnis: sie begegnet dem Jesuskind, das sie fragt, ob sie Lust auf

ein Spiel habe: „Wer von uns beiden am meisten liebt, hat gewonnen!“ Der kleine Jesus beschreibt das ganze Ausmaß seiner unendlichen Liebe und fragt Dina, wie groß nun ihre Liebe sei. Sie antwortet: „Meine, o göttliches Kind, ist so unendlich wie deine, weil ich dich mit deinem Herzen liebe!“ Da haben sie beide gewonnen. An einem anderen Morgen kurz darauf schlägt Dinas „schöner kleiner König“ noch ein Spiel vor: „Lass uns das Kreuz spielen. Wer von uns beiden am besten das andere Kreuz trägt, hat gewonnen!“ Sie sagt ja, fürchtet aber, diesmal sicher zu verlieren. Jesus zählt sein Leiden von Bethlehem bis Golgotha auf und fragt: „Was leidest Du für mich?“ Dina sieht ihre ganze Armut und Schwäche und bittet traurig die Muttergottes um Hilfe. Dann antwortet sie glücklich: „Jesus, ich vereine meine Leiden mit deinen, und so ist meine Armut von deinen unendlichen Verdiensten bedeckt.“ „Nun“ schließt das Jesuskind, „wieder beide gewonnen!“

Der Tag ihrer Einkleidung ist der 15. Februar 1922, sie heißt nun Sr. Marie Sainte-Cécile de Rome: die Pianistin führt damit die hl. Cäcilia, Patronin der



Kirchenmusik, der Organisten und Orgelbauer im Ordensnamen. In den folgenden Monaten vertraut ihr Jesus täglich eine Zahl von Seelen an, die sie für ihn gewinnen möge: „Unser Erlöser sehnt sich danach, zu verzeihen und zu vergessen. Er wartet oft nur auf eine Geste oder einen Gedanken der Liebe unsererseits, um irgendeinem Sünder die außergewöhnliche Gnade zu schenken, die ihn Satans Bemühungen entreißen wird.“ Für sie ist Jesus ein „Gefangener des Tabernakels“, dem Gleichgültigkeit und Missachtung entgegenschlagen, den aber seine Liebe dort hält. Dinas Leitsatz wird: „Lieben und leiden.“ Ihre Liebe soll Nachfolge, Zeugnis und Opfer zugleich sein.

### Im Garten des Vertrauens

Am 15. August 1923 feiert Dina die erste Profess und legt die Ordensgelübde auf fünf Jahre ab. Sie gibt in der etwa 50 km entfernten Pfarrschule Saint Michel-de-Bellechasse Klavierunterricht. Dabei wird sie mit Scharlach angesteckt. Nach einigen Wochen scheint sie auskuriert zu sein. In Wahrheit ist die Infektion entartet. Dina leidet nun - vorerst unerkannt - an einer Krankheit, die sie immer wieder aufs Krankenbett zwingt und unheilbar ist: Lungentuberkulose.

Im Jahr 1924 wechseln sich mystische Erlebnisse und schwere Krisen ab. Sie will, dass Christus sich ihrer bedient und ihn frei wirken lassen. Neben der hl. Cäcilia wird auch Thérèse von Lisieux (ein Jahr vor ihrer Heiligsprechung) zu Dinas Patronin. Durch sie gelangt Dina in den „Garten des Vertrauens“, zum Geist der Kindschaft. In einer Vision sieht sie Thérèse als strahlende Taube, gefolgt von weiteren Tauben, geretteten Seelen:

„Jesus will seine Gnaden und Erleuchtungen vermehren, um die Seelen an sich zu ziehen durch den Weg der geistlichen Kindheit, durch das Vertrauen, die Liebe, die Hingabe“, schreibt Dina. A propos: fast sämtliche Kenntnisse über Dinas mystische Schau beruhen auf ihrer Lebensbeschreibung, die sie im Auftrag ihrer Hausoberin 1924 anlegt und auf Tagebuchaufzeichnungen, die sie bis kurz vor ihrem Tod führt.

Anfang 1925 erlebt sie den mystischen Eintritt ins Herz der Dreifaltigkeit: „Ich fühle mich zermalmt unter dem Gewicht der unendlichen Liebe; und doch scheint es mir, dass mich die Heiligste Dreifaltigkeit kaum einen ganz kleinen Funken, der aus dem Innersten Ihrer göttlichen LIEBE sprüht, fühlen lässt. (...) Ich befinde mich in der WAHRHEIT; darüber habe ich Gewissheit. Hier existiert nichts mehr von der materiellen Substanz, die unsere Augen aus Erde bezaubert. (...) Jedoch sehe ich das Licht nicht, ich bin in dieses eingetaucht (...) Geben, sich verschenken, das ist ein Verlangen der unendlichen Güte.“

Und die folgenden Zeilen schreibt Dina genau im selben Jahr, in dem in Polen eine junge Frau namens Helena Kowalska Ordensschwester wird: „Die unendliche Barmherzigkeit betätigt sich in uns um so mehr, je mehr Elend sie in uns findet; wir bereiten Gott Freude, wenn wir ihm durch unsere Reue und unser Vertrauen Gelegenheit geben, seine Barmherzigkeit zu betätigen. Nichts verletzt sein väterliches Herz so sehr wie unser Mangel an Vertrauen.“ Jesus lässt Dina erkennen, wie vielen Er ein unsagbar reiches Angebot macht - und wie fast ebenso viele es aus Angst und Missvertrauen ausschlagen. Dina bittet an Stelle all dieser

Menschen um Seine Liebe, eine Bettlerin der göttlichen Liebe will sie sein. Und sie tröstet Jesus in seinem Todesleiden, an dem - wie Er sagt - so wenige Anteil nehmen wollen. Sie teilt den Schmerz des leidenden Jesus, sühnt die Undankbarkeit derer, die Ihn einsam sterben lassen: „Seit einigen Wochen nennt mich unser Herr gerne ‚mein kleines Ich‘.“

Am 22. Februar 1927 empfindet sie in der Anbetung ungewöhnlich tiefen Frieden: „Ich fühlte, dass unser Herr mir einen großen Gefallen gab: die Stigmata der Liebe für seine heiligen Wunden. Von seinem göttlichen Herzen strahlten Flammen auf die Füße, die Hände und das Herz um mein Wesen in Seinem auszulöschen.“ Dinas Wundmale bleiben - ihrem Wunsch gemäß - unsichtbar. Die Mitschwestern, die sie auf der Krankenstation pflegen, berichten jedoch, dass Dina von diesem Tag an beim Waschen und Abtrocknen der Hände und Füße keine Berührungen erträgt.

„Willst du, meine kleine Braut, mir durch meine allerseligste Mutter deinen heutigen Tag schenken für meine Priester?“ Diese Bitte Jesu berührt Dina sehr. Dem Herrn geht es um die Zuneigung der „geweihten Seelen“, die sich Ihm gerade in den kleinen Dingen entfremden. „Etliche unter ihnen besitzen Beredsamkeit und menschliche Wissenschaft, aber ihnen fehlt die erste aller Wissenschaften: die Heiligkeit (...) Ich rufe sie, ein zweiter Christus zu werden.“ Jesus zeigt Dina einen furchtbaren Zusammenhang: „Meine kleine Braut, wenn ich so viele Seelen sehe, die in die Hölle fallen, ist es ohne Zweifel, weil sie es wollen. Aber es ist auch wegen des Missbrauchs meiner Gnade durch die geweihten Seelen. Bete und bitte!“

Dina läßt ihren „guten Meister“ durch sie wirken und setzt Ihm nichts entgegen. Sie fragt Ihn, was die Geweihten tun müssten, um sich ganz hingeben zu können. „Man muss mich darum bitten.“ Und wie? „Dass ich in ihnen herrsche, wie ich es will.“ Und was, wenn man die Gnade erhalten hat? „Ihr mit viel Liebe entsprechen.“ Und wenn man zu schwach ist? „Sich mit viel Liebe wieder erheben, immer zu Mir zurückkommen, auf Mich vertrauen. Vertraut auf Mich, ohne zu fürchten zu viel auf Mich zu vertrauen.“ Eine Botschaft, wie sie wenige Jahre später auch Sr. Faustyna jenseits des Atlantiks gegeben wird.

### In den Tiefen göttlicher Unendlichkeit

Am 5. August 1927 beginnt die letzte Etappe von Dinas mystischem Erleben: der Herr öffnet ihr die „unendlichen Räume“ der hl. Dreifaltigkeit, zu Weihnachten den „geschlossenen Garten des Herzens“ der Trinität. Am 22. April 1928 möchte Jesus sie schließlich in „das Wesen des Herzens Gottes“ bringen. Im Tagebuch findet sich jedoch vorerst keine weitere Schilderung.

Überhaupt werden die Einträge seltener. Die fortschreitende Tuberkulose hindert Dina am Schreiben. Vielleicht ist Dina auch, ähnlich wie die kleine Thérèse, vor ihrem Tod seelischer Dunkelheit ausgesetzt. Am 30. April, ihrem 32. Geburtstag, wird Dina auf der Krankenstation isoliert. Und hier folgt dann doch ein Nachtrag: sie schreibt, dass sie seit diesem Tag die „Tiefen des unendlichen Wesens“ der Dreifaltigkeit schauen darf – die mystische Vermählung.

Dina stirbt am 4. September 1929 gegen 15 Uhr. Zuvor lächelt sie noch die Schwestern an, die in

„Meine Aufgabe während der Ewigkeit und bis zum Ende der Welt ist und wird sein, durch die allerheiligste Jungfrau, das Herz Jesu auf alle Seelen zu strahlen.“

Dina Bélanger



kurz vor Ihrem Tod

ihrer Nähe sind. Sie stirbt in der Haltung der hl. Thérèse von Lisieux: im Bett fast sitzend, den Kopf zurückgelegt, die Augen zum Himmel gerichtet. Das ist nicht das Einzige, das sie mit der kleinen Thérèse verbindet. Es gibt viele Parallelen zu ihr und auch zu Sr. Faustyna. Die drei Frauen waren Töchter gläubiger Eltern, jede von ihnen lebte in Aufopferung zur Rettung der Seelen. Jede schätzte Demut als das Mittel, empfänglich zu bleiben für die Liebe Jesu. Jede führte Aufzeichnungen. Und jede starb an derselben Krankheit - und das jung. Vor allem aber waren alle drei auserwählt fast zur gleichen Zeit der Welt eine Vorstellung von der unvorstellbaren Barmherzigkeit Gottes zu geben.

Gottes Erbarmen wird in endloser Überfülle gespendet. Die einzige Antwort darauf kann nur die offene, aber völlig leere Hand des Bettlers sein, der weiß, dass er nichts hat. Diese Hand streckte Dina Bélanger schon auf Erden aus und tut es als Selige sicher weiter: „Im Himmel werde ich ein Bettler der Liebe sein. Das ist meine Mission und ich beginne es hier und jetzt.“



Grab von Dina Bélanger -  
Sr. Maria hl. Cäcilia von Rom

---

Quelle: Engelbert Recktenwald: Die Selige aus Kanada, Dina Bélanger und ihre Sendung.





© Franziskus von Boeselager

# Wüstenerfahrung

von Anton Wächter

**P**hysikalisch gesehen definiert sich Stille als Abwesenheit von Geräuschen. Ähnlich ist es mit Dunkelheit und mit Kälte. In der Physik gibt es nur Helle und Wärme, Dunkelheit und Kälte sind keine physikalischen Größen. Die größte Finsternis, die größte Kälte und ebenso die größte Stille sind jeweils der Wert Null für Helligkeit, Temperatur und Lautstärke. Im

Lobgesang der Jünglinge aus dem Buch Daniel preisen aber sowohl Frost und Kälte wie Licht und Dunkel den Herrn (vgl. Dan 67-69). Kälte und Dunkel sind daher etwas – eine Gegenwart. Kälte und Dunkelheit sind Teil der Schöpfung, sie haben ein eigenes Wesen und preisen somit ihren Schöpfer, der alles gut gemacht hat. In der Kälte können wir Gott begegnen, sie ist vom Wesen her gesehen nicht einfach eine Null.

Auch die Stille ist viel mehr als die Abwesenheit von Lautstärke. Wer den Lautstärkeregler seiner Stereoanlage auf Null dreht, erzeugt damit keine akustische Leere, sondern das mächtige Anbränden der Stille wird hörbar. Auf mich persönlich übt die Wüste eine eigenartige Faszination aus. In der Wüste zu sein, ist nie langweilig; trotz scheinbarer Eintönigkeit und Unbelebtheit stellt sich in ihr ein Eindruck von Schönheit und Gegenwart ein, der die Sinne erfüllt. Stille und Schönheit sind verwandt. Alle schönen Landschaften scheinen aus der Wüste zu entspringen, so wie die Vielfalt der Farben sich aus dem weißen Licht bricht. Die schönste Musik ist immer ein Geschenk der Stille, aus der sie kommt und in die sie zurückkehrt. Die Stille hat ein eigenes Wesen, in ihr wohnt Gott.

Wer im geistlichen Leben die Stille sucht, darf daher keine Abwesenheit suchen – wie sollte das auch gehen? Still werden wir üblicherweise nicht, indem wir einfach den inneren Lärm abstellen. Wer versucht, den einen Gedanken, die eine Beschäftigung, die eine Sorge wegzuschieben, wird schnell von der nächsten ergriffen. Es gibt keinen leeren Raum, in dem wir verweilen

könnten. Still werden wir nur, indem wir uns der Stille überlassen und Stille ist vor allem Gegenwart. Üblicherweise leben wir in unseren Gedanken oder Vorstellungen. Die Wirklichkeit wahrzunehmen, zu sehen, wer wir selbst sind, wie die Welt in Wahrheit gegenwärtig ist, heißt still werden. Natürlich bedeutet das auch, die Betriebsamkeit und den Lärm abzustellen; bei dröhnenden Lautsprechern kann man vermutlich schwer auf die Stille hören. Die Gedanken zu sammeln und den Lärm abzustellen, sind aber nur ein Schritt auf die Stille zu; das Eigentliche liegt nicht in der Abwesenheit, sondern in der Gegenwart. Das Wort Gegenwart bedeutet ja beides: den kurzen Moment, der zwischen Vergangenheit und Zukunft liegt, wie auch das wirkliche Da-Sein von dem, das uns „entgegenwartet“. Gegenwart ist nichts anderes als Erfahrung der Wirklichkeit.

Stille ist also eine Qualität, die sich nicht aus einer Abwesenheit bestimmt, sondern aus einer Anwesenheit. Stille ist nicht nur akustisch von den Geräuschen her zu verstehen, sie bezieht sich auch auf das Sehen und auf das Fühlen – sowohl äußerlich wie innerlich. Plakate, Leuchtreklamen, Straßenlaternen und dergleichen, selbst eine gewisse Art von Architektur würde ich als optischen Lärm bezeichnen. Anstatt uns zu sammeln, zerstreuen sie den Geist, indem sie die Schönheit der Schöpfung und der gewachsenen Kultur überdecken.

Die innere Stille, die Stille des Geistes und des Empfinden sind ebenso wenig wie die äußere Stille einfach eine Leere. Im Gegenteil: in der



Stille liegt die ganze Schaffenskraft geborgen, die dem Menschen gegeben ist. Wer wahrhaft still wird, ist nicht kurz vor dem Einschlafen (obwohl auch der gesunde Schlaf die Stille voraussetzt), sondern ist gegenwärtig und bereit. „In der Stille geschehen die großen Dinge“, schrieb Romano Guardini. Innere Stille findet sich im Innersten des Herzens, wo Gott wohnt, wo das schöpferische Wort Gottes das Wesen ins Sein ruft. Aus dieser Gegenwart heraus handelt der Mensch in Einklang mit Gott und somit mit der ganzen Schöpfung. Aus der Stille heraus wirkt jeder Mensch mit der ganzen ihm zugewiesenen Vollmacht und erfüllt so seinen Sinn. Das wiederum schenkt Frieden und Freude.

Als Folge der Sünde lebt der Mensch aber in der Zerstreuung. Das menschliche Tun, das nicht in Einklang mit Gott geschieht, erzeugt Lärm. Ein Kennzeichen der Hölle ist unaufhörlicher Lärm. Wobei, wie gesagt, der Lärm sich weniger aus der Lautstärke definiert – oder optisch aus der Helligkeit – sondern vor allem durch die Hässlichkeit. Lärm hat die Eigenschaft zu stören und uns vom Wesentlichen abzulenken. Ohne die dauernde Hintergrundmusik in den Einkaufszentren würden die Besucher weniger sinnlose Dingen kaufen, ohne die unaufhörliche Bedrängnis durch Bilder, Gedanken, Geräusche, Geschmäcker und Gerüche, welche in der modernen Welt immer größer wird, würden sich die meisten in Ruhe fragen, wozu das ganze

Getriebe, in dem wir leben, eigentlich wirklich gut ist. Um den Menschen von Gott fernzuhalten, stört der Feind unablässig jede Sammlung, indem er auf allen Ebenen Unruhe und Lärm erzeugt. Die Stille ist umkämpft und nicht leicht zu gewinnen. Die christliche Askese ist vor allem ein Kampf um die Stille, in der Gott wohnt und aus der das erfüllte Leben fließt.

Wenn man beginnt, die Stille zu suchen, wird man zuerst den ganzen Lärm, der uns umgibt und erfüllt, stärker wahrnehmen. Dadurch sollte man sich nicht abschrecken lassen, denn ohne Stille gibt es kein echtes Leben, keine Wahrheit und keine Schönheit. Keinesfalls darf man die Suche nach der Stille auf eine „Lärmvermeidung“ beschränken. Wer nur gegen den Lärm kämpft, hat schon verloren. Stille ist von sich aus viel stärker als jeder Lärm und sie findet sich in der Suche nach Wahrheit und Schönheit, sie findet sich im Gespräch mit Gott. Der Lärm ist eigentlich nichts, denn immer und überall tönt und scheint bereits in mächtiger Stille die neue Schöpfung in der Ankunft des Sohnes Gottes hervor, der trotz des scheinbaren Sieges von Sünde und Zerstörung schon die Rettung für die zu Tode verwundete Welt gebracht hat. Mit der Sünde hat Christus auch den Lärm besiegt, denn er ist von Wesen die Wahrheit und somit offenbart sich in ihm alle Schönheit – auch von dieser Welt, die schon als Samen die Ewigkeit trägt.





# Die Kraft der Stille

Gisela Lösch im Gespräch mit Karin Seethaler

Interview

**Karin Seethaler**  
**Geboren in Straubing,**  
**Verheiratet, lebt in Regensburg**  
**Dipl. Sozialpädagogin (FH),**  
**Caritastheologin (M.A.)**  
**Ausbildung in der Begleitung von**  
**kontemplativen Exerzitien bei Franz Jalics SJ**  
**Seit über 20 Jahren Kursleiterin für**  
**christliche Meditation im In- und Ausland**  
**Buchautorin, Vortragstätigkeit,**  
**Seminarleiterin und Coach**

*Frau Seethaler, seit 1993 leiten Sie kontemplative Exerzitien im In- und Ausland. Was suchen die Menschen, die zu Ihnen kommen?*

„Würde man die Teilnehmenden selbst fragen, bekäme man sicherlich unterschiedliche Antworten, denn die Sehnsucht, die bewirkt, dass sich jemand überhaupt die Zeit für die Stille nimmt, hat unterschiedliche Namen: Sehnsucht nach Ruhe, nach innerem Frieden, nach Klarheit, nach Versöhnung, nach Geborgenheit, Sehnsucht nach Gott. Allen gemein ist, dass sie ihrer Sehnsucht durch einen christlichen Meditationsweg näher kommen wollen, der sie zu ihrer eigenen Tiefe führt.“

*Warum ist die Stille so schwer zu ertragen?*

„Ein gewisser Lärmpegel im Hintergrund ist uns heutzutage sehr vertraut. Dies bringt es mit sich, dass Zeiten der Stille für uns heute eher ungewohnt sind. Und alles, was ungewohnt ist,



was uns nicht vertraut ist, verunsichert. Wenn alle Geräuschkulissen tatsächlich einmal verstummen, kann die Stille ein Unbehagen auslösen und manchmal sogar Angst. Denn gerade in der Stille spürt man deutlicher, was in einem vorgeht und wo man nicht in Einklang mit sich selbst ist. Um diese unangenehmen Empfindungen zu vermeiden, sind Zerstreuungen jeglicher Art willkommen. Die Stille ist schwer zu ertragen, wenn die innere Orientierung fehlt, die aufzeigt, wie man sich auf die Stille einlassen kann, auch wenn es in einem selbst noch nicht still ist. Die Stille ist auch dann schwer zu ertragen, wenn man keinen Sinn darin sieht, seinen unangenehmen Empfindungen, die in der Stille ins Bewusstsein treten, zu begegnen. Dies führt zu der Konsequenz, dass man dann mit der Stille nichts anzufangen weiß, in ihr keinen Halt findet und zu der Schlussfolgerung kommt, dass die Stille einfach nichts für einen sei. Zerstreuungen werden dann bewusst gesucht, um stille Zeiten zu vermeiden.“

*Sie haben ein Buch über die Kraft der Kontemplation geschrieben, mit dem Untertitel „In der Stille Heilung finden“. Inwiefern ist die Stille heilsam?*

„In der Stille kommt man sich selbst nahe und in spürbaren Kontakt mit sich selbst. Man nimmt sein Befinden klarer und bewusster wahr. Die realistische Selbstwahrnehmung wird dadurch gestärkt und man wird sich seiner selbst mehr und mehr bewusst: seiner tiefen Sehnsucht, seinen Bedürfnissen, seinen Begrenzungen und auch all dessen, was in einem der Wandlung

und Heilung bedarf. Der hl. Antonius hat Ratsuchenden empfohlen: ‚Geh in die Stille und die Stille wird dich alles lehren.‘ Hierfür ist es jedoch wichtig zu wissen, wie man sich in der Stille verhält. Heilsame Wandlung wird dann möglich, wenn wir nicht mehr flüchten vor dem, was uns belastet und unser Leben schwer macht. Wenn wir zu unserer menschlichen Realität stehen, so wie sie im Augenblick ist, jedoch nicht dort stehenbleiben, sondern uns der Gegenwart öffnen. In der Meditation bindet der Meditierende in der Stille seine Aufmerksamkeit an den Namen Jesu und damit an die erlösende Kraft, die in seinem Namen liegt (Apg 4,12). Die Stille lehrt uns nicht nur achtsamer für uns selbst, sondern auch achtsamer für die Gegenwart Gottes zu werden. Gott, der sich offenbart hat als ‚Ich bin der, der ich bin da‘ (Ex 3,14), hat sich ganz klar als ein Gott der Gegenwart zu erkennen gegeben und ist konsequenterweise in der Gegenwart erfahrbar. Indem sich der Mensch auf die Stille einlässt, wird er empfänglich für die heilsame Gegenwart Gottes. ‚Deshalb liegt im Stillsein eine wunderbare Macht der Klärung, der Reinigung, der Sammlung auf das Wesentliche‘ (Dietrich Bonhoeffer).“

*Der Lärm ist nicht nur außerhalb von uns, sondern auch in uns. Wie können wir innerlich ruhig werden und Sorgen und Gedankenkreisläufe ausblenden?*

„Nicht ich muss es schaffen, in der Stille ruhig zu werden und meine Sorgen und Gedanken auszublenden. Jesus sagt uns ganz klar: ‚Ich werde euch Ruhe verschaffen‘ (Mt 11,28). Vor



„Nicht ich selber muss es schaffen, in der Stille ruhig zu werden und meine Sorgen und Gedanken auszublenden. Jesus sagt uns ganz klar: Ich werde euch Ruhe verschaffen.“

Karin Seethaler

Gott darf ich Mensch sein und so kommen wie ich bin, auch mit dem, was in mir nicht still ist: z. B. mit meiner Unruhe, meiner Traurigkeit, meinem Ärger und mit den vielen Gedanken, die beständig in mir aufsteigen. Ich erkenne es als mein konkretes Kreuz an, das ich nicht versuchen muss, jetzt abzuschütteln. Ich trage es, indem ich gewähren lasse, dass es sich zeigt, z. B. in der Form meiner Unfähigkeit mich zu sammeln oder in meinen Sorgen, die mich beunruhigen. Ich bleibe jedoch nicht mit meinem Kreuz beschäftigt, sondern führe meine Aufmerksamkeit immer wieder zur Gegenwart. Ich vollziehe damit eine Blickänderung, die bewirkt, dass ich nicht auf mich selbst bezogen bleibe. In der Meditation aber auch außerhalb

der Meditation vollziehe ich also immer wieder eine innere Wende: von den Gedanken, die mich in die Vergangenheit oder in die Zukunft führen, wieder zurück zur konkreten Wahrnehmung im Hier und Jetzt. Diese Wende vollziehe ich auch, wenn ich die Tendenz in mir bemerke, nun doch etwas erreichen, verändern oder produzieren zu wollen. Ich übe dabei ein, präsent zu sein und zu hören und zu lauschen, was mir in der Stille entgegenkommt, was ich nicht erst machen oder mir ausdenken muss, damit es da ist. In dieser Weise weist mir die Stille den Weg, der über meine menschliche Realität hinausführt. ‚Stille‘, so sagt es Edith Stein, ‚ist ein Schweigen, das den Menschen Augen und Ohren öffnet für eine andere Welt‘. Die Kraft der





Stille ermöglicht es, dass ich achtsam werde für diese andere Welt und heilend von ihr berührt werden kann.“

*Was meint der Psalmist, wenn er sagt: Ich ließ meine Seele ruhig werden und still; wie ein kleines Kind bei der Mutter ist meine Seele still in mir?*

„Der Psalmist drückt die Erfahrung aus, dass seine Seele nicht durch Anstrengung ruhig und still geworden ist, sondern durch seine Hinwendung zu Gott und seine Verbindung zu ihm. Der Vergleich mit dem kleinen Kind soll verdeutlichen: So wie die Verbindung zur Mutter ein Kind ruhig und still werden lässt, lässt die Verbindung zu Gott die Seele zur Ruhe kommen. Der Psalm möchte von einem Leistungsdruck befreien und dazu ermutigen, sich selbst die Erlaubnis zu geben, sich wie ein Kind an Gott zu wenden. Die Veränderung, nach der sich meine

Seele sehnt, geschieht in meiner Hinwendung zu Gott.“

*Was erwartet uns in der Stille?*

„Es erwartet uns eine Begegnung mit uns selbst, mit unserer menschlichen Realität und mit Gottes Geist, der in uns gegenwärtig ist. Die Gegenwart Gottes, die uns in der Stille erwartet, nimmt uns stets so auf, wie wir sind. Wir selbst haben aber Schwierigkeiten, uns anzunehmen so wie wir sind. Die Stille kommt uns hier zu Hilfe, denn sie lädt uns ein, uns selbst in Ruhe zu lassen und gerade dadurch zur Ruhe zu kommen. Durch mein schlichtes Einverständnis mit meiner augenblicklichen menschlichen Realität und durch mein aufmerksames Präsent-Sein, für das, was mir in der Stille entgegenkommt, werde ich empfänglich für die Erfahrung des Seins, für die Erfahrung des Geliebt-Seins – so wie ich bin. Diese Erfahrung,

„Im Stillsein liegt eine wunderbare Macht der Klärung, der Reinigung, der Sammlung auf das Wesentliche.“

Dietrich Bonhoeffer

die uns in der Stille erwartet, ist nicht machbar. Wir können uns nur für diese Erfahrung öffnen und sie empfangen.“

***Welcher Zusammenhang besteht zwischen Stille und Gebet?***

„Im Gebet sucht der Mensch die Nähe Gottes. Die Erfahrung von Nähe ereignet sich nicht im Lärm und nicht, wenn wir es eilig haben. Ohne Stille und ohne Zeit, die man sich für das Gebet nimmt, bleibt das Gebet an der Oberfläche. Man kann sagen, dass die Stille eine Voraussetzung ist für das Gebet. Die Stille ermöglicht einen intensiven Begegnungsraum mit mir selbst und bewirkt eine größere Achtsamkeit für die stille Anwesenheit der Gegenwart Gottes. So hat der Prophet Elia die Existenz Gottes nicht im Sturm, nicht im Erdbeben und nicht im Feuer erfahren, sondern indem er still auf das Säuseln des Windes gelauscht hat (vgl. 1Kön 19,11-13).“

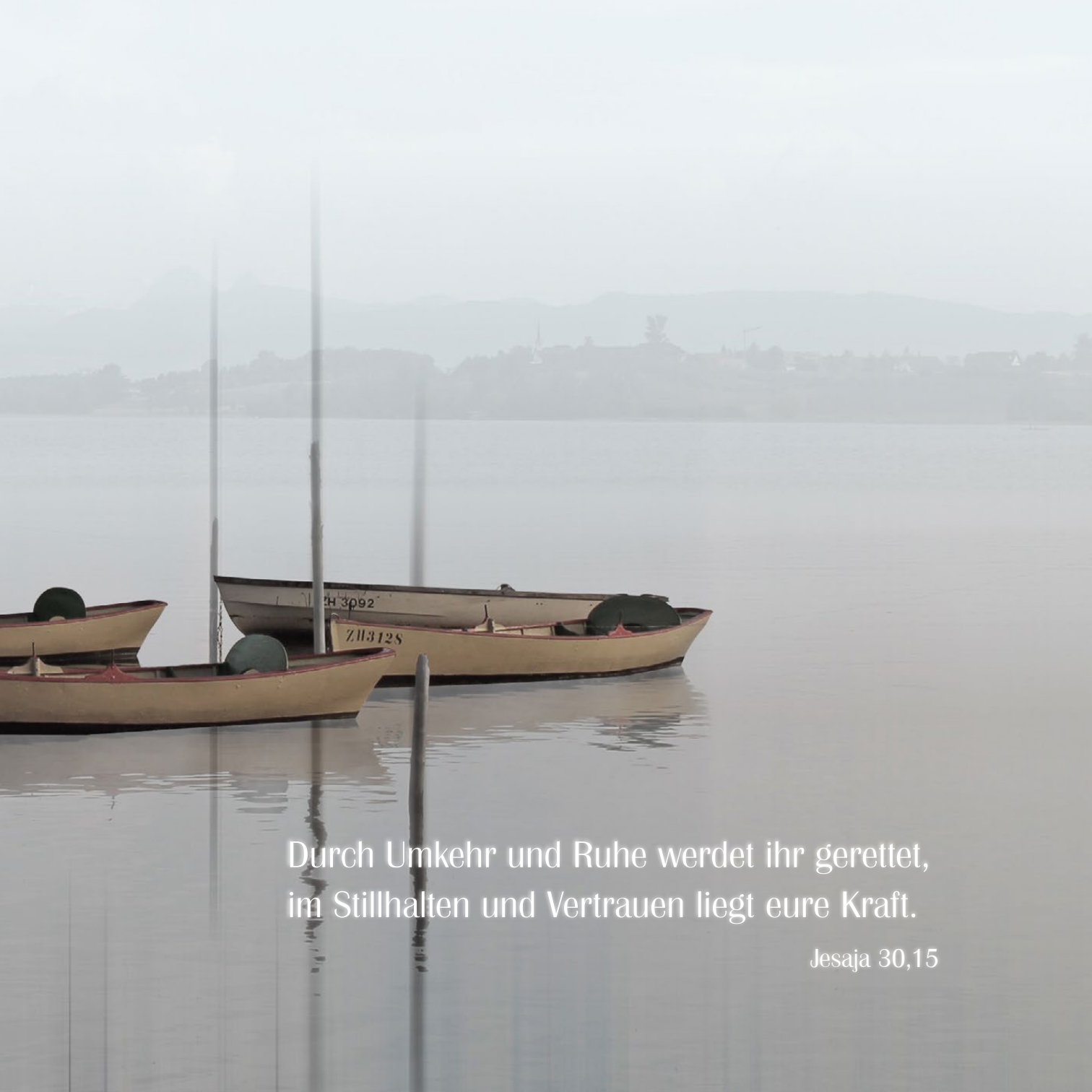
***Haben Sie als erfahrene Exerzitienleiterin eine Art „Geheimtipp“ für Menschen, die mitten im stressigen Berufsleben stehen und sich nach der Erfahrung der Gegenwart Gottes in der Stille sehnen?***

„Ich würde sagen, der Geheimtipp lautet ‚Unterbrechung‘. Dies ist nach Johann Baptist Metz die kürzeste Definition von Religion. Unterbrechung bedeutet, innehalten und kurzfristig heraustreten aus dem, was einen beschäftigt und beschäftigt hält. Die Unterbrechung macht uns wieder offen und empfänglich für Neues. Eine stille Meditationszeit ist im Alltag eine große Unterbre-

chung. Eine Unterbrechung, die uns für die Stille öffnet, ist jedoch nicht nur an die Meditationszeit gebunden. Ich kann sie im Alltag leben, wenn ich kurz innehalte, mich bewusst für einen kurzen, stillen Moment spüre und mich zu Gott wende. Diesen Moment kann ich mir nehmen vor einem Gespräch, wenn ich das Fenster öffne und den Himmel kurz anschau oder während mein Computer hochfährt, ich die Augen schließe und tief durchatme. Dies sind kostbare Augenblicke der Stille. In meinem neuen Buch: ‚Zum Einklang finden mit sich und den anderen – Das Zusammenspiel von Meditation und Beziehung im Alltag‘ zeige ich unter anderem auf, wie wir gerade diese Unterbrechungen auch außerhalb der stillen Meditationszeit leben können, um im Alltag durch die Kraft der Stille uns selbst und den Mitmenschen achtsam zugewandt zu bleiben.“



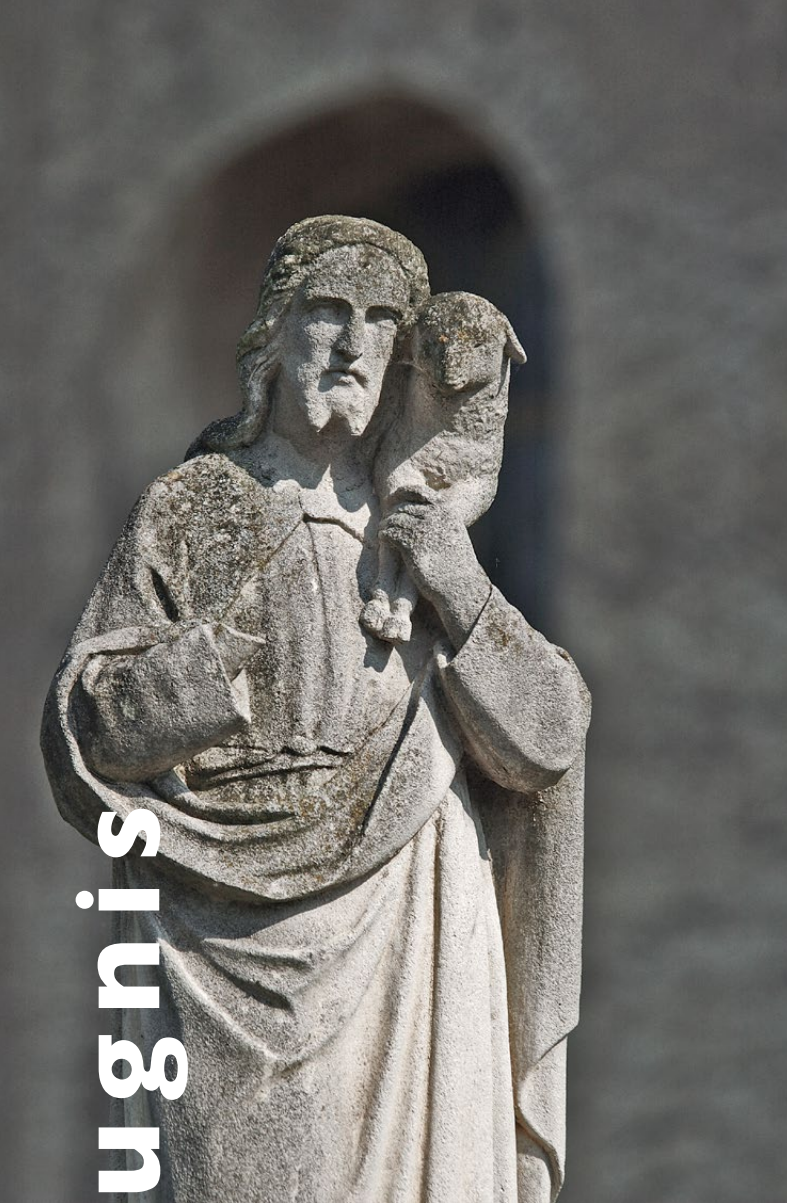




Durch Umkehr und Ruhe werdet ihr gerettet,  
im Stillhalten und Vertrauen liegt eure Kraft.

Jesaja 30,15





# Nichts kann mich von seiner **Liebe** trennen

---

Ich bin dankbar, dass Gott das Ziel  
meines Lebens ist. Er ist an meiner  
Seite, auf ihn gehe ich zu. Doch  
bis ich zu dieser Überzeugung  
gelangte, musste ich einige tiefe Täler  
durchwandern ...

Ich hatte das Glück in einer Familie aufzuwachsen, in der der Glaube ein fester Bestandteil war und vor allem von Seiten meiner Mutter lebendig vorgelebt wurde. Da ich einerseits von klein auf unter Schlafproblemen und Alpträumen litt und andererseits meine Mama bei der Legion Mariens war, wurde ich oft in den Schlaf gebetet – noch bevor ich in die Schule ging, konnte ich alle Rosenkranzgeheimnisse und die Legionsgebete auswendig. Diese tiefe und natürliche Liebe zur Muttergottes war etwas Selbstverständliches für mich und erst in späterer Zeit – als ich älter war – wurde mir bewusst, dass selbst viele Katholiken dies nicht so nachvollziehen können.

### Tief Luftholen in Medjugorje

In meiner Jugend distanzierte ich mich etwas vom Glauben und meine Glaubenspraxis nahm sukzessive ab. Ich wusste sehr wohl, dass Gott existiert und er die Liebe ist, aber dieses Erkenntnis blieb kopflastig und aus pragmatisch-egoistischer Teenager-Sicht rückten immer mehr die ganzen Gebote und Verpflichtungen in den Mittelpunkt und im Inneren dachte ich mir: „Und was habe ich davon?“ Aus diversen Gründen und Erfahrungen fiel es mir immer schwerer, mich selbst anzunehmen, die Alpträume nahmen überhand und ich verfiel der Bulimie (Ess-Brech-Sucht): ein Teufelskreis hatte begonnen. Aus Selbsthass fraß und kotzte ich und jedes Mal, wenn ich mich nicht vom Erbrechen abhalten konnte, hasste ich mich wegen

meiner Schwäche ein bisschen mehr. Kurzfristig begann ich auch, mich selbst zu ritzen, aber da ich nicht wollte, dass die Umwelt etwas bemerkte, hörte ich damit bald wieder auf.

Mit Gottes Fügung begleitete ich jedoch drei Tage nach meiner Matura meine Mutter nach Medjugorje und diese Pilgerreise markierte den Beginn eines Neuanfangs, denn dort – in Gegenwart meiner himmlischen Mama – wurde mir ein innerer, tiefer Frieden geschenkt, den ich seit Jahren so nicht verspürt hatte; dort, in diesem kleinen versteckten Ort in den Bergen Bosniens, konnte ich zum ersten Mal seit langem Aufatmen, tief Luft holen. Wieder zuhause zog der Alltag ein und doch blieb die Erinnerung an den Frieden – dass es möglich ist, innerlich zur Ruhe zu kommen – bestehen. Und so, langsam, nach und nach, begann ich, mich wieder dem Glauben zuzuwenden und zwar ganz einfach (wie könnte es anders sein), indem ich jeden Abend einen Teil vom Rosenkranz betete, solange bis zumindest ein Hauch dieses Friedens an mir vorbeizog: Manchmal ein Gesätzchen, oft zwei oder drei, manchmal ein ganzer Rosenkranz. Hm ... das soll nicht bedeuten, dass mein ganzer Glaube rein auf Maria ausgerichtet war, überhaupt nicht. Aber Maria war oft das Eingangstor, zu ihr traute ich mich immer zu gehen und ich wusste: wo sie ist, ist ihr Sohn. Sie nahm mich an der Hand und führte mich vor das Angesicht Gottes und hinter ihrem Rockzipfel konnte ich mich ein bisschen verstecken, wenn ich alleine – von schlechtem Gewissen geplagt – vielleicht nicht immer gewagt hätte, zu

Gott zu gehen. Der Rosenkranz mündete in das stille, freie Gebet, in dem ich vorwiegend Jesus adressierte.

### Vor dem Herrn sein, wie ich bin

In dieser Zeit fiel ein Buch von Merlin Carothers in meine Hände und bewegt von den darin beschriebenen Zeugnissen, wandte ich mich verstärkt dem Lobpreis zu. Und so, etwa zwei Jahre nach meiner Matura, fragte ich meine Mutter, ob ich sie am Abend zu ihrem Gebetstreffen der Charismatischen Erneuerung begleiten dürfte. Dort war ich zunächst eher Zuschauer, aber ich fühlte mich sofort wohl: angenommen, aber nicht bedrängt. Gegen Ende wurde ich gefragt, ob die Gebetsteilnehmer mir die Hände auflegen und für mich beten dürften und als ich zustimmte, erlebte ich meine wohl intensivste Gotteserfahrung, die jedoch sehr schwierig in Worte zu fassen ist: Mein Herz erwärmte sich, wurde heißer und heißer bis es gerade noch nicht schmerzhaft war und diese Wärme breitete sich in meinem ganzen Körper aus. Und plötzlich wurde ich von einem Gefühl der Liebe überschwemmt, das mir den Atem nahm: Ich wusste – und zwar mit meinem Verstand und in meinem Herzen – dass ich absolut und bedingungslos von Gott geliebt war. Genau jetzt, in diesem Moment, mit meinen Fehlern und Schwächen, in meiner Erbarmungswürdigkeit: Nichts könnte mich jemals von dieser Liebe trennen. Ich müsste nicht besser werden und bräuchte nie Angst zu haben, Seine Liebe – Ihn – jemals zu verlieren. Und da begann ich zu weinen, nicht mit Tränen der Trauer, sondern der Befreiung. Und an jenem Abend wurde ich

von meiner Bulimie geheilt (denn diese hatte ich, trotz meines Glaubenslebens, aus eigener Kraft nicht überwinden können).

Dieses Erlebnis prägt meinen Glauben bis heute. Da ich eher ein theoretisch veranlagter Mensch bin, begann ich, mich mit dem Inhalt unseres Glaubens näher auseinanderzusetzen, durch einen zweijährigen Lehrgang in Theologie und Philosophie. Ich wurde Mitglied (wen wundert's) der Charismatischen Erneuerung und die Eucharistie (im Rahmen der Messfeier, aber auch in der Anbetung) nahm einen immer größeren Rahmen in meinem Glaubensleben ein. Vor dem Herrn darf ich sein, wie ich bin. Wenn ich in der Anbetung vor Ihm knie, dann lade ich Ihn in das Haus meines Herzens ein und zwar nicht nur in die schön geputzten, glänzenden Räume, die sonst für Besucher reserviert sind. Nein, vor der Eucharistie, im Angesicht Gottes, öffne ich meine Kellerräume, auch jenen mit Stahl verstärkten Kerker, in dem ich alle Wunden und Verletzungen horte und die dort vor sich hineitern und bluten, und ich bitte Ihn, mich zu heilen und mich zu befähigen, all jenen Menschen zu vergeben, die mir diese zugefügt haben. Vor der Eucharistie, im Angesicht Gottes, nehme ich Jesus an der Hand und führe Ihn in meine persönliche Schlangengrube, in die dunklen Geheimnisse meines Ichs, die ich am liebsten nicht mal vor mir selbst zugeben würde, wo der Egoismus und der Masochismus hausen und ich bitte Ihn, diesen Raum mit Seinem Licht zu erfüllen, sodass die Finsternis nicht das letzte Wort hat. Vor der Eucharistie, im Angesicht Gottes, lobe ich Ihn für Ihn (einfach weil er ist), danke ich Ihm für alle Gnaden, die er mit zuteilwerden lässt, bitte ich

Ihn für alle Menschen meiner Umgebung und vertraue Ihm die ganze Welt an.

### Vor allem – Dankbarkeit!

Außerdem durfte ich die Beichte entdecken, dieses wunderbare Geschenk Gottes an uns Menschen, in der Er selbst uns begegnet. In der Beichte halte ich Ihm mein verschrumpeltes, verschmutztes, unförmiges Etwas von Herz hin und bitte Ihn um Verzeihung, dass ich nicht besser auf es achtgegeben habe. Und Er, Er nimmt es an, ganz behutsam, denn „das geknickte Rohr zerbricht er nicht und den glimmenden Docht löscht er nicht aus“ (Jes 42,3) und Er reinigt und heilt es und befähigt es erneut zur Liebe. Die Beichte deckt die Sünde nicht zu, sondern vernichtet sie! Meine Liebe und Treue sind oft wankelmütig, aber Seine Liebe und Treue sind unverbrüchlich.

In den vergangenen 15 Jahren habe ich Gott bewusst einen Platz an meiner Seite zur Verfügung gestellt. Ich bespreche mit Ihm meine Pläne und treffe Entscheidungen prinzipiell nur nach dem Gebet. Mein Leben, wie vermutlich das jedes praktizierenden Katholiken, ist geprägt von Sonne und Regen, von Zeiten der grünen Auen und finsternen Schluchten. Bisweilen ist Seine spürbare Gegenwart nur ein Stoßgebet weit entfernt, manchmal ist sie nur eine Gewissheit des Verstandes, während mein Herz fragt: „Wie lange noch, vergisst du mich, Herr? Wie lange noch, verbirgst du dich vor mir?“ (Ps 13,2). Oft bestaune ich jubelnd Seine Fügungen, breitet sich mein Leben vor mir aus wie eine blühende Rose, manchmal mutet er mir ein



schweres Kreuz zu, sodass die Seele aufseufzt: „Das ist mein Schmerz, dass die Rechte des Höchsten so anders handelt“ (Ps 77,11). Dann gedenke ich seiner Taten und denke an frühere Wunder, denn Er ist die Liebe und Er bleibt derselbe, gestern, heute und morgen. Er kennt die Pläne, die Er für mein Leben hat und es sind Pläne des Heils (vgl. Jer 29,11).

Aber vor allem bin ich dankbar! Dankbar, dass ich Ihn kennen darf in einer Zeit, in der so viele an der Existenz Gottes zweifeln. Ich bin dankbar, dass Er das Ziel meines Lebens sein darf. Ganz konkret bin ich besonders dankbar für meinen Ehemann, meinem ganz persönlichen und schönsten Gottesgeschenk! Danke, Herr!

Danja, 2017





# Stille oder Lärm?

von Kardinal Robert Sarah

Gott öffnet für alle Menschen, die mitten in der Welt leben Wege zu einem Leben der Kontemplation und Heiligkeit. Es liegt am Einzelnen, sich im Getriebe des Alltags der unaufdringlichen, leisen Gegenwart Gottes zu öffnen.

Wäre die Einsamkeit der Wüste absolut notwendig für die Entfaltung der Kontemplation, müssten wir daraus schließen, dass all diejenigen, die nicht dorthin gelangen können und die sie nicht ertragen können, unfähig wären, zur Heiligkeit zu gelangen und dass Letztere für sehr wenige Auserwählte vorbehalten sei. Die Beispiele der heiligen Faustyna Kowalska, des heiligen Don Bosco, des heiligen Josemaria Escriva de Balaguer, der heiligen Mutter Teresa von Kalkutta und des heiligen Johannes Pauls II. zeigen, dass alle Menschen zur Kontemplation, zur vollkommenen Liebe und zur Heiligkeit berufen sind. Es liegt an jedem Einzelnen, den Lärm und das Gedränge beiseitezuschieben und sich dem stillen Gott zur Verfügung zu stellen, der in der tiefen Wüste unseres Herzens auf uns wartet.

### Ein Damm der Stille

Pater Jerome betont: „Wie viel Segen bringen doch die, welche durch das Gewicht ihrer Stille die Rolle eines Dammes oder Wellenbrechers einnehmen. An ihnen zerbricht jeder Lärm, der von draußen oder von drinnen kommt. Dank ihnen bleibt die Wasseroberfläche immer ruhig; die Taue der Schiffe reißen nicht, ihr Rumpf läuft nicht auf.“

Die Wahl der Stille ist ein Geschenk für die Menschheit. Männer und Frauen, die in die Stille gehen, erlegen sich für ihre Brüder ein Opfer auf. Die äußere Welt ist wie ein über die Ufer tretender Fluss. Er fließt einen Abhang hinab und droht, alles in seinem Lauf zu verschlingen. Um diese

Kraft zu bändigen, ist es notwendig, Dämme zu bauen. Und die Stille ist dieser mächtige Damm, der die tosenden Wasser der Welt bändigt und vor dem Lärm und jedweder Verwirrung schützt. Die Stille ist ein Damm, der dem Menschen Würde zurückgibt. Die Klöster und die großen Beter sind Dämme, welche die Menschheit vor den Bedrohungen schützen, denen sie ausgesetzt ist. Wie sehr müssen doch die Menschen das Klosterleben nachahmen, damit aus ihrer Stille eine wirksame Sperre werde!

Personen, die im Lärm leben, gleichen dem Staub, der vom Wind verweht wird. Sie sind Sklaven des Trubels, der ihre Beziehung zu Gott zerstört. Jene aber, welche die Stille und die Einsamkeit lieben, gehen Schritt für Schritt auf Gott zu. Sie wissen den Teufelskreis des Lärms zu durchbrechen, wie Dompteure ihre brüllenden Löwen zu beruhigen wissen.

Der heilige Cyprian von Karthago schreibt in seinem Brief an Donatus: „Als ich selbst noch in der Finsternis und in dunkler Nacht schmachtete und auf den Wogen der sturmbelegten Welt schwankend und unsicher irrend kreuz und quer umhertrieb, ohne meinen Lebensweg zu kennen, ohne die Wahrheit und das Licht zu ahnen, da hielt ich es bei meinem damaligen Lebenswandel für höchst schwierig und unwahrscheinlich, was mir die göttliche Gnade zum Heile verhieß: Dass man von Neuem wiedergeboren werden könne und dass man, durch das Bad des heilbringenden Wassers zu neuem Leben beseelt, das ablege, was man früher gewesen, und trotz der Fortdauer der



leiblichen Gestalt den Menschen nach Herz und Sinn umändere. Wie, sagte ich mir, ist eine so gewaltige Umwandlung möglich? So dachte ich oft bei mir. Denn auch ich war durch ziemlich viele Irrtümer in meinem früheren Leben in Banden gehalten und hätte nicht geglaubt, dass ich davon loskommen könnte. So völlig war ich den mir anhaftenden Lasten ergeben und in der Verzweiflung an einer Besserung hielt ich es mit meinen Übeln wie mit unbedingt zugehörigen Hausgenossen.“ Der Mensch muss eine Entscheidung treffen: Gott oder nichts, die Stille oder der Lärm.

### Ausgerichtet auf Gott

Ohne die Taue der Stille ist das Leben ein deprimierendes Treiben. Es ist wie ein kleines, kümmerliches Boot, das ruhelos von gewaltigen Wellen hin und her geworfen wird. Die Stille ist die äußere Mauer, die wir aufrichten müssen, um unser inneres Gebäude zu beschützen.

Eigentlich ist es Gott selbst, der den Damm baut, um uns vor dem Trubel, den Angriffen von außen und den Stürmen dieser Welt zu beschützen. Es ist die Zusicherung, die uns der Prophet Jesaja gibt: „An jenem Tag singt man in Juda dieses Lied: Wir haben eine befestigte Stadt, zu unserem Schutz baute der Herr Mauern und Wälle“ (Jes 26,1). Unter dem Schutz dieser Mauer leben wir in der Stille und im Herzen Gottes. Und unser Blick ist beständig auf Ihn gerichtet, denn wir wollen Gott schauen.

Warum ist von „Mauern und Wällen“ die Rede? Weil der Mensch ursprünglich dazu geschaffen

war, mit Gott zu leben. Als er aber der Sünde nachgab, wurde er nicht nur aus dem Paradies vertrieben, sondern auch aus sich selbst und wurde draußen der Dunkelheit ausgesetzt. Durch die Menschwerdung kam Gott, um die Erbschuld zu tilgen und dem Menschen seine ursprüngliche Bestimmung und Berufung zurück zu schenken. Indem Jesus das Fleisch und die Natur eines Menschen annahm, befähigte Er die Menschen, den Weg der Innerlichkeit wieder aufzunehmen. Deshalb wendet der heilige Gregor der Große die Begriffe von Innerlichkeit und Äußerlichkeit auf Menschwerdung und Erlösung an. Christus kommt auf die Erde und verschafft dem gefallen Menschen von Neuem die Freuden der Kontemplation, der *lux interna*, des inneren Lichtes. In gewisser Weise ist Christus die Mauer, die das geistliche Gebäude, nämlich die Kirche, schützt. Aber Er ist auch die äußere Mauer, die unser inneres Gebäude umgibt.

Der heilige Gregor sagt: „Wir müssen anmerken, dass diese Mauer des geistlichen Hauses äußerlich genannt wird. Im Grunde ist die Mauer, die man baut, um ein Gebäude zu schützen, normalerweise nicht innen, sondern außen gebaut. Warum war es also notwendig, zu sagen, dass sie äußerlich ist, wenn man eine Mauer normalerweise nie im Inneren errichtet? Weil dies unerlässlich ist, wenn man möchte, dass die außen errichtete Mauer das verteidigt, was im Inneren ist. Doch was bedeutet dieser Begriff anderes als die Menschwerdung des Herrn? Denn wenn Gott für uns die innere Mauer ist, dann ist der menschgewordene Gott eine äußere Mauer. Deshalb sagt der Prophet über Ihn Folgendes: „Du ziehst



*„Wir haben eine befestigte Stadt,  
zu unserem Schutz baute der  
Herr Mauern und Wälle.“*

*Jesaja 26,1*

aus, um dein Volk zu retten, um deinem Gesalbten zu helfen“ (Hab 3,13). In der Tat wäre diese Mauer, nämlich der menschgewordene Herr, keine Mauer für uns, wenn sie sich nicht außen befände, denn sie würde uns nicht im Inneren beschützen, wenn sie nicht außen stünde.“

Ähnliches beschreibt Augustin Guillerand mit großartigen Worten: „Bei uns Kartäusern werden die Worte, die wir nicht sprechen, zu Gebet. Hier finden wir unsere Kraft und alles Gute, das wir tun, geschieht nur in dieser großen Stille. Wir sprechen mit Gott über die, mit denen wir nicht sprechen.“ Und er fährt fort: „Wir dürfen fortan keine Angst mehr haben, weder vor uns selbst noch vor den anderen. Wir müssen dem wahren

Leben ins Auge schauen. In diesem tiefen und anhaltenden Blick wird uns Gott geschenkt, denn im Innersten aller Dinge ist Gott. Dieses Wollen (oder diese Liebe) ist es, was wir suchen. Dazu ruft uns Gott. Dorthin gelangen wir erst nach einer langen Reise, die uns von den anderen Geschöpfen und von uns selbst trennt. Das große Wissen und das große Licht auf dieser Erde ist die schweigende Liebe.“ Und er kommt zu dem Schluss: „In der Stille meint Traurigkeit den Blick auf sich selbst; Freude den Blick hin zu Gott. Weshalb die Stille? Wir müssen aus uns heraustreten und die Gedanken auf Gott richten anstatt auf uns.“

---

Textquelle: Kardinal Robert Sarah: Die Kraft der Stille,  
Fe-Medienverlag





© Rawpixel / iStock

# gesammelt und still

von Romano Guardini

Uns Heutigen fällt es nicht leicht, Unruhe und Getriebenheit hinter uns zu lassen, gesammelt und still einfach da zu sein. Und doch ist es wichtig, dass wir genau das lernen ....

**F**ür gewöhnlich ist der Mensch durch die Vielheit der Dinge hin und her gezogen; durch Verlangen und Furcht, Sorge und Leidenschaft bedrängt. Er ist beständig bemüht, etwas zu erreichen oder abzuwehren, zu erwerben oder ab-

zustoßen, aufzubauen oder zu zerstören. Immer will der Mensch etwas, und Wollen heißt unterwegs sein, zu einem Ziel hin, von einer Gefahr weg. Das ist so, seit es Menschen gibt und beim neuzeitlichen Menschen ganz besonders. Er liebt

es, sich selbst einen Tätigen, Kämpfenden, Schaffenden zu nennen; damit hat er aber nur zur Hälfte recht. Ebenso richtig und noch richtiger wäre es, wenn er sich einen Ruhelosen nannte, der nicht fähig ist, zu verweilen und sich zu vertiefen. Dieser Mensch soll beten - kann er es? Nur dann, wenn er aus seiner Gehetztheit heraustritt und ruhig wird.

Er muss also das schweifende Begehren wegtun und sich dem einen zuwenden, das jetzt allein wichtig ist. Er muss den Willen lösen und sich sagen: „Jetzt habe ich nichts anderes zu tun, als zu beten. Die nächsten zehn Minuten“ - oder wieviel Zeit er sich gesetzt hat - „sind nur dafür bestimmt. Alles andere ist weg. Ich bin ganz frei und für dieses allein da.“ Und darin muss er ehrlich sein. Der Mensch ist nämlich ein listiges Geschöpf, und die List seines Herzens zeigt sich vor allem im Religiösen. Wenn er zu beten anfängt, drängt - von seiner inneren Unrast gerufen - sofort etwas anderes herzu und will getan sein. Alles Mögliche, eine Arbeit, ein Gespräch, eine Besorgung, eine Vergewisserung, eine Zeitung, ein Buch scheint ihm wichtiger, und das Gebet kommt ihm wie reiner Verlust vor. Sobald er es aber daraufhin abbricht, ist die erst so knappe Zeit auf einmal in Fülle da, und er vergeudet sie für die überflüssigsten Dinge. Sich sammeln heißt, diesen Trug der Unrast überwinden und ruhig werden; sich von allem freimachen, was nicht hergehört und Dem, der jetzt allein wichtig ist, nämlich Gott, zur Verfügung stehen. Man kann auf den Ursinn des Wortes hinweisen und sagen, „Sammlung“ bedeute, geeint zu sein. Ein Blick in unser Leben zeigt, wie wenig wir es sind. Wir müssten einen festen Kern in uns haben, der die Vielfalt des Lebens trägt; eine

Mitte, von der alles Tun ausgeht und zu der es zurückgeht; eine Ordnung, die Wichtig und Unwichtig, Zweck und Mittel scheidet und den verschiedenen Handlungen und Erlebnissen ihren Rang anweist; ein Festes, im Wandel Bleibendes, im Wechsel sich Entfaltendes, welches deutlich macht, wer wir sind und bewirkt, dass jeder weiß, woran er mit uns ist.

Sich sammeln heißt: wach werden. Beim ungesammelten Menschen hat man oft ein eigentümliches Gefühl. Er ist immer auf etwas hin gespannt, zu einem Ziel unterwegs, mit einem Unternehmen beschäftigt - sobald aber die Spannung nachlässt, wird er auf einmal leer und dumpf. Wenn kein Gegenstand mehr da ist, der ihn packt; kein Antrieb, der ihn vorandrängt; kein Reiz, der ihn erregt, dann fällt die ganze Aktivität zusammen, und eine sonderbare Öde entsteht. Der ruhige Mensch hingegen, der fähig ist, sich in sich selbst zu sammeln, still zu werden und ins Tiefe zu gehen, ist auch innerlich wach. Die Zustände der Ruhe und inneren Wachheit gehören ebenfalls zusammen, tragen und bestimmen einander.

Mit dieser Sammlung muss das Gebet beginnen. Sie ist nicht leicht. Wie wenig wir sie besitzen, merken wir erst, wenn wir uns um sie bemühen. Sobald wir versuchen, ruhig zu werden, kommt die Unruhe erst richtig über uns. Das alles ist aber nicht zu ändern, und wir müssen es durchstehen, sonst lernen wir das Beten nie. Von der Sammlung hängt alles ab. Keine Mühe, die darauf verwendet wird, ist vertan. Und wenn selbst die ganze Gebetszeit damit hinginge, sie zu suchen, wäre sie gut verwendet, denn im Grunde ist die Sammlung ja in sich schon Gebet.

---

Textquelle: Romano Guardini: Vorschule des Betens



# 10 WORTE

von Albert Andert

## IX

*Du sollst nicht falsch gegen  
deinen Nächsten aussagen*

**E**s gibt viele machtvollen Dinge. Worte gehören dazu. Meine Worte vermitteln, was ich denke, fühle und vorhabe. Doch haben sie nur dann Wert, wenn andere meinen Worten vertrauen. Die Wahrheit menschlicher Rede muss vorausgesetzt werden. Ein Vorschussbonus. Ein Blankoscheck. Deshalb tut es so weh, belogen zu werden. Lüge zerstört das Vertrauen in die Wahrheit. In jeder Gesellschaft wurde und wird Lüge deshalb verabscheut. Und danach befragt, würden die meisten Menschen alles Lügenhafte von sich weisen. Alles? Auch Notlügen, Ausreden, Beschönigungen, Übertreibungen? Was ist denn überhaupt Lüge? Um das zu wissen, muss vorher klar sein, was Wahrheit ist.

„Was ist Wahrheit?“ Diese Frage von Pilatus an Jesus ist ebenso berühmt wie unbeantwortet. Oder ist Pilatus nur zu schnell wieder von Jesus weg gegangen? Hat er eine Antwort, die noch gekommen wäre, nicht abgewartet? Oder hat die Antwort ohnehin schon festgestanden?

„Du sollst nicht lügen“ - so wird das Gebot oft wiedergegeben. Ein striktes Lügenverbot? So wie bei Kant, der gemeint hat, dass auch dem Mörder, dessen Opfer sich bei mir versteckt, wahrheitsgemäß zu antworten sei, wenn er mich nach dem Aufenthaltsort fragt. Aber: das 9. Wort vom Sinai - nach jüdischer Zählweise - lautet eigentlich: „Du sollst nicht falsch gegen deinen Nächsten aussagen“. Übersetzbar ist das auch mit „nicht als falscher Zeuge aussagen“ oder „nicht falsch Zeugnis reden“. Da sind noch die Gerichtsverhandlungen im alten Israel heraus zu hören. Aber bald wollte man auch abseits vom Rechtsstreit den „Lügenzeugen“ beikommen. Bis schließlich daraus die prinzipielle Forderung nach Wahrhaftigkeit wurde.

Die Juden beziehen die ersten fünf Gebote auf Gott, die letzten fünf auf den Menschen. Da ist eine interessante Spiegelung: das 9. Gebot hängt eng mit dem dritten zusammen: „Du sollst den Namen Gottes nicht missbrauchen“. Meine Rede



über Gott und die Menschen ist dieselbe, ob verlogen oder wahr. Wenn ich einen Menschen segne (lat. bene dicere - gut reden), lobe ich zugleich Gott, der diesen Segen zuspricht. Wo ich einen Menschen schlecht rede, verhöhne ich damit auch Gott, der uns nach seinem Ebenbild geschaffen hat. „Die Zunge ist ein Feuer, eine Welt voll Ungerechtigkeit“, so der Jakobusbrief. „Mit ihr preisen wir den Herrn und Vater, und mit ihr verfluchen wir die Menschen, die als Abbild Gottes erschaffen sind.“

Natürlich verbietet Gott das Lügen. Aber zugleich dient jedes der Gebote Gottes dem Leben des Menschen, seiner Freiheit und Gesundheit. Keines soll einengen oder ersticken. Dann kann es im neunten Gebot nicht bloß um penibles Auf-sagen korrekter Tatsachen gehen. Kants Beispiel zeigt, dass eine wahre Antwort auch viel scha-

den kann. Also muss ich die Situation beachten, in die ich meine Wahrheit hineinsage. Ich muss nichts sagen.

Wie Jesus, als er vor Pilatus steht. Sein Richter, der bald darauf das Todesurteil spricht, forscht nach, wo Wahrheit verborgen sei. Jesus gibt ihren Aufenthaltsort nicht preis. Er ist Wahrheit in Person: was er ist und tut vermittelt nur Wahres. Und er zeigt es stets mit seinem Leib, einmal sogar in Verklärung. Auf diesen Leib der Auferstehung, der den Blick auf unsere Seele frei gibt, dürfen wir hoffen. Aber ertragen wir das überhaupt? Genau darauf zielt das 9. Gebot ab - die Wahrheit im irdischen Leib zu üben, damit wir einst das Geschenk Gottes bejahen können: ein ganz klarer Leib, der vollkommen erkannt und vollkommen geliebt werden kann. Und fähig ist zur Begegnung mit dem, der alles durchschaut.





# Porträt

von Christa Pfenningberger

## Sophie Andert

Theater, Pferde und vieles andere mehr ...

### Gehst du gerne in die Schule?

„Ja, eigentlich schon. Als ich nach der Volksschule eine Schule ausgesucht habe, hat mich die Atmosphäre in diesem Gymnasium überzeugt. In der Schule treffe ich meine Freundinnen, besonders meine drei besten. In meiner Klasse fühle ich mich wohl und auch die Lehrer sind ok. Besonders den Unterricht bei meinem Englischlehrer und bei meiner Deutschlehrerin finde ich gut.“

### Du bist theaterinteressiert ...

„Stimmt! Ich besuche in der Schule das Freifach Theater und bin schon das zweite Jahr dabei. Ich finde es cool, in

eine andere Rolle zu schlüpfen. Wir treffen uns einmal im der Woche zum Proben und haben am Schulende eine große Aufführung. Im letzten Stück spielte ich eine Kellnerin, die es in einem Hotel mit etwas verrückten Gästen zu tun hatte. Diese Rolle habe ich gerne gespielt.“

### Und auch musikinteressiert ...?

„Ich habe 3 Jahre Geige gelernt, aber damit aufgehört, denn das viele Üben ... ☺. Theaterspielen ist mir lieber.“

### Was tust du in deiner Freizeit außer Theaterspielen gerne?

„Ich lese sehr gerne und viele Bücher, besonders Fantasy-Literatur. Ich schaue aber am Wochenende gerne auch coole Videos. Ich reite auch sehr gerne. Einmal in der Woche radle ich in den Nachbarort in den Reitstall zu meinem Wallach Overo, den ich sehr lieb gewonnen habe. Ich finde das Gefühl total schön, auf dem Pferd zu sitzen. Außerdem spiele ich Faustball.“

Sophie Andert

Geburtsdatum: 2004

Lebt in Schildberg in Niederösterreich  
3 Brüder

Besucht ein katholisches Privatschulungymnasium, 3. Klasse

### **Bist du überhaupt tierliebend?**

„Bis auf Spinnen, Kriechtiere und Insekten mag ich alle Tiere! Besonders kleine, flauschige - ich habe selber einen Hasen, eine Katze, zwei Meer-schweinchen und Fische im Biotop. Ich muss mich um die Tiere auch kümmern, aber manchmal springt die Mama ein, wenn ich vergesse 😊. Ich hätte auch gerne einen Hund - und die Chancen stehen gar nicht schlecht.“

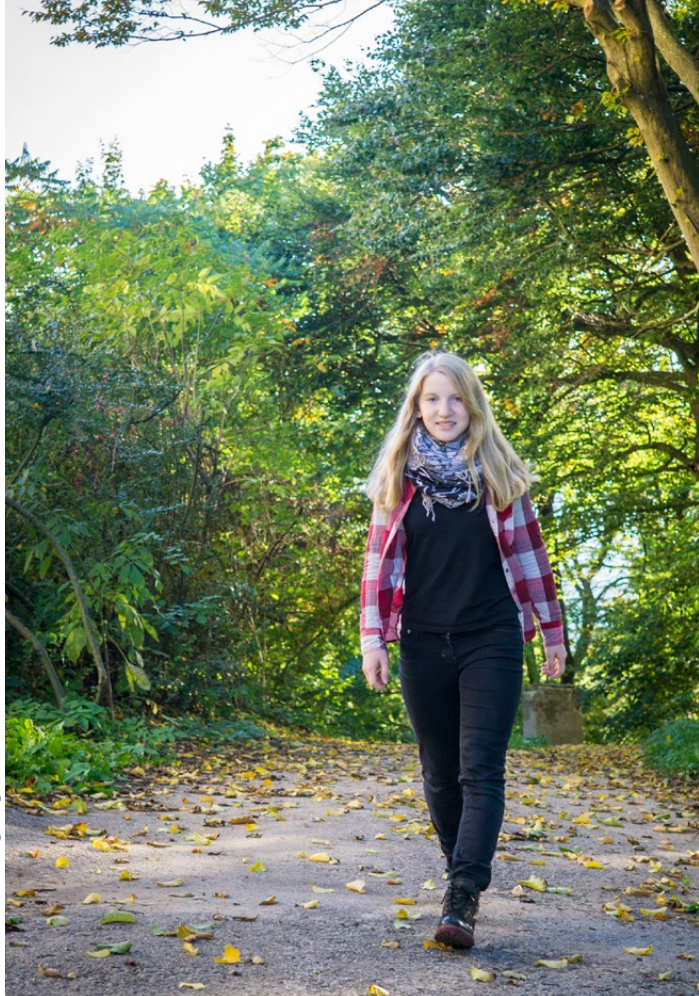
### **In deiner Freizeit bist du fünf Mal im Jahr bei Mädchen-Wochenenden, von den Legionären Christi veranstaltet. Was macht ihr da?**

„Wir machen mit den Betreuerinnen sportliche Sachen wie Schwimmen und Eislaufen. Zu Weihnachten haben wir zum Beispiel Kekse gebacken. Wir haben Morgen- und Abendlob und feiern jeden Tag die heilige Messe. Jeden Tag gibt es einen Vortrag, zum Beispiel wird das Leben Heiliger vorgestellt. Wir singen auch viele religiöse Lieder, die mir gefallen.“

### **Wer ist für dich Jesus?**

„Für mich ist Jesus ein Freund, dem ich immer alles erzählen kann. In meinem Leben ist es eine Bereicherung, Jesus zu kennen. Wenn ich Hilfe brauche oder vor etwas Angst habe, dann wende ich mich an Jesus. Dieses Gespräch mit Jesus würde mir sehr fehlen vor Situationen, die mich herausfordern. Vor Schularbeiten bete ich immer, dass mir alles einfällt und dass ich die Aufgaben schaffe. Hat bis jetzt immer noch gut geklappt 😊. In der Familie beten wir gemeinsam vor dem Essen und ich weiß, dass meinen Eltern der Glaube wichtig ist. Wenn ich Jesus nicht kennen würde, dann würde ich sicher vieles anders machen. Am Sonntag gehen wir alle in die Kirche. Auch manchmal in die Abendmesse, damit wir Kinder ausschlafen können.“

© Werner Pfeningberger



### **Bist du in der Kirche auch aktiv?**

„Ja, ich bin seit der Erstkommunion Ministrantin. Ungefähr jede zweite Woche ministriere ich, das mache ich sehr gerne. Das ist mir lieber, als nur in der Bank sitzen. Einmal im Monat haben wir Ministrantenstunde.“

### **Gibt es einen Heiligen, den du besonders magst?**

„Ja, eine Lieblingsheilige von mir ist die heilige Bernadette von Lourdes. Es beeindruckt mich, dass genau sie, die so ein armes Mädchen war, von der Muttergottes auserwählt worden ist.“





© Dominique Lefèvre

Die Frucht der Stille ist das Gebet.  
Die Frucht des Gebets ist der Glaube.  
Die Frucht des Glaubens ist die Liebe.  
Die Frucht der Liebe ist das Dienen.  
Die Frucht des Dienens ist der Friede.

Hl. Mutter Theresa

FEUER  
UND  
LICHT



Die  
Zeitschrift  
zur  
Vertiefung  
des  
Glaubens

[www.feuerundlicht.org](http://www.feuerundlicht.org)

IMPRESSUM

Herausgeber: Kath. Verein zur Förderung  
des geistlichen Lebens e.V.,  
Ostwall 5, 47589 Uedem, Deutschland  
Redaktion: Christa Pfenningberger MA  
[redaktion@feuerundlicht.org](mailto:redaktion@feuerundlicht.org)  
Layout: Werner Pfenningberger MA  
Druck: Albers Druck, Düsseldorf  
ISSN Nr.: 0 - 945 - 0246

# Abonnement

Preis für 1 Abo: 35,50 Euro pro Jahr  
(=11 Hefte inkl. aller Nebenkosten)  
Schweiz: 38,- SFr.

Sie können das Abonnement auf unserer Homepage be-  
stellen oder senden Sie uns ein Email oder einen Brief.

Ich möchte ☐ Abo(s) bestellen:

Nachname, Vorname

Straße, Hausnummer

Land, Postleitzahl, Ort

Datum, Unterschrift

Ich möchte FEUER UND LICHT als  
„Geschenk-Abo“ bestellen für:

Nachname, Vorname

Straße, Hausnummer

Land, Postleitzahl, Ort

☐ für 1 Jahr

☐ bis auf  
weiteres

Die Rechnung bitte an mich  
(siehe Adressfeld oben)

Das Abonnement verlängert sich automatisch nach 11  
Nummern, sofern keine schriftliche Kündigung vorliegt  
(ausgenommen Geschenkabos).

Kath. Verein zur Förderung des geistl. Lebens e.V.  
„Feuer und Licht“,  
Ostwall 5, 47589 Uedem  
Tel. und Fax: 0 28 25/53 58 73  
eMail: [abo@feuerundlicht.org](mailto:abo@feuerundlicht.org)





# ADRESSEN

## Gemeinschaft der Seligpreisungen

in der deutschsprachigen Region

### Deutschland

#### HAUS MARIA KÖNIGIN

Helmtrudisstraße 2 a, 33014 Bad Driburg

Tel.: 05253 / 9724314

E-Mail: [baddriburg@seligpreisungen.org](mailto:baddriburg@seligpreisungen.org)

#### HERZ-JESU-KLOSTER

Ostwall 5, 47589 Uedem

Tel.: 02825/535871

E-Mail: [uedem@Seligpreisungen.org](mailto:uedem@Seligpreisungen.org)

#### Hausgemeinschaft St. Raphael

Beinstraße 26, 65366 Geisenheim

Tel.: 06722/9460730

E-Mail: [geisenheim.resp@beatitudes.org](mailto:geisenheim.resp@beatitudes.org)

### Schweiz:

KLOSTER ST. ANNA Kapuzinergässli 1, CH-6300 Zug

Tel. 0041/41/7102622 E-Mail: [info@seligpreisungen.ch](mailto:info@seligpreisungen.ch)

### Österreich:

#### MARIA, HEIL DER KRANKEN

Maria Langeegg 1, A-3642 Aggsbach Dorf

Tel.: 0043 (0)2753/393

E-Mail: [aggsbach@beatitudes.org](mailto:aggsbach@beatitudes.org)

### Medjugorje

#### HAUS REGINA PACIS

88266 Medjugorje, Tel.: 00387/3665 1752

E-Mail: [medjstjoseph@gmail.com](mailto:medjstjoseph@gmail.com)

Internet: [www.seligpreisungen.org](http://www.seligpreisungen.org)

# VERANSTALTUNGEN

---

## HERZ-JESU-KLOSTER

Uedem, Deutschland

[www.seligpreisungen-uedem.de](http://www.seligpreisungen-uedem.de)

■ **Medjugorje-Samstag (15h-20h)** Vortrag, Rosenkranz, Beichtmöglichkeit, hl. Messe, gestaltete Anbetung mit Heilungs- und Segnungsgebet, Abendessen; 11.11.; 9.12.;

■ **Lobpreis-Treff (17:30h – 20h)**  
Charismatischer Lobpreis, Predigt, Segnung; 4.11.;

■ **Einkehrtag zum 1. Advent, 3.12.**  
Der Herr ist nahe! 10€ Teilnahmegebühr (inkl. Mittagessen)

■ **Die Kinder Mariens, 8.-10.12.**  
Seminar im Advent; 40 € Kursgebühr + Gabe für den Aufenthalt

■ **Treffen zum Jahreswechsel, 30.12.-1.1.**  
Seht ich mache alles neu! 30 € Kursgebühr + Gabe für den Aufenthalt

■ **Mitleben in der Gemeinschaft:** Herzliche Einladung an alle, die einige Zeit in unserer Gemeinschaft verbringen wollen. Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns!

---

## HAUS MARIA KÖNIGIN

Bad Driburg, Deutschland

[www.seligpreisungen-baddriburg.de](http://www.seligpreisungen-baddriburg.de)

■ **Jeden Samstag** (ausgenommen Medjugorjesamstag) ab 17:30 Rosenkranz, anschließend 18:00 **Auferstehungsfeier**, Abendessen, israel. Tänze;

■ **Medjugorje - Samstag** (16.00 - 20.00)  
Lobpreis, geistlicher Impuls, Rosenkranz,  
Beichtgelegenheit, hl. Messe, Anbetung,  
Heilungsgebet, Segnung, Agape;  
4.11.; 2.12.:

■ **FACE to FACE** - Lobpreis, Anbetung und  
anschließendes Chill out (bis 35 Jahre)  
Klarissenkloster Paderborn, Theodor-  
Heuss- Straße 11, um 18:30,  
26.11.;

■ Sie sind herzlich willkommen, ein paar  
Tage in unserer Gemeinschaft zu verbringen.

## MARIA, HEIL DER KRANKEN

Maria Langegg, Österreich  
[www.seligpreisungen.at](http://www.seligpreisungen.at)

■ **Jeden 1. Samstag im Monat:** Monats-  
wallfahrt in der Wallfahrtskirche. ab 14:30  
Beichtgelegenheit, 15:00 Rosenkranz,  
15:30 hl. Messe, 16:30 Eucharistische  
Anbetung bis ca. 17:00;

■ **Sa. 4. 11 Gebet um Heilung** - Gebets-  
abend vor dem Gnadenbild, Maria, Heil der  
Kranken. Beginn 18:00 In Zukunft jeden  
ersten Samstag im Monat.

■ **11.11. Einkehrtag: Geistlich leben im  
Alltag**, mit Dr. Christoph Benke. Beginn  
9:00, Ende ca. 19:00

■ **Tanznachmittag, 18.11.** - Israelische  
Tänze lernen, Beginn 15:00, 18:00 Aufer-  
stehungsvesper, anschließend Agape und  
Tanz.

■ **8.-10. Dez. Maria – was ist zwischen dir  
und mir?** Ein Wochenende mit Liturgie, Vor-  
trägen, christl. Shabbatfeier, Schweigen,  
Austausch und Gemeinschaft.

■ **Schweigeexerzitien 12.-16.12.** - Mit P.  
Christian OSB und Sr. Christine GdS

■ **30.12.2017-1.1.2018 – Mit Christus ins  
neue Jahr**

■ Stille Tage im Kloster. Bitte anfragen.

## KLOSTER ST. ANNA

Zug, Schweiz  
[www.seligpreisungen.ch](http://www.seligpreisungen.ch)

■ **Adoray** mit Jugendlichen in der Kapuzi-  
nerkirche/Zug, jeden **Sonntag 19:30.**

■ **5.11.; 3.12.;** **Nice Sunday** mit heiliger  
Messe in der St. Oswaldkirche, Zug 19:30

■ **Sa 7. 11. 09:30 - 16:30** Einkehrtag für  
junge Familien mit Kathrin Benz Morisoli:  
„Leben und Lehren des Bruder Klaus“

■ **Fr 10.11. - So 10.11. Adoray Festival in Zug**  
mit Johannes Hartl, Gebetshaus Augsburg  
Für 15-35 Jährige

■ **Come and see!** Junge Menschen sind ein-  
geladen, das Klosterleben zu entdecken.

## Israelwallfahrt

**28. Dezember 2017 - 7. Januar 2018**  
**Mit der Gemeinschaft der Seligpreisungen  
ins Heilige Land**

Leitung: P. Franz von Sales  
Jerusalem, Behlehem, Totes Meer, Betha-  
nien, Nazareth, Jericho, Tabor, Berg der  
Seligpreisungen...  
Infos und Anmeldung: Christa Haurenherm  
[israelwallfahrt17@gmail.com](mailto:israelwallfahrt17@gmail.com)  
Aus der Schweiz direkt von Zürich mit P.  
Franziskus Maria, bitte in Zug anmelden.



*„Liebe Kinder! Ich rufe euch auf, in  
dieser Zeit der Gnade Gebet zu sein.  
Ihr alle habt Probleme, Nöte, Leiden  
und Unfrieden. Die Heiligen mögen  
euch Vorbild und Anregung zur  
Heiligkeit sein, Gott wird euch nahe  
sein und ihr werdet in diesem Suchen  
durch die persönliche Bekehrung  
erneuert sein. Der Glaube wird euch  
Hoffnung sein und Freude wird in  
euren Herzen herrschen. Danke, dass  
ihr meinem Ruf gefolgt seid.“*

*Botschaft aus Medjugorje  
25. Oktober 2017*





„Größere Stille hat nie ein Geschehen umgeben. Schlichter ist nie eine Tat vollzogen worden. Die Entscheidung aber, die darin fällt, reicht von der Erde zum Himmel.“

Romano Guardini