

2 März/April 2012  
ISSN 0171-5518 - 99. Jahrgang

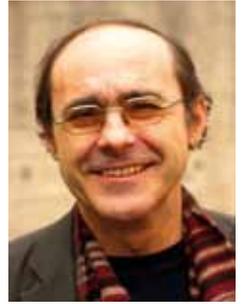
# Licht

Die Salesianische Zeitschrift

MIT GOTT  
in den Tag



# Liebe Leserinnen und Leser!



**M**anchmal beginnt ein Tag mit den schönsten Hoffnungen und Erwartungen, manchmal denkt man sich, es wäre besser, es wäre schon wieder Abend, meistens können wir uns nur so ungefähr ausmalen, was der Tag so alles bringen wird, und jeder Tag hält eigentlich so seine Überraschungen bereit ...

Mit *Gott in den Tag ...* dieses Thema möchte uns deutlich machen, dass es ganz gut tun kann, am Morgen, also am Beginn eines neuen Tages, ein wenig innezuhalten und mit Gott darüber nachzudenken, wie man gemeinsam den Tag verbringen kann.

**F**ranz von Sales hält jedenfalls ganz große Stücke auf diese besondere Art des Morgenbetetes – und er meint, dass dafür bei großem Stress „eine halbe Viertelstunde“ ausreicht, die man sich jedoch nicht entgehen lassen sollte. Siebeneinhalb Minuten innehalten und den kommenden Tag in die Hände Gottes legen, das hilft, den Tag gut zu verbringen, egal, was er bringen mag.

Bereits als junger Student stellte sich Franz von Sales einen genauen Plan zusammen, wie er diese „Vorbereitung auf den Tag“ machen will, und er empfahl diese Übung ein Leben lang immer wieder, bis hin zum „Geistlichen Direktorium“, einer Tagesplanung für die Schwestern der Heimsuchung Mariens.

„**C**arpe diem!“ – „Nutze den Tag!“ ... so lautet ein heute wieder populär gewordenes Motto des römischen Dichters Horaz (65-8 v. Chr.). Interessanterweise war dieses Motto auch zu Lebzeiten des Franz von Sales – dem Zeitalter des Humanismus – gefragt. Damals konnte jederzeit irgendwo eine Pestepidemie ausbrechen und jedes Leben innerhalb weniger Stunden hinwegraffen. Jeder Tag sollte also genutzt werden, denn wer weiß, ob es für einen nicht der letzte auf Erden ist. Heute hat man keine Angst mehr vor der Pest, man verwendet

diesen Slogan daher auch eher aus hedonistischen Gründen, also statt „Nutze den Tag!“ eher als „Genieße jeden Tag!“: „Nütze jeden Tag, die dir ein Tag bringt, um so glücklich wie nur möglich zu sein.“

Weder um das eine, noch um das andere ging es Franz von Sales mit seiner täglichen „Vorbereitung auf den Tag“. Sein Ziel war es, dass wir den Tag so gut es geht mit Gott verbringen und so gestalten, dass er zur größeren Ehre Gottes gereicht, also „Carpe diem!“ im Sinne von: „Verbringe den Tag mit Gott und es wird mit Sicherheit ein guter Tag, egal was der Tag auch bringt“.

**W**ie man „mit Gott in den Tag“ gehen kann, darüber berichten die folgenden Seiten. Ich wünsche Ihnen gute Anregungen und einen von Gott begleiteten Tag.

Mir herzlichen Grüßen

P. Herbert Winklehner OSFS

## Inhalt

- 4 **Der Sinn einer jeden Sekunde**  
P. Josef Költringer OSFS
- 6 **Zeit für Gott – Kraft für den Alltag**  
Hans Leidenmühler OSFS
- 10 **Die morgendliche Übelkeit**  
Leo Schlamp
- 12 **Mein kleiner Freund Marcel**  
Katharina Grabner-Hayden
- 14 **Herr, wenn du nicht sorgst**  
P. Peter Lüftenegger OSFS
- 16 **Meditation**  
Ute Weiner
- 18 **Die Lebensregel von Padua**  
P. Herbert Winklehner OSFS
- 20 **Das „geistliche Direktorium“ heute**  
Monika Rauh
- 22 **LICHT-Aktion 2012**  
Für Kinder in Jerusalem
- 24 **Nachrichten aus der salesianischen Welt**
- 31 **Bücher**



**Herr Jesus,  
um eines bitte ich Dich,  
dass ich Deinen liebevollen Willen erfülle  
alle Tage meines Lebens.  
In Deine Hände, gütiger Herr,  
empfehle ich meinen Geist, mein Herz, mein Gedächtnis,  
meinen Verstand und meinen Willen.  
Gib doch, dass ich Dir mit all dem diene,  
Dich liebe, Dir gefalle und Dich immer preise.**

**Franz von Sales**

**(aus der „Lebensregel von Padua“; DASal 12, 154)**

# Der Sinn einer jeden Sekunde Was wirklich wichtig im Leben ist

*In seinem Geistlichen Direktorium empfiehlt der heilige Franz von Sales, sich gedanklich auf den Tag vorzubereiten. Hilfreich kann dazu folgende Erkenntnis sein: Jede Sekunde in meinem Leben hat ihren Sinn, weil Gott mit im Spiel ist. Das zeigt im Folgenden P. Josef Költringer OSFS.*

**S**tellen Sie sich vor, Sie halten eine wunderschöne gelbe Zitrone in Ihren Händen. Versuchen Sie, sich dies so bildhaft und lebendig wie nur möglich vorzustellen.

Nun riechen Sie an der Zitrone in Ihrer Hand. Stellen Sie sich vor, wie die Zitrone leicht säuerlich riecht. Stellen Sie sich weiter vor, Sie nehmen diese saftige Zitrone und schneiden sie in zwei Hälften. Nehmen Sie die eine Hälfte und riechen wieder daran. Nun riechen Sie schon deutlicher und intensiver das Säuerliche.

Und nun nehmen Sie die Zitrone und beißen herzhaft in sie hinein.

Wenn Sie sich das Ganze bildhaft vorgestellt haben, dann sind zwei Dinge passiert:

1. Sie haben Ihr Gesicht verzogen und
2. Ihr Mund hat mehr Speichel produziert.

## Macht der Vorstellung

Alleine die Vorstellung, in eine Zitrone zu beißen, reicht offenbar aus, um genauso zu reagieren, als hätte man tatsächlich in eine Zitrone gebissen.

Es scheint so zu sein, dass es uns möglich ist, alleine durch unsere Vorstellungskraft Ereignisse und Begegnungen so voraus zu empfinden, als würden sie tatsächlich geschehen.

Unbewusst tun wir dies den ganzen Tag: Wir malen uns in unserer Vorstellungskraft genau aus, wie wir in einer bestimmten Situation denken, handeln und reden wollen. So habe ich als Lehrer in meiner Fantasie lange vor meiner Unterrichtsstunde den Klassenraum

betreten, sehe die einzelnen Kinder vor mir, die einen sehr aufmerksam, die anderen störend, ... und spiele dabei in Gedanken verschiedene Möglichkeiten durch, wie der Unterricht für die Schüler und auch für mich zufriedenstellend verlaufen könnte. Ich bin überzeugt, dass mir diese Vorstellungsübungen sehr dabei helfen, meinen konkreten Unterricht zu verbessern. Das machen auch Sportler, um ihre Leistung zu verbessern und um sich auf den Wettkampf optimal vorzubereiten. Wer schon einmal ein Skirennen im Fernsehen mitverfolgt hat, weiß, wie die Rennläufer in Gedanken die Pisten hinuntertauschen und mit ihren Armen den Kurs nachzeichnen. Scheinbar machen Musiker es nicht anders und stellen sich auf komplizierte Partituren in Gedanken ein, um fehlerfrei beim tatsächlichen Spiel zu bleiben.

## Vorbereitung ist wichtig

Warum wir uns mental auf manches gut vorbereiten, ist eigentlich schon beantwortet, denn ich denke, es hat mit unserem Erfolgsdenken, mit Effektivität und wohl auch etwas mit unserer Eitelkeit zu tun. Mit allem ein wenig, denn es fällt ganz schwer, Verlierer zu sein, sich zu blamieren, bzw. im Leben nicht weiter zu kommen. Jeder Politiker weiß, dass er in der Diskussionsrunde nur bestehen wird, wenn er sich mental gut auf sein Gegenüber eingestellt hat. Und jede Verkäuferin hat gelernt, dass es wichtig ist, freundlich zu bleiben, obwohl der Kunde seine Unzufriedenheit lautstark kundtut.

Es scheint offenkundig so zu sein, dass wir alleine durch unsere Gedanken und unsere Vorstellungskraft unseren Alltag beeinflussen und eine Reaktion in unseren Gefühlen hervorrufen können, die spontan und instinktiv – also ohne mentale Vorbereitung – ganz anders ausfallen würde. Folglich müsste es nach einer guten gedanklichen Vorarbeit möglich sein, dass ich beim tatsächlichen Biss in die säuerliche Zitrone nicht das Gesicht verziehe, sondern die Zitrone herzhaft genieße.

Darum geht es zunächst bei der Vorbereitung auf den Tag, die Franz von Sales ganz wichtig



Stellen Sie sich vor, Sie halten eine wunderschöne gelbe Zitrone in Ihren Händen ...

nimmt, weil es sich um folgende Fragen dreht: Gibt es eine Möglichkeit, aus meinen immer wiederkehrenden, spontanen Reaktionen auszusteigen und bewusst anders zu reagieren? Wie schaffe ich es, einem Menschen freundlich zu begegnen, den ich eigentlich überhaupt nicht mag? Was kann ich tun, um ruhig und besonnen zu bleiben, obwohl das bevorstehende Ereignis mich schon lange nicht mehr schlafen

lässt? Franz von Sales meint: Bereite dich auf wichtige Ereignisse des Tages wohl vor, damit du entsprechend redest und handelst.

## Nichts ist bedeutungslos

Aber auf wichtige Ereignisse des Tages bereitet man sich ohnehin vor, mental und konkret, keine Frage. Jetzt bleibt nur die Nachfrage, was denn im Leben wahrlich wichtig ist.

Eigentlich, so lehrt uns das Leben selbst und auch Franz von Sales, gibt es nichts und geschieht nichts, was bedeutungslos wäre. Jedes

noch so belanglose Ereignis, jeder noch so dunkle Augenblick, ist Teil eines Ganzen und Teil einer größeren Botschaft, die es zu verstehen gilt. So gesehen, ginge es darum, dass man sich nicht nur auf ein paar ausgewählte Szenarien vorbereitet, sondern immer den ganzen Tag im Auge behält.

Was der Mystiker die Wachheit oder Achtsamkeit des Augenblicks nennt, könnte man zusammenfassend so beschreiben: Es gibt keine Situation und keine Minute im Leben eines Menschen, die nicht von Sinn erfüllt

ist, weil Gott mit im Spiel ist. Die Vorbereitung auf den Tag würde also darauf abzielen, dass ich den bevorstehenden Tag mit allen mir bekannten Ereignissen bedenke und mich innerlich so darauf einstelle, dass ich freundlich und lebenswürdig reagiere, weil ich darin den Willen und die Gegenwart Gottes erkenne. Dies gilt allerdings für jeden Augenblick und somit auch für alle jene Vorkommnisse des Tages, die nicht

geplant und vorhergesehen werden können, und doch von Gott gewollt sind. Da in jedem Augenblick und in jeder Handlung etwas von Gott gegenwärtig ist, gibt es letztendlich keinen Moment in meinem Leben, der nur belanglos wäre und mit dem nur oberflächlich umgegangen werden dürfte.

### Schluss mit nervös

Zurück an den Anfang: Stellen Sie sich vor, Sie erwarten heute Nachmittag von jemandem Besuch, den Sie nicht leiden können.

Versuchen Sie sich dies so bildhaft und lebendig wie nur möglich vorzustellen, wie es an Ihre Tür klopft, wie Sie ihn begrüßen, was er sagt, was Sie sagen, ...

Stellen Sie sich weiter vor, dass Gott genau diesen Besuch heute für Sie gewollt hat, um

Vergangenes aufzuarbeiten, um Ihrer Nächstenliebe wachsen zu helfen, ...

Wenn Sie sich vor dem eigentlichen Ereignis den ganzen Ablauf bildhaft vorgestellt haben und Gott mit herein genommen haben, dann werden zumindest zwei Dinge passieren:

1. Sie hören auf nervös zu sein, und
2. Sie sehen den Besuch als Chance und nicht als Belastung. ■

*P. Josef Költringer ist Oblate des hl. Franz von Sales. Er ist Rektor und Ausbildungsleiter im Salesianum Haus Overbach bei Jülich, Nordrhein-Westfalen.*



---

# Zeit für Gott – Kraft für den Alltag

## Gedanken über die Betrachtung

*Entscheidend für ein Leben nach der salesianischen Spiritualität ist die Betrachtung. Sie kann als Bindeglied zwischen der Beziehung zu Gott und dem Alltag dazu helfen, mehr an Lebensfülle zu gewinnen.*

*Anregungen dazu von Hans Leidenmühler OSFS.*

**W**as ist eine Betrachtung? Worum geht es dabei? Bei der Betrachtung geht es weder um ein religiöses Fitnessprogramm noch um einen besonderen Weg der Askese.

Betrachtung hat etwas mit Beziehung zu tun. Es geht um eine wachsende Beziehung zu Gott, zu Jesus.

Wenn ich eine Beziehung eingehen will, dann muss ich mir Zeit nehmen. Keine oder kaum gemeinsame Zeiten bedeuten das Zerbrechen von Beziehungen, denn eine Beziehung baut darauf auf, dass ich mir Zeit nehme für meinen Partner.

### Beziehung braucht Begegnung

Ähnlich ist das mit meiner Beziehung zu Gott. Auch sie lebt davon, dass ich mir Zeit dafür nehme. Eine Form des Zeitnehmens ist die Betrachtung. Wenn ich einen Menschen gern habe, mich für ihn interessiere, dann will ich auch wissen, wie er lebt, was seine Sehnsucht ist und woraus er lebt. Dann will ich einfach in seiner Nähe sein, weil sie mir gut tut; ich möchte gerne seine Wünsche erfüllen. Das alles sind auch Elemente der Betrachtung. In der Philothea gibt Franz von Sales eine prakti-

sche Anleitung zur Betrachtung. Wenn man sich durch den barocken Sprachstil nicht verwirren lässt, so findet man darin wertvolle Hilfen dafür: Wie alles, was wir beginnen, soll auch die Betrachtung mit dem „Versetzen in die Gegenwart Gottes“ begonnen werden. Ein solch bewusster Beginn gibt meinem Vorhaben schon eine gewisse Ausrichtung, eine Tiefendimension. Dabei ist wichtig, dass wir Folgendes nicht verwechseln: Es ist nicht so, dass wir die Gegenwart Gottes uns herbeiwünschen sollen und können. Gott ist gegenwärtig, immer. Das Versetzen in die Gegenwart Gottes will mir eine Hilfe sein, mir selbst bewusst zu machen, dass Gott da ist, denn meistens verliert sich dieses Bewusstsein im Gedränge der täglichen Anforderungen. Dieses Bewusstmachen kann ein ganz kurzer Akt sein, er kann geschehen durch eine symbolische

Handlung (so etwa das Anzünden einer Kerze); es kann aber auch – je nach Tagesverfassung – eine längere Zeit dauern, bis ich das Gefühl habe, dass ich „angekommen“ bin.

Wenn ich den Eindruck habe, dass ich einigermaßen bereit bin, mich einzulassen, dann ist ein zweiter Schritt von Bedeutung. Franz von Sales nennt diesen Schritt „Anrufung“. Damit meint er im Wesentlichen die Bitte an Gott, mir zu helfen, dass diese Betrachtung Frucht bringen möge für mein Leben. Dahinter steht eine ganz wichtige Erkenntnis, die wir oft gerne übersehen: Das, was in der Betrachtung zwischen mir und Gott geschieht, ist nicht meine eigene Leistung, es ist Geschenk. Das was ich dazu tun kann, ist, dass ich versuche, bereit und offen zu sein. Die Anrufung soll kurz und prägnant sein und kann einen grundsätzlichen



Was in der Betrachtung geschieht, ist ein Geschenk. An uns ist es, dafür offen zu sein.



Zwingen Sie sich zu keiner Übung – allenfalls ganz sachte

Wunsch für dieses Zeit der Betrachtung ausdrücken, wie: „Zeige mir Gott, was dein Wille ist“, oder „Gott, ich möchte jetzt einfach da sein vor dir“.

### **Betroffen mit Leib und Seele**

So vorbereitet, empfiehlt Franz von Sales nun in die Betrachtung zu gehen. Es gibt verschiedene Arten der Betrachtung wie Bildbetrachtung, Schriftbetrachtung oder einfach das schweigende Dasein. Für die Schriftbetrachtung gibt er eine zusätzliche Hilfe, nämlich das Eintauchen in die konkrete Bibelstelle. Um mich möglichst ganzheitlich und nicht nur gedanklich auf eine Bibelstelle einzulassen, kann es sehr hilfreich

sein, mir in meiner Fantasie das Geschehen vorzustellen, worüber die konkrete Schriftstelle erzählt (etwa „Die Heilung des Blinden“). Wozu das Ganze? Hier geht es nicht um eine Spielerei, dies ist eine Methode, die mir helfen kann, mich mit Leib und Seele von der Erzählung treffen zu lassen, denn nur, was mich wirklich berührt, hat auch die Kraft, mein Leben zu verändern.

Hier kommen wir zu einem der wesentlichen Punkte der Betrachtung. Ein wichtiges Ziel ist es, Gefallen zu finden an Gott und an seinem Wort. Deshalb empfiehlt uns Franz von Sales, nun „Erwägungen“ anzustellen, die, wie er schreibt, „unser Herz für Gott und Göttliches erwärmen soll“. So kann ich mich fragen: Was

hat mich an dieser Schriftstelle berührt oder bewegt? Das kann eine positive Berührung sein, aber auch ein Erschrecken über mich und meine Haltung. Es kann sein, dass mich an einer Bibelstelle viel berührt, ein anderes Mal wieder wenig bis nichts. Das alles darf sein und ist wichtig auf meinem Weg.

## In den Alltag retten

Es kann sein, dass mir im Betrachten der Bibelstelle etwas über mein Leben klar wird. Sei es, dass mir bewusst wird, dass so manches nicht läuft, wie ich es mir wünschen würde, oder dass sich etwas in meinen Alltag eingeschlichen hat, was mich lähmt. Es kann aber auch sein, dass ich die Sehnsucht in mir spüre, meinem Leben einfach mehr Qualität zu geben. In dem Kapitel „Affekte und Beschlüsse“ spricht Franz von Sales davon, wie wichtig es ist, dem Raum zu geben, was sich in der Betrachtung auftut. Dazu gehört wesentlich, dass ich mich nicht damit begnüge, dass mir etwas Wichtiges aufgegangen ist, sondern bewusst versuche, das, was ich als wichtig erkenne, auch „Fleisch werden“ zu lassen. Wichtige Erkenntnisse muss ich versuchen umzusetzen, damit sie wirken können. Der Alltag bietet vielfache Gelegenheiten, Erkenntnisse umzusetzen. In der Betrachtung werden mir meist nicht die großartigen Erkenntnisse kommen, wohl aber so manche kleine, die nicht viel Kraft brauchen, umgesetzt zu werden; vielleicht aber sind sie unangenehm. So kann es sein, dass mir in der Betrachtung bewusst wird, dass beispielsweise eine Versöhnung ansteht oder ein Gespräch wichtig ist, das ich bis jetzt gemieden habe.

Am Schluss der Betrachtung stehen der Dank, die Bitte und der bewusste Entschluss, alles, was in der Betrachtung war, in die Hände Gottes zu legen. Auch hier wird wieder deutlich: Das, was in der Betrachtung zwischen mir und Gott geschieht, ist nicht meine Leistung, sondern ein Geschenk Gottes an mich. Der „kleine Blumenstrauß frommer Gedanken“, den Franz von Sales empfiehlt, ist eine gute Hilfe, das mir

Wichtige in meinen Alltag „hinüberzuretten“. Das kann ein Bibelvers oder Wort sein, welches mir in der Betrachtung wichtig wurde und das ich während des Tages immer wieder wiederhole.

## Sich zwingen? Allenfalls sachte

Vielleicht kommt Ihnen diese Methode etwas kompliziert vor, und Sie denken, das ist höchstens eine Form für mehrtägige Exerzitien. Ich denke, da haben Sie nicht ganz Unrecht. Auch wenn Franz von Sales diese Methode für Leute, die im Leben stehen, geschrieben hat, so weiß ich sehr wohl, wie schwierig es ist, eine Zeit der Ruhe im normalen Alltag zu finden. Und wenn ich sie gefunden habe, heißt das noch lange nicht, dass ich dann auch abschalten kann. Mir fällt es bei Tagen der Stille oder Exerzitien, in denen es einen geschützten Rahmen für Ruhe und Schweigen gibt, viel leichter, mich auf die Betrachtung einzulassen, als im normalen Alltag. Es muss nicht unbedingt diese Betrachtungsmethode sein, aber es ist wichtig, dass ich mir wirklich täglich eine Zeit gönne, in der ich allein sein kann mit Gott. Wie soll meine Betrachtung ausschauen, und wie lange soll ich betrachten? Da verweise ich gerne auf den Ratschlag des heiligen Franz von Sales, den er Frau Fléchère gegeben hat: „Zwingen Sie sich zu keiner Übung, und wenn, dann ganz sachte. Wenn das Knie Sie ermüdet, setzen Sie sich nieder; wenn Sie nicht genug aufmerksam sein können, eine halbe Stunde zu beten, dann beten Sie eine Viertelstunde oder eine halbe Viertelstunde.“ (DASal 6, 141)

*Hans Leidenmühler ist  
Oblate des hl. Franz von  
Sales. Er ist Provinzsekretär,  
Exerzitienleiter, Geistlicher  
Begleiter und lebt  
in Wien, Österreich.*



# Die morgendliche Übelkeit

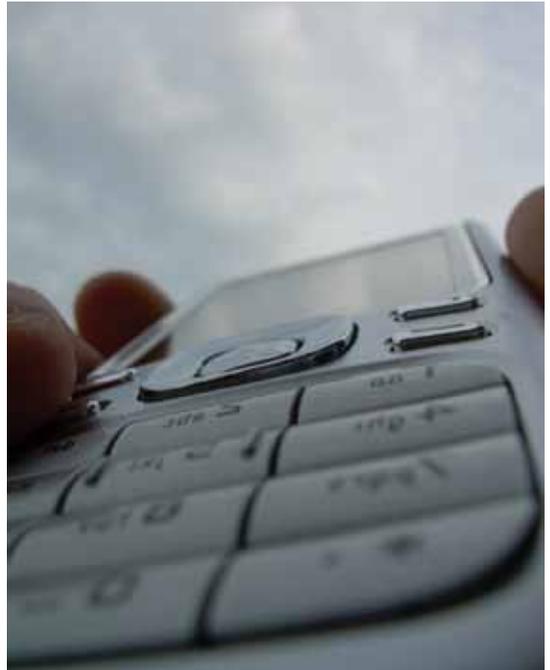
*Selbst-Interview mit Leo Schlamp*

**Reporter Leo:** Sehr geehrter Herr Schlamp. Im Namen der LICHT-Redaktion bedanken wir uns recht herzlich, dass Sie sich für ein exklusives Interview mit uns Zeit genommen haben. Das Thema der aktuellen LICHT-Ausgabe lautet „Mit Gott in den Tag“. Wie sieht Ihr morgendliches Ritual aus, oder gibt es so was überhaupt bei Ihnen?

**Leo:** Ja, es gibt schon ein spezielles Ritual. Ich stehe meist eher als meine Freundin auf, ca. eine ganze oder eine Dreiviertelstunde, je nachdem, weil ich einfach eine gewisse „Vorlaufphase“ am Morgen brauche, eine Phase, wo ich mich bewusst auf den Tag einstelle. Ich sehe mir meine Termine in der Früh an, richte her, was ich für den Tag brauche, und trinke dann gemütlich mit meiner Freundin einen Kaffee. Wir reden nicht viel, braucht es auch nicht, nur das nötigste. Wenn sich ein größeres Gespräch entwickelt, dann kommt das von allein.

**Reporter Leo:** Interessant. Sprechen Sie dann auch mit Gott?

**Leo:** Dies hat sich bei mir geändert. Ich habe in den vergangenen Jahren meine Gebetsweise umstrukturiert. Zuerst habe ich in der Früh sehr lange meditiert. Dies war mein einziger großer „Gebetsakt“ am Tag. Nun habe ich das aufgesplittet, befolge hier den Rat von Franz von Sales, nämlich kurze „Herzensgebete“ gen Himmel zu schicken. Ich bete oft viele kleine Gebete, wenn ich unterwegs bin, in der Arbeit sitze oder auf der Universität bin, oft und ganz klein. So bleibe ich ständig in Kontakt mit Gott.



Eine Standleitung zu Gott

**Reporter Leo:** Dann versuchen Sie ständig in Kontakt mit IHM zu bleiben, also sozusagen eine Standleitung zu implementieren?

**Leo (schmunzelt):** So kann man's auch formulieren. Ja, das ist auch wichtig in einer Freundschaft, ob mit einem Mensch oder mit Gott. Lieber kurz und intensiv, als nur einmal und da ewig lange.

**Reporter Leo:** Frei nach dem Motto: „In der Kürze liegt die Würze?“

**Leo (lacht herzlich):** Genau, dasselbe sage ich meinen Schülern auch immer.

**Reporter Leo:** Für viele ist das Aufstehen eine Qual. Wie sehen Sie das?

**Leo:** Viele Menschen sehen das Aufstehen als morgendliches Übel. Ich sehe das Aufstehen nicht als Qual, sondern als Geschenk. Jeden Tag den ich aufstehen darf, ob für die Arbeit oder an einem freien Tag, nehme ich als ein Geschenk, und das sollten wir annehmen. Letztes Jahr, wo ich ziemlich krank war, hat ein Arzt zu mir gesagt: „Herr Leo, liegen bleiben und jammern, das kann jeder! Aber aufstehen und sich nach einem Rückschlag wieder aufsetzen, das schaffen die wenigsten!“

**Reporter Leo:** Also stehen Sie gerne auf?

**Leo** (*überlegt und schmunzelt dabei*): Naja, manchmal steht man in der Früh auf und denkt sich: Wieso, ich bin doch gerade erst ins Bett. Frei nach dem Motto: Das wird heut' nichts! Aber tendenziell bin ich ein Frühaufsteher. Also beantworte ich Ihre Frage mit einem eindeutigen ja.

**Reporter Leo:** Nun darf ich Sie bitten, sich in einem kurzen Frage-Antwort-Spiel zu äußern. Sie bekommen von mir einen Begriff zugeworfen, und ich würde Sie bitten, diesen so knapp wie möglich zu kommentieren. Der erste Begriff lautet: Aufstehen.

**Leo:** Positive Bewegung, man macht sich irgendwohin auf!

**Reporter Leo:** Bewegung!

**Leo:** Äußerst wichtig. Nichtbewegung bedeutet Stillstand und Langeweile!

**Reporter Leo:** Mit Gott in Bewegung sein und beginnen!

**Leo:** Wichtig und richtig!

**Reporter Leo:** Frühstück am Morgen?

**Leo:** Selten, meist nur ein Kaffee. Nur am Sonntag wird das von mir sehr zelebriert!

**Reporter Leo:** Zum Beginnen gehört auch das Aufhören!

**Leo:** Tu ich meistens immer, wenn's am schönsten ist! (*lacht herzlich dabei*)

**Reporter Leo:** Ruhephasen!

**Leo:** Im Urlaub Kraft tanken. Franz von Sales sagt ja: Man kann nicht immer GE-spannt sein, man muss auch mal ENT-spannen!

**Reporter Leo:** Sich zur Ruhe setzen!

**Leo:** Das dauert noch lange bei mir!

**Reporter Leo:** Und der letzte Begriff: Jahresvorsätze zum beginnenden Jahr!

**Leo:** Machen sich viele Menschen, ich mache mir Vorschläge. Schau mir das alte Jahr an und mache eine persönliche Reflexion. Das bringt, glaube ich, mehr, als „die Welt verändern“ zu wollen.

**Reporter Leo:** Lieber Leo, Ihnen einen herzlichen Dank. Beginnen Sie weiterhin Ihren Tag mit Gott und weiterhin wertvolle beginnende Momente.

**Leo:** Herzlichen Dank. Auch allen LICHT- Lesern viele wertvolle Momente am Morgen, denn gerade dem Morgengrauen wohnt eine Kraft inne, die oft unterschätzt wird. ■



*Leo Schlamp studiert  
Wirtschaftspädagogik  
an der Universität in  
Wien, Österreich*

# Mein kleiner Freund Marcel

Katharina Grabner-Hayden

**5.45** Uhr: Aufstehen, Kakaoflasche für Moritz.

6.00 Uhr: Kinder wecken, Frühstück kochen, fertig machen für die Schule.

7.00 Uhr: Moritz in den Kindergarten bringen, Schultransport der anderen.

7.45 Uhr: Zurück ins Haus, Hunde und Katzen versorgen, Betten machen.

8.30 Uhr: Stallarbeit, Hühner, Gänse, Enten füttern, Stall ausmisten.

9.15 Uhr: Gemeinde, Bebauungspläne holen wegen Kanalantragsgebühren.

9.17 Uhr: Die Mutter ist gestürzt und muss ins Spital versorgt werden, dabei wollte ich heute Vormittag zum Friseur, weil ich morgen einen wichtigen Termin in Wien habe.

10.00 Uhr: Anruf aus der Schule, Clemens hat schon wieder mit einer PET-Flasche eine Fensterscheibe eingeschlagen, ich muss meine Haushaltsversicherung anrufen und mir ein Antragsformular für den Schaden holen. Ich sitze aber immer noch mit meiner Mutter in der Ambulanz, vor uns zehn Patienten, da geht sich der Einkauf nicht mehr aus, gut, kann ich nachmittags erledigen, zu Mittag wird es nur eine Packerlsuppe geben.

11.00 Uhr: Ich sollte schon längst im Auto sitzen und Moritz vom Kindergarten holen, dabei schlage ich mich – während meiner Mutter eine Schiene angepasst wird – mit einem inkompetenten Berater aus einem Callcenter herum, weil mein intelligenter Sohn schon wieder sein Datenvolumen beim Internetsurfen überschritten hat.

12.25 Uhr: Sollte ich nicht vergessen den Klassenvorstand von Felix zu kontaktieren? Er

steht in Mathematik auf einem glatten *Nicht genügend*, ach ja, und danach gleich den Nachhilfelehrer. Wo habe ich aber nur die Nummer von ihm?

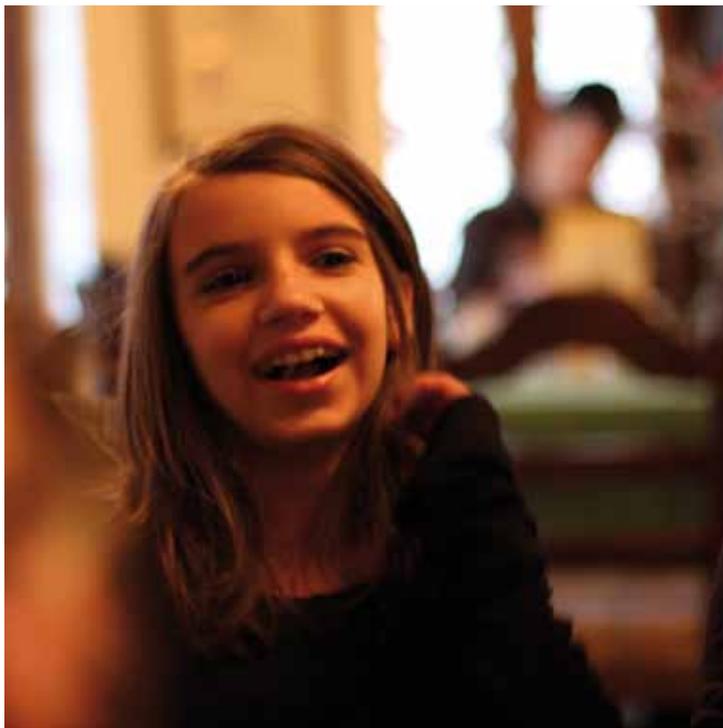
**Oh nein** – ich würde jetzt tausendmal lieber in einem Büro sitzen und an irgendwelchen langweiligen Tätigkeiten arbeiten, als dem alltäglichen Stress einer Mutter ausgeliefert zu sein. Ich schließe die Augen und wünsche mir in meinem nächsten Leben, als Mann geboren zu werden.

„Vorsicht, da kommt uns einer entgegen!“, schreit meine geschiente Mutter neben mir. Ich kann das Auto noch schnell an dem Lastkraftwagen vorbei manövrieren und plärre dem geschockten Fahrer einen unfeinen Kraftausdruck nach, was er mir mit einem gestreckten Mittelfinger goutiert.

In der allgemeinen Aufregung habe ich vergessen, den Kindergarten zu informieren, dass ich heute um eine Stunde später kommen werde.

**Moritz ist in einer Hängematte** bereits eingeschlafen, ich hocke mich neben ihm auf den Boden und lasse ihn träumen.

Ein kleiner Bub, Marcel, setzt sich zu mir, mit einer Saftflasche in der Hand. Er ist schwerst behindert, Kleinhirnatrophie. Während der Schwangerschaft kam es zu Komplikationen, eine Mangelerscheinung ließ sein Gehirn nicht wachsen. Marcel kann nicht sprechen und hat spastische Bewegungsmuster. Er sitzt neben mir und wartet geduldig. Auf dass sein kleiner Freund Moritz endlich erwacht.



Schau auf Gott und überlass ihm alles, er wird für dich sorgen.

„Für wen ist die Flasche?“, frage ich ihn.

Marcel deutet mit Händen und Füßen und gibt mir zu verstehen, dass er die Flasche für Moritz vorbereitet hat.

„Die ist ja lauwarm? Genauso, wie es Moritz gerne hat!“

Marcel nickt, er weiß das. Er weiß, was seinem kleinen Freund in der Hängematte gut tut. Von so viel Fürsorge und Einsicht, die mir der kleine, junge Mann zeigt, bin ich so gerührt, dass mir die Tränen herabrinnen.

Marcel springt auf, er glaubt, ich bin traurig, und umarmt mich, ich lasse es geschehen, weil mich seine liebenswürdige Art unglaublich fasziniert. Ein Franz-von-Sales-Spruch schießt mir durch den Kopf: *Schau auf Gott und überlass ihm alles, er wird für dich sorgen*. Ein gutes, warmes und seliges Gefühl fließt durch unsere Körper, ausgelöst von einem Menschen, dem man das nie zugetraut hätte.

**Als Moritz aufgewacht ist**, freut sich Marcel über den Durst des Kleinen, weil er sein Bedürf-

nis sofort befriedigen kann. Die Kinder lachen sich an.

**Was mach ich mir eigentlich** nur ständig Sorgen? Ist es nicht völlig egal, ob die Fensterscheibe heute oder morgen repariert wird? Ob ein nervöser Klassenvorstand beruhigt wird, oder die Handyrechnung schon wieder zu hoch ist?

In versteckten, unscheinbaren Augenblicken zeigt sich Gott in seiner ganzen Größe, vielleicht auch in der unschuldigen Herzlichkeit eines kleinen behinderten Buben. Genau dann bekommen Ziele oder Handlungen eine andere Gewichtung, eine andere Bedeutung. Die einzige Verpflichtung, die ich habe, ist die, mich in schwierigen Situationen daran zu erinnern, dass es

einen Gott gibt, dass es diese herzliche, warme Liebe gibt, die mir ein anderes Denken und Fühlen ermöglicht.

**So lasse ich mir beim Heimfahren** nochmals meine *To-do*-Liste durch den Kopf gehen. Die Hälfte davon sind Termine, die man nicht einhalten muss oder die man verschieben kann. Ich mache mich frei von sinnlosen, selbst auferlegten Verpflichtungen und siehe da, als ich zu Hause angekommen bin, fällt mir sogar ein, wo ich die Telefonnummer des Nachhilfelehrers hingelegt habe. ■



*Katharina Grabner-Hayden ist verheiratet und hat vier Söhne.*

# Herr, wenn du nicht sorgst, sorgt ein anderer umsonst

*P. Peter Lüftenegger OSFS*

„**W**enn nicht der Herr das Haus baut, müht sich jeder umsonst, der daran baut ... denn der Herr gibt es den Seinen im Schlaf“ (Psalm 127, 1a.2b). Wieder ist der Glaube an einen guten, sich um uns sorgenden Gott vom Anfang bis zum Ende unseres Lebens angesagt. So kann ich damit beginnen, mich zu erinnern, dass ich ja nicht von mir selber komme, auch nicht zuerst und zuletzt durch meine Eltern – sondern sie und ich und alles rundum von Gott kommt, der für mich und für alles, was mich berühren könnte, zuständig ist. Franz von Sales hatte diesen Glauben – und gibt ihn an uns weiter. Was bezweckt und bewirkt er?

## **Er nimmt mir die Sorge um mich selbst ab.**

Diese Sorge ist gewichtig, weil sie mein eigenes liebes, empfindsames Ego betrifft. Wollen wir doch erkennen und zugeben, dass uns damit eine Last von der Seele genommen wird, die nichts Vergleichbares hat. So segnet mich der Glaube an Gott, der allwissend, weise und allmächtig und – vor allem – Liebe ist, der es ganz konkret für mich ist, als wäre ich allein auf dieser Welt.

## **Es hängt mit einer Eigenschaft zusammen, die die Theologen und Prediger selten zur Sprache bringen: Gottes Einfachheit.**

Einfältig genannt zu werden, ist keine schmeichelhafte Eigenschaft, meinen wir. Wenn sie aber die Einfalt des Kinderglaubens hätte? Wenn wir das gewichtige Wort Jesu hernehmen: „Wenn ihr nicht ... wie die Kinder werdet,



Gott nimmt mir die Sorge um mich selbst ab und damit eine unvergleichbare Last von der Seele

könnt ihr nicht in das Himmelreich kommen“ (Mt 18,3), sieht es dann nicht gleich schon anders aus?

Ja, vieles ist den Weisen und Klugen verborgen, den Unmündigen aber offenbar – das sind die Kinder und jene, die sich mit kindlichem Vertrauen dem Vater anvertrauen (vgl. Mt 11,25). – An dieser Stelle heißt es weiter: Kommet alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid (geplagt und schwere Lasten tragt). Ich will euch Ruhe verschaffen (erquicken, quicklebendig, gesund, froh machen). So heißt es doch. Ist das nicht die Antwort auf unsere Überschrift?

**Die Einfachheit Gottes ist so vollkommen, dass sich Gott nicht teilen, aber mitteilen lässt: in seinem Wort.**

In der Geburt seines Wortes in der Höhe geht der Himmel auf. Gott nennt sein Wort Sohn. So ist der eine Gott überall und für jeden ganz da. Es wirkt der Vater durch den Sohn in Liebe. Ein Gott und drei Momente: sein Dasein und Wirken in Liebe. So ist Er auch mein A und O – der Anfang und das Ende meines irdischen Lebens, das danach ins ewige Leben hinübergeht. Als sein Ebenbild ist mein geistiger Teil, die Seele, unsterblich. Meine Person soll sich hier zur Persönlichkeit entwickeln – das ist meine vornehmste und wichtigste Lebensaufgabe. Ich darf den Reichtum Gottes erfassen und aufnehmen. Das geschieht im Glauben.

Eine interessante Bibelstelle ist da im Alten Testament Exodus 33,18: Mose verlangt, das Angesicht Gottes zu sehen. Gott antwortet diesem Verlangen: „Ich will meine ganze Schönheit an dir vorüber ziehen lassen und meinen Namen vor dir ausrufen (Er will sich ihm zu erkennen geben). Ich gewähre Gnade, wem ich will, und ich schenke Erbarmen, wem ich will.“ Weiter sprach Gott: „Mein Angesicht kannst du nicht sehen, denn kein Sterblicher sieht mich und bleibt am Leben.“ Dann sprach der Herr: „Hier diese Stelle da! Stell dich an diesen Felsen! Wenn meine Herrlichkeit vorüber zieht, stelle ich dich in den Felspsalt und halte meine Hand über dich, bis ich vorüber bin. Dann ziehe ich meine Hand zurück, und du wirst meinen Rücken sehen. – Mein Angesicht aber kann niemand sehen.“

**Was heißt das? Der Mensch, der noch im Leibe ist, kann mit seinem Menschenverstand den Großen, Unendlichen, Ewigen – eben GOTT nicht erfassen.**

Der Leib würde das nicht aushalten, er würde auf der Stelle sterben. Die Seele würde von der Schönheit hingerissen sein. Gott will aber, dass wir hier weiterleben und uns im Glauben bewähren; dass unser Geist Gott sucht und in seinem Licht wandelt, sich läutert, rein und ergeben wird, sich bewährt und bewahrt fürs kommende Leben – bis der Herr uns abrufft.

Dann werde ich vor sein Angesicht treten und sein Antlitz schauen dürfen. In seinem Licht schauen wir das Licht.

**Dieses „Gott erfassen können“ hat himmelhohe Unterschiede: wie sehr ich Gott hier gesucht, Gott und die Nächsten geliebt habe.**

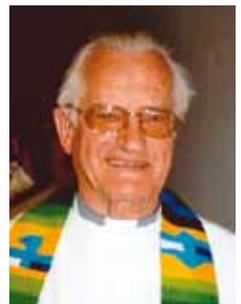
Wer Gott zu gefallen sucht, lässt die irdischen Sorgen zurück. Den ganzen GOTT kann auch drüben niemand erfassen, nicht die höchsten Engel und Heiligen. Nur Er erkennt sich ganz. Immer wird es darum Neues geben, das von Gottes Unendlichkeit in unser Herz fließt, es staunen lässt. –

Warum nennt Gott „diesen bestimmten Felsen“? Was bedeutet er anderes als Christus und die Kirche. Denn in ihr lässt sich der Mensch gewordene Gott, der „Immanuel/Gott mit uns“, finden! So ist er dem Hause David verheißen und aus Maria, der Tochter Davids, geboren. Nun konnte man Gott begegnen, ihn begreifen, seine Worte hören, die Taten und Wunder sehen – sein Leben bewundern. Staunen erregend, dass Er leiden wollte. Um unsere Sünden zu sühnen, ist im Schautod die in der Welt erkennbar höchste Liebe zu sehen – damit wir glauben können, dass Gott uns göttlich groß liebt, und die Auferstehung den Sieg über Sünde, Tod und Teufel verkündet.

Seinen „Rücken“ sehen, heißt die göttliche BARMHERZIGKEIT erfahren.

Sie ist das Übermaß der Liebe, die den Menschen heimgesucht als aufstrahlendes Licht aus der Höhe. Werft eure Sorgen auf den Herrn! ■

*P. Peter Lüftenegger ist  
Oblate des hl. Franz von  
Sales und arbeitet als  
Seelsorger in der Pfarre  
Franz von Sales in Wien,  
Österreich*



Vor Dir, mein Gott, steht der neue Tag  
wie eine offene Schale  
Lass mich heute  
empfänglich sein für das Geschenk dieses Tages

Vor Dir, mein Gott, steht der neue Tag  
wie ein unentdecktes Land  
Lass mich heute  
aufbrechen zu neuen Ufern

Vor Dir, mein Gott, steht der neue Tag  
wie ein Samenkorn  
Lass mich heute  
auferstehen aus allem Dunkel

Vor Dir, mein Gott, steht der neue Tag  
wie der Ton in der Hand des Töpfers  
Lass mich heute  
Gestalt annehmen und Mensch werden

Vor Dir, mein Gott, steht der neue Tag  
wie die nackte Leinwand des Künstlers  
Lass mich heute  
ein Abbild Deines Erbarmens sein

Vor Dir, mein Gott, steht der neue Tag  
wie eine unkomponierte Symphonie  
Lass mich heute  
ein Instrument Deiner Liebe sein

Vor Dir, mein Gott, steht der neue Tag  
wie ein neugeborenes Kind  
Lass mich heute  
neue Schöpfung sein



# Die Lebensregel von Padua

*P. Herbert Winklehner OSFS*

**D**er in Mantua, Oberitalien, geborene Antonio Possevino (1533-1611) hatte schon eine fast 60-jährige Lebenserfahrung hinter sich, als er 1588 den 21-jährigen Jurastudenten Franz von Sales in Padua kennenlernte. 1559 schloss sich Possevino den Jesuiten an und wurde zu einer der führenden Gestalten der Gegenreformation. In den 1570er Jahren reiste er als päpstlicher Legat durch Nordeuropa bis nach Moskau. 1586 zog er sich dann nach Padua zurück und begann dort neben seinen intensiven theologischen Forschungen auch ignatianische Exerzitien anzubieten sowie junge Menschen geistlich zu begleiten.

Franz von Sales hatte in Paris gerade seine Glaubenskrise überstanden und war zur Überzeugung gelangt, dass er einen geistlichen Begleiter brauche, um sich nicht wieder zu verirren. Er bat daher Possevino um diese Begleitung und dieser lehrte ihn ganz in der Tradition des Jesuitengründers Ignatius (1491-1556), in der Gegenwart Gottes zu leben, in allen Dingen Gott zu suchen und zu finden und danach zu streben, alles zur größeren Ehre Gottes



Der Jesuit P. Antonio Possevino

zu tun. Um dieses Ziel zu erreichen stellte sich Franz von Sales einen genauen Plan zusammen. Dieser Plan ist uns als „Lebensregel von Padua“ noch heute erhalten (DASal 12,152-163) und besteht aus folgenden fünf Teilen:

## 1. Übung der Vorbereitung

Im ersten Teil beschreibt Franz von Sales die Methode, wie er jeden Tag beginnen möchte, also sein Morgengebet. Diese „Übung der Vorbereitung“ soll ihm dazu dienen, sich gut auf den Tag einzustellen, um ihn im Sinne Gottes zu leben. Dazu will er Gott bitten, ihn diesen Tag zu begleiten. Weiters will er darüber nachdenken, was der

Tag alles an Aufgaben, Begegnungen, Ereignissen bringen wird; sollten schwierige Situationen bevorstehen, dann will er sich eine Methode überlegen, wie er sie am besten meistern kann. Schließlich will er sich ganz fest vornehmen, Gott nicht zu beleidigen, und sein ganzes Wesen in die Hände Gottes übergeben: „In deine Hände, gütiger Herr, empfehle ich meinen Geist, mein Herz, mein Gedächtnis, meinen Verstand und meinen Willen. Gib, dass ich dir mit all dem diene, dich liebe und dich immer preise.“

## 2. Persönliche Führung, um den Tag gut zu verbringen

Der zweite Teil der „Lebensregel“ besteht aus konkreten Vorsätzen, um den Tag gut – also „mit Gott“ – zu verbringen. Beim Aufwachen will er Gott sogleich Danke sagen. Dann will er es nicht versäumen, jeden Tag die Heilige Messe zu besuchen. Er nimmt sich auch vor, sich täglich Zeit zur Meditation zu nehmen. Er nennt diese Zeit „geistlicher Schlaf“ oder „geistlicher Schummer“. So wie der Körper den nächtlichen Schlaf braucht, so braucht auch die Seele eine Zeit der Erholung. Diese findet sie am besten, wenn sie in Gott zur Ruhe kommt.

Da Franz von Sales offenbar keinen guten Schlaf besaß, sondern in der Nacht immer wieder aufwachte, nimmt er sich vor, diese Zeiten der Schlaflosigkeit für das Gebet zu nützen.

Sollte er wegen der Dunkelheit Angst bekommen, wird er sich umso mehr in die Hände Gottes fallen lassen. Franz von Sales scheint als Jugendlicher unter Alpträumen und Angstzuständen gelitten zu haben: Angst vor Geistern, Angst vor der Dunkelheit, Angst vor der Verdammnis. Durch diese Übung der Hingabe an Gott konnte er diese Ängste überwinden. Jahre später – 1619 – schrieb er einer Ordensfrau, dass er „als junger Mensch“ in den Nächten oft von Ängsten geplagt wurde, nun aber die Nachtstunden als „köstlich“ empfindet, da er in diesen Stunden die Gegenwart Gottes am tiefsten spüre (DASal 7,245).

### **3. Übung des geistlichen Schlafes oder der Ruhe**

In diesem dritten Teil beschreibt er ausführlich, wie er seine Meditation, also den „geistlichen Schlaf“ oder „Schlummer“ durchführen will. Dabei möchte er vor allem über die Güte Gottes und seine Wohltaten nachdenken, sich die Hässlichkeit der Sünde und die Schönheit der Tugenden vor Augen halten und in der Liebe der einzigen und einmaligen Güte Gottes entschlummern, so wie der Apostel und Evangelist Johannes an der Brust seines Heilandes während des letzten Abendmahles (Joh 13,23). An Johanna Franziska von Chantal wird er diese Empfehlung 1608 weitergeben. „Stellen Sie sich vor“, schreibt er ihr in einem Brief, „Sie seien ein kleiner hei-

liger Johannes, der an der Brust unseres Herrn, in den Armen seiner Vorsehung schlafen und sich ausruhen darf“ (DASal 5,170).

### **4. Regeln für Beziehungen und Begegnungen**

Im vierten Teil geht es dann um den praktischen Umgang mit anderen Menschen. Franz von Sales unterscheidet dabei zwischen den Begegnungen und den Beziehungen. Begegnungen sind nur flüchtige Kontakte. Hier möchte er sich vor allem höflich, maßvoll, ehrenhaft und ungezwungen verhalten. Beziehungen sind intensiver und langandauernder, daher auch viel wichtiger. Seine goldene Regel bezüglich Begegnungen und Beziehungen lautet: „Freundlich mit allen, vertraut mit wenigen“. Engere Beziehungen will er jedenfalls nur mit solchen Menschen eingehen, denen er vertrauen kann, dass sie auch einen positiven Einfluss auf ihn ausüben. Tun sie das nicht, dann wird er diese Kontakte meiden, so gut es geht.

### **5. Die öftere Kommunion: Vorbereitung und Danksagung**

Zur Zeit des heiligen Franz von Sales war der häufigere Kommunionempfang nicht üblich. Sehr viele gingen nur einmal im Jahr zu Ostern und vielleicht noch zu anderen hohen Festtagen zur Kommunion. Franz von Sales nimmt sich vor, jeden Sonntag „das Brot vom Himmel“ zu essen, und beschreibt

genau, wie er sich dazu vorbereiten und dafür Dank sagen will. Seine Vorbereitung beginnt dabei bereits am Samstagabend. Das Sakrament der Buße gehört ebenfalls dazu. Nach dem Kommunionempfang wird er Gott alles sagen, was ihm seine Liebe eingibt, und sich dazu entschließen, „nach dem heiligen Willen des Herrn zu leben, der mich mit sich selbst nährt“. Zu diesem Thema gehört auch, dass sich Franz von Sales vornimmt, bei jeder Kirche, an der er vorbei geht, eine Verneigung zu machen, um das allerheiligste Sakrament, das dort aufbewahrt ist, zu begrüßen.

Franz von Sales erkannte beim Erstellen seiner „Lebensregel“, dass es wichtig ist, nicht nur seine Arbeit, sondern auch seinen Glaubensweg durch den Tag zu planen, und dies sogar schriftlich niederzuschreiben. Er wird diese Erkenntnis in Zukunft an andere weitergeben, die er selbst geistlich begleitete. Diese „Lebensregel von Padua“ bildet also die „Urform“ aller Lebensregeln, die Franz von Sales später für sich selbst oder für andere verfassen wird, und somit auch die „Urform“ des „Geistlichen Direktoriums“ für die Schwestern der Heimsuchung Mariens. ■

*P. Herbert Winklehner ist Oblate des heiligen Franz von Sales. Er ist der Leiter des Franz Sales Verlages, Chefredakteur der Zeitschrift LICHT und lebt in Eichstätt, Bayern.*

*Franz von Sales schrieb vor 400 Jahren sein „Geistliches Direktorium“ – eine konkrete, praktische Anleitung für die Schwestern der Heimsuchung Mariens, wie sie den Tag mit Gott gestalten können. In dieser Reihe wird nun versucht, diese Vorschläge des heiligen Franz von Sales so zu formulieren, dass sie für Heute und für alle Menschen zur Anleitung werden können.*

# Gott mit mir unterwegs

Gottes Nähe immer mehr zu erfahren suchen

Gott lädt uns ein, ihn kennenzulernen. Er lädt uns ein, alles, was wir denken, reden, fühlen, tun, zusammen mit ihm zu erleben. Eine wesentliche Hilfe, zusammen mit Gott unterwegs in unserem Alltag zu sein, sind die Vorbereitung auf den Tag und die regelmäßige Betrachtung des Lebens und Wirkens Jesu.

## Vorbereitung auf den Tag

Wer sich auf einen noch unbekanntem Weg macht, achtet auf Wegweiser und bereitet die Reise meist gedanklich vor. So ist es ebenso hilfreich, sich auf jeden beginnenden Tag mit Blick auf Gott und die bevorstehenden Ereignisse und Aufgaben vorzubereiten. Bitten Sie Gott um seine Hilfe und darum, diesen Tag gut zu leben. Es kann ein kurzes Gebet sein wie dieses: *„Guter Gott, begleite du mich heute bei meinem Arbeiten und Tun. Sei mir nahe und führe mich.“*

Gehen Sie dann den Tag gedanklich durch: Was wird oder kann sich im Laufe des Tages ereignen? Welchen Menschen werde ich begegnen? Welche Aufgaben stehen mir bevor?

Gibt es Dinge, die überraschend anders verlaufen könnten, als ich es jetzt plane?

Manchmal ist es möglich, eventuelle Klippen zu umschiffen, indem man sich konkrete Vorgehensweisen zurecht legt oder günstige Zeitpunkte für gewisse Vorhaben wählt. Meist weiß ich ja, wo meine eigenen Fallen liegen, in die ich nur allzu gern tappe.

Wichtig ist dann der feste Entschluss, die feste Absicht, den Tag so zu leben, wie Gott es von mir möchte – im Wissen darum, dass sein Weg der Weg der Liebe ist. Vielleicht in einem kurzen Gebet wie diesem: *„Ja, Herr, mit Dir will ich gehen.“*

Seien Sie gewiss, dass Gott Ihnen zur Seite steht, auch wenn Dinge auf Sie zukommen, die unangenehm oder schwer zu bewältigen sind. Ein Psalmvers kann Sie hier ermutigen: *„Gott, Du bist für mich Zuflucht und Burg, mein Gott, dem ich vertraue.“* (Ps 91, 2) oder: *„Gott ist mein Helfer, der Herr beschützt mein Leben.“* (Ps 54,6)

Vertrauen Sie sich selbst, Ihre Mitmenschen und alle bevorstehenden Ereignisse Gott an.

Überlassen Sie ihm die Sorge um die Dinge, die Sie nicht beeinflussen können, und übergeben Sie ihm Ihren guten Willen: *Herr, lass mich Deinen Willen in Treue erfüllen, heute und alle Tage meines Lebens.*

## Betrachtung

Was ist mit Betrachtung gemeint? Es ist ein Verweilen bei einer Bibelstelle, beispielsweise weil sie mich heute in meiner konkreten Situation anspricht, oder indem ich mich von den Lesungstexten ansprechen lasse, die die Liturgie für diesen Tag vorsieht.

Dazu wähle ich einen Ort, an dem ich für einige Zeit ungestört bin. Ich lege mir die Bibelstelle bereit und mache mir bewusst, dass Gott da ist. Er ist in meinem Herzen und will mir in seinem Wort begegnen. Vielleicht ist mir das Anzünden einer Kerze eine zusätzliche Hilfe, um mir Gottes Gegenwart zeichenhaft bewusst zu machen. Dann bitte ich Gott um seinen Heiligen Geist. Er möge mir helfen, sein Wort zu verstehen und zu erkennen, was er mir heute durch diese Bibelstelle sagen möchte.



Als Geistlicher Begleiter wollte Franz von Sales den Menschen helfen, die Begegnung mit Gott im Alltag zu suchen. (Ausschnitt aus einem Glasfenster von Charles Plessard in der Basilika der Heimsuchung von Annecy, Frankreich)

Nun lese ich die Stelle und versuche, sie mir vorzustellen, als würde alles jetzt geschehen. Vielleicht erlebe ich mich in der Rolle eines Zuschauers, vielleicht in der Rolle dessen, zu dem Jesus spricht. Spricht ein einzelner Satz, ein einzelnes Wort mich besonders an, dann verweile ich dabei.

Gibt es Gefühle, die in mir wach werden? Wie empfinde ich die Situation? Zusammen mit Gott schaue ich diese Gefühle an und lasse sie da sein, ohne sie in gut oder schlecht, richtig oder falsch einzuordnen. Ich freue mich an wohlthuenden Gefühlen, lasse aber auch Ärger, Zweifel oder andere unangenehmere Gefühle da sein und vertraue sie Gott an. Es gibt auch Zeiten, da spüre ich nichts in mir. Zeiten, in denen mir die Worte der Bibel leer und bedeutungslos vorkommen. Auch das darf sein. Auch dann darf ich

mir sicher sein, Gott ist trotzdem da. Seine Liebe ist Wirklichkeit, auch wenn ich es nicht fühle.

Gegen Ende der Betrachtungszeit spüre ich nach, ob ein Wunsch oder ein Entschluss in mir da ist, und lege diesen wiederum Gott in die Hände. Ich bitte ihn, meinen Entschluss zu festigen bzw. meiner Sehnsucht entgegenzukommen.

Was mich besonders bewegt oder angesprochen hat, nehme ich für heute mit in meinen Tag. Ich kann es mir vorstellen, als ob ich einen kleinen Blumenstrauß aus ein paar besonders schönen Blumen pflücken würde. Sie bewahre ich auf, um sie tagsüber immer wieder mal anzuschauen und mich daran zu freuen.

Es ist gut, sich für die Betrachtung ungefähr eine halbe Stunde Zeit zu nehmen. Wichtiger jedoch ist es, sie so regelmäßig

wie möglich zu machen. Denn durch die Regelmäßigkeit kann die Beziehung zu Gott wachsen. Daher sind auch 10 Minuten – oder weniger – eine gute Zeit.

Vielleicht erscheinen die Vorschläge auch insgesamt sehr umfangreich. Ziel ist es nicht, ein Hochleistungsprogramm zu absolvieren, sondern je nach den persönlichen Möglichkeiten bewusst die Begegnung mit Gott im Alltag zu suchen. ■

*Monika Rauh  
ist Mitglied  
des Säkularin-  
stitutes des hl.  
Franz von Sales  
und arbeitet als  
Bibliothekarin  
in Ingolstadt,  
Bayern*



Für die Licht-Aktion 2012, die eine Schule in der Altstadt von Jerusalem unterstützt, in der christliche wie muslimische Palästinenser-mädchen aus armen Verhältnissen unterrichtet werden, wurden bereits mehr als 2.000,- EUR gespendet. Heute schildern uns die Schwestern Trudy und Rita ihre Eindrücke von einem Schulbesuch und der Begegnung mit Schwester Marta Galló Marin, der Leiterin der Schule.

**A**nfang Dezember trafen wir, Schwester Trudy und Schwester Rita, mit Schwester Marta an ihrer Schule zusammen und waren sehr beeindruckt sowohl von dem Engagement der Schülerinnen wie auch von den Dingen, die die Schwester berichtete. In den Gesprächen mit ihr spürte man, dass sie so sehr mit den Mädchen verbunden ist, dass man sich gar nicht vorstellen kann, dass nicht jedes Kind sie liebt.

Da es plötzlich kälter geworden ist, gibt es eine größere Nachfrage der Kinder nach wärmerer Kleidung und Schuhen. Einige von ihnen kamen ohne ausreichend warme Kleidung in die Schule. Zwar gibt es Heizungen in den Klassenzimmern, aber sie sind nur für eine kurze Zeit in den frühen Morgenstunden in Betrieb. Um mehr zu heizen, fehlt das Geld. Deshalb sind wir auf Ihre Spenden angewiesen.

## Kein Geld für Kleidung

Ein sechs Jahre altes Kind kam mit nasser Sportkleidung in die

# Winter in Jerusalem

## Licht-Aktion 2012: Für Kinder in Jerusalem

Schule. Sie konnte nichts anderes anziehen, da sie nur diese eine Schuluniform hatte. Schwester Marta fand Kleider zum Wechseln, während sie die nasse Uniform trocknete. Normalerweise steht immer etwas an zusätzlicher Kleidung zur Verfügung, aber aufgrund der großen Nachfrage blieb fast nichts mehr übrig.

Dieses Kind stammt aus einer Familie mit vier jungen Mädchen und einem kleineren Bruder. Ihr Vater kommt von der Westbank. Deshalb kann er keine Arbeit in Jerusalem aufnehmen. Vor kurzem zog die Mutter mit den Kindern in die Altstadt. Sie beginnt um sechs Uhr mit der Arbeit, um zumindest etwas Geld

## „Für Kinder in Jerusalem“



Wenn Sie den Kindern in Jerusalem helfen wollen, richten Sie Ihre Spende bitte an folgende Konten:

**Für Deutschland:** Kongregation der Oblaten des hl. Franz von Sales, Verwendungszweck: „Jerusalem“, LIGA-Bank Eichstätt (BLZ 750 903 00) Kontonummer: 10 760 23 08

**Für Österreich:** Kongregation der Oblaten des hl. Franz von Sales, Verwendungszweck: „Jerusalem“, Raiffeisenbank für NÖ/Wien (BLZ 32000) Kontonummer: 96-02.747.962

zu verdienen. Doch die Kinder haben weder eine angemessene Kleidung für den Winter noch richtige Schuhe.

Einige der Angestellten, die selbst auf niedrigstem Lohnniveau arbeiten, hatten etwas Geld zusammengekratzt, um Schuhe für sie zu kaufen. Es ist immer ein mühevoller Kampf für die Schule, Geld für warme Kleidung zu dieser Jahreszeit zu organisieren.

### **Kleine große Geschenke**

Für unsere jüngsten Kinder gab es diesmal Weihnachtskarten. Eine Spanischlehrerin, die auf freiwilliger Basis bei uns arbeitet, bezahlte alle Materialien, die für dieses Projekt benötigt wurden, aus eigener Kasse. Wesentliche Dinge, wie das zusätzliche farbige Papier und die Farbstifte, sind ein Luxus für diese Schule. Aufgrund von Spenden konnte Schwester Marta jedem der 22 jungen

Kinder ein kleines Weihnachtsgeschenk machen. Für die älteren hat es noch nie etwas gegeben, doch jetzt spendete eine Lehrerin etwas Geld und kaufte eine Schokolade für jedes Schulkind.

### **Wie eine gute Mutter**

Wir waren sehr beeindruckt von Schwester Marta und ihren Mitschwestern und Mitarbeitern. Für viele Kinder erfüllt Schwester Marta die Rolle einer Mutter: Sie ist aufmerksam, hilft und liebt jedes einzelne Kind.

Wir beten, dass Gott Schwester Marta weiterhin mit Gesundheit und Energie segnet, so dass sie auch künftig für diese Kinder da sein kann. Ohne ihr Engagement würden diese Kinder nicht die Liebe und Fürsorge erhalten, die sie benötigen. Als wir gingen, fühlten wir, dass der Geist von Weihnachten uns hier ganz aktuell berührt hatte.

Die Geschichten, die Schwester Marta erzählten, fühlten sich an wie ein Weihnachtsevangelium von heute! Hier entdeckte man Emmanuel, den „Gott mit uns.“ ■



Durch viel Opfermut und Einsatz war es möglich, dass die Kinder zu Weihnachten ein Geschenk erhielten.

### **17.320,- EUR für Straßenkinder in Brasilien**



**F**ür das Straßenkinderprojekt der Oblaten des heiligen Franz von Sales in Brasilien konnten dank der großzügigen Spenden der LICHT-Leserinnen und -Leser 17.320,- EUR überwiesen werden. Im Namen von Pater Valdir Formentini OSFS, dem Leiter des Projektes in Santa Isabel, einem Armenviertel in der Nähe der südbrasilianischen Millionenstadt Porto Allegre, sagen wir allen Spenderinnen und Spendern ein ganz großes Danke. ■

Nach salesianischer Auffassung ist Kirche der Ort, wo Menschen Gottes Liebe erfahren, leben und weitergeben. Das ist das Ergebnis der Studientagung der Arbeitsgemeinschaft für Salesianische Studien, die am 26. und 27. November 2011 in Eichstätt stattfand. Vorsitzender P. Johannes Haas OSFS konnte zu dieser Tagung 15 Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrüßen. Hauptreferenten waren Dr. Thomas Günther aus Paderborn und Pfarrer Dr. Stefan Hauptmann, Pfarrer in Markt Indersdorf (Erzdiözese München) und stellvertretender Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft.

Außerdem wurde über salesianische Projekte informiert. So ist die deutsche Übersetzung der Chantal-Korrespondenz, die 1998 P. Gottfried Prinz OSFS in

## Kirche salesianisch

### Studientagung der Arbeitsgemeinschaft für Salesianische Studien



CD-Übergabe an P. Gottfried Prinz (li.) durch Sekretär Raymund Fobes

Angriff genommen hatte, jetzt in die Endphase gekommen. Aus

diesem Anlass überreichte der Sekretär der Arbeitsgemeinschaft Raymund Fobes P. Prinz eine CD mit den überarbeiteten Bänden der Korrespondenz. Auch im Franz-Sales-Verlag gibt es neue Projekte: eine DVD und ein Songbook zum Musical „Die Baronin“ über Johanna Franziska von Chantal, eine Neuauflage der Chantal-Biographie von André Ravier und die deutsche Übersetzung einer von Françoise Boucharde verfassten Biographie über den Gründer der Sales-Oblaten P. Louis Brisson. ■

Am 3. Dezember 2011 fand das schon traditionelle Overbacher Adventssingen in der bis auf den letzten Platz gefüllten Klosterkirche von Haus Overbach bei Jülich statt. Weihnachtliche Musik ganz unterschiedlicher Art, aber immer vom Feinsten wurde den interessierten Zuhörern präsentiert: von Händels „Feuerwerksmusik“ über Klassiker wie „Es ist ein Ros entsprungen“ oder „Ihr Hirten erwacht“ bis hin zum modernen „All I want for Christmas is you.“

Die Interpreten glänzten wieder einmal mehr mit ihren beeindruckenden Leistungen: das Overbacher Blasorchester, der Kinderchor und der junge Chor

## Salesianum Overbach adventlich

### Traditionelles Adventssingen in Haus Overbach



In vorweihnachtlicher Atmosphäre: Overbacher Adventssingen

sowie die Literaturgruppe, die ein Krippenspiel aufführte. Und für die Besucher sollte es diesmal

auch nicht beim bloßen Zuhören bleiben. Sie waren eingeladen, aktiv mitzusingen. ■

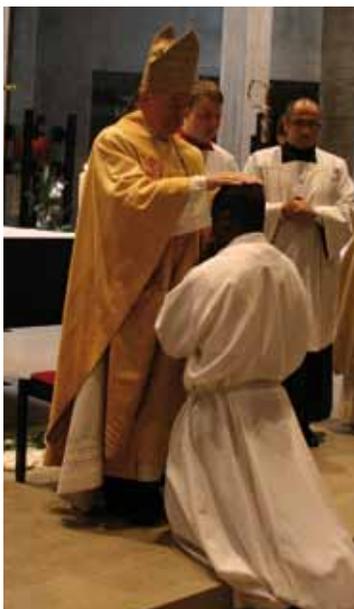
# Ein Bote der Liebe

## Diakonenweihe von Alcide Leonard Kragbe OSFS

**W**eder bombastische liturgische Feiern noch herausragende Predigten sind das Entscheidende für das christliche Glaubensleben. Im Zentrum steht die Weitergabe der Liebe Christi. Und gerade das ist die Aufgabe des Diakons in der Kirche, weshalb sich dieser Dienst auch bestens aus der salesianischen Theologie heraus deuten lässt. Dies war die Quintessenz der Predigt des Augsburger Weihbischofs Anton Losinger bei der Diakonenweihe von Alcide Leonard Kragbe OSFS am 8. Januar 2012. Sie fand in der Pfarrkirche zur Göttlichen Vorsehung in der Pfarreiengemeinschaft Königsbrunn bei Augsburg statt, wo Alcide Kragbe seit Herbst letzten Jahres sein pastorales Praktikum ableistet.

### Lebendige Pfarrei

Die Pfarreiengemeinschaft von Königsbrunn ist nicht nur die größte in der Diözese Augsburg, sie ist auch überaus lebendig. Eine große Zahl von Ministranten zog bei der Weiheliturgie mit ein und das Gotteshaus war bis auf den letzten Platz gefüllt. Unter den Gästen war auch eine große Zahl von Sales-Oblaten. Provinzial P.



Handauflegung durch Weihbischof Losinger

Thomas Vanek hatte die Aufgabe, den Weihakandidaten vorzustellen, und berichtete dabei über den Lebensweg von Alcide. Dass er schon früh den Wunsch hatte, Priester zu werden, was aber in seinem Heimatland, der afrikanischen Elfenbeinküste nicht möglich war, und dass er in Paderborn, wo er Geografie und Tourismus studierte, 1992 die Sales-Oblaten kennengelernt habe. Im Jahr 2005 trat er in den Orden ein. Nach dem Postulat in Haus Overbach bei Aachen und dem Noviziat in Eichstätt studier-

te er dort an der Katholischen Universität Theologie und legte am 13. März 2011 seine Ewige Profess ab.

### Der „sympathische Bischof“

In seiner Predigt zitierte Bischof Losinger auch Franz von Sales, den er ausdrücklich als „sympathischen Bischof“ bezeichnete. Der Heilige – so Losinger – habe empfohlen, immer die Hand Gottes zu ergreifen und darauf zu vertrauen, dass Gott uns grundsätzlich kein Leid schickt. Und wenn er es doch tut, dann gibt er uns auch den Mut, es zu ertragen. ■

*Raymund Fobes*

## Priesterweihe von Diakon Stefan Weig OSFS



Am 29. Januar 2012 wurde Diakon Stefan Weig OSFS in der Pfarrkirche Markt Indersdorf zum Priester geweiht. In der nächsten LICHT-Ausgabe werden wir über dieses Ereignis ausführlich berichten.

**G**roße Freude bei der Salesianischen Familie: Am 19. Dezember 2011 wurde vom Vatikan ein Wunder anerkannt, das Louis Brisson zugeschrieben wird. Am 22. September 2012 wird die Feier der Seligsprechung des Gründers der Oblatinnen und Oblaten des heiligen Franz von Sales in seiner Heimatdiözese in Troyes stattfinden.

## Das notwendige Wunder

Ein junger Equatorianer, Carlos, wurde auf die Fürbitte von Pater Brisson auf wunderbare Weise geheilt. Im Jahr 1953, der Junge war acht Jahre alt, zermalmte das eiserne Rad eines großen Traktors aus der Werkstatt seines Vaters die große Zehe seines rechten Fußes vollständig und verursachte mehrere Frakturen an zwei anderen Zehen. Carlos war Schüler in der von den Oblatinnen geführten Schule des Ortes. Mit der ganzen Familie begannen die Schwestern auf die Fürsprache von P. Brisson um die Gesundheit des Kindes zu beten. Während der Novene befestigten sie eine Reliquie Brissons am kranken Fuß. Das Kind gewann die vollständige Beweglichkeit seines Fußes zurück, und das in so kurzer Zeit, dass die Ärzte der Prüfungskommission dies als wissenschaftlich unerklärlich beurteilten.

## Brief des Generaloberen

In einem Brief hat sich zu der Seligsprechung der Generaloberen der Oblaten des hl. Franz von Sa-

# Glaubenszeuge der salesianischen Idee

**P. Louis Brisson wird  
am 22. September 2012 seliggesprochen**



P. Louis Brisson, Gemälde in St. Michel, Annecy

les P. Aldino Kiesel OSFS geäußert. Er weist unter anderem darauf hin, dass die Entscheidung des Papstes genau am 171. Tag der Wiederkehr der Priesterweihe des neuen Seligen stattgefunden hat. Auch erinnert P. Kiesel an den langen Weg, den der Seligsprechungsprozess gemacht hat: „Im Jahre 1938 wurde in Troyes, der Heimatdiözese von P. Brisson, der Prozess der Seligsprechung begonnen. Nach verschiedenen widrigen Umständen wegen des Zweiten Weltkriegs wurde der Diözesanprozess im Jahre 1949 abgeschlossen. Noch in demselben Jahr wurde der Prozess nach Rom überstellt.“ Jetzt, so P. Kiesel

weiter, haben wir „die beglückende Aufgabe, die Vorbereitungen für die Feier dieses großen Ereignisses am 22. September 2012 zu treffen. Und diese „Aufgabe kommt noch zur Durchführung unseres Generalkapitels hinzu, das ja auch für das Jahr 2012 anberaumt ist.“

## Leben von Louis Brisson

Louis Brisson wird am 23. Juni 1817 in Plancy (Diözese Troyes, Frankreich) geboren. Am 19. Dezember 1840 wird er zum Priester geweiht und 1841 zum Beichtvater und Professor im Pensionat des Klosters der

Heimsuchung Mariens in Troyes ernannt. 1843 wird er Seelsorger und Beichtvater der dortigen Schwesterngemeinschaft. Diesen Dienst übt er 40 Jahre lang aus. Abbé Brisson lernt durch die langjährige Oberin Marie de Sales Chappuis (1793-1875) die salesianische Spiritualität immer besser kennen und in sein Leben umzusetzen. Allerdings widersteht er viele Jahre lang dem Wunsch von Mutter Marie de Sales, die ihn dazu drängt, eine Priestergemeinschaft zu gründen, welche die Lehre des heiligen Franz von Sales (1567-1622) verbreiten soll. Die Vorsehung Gottes jedoch führt ihn nach und nach in diese Richtung.

In Troyes, einer der Hauptstädte der Wirkwarenerzeugung, schafft Brisson für zahlreiche junge Fabrikarbeiterinnen eigene Werkstätten und Wohnheime. 1866 vertraut er deren Leitung zwei ehemaligen Schülerinnen der Heimsuchung an: Leonie Aviat (1844-1914) und Lucie Canuet. Dies ist die Geburtsstunde der Kongregation der Oblatinnen des hl. Franz von Sales. Leonie Aviat, die erste Oblatin, wird als Sr. Françoise de Sales erste Generaloberin.

1869 befindet sich das einzige katholische Kolleg von Troyes in großen finanziellen Schwierigkeiten und läuft Gefahr, geschlossen zu werden. Der Diözesanbischof Msgr. Ravinet ersucht Abbé Brisson, es zu übernehmen. Im Auftrag des Bischofs aber wirft er die Netze aus, und mit Hilfe von einigen eifrigen geistlichen Mitbrüdern gründet er nun tat-

sächlich die von Mutter Marie de Sales so sehr erwartete Ordensgemeinschaft: die Kongregation der Oblaten des hl. Franz von Sales. Am 2. Februar 1908, dem Fest der Darstellung des Herrn, stirbt er im Alter von 91 Jahren.

## Neue Biographie

Anlässlich der Seligsprechung ist auch eine neue Biographie über

P. Brisson im Franz-Sales-Verlag erschienen.

In dem Buch „Pater Louis Brisson – Ein Herz im Gleichklang mit Gott“ zeichnet die französische Autorin Françoise Bouchard ein umfassendes Lebensbild des neuen Seligen.

Mehr Informationen zu diesem reich bebilderten Buch finden Sie auf der Rückseite dieser LICHT-Ausgabe. ■

## Jeder Tag ein Muttertag

**K**atharina Grabner-Hayden ist seit 1998 regelmäßige LICHT-Autorin, außerdem Verfasserin der beiden Romane „Löschchen“ (über Franz von Sales und Johanna Franziska von Chantal) und „Drei Leben“ (über den Lebenskampf eines zu früh geborenen Kindes) im Franz Sales Verlag. Nun erschien ein weiteres Buch von ihr, das allen Freundinnen und Freunden von lustigen Kurzgeschichten großen Spaß machen wird: „Jeder Tag ein Muttertag. Satiren aus dem alltäglichen Familienchaos“. In über zwanzig längeren oder kürzeren Geschichten erzählt sie vom „ganz normalen Wahnsinn“, der in einer ganz normalen Familie abläuft, witzig geschrieben und natürlich mit einer ordentlichen Portion Humor und Selbstironie. Wie der Titel schon sagt, ist das Buch ein ideales Geschenk zum Muttertag ... denn die Mutter, vor allem die total gestresste, und ihre durch sämtliche Familienmitglieder überstrapazierten



Nerven spielen in jeder Geschichte die wesentliche Rolle. Die Autorin selbst meint zu ihrem Buch: „Ich versuchte in den vorliegenden Geschichten auf humorvolle Weise Alltäglichkeiten zu beschreiben, die außergewöhnlicher nicht sein können ... und doch werden sich viele Frauen darin wiederfinden. Es sind Kurzgeschichten, die auch noch abends gelesen werden können, ohne dass der Schlaf die ewig müden Glieder sofort übermannt. Ein kleiner Trost für alle Mütter: In zwanzig Jahren haben sie das Ärgste überstanden.“ ■

„Da der heilige Franz von Sales selbst ein Dompropst gewesen ist, wurde es Zeit, dass wir auch einmal einen Dompropst zum Franz-von-Sales-Fest einladen.“ Mit Herz und Humor begrüßte der Rektor des Eichstätter Salesianums P. Josef Lienhard OSFS den ehemaligen Eichstätter Dompropst Klaus Schimmöller als Hauptzelebrenten und Festprediger zum Festgottesdienst anlässlich des Franz-von-Sales-Festtags am 22. Januar 2012. Musikalisch gestaltet wurde der Gottesdienst vom Kirchenchor „Mittendrin“ unter der Leitung von Regina Michl.

### Optimistische Botschaft

In seiner Predigt stellte Schimmöller drei wesentliche Elemente salesianischer Spiritualität heraus, die für Kirche und Welt auch und gerade heute notwendig und notwendig sind. So habe Franz von Sales als Seelsorger immer wieder den Menschen deutlich gemacht, dass das Leben dann umso wertvoller wird, je mehr man Gott Raum gibt. In ihren vielfältigen Tätigkeiten – so Schimmöller – würden dies die Sales-Oblaten heute realisieren.

Darüber hinaus betonte der ehemalige Dompropst, dass Franz von Sales die Liebe und Herzensgüte in die Mitte seiner Lehre gestellt habe. Genau diese Botschaft sei für unsere Zeit von großer Bedeutung. Zum einen herrsche heutzutage oft eine Ellenbogenmentalität vor, in der jeder sich selbst der Nächste ist. Gleichzeitig seien viele Men-

# Herzensgut und glaubensfroh

## Franz-von-Sales-Fest 2012 im Salesianum Eichstätt



Konzelebration beim Franz-von-Sales-Fest; (v. li.): P. Johannes Haas OSFS, P. Bernhard Lauer OSFS, Domkapitular Josef Blomenhofer, Prälat Klaus Schimmöller, Rektor P. Josef Lienhard OSFS, Caritadirektor Rainer Brummer, P. Gottfried Prinz OSFS, Spiritual Michel Lescisin (Collegium Orientale)

schen einsam. Schimmöller plädierte für eine Seelsorge, die im Sinne des heiligen Franz von Sales von Sensibilität für den anderen und der Anerkennung seiner von Gott gegebenen Würde getragen ist. Wichtig war für Franz von Sales in diesem Zusammenhang die Eucharistie: Er war davon überzeugt, dass der Mensch umso liebenswürdiger wird, je mehr er mit dem Altarsakrament verbunden ist.

Als drittes Wesensmerkmal salesianischer Spiritualität nannte Schimmöller die frohe Gelassenheit des Heiligen. Diese Freude aus echter Überzeugung weiterzugeben sei auch heute christlicher Auftrag, Franz von Sales erinnere uns immer daran, die

Freude nicht zu vergessen, auch nicht in schweren Stunden. Wir wissen, so Schimmöller, zwar im Leben nicht, was kommt – aber wir wissen, wer kommt, nämlich Gott, der es gut mit uns meint.

### Gemeinsame Begegnung

Am Ende der Eucharistiefeier lud Rektor P. Josef Lienhard alle Gottesdienstbesucher zur gemeinsamen Begegnung im Salesianum ein. Und in vielen Begegnungen wie auch der Gastfreundschaft der Sales-Oblaten war sie dann – wie in jedem Jahr – einmal mehr ganz konkret erlebbar: die salesianische Herzensgüte und Glaubensfreude. ■

Raymund Fobes

# P. Norbert Staab OSFS †



verstarb am 26. Dezember 2011 im 82. Lebensjahr. Er wurde am 21. Oktober 1930 in Kaiserslautern geboren. In der Spätberufenschule Hirschberg (1950-1952) und im Konvikt St. Josef in Ried (1953-1954) lernte er die Oblaten des hl. Franz von Sales kennen. Nach dem Noviziat in Eichstätt (1952/53) feierte er am 28. August 1953 Erste, am 21. November 1956 Ewige Profess. Am 29. Juni 1958 wurde er zum Priester geweiht. Sein Weg führte ihn in Pfarrgemeinden: zunächst als Kaplan nach Wien-Neufünfhaus (1959-1960), nach Hassfurt am Main (1960-1965) und nach München-Christkönig (1965/66). Der Orden vertraute ihm dann eine Pionieraufgabe

an: den Aufbau einer Gemeinde am Stadtrand von München, am Hasenberg-Süd. 1966 begann P. Staab seine Aufgabe zunächst als Kurat (1966-1972). Er feierte in einer Baracken-Kirche Gottesdienste, gründete eine Gemeinde. Ein Pfarrzentrum entstand: Kirche, Gemeinderäume, Kindergarten, Pfarrhaus. Die Grundsteinlegung (1971) und die Weihe der Kirche durch Kardinal Julius Döpfner (1972) waren für P. Staab und die junge Gemeinde bewegende Feiern. Als Pfarrer (1972-2004) hat er die Gemeinde St. Matthäus geleitet, begleitet und nachhaltig geprägt. Auch in seinem Ruhestand blieb er im Dekanat. In der Gemeinde St. Christoph fand er ein neues Zuhause (2004-2009).

Seit Mai 2009 wurde er im Pflegeheim St. Katharina Labouré der Barmherzigen Schwestern in Unterhaching liebevoll bis zu seinem Tod begleitet. Dankbar für unseren Mitbruder und für alle, die ihn begleitet haben, hoffen wir auch auf ein Wiedersehen mit ihm im neuen Jerusalem. ■

## BESTELLSCH EIN

**JA**, ich bestelle die Zeitschrift **Licht** zum Bezugspreis von  
\_\_\_ EUR 13.- / sFr 26,- (inklusive Porto) pro Jahr.

Name/Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Postleitzahl/Ort: \_\_\_\_\_

für mich selbst  für ein Jahr  bis auf Widerruf.

Ich schenke ein **Licht**-Abonnement  für ein Jahr  bis auf Widerruf  
\_\_\_ zu meinen Kosten an:

Name/Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Postleitzahl/Ort: \_\_\_\_\_

Datum/Unterschrift: .....

- Bitte senden Sie mir den besonders gestalteten Gutschein für mein Geschenkabonnement zu.  
 Ich möchte für LICHT werben und benötige \_\_\_ kostenlose Probeexemplare zur Weitergabe.

# Licht

An die  
**LICHT-Redaktion**  
**P. H. Winklehner**  
**Rosental 1**

**D-85072 EICHSTÄTT**

**Wir gedenken der  
verstorbenen  
Licht-Leserinnen  
und Leser:**

BURBKUNSTADT: Bergmann,  
Martha;  
DEILINGEN: Schätzle, Josef-  
Anton; Weber, Agnes;  
DIETFURT: Hengl, Maria;  
DOLLNSTEIN: Redl, Walburga;  
GEROLFING: Stark, Anna;  
GESEKE: Wienken, Heinrich;  
HITZHOFEN: Bauer, Ottilie;  
ÖSTERBERG: Wagner, Johann;  
PFÜNZ: Jäger, Franziska;  
WACHENZELL: Wittmann,  
Mathilde;  
WALDSHUT-TIENGEN: Mo-  
rath, Stefanie;  
WALTING: Treffer, Ludwig;  
WIEN: Haffner, Friedl;

---

**HERR,  
VOLLENDE SIE IN  
DEINER LIEBE**

---

## Licht - Die Salesianische Zeitschrift Impressum

**Herausgeber:**

Kongregation der Oblaten des hl. Franz  
von Sales – Deutschsprachige Provinz  
(Deutschland-Österreich-Schweiz)

**Redaktion:**

P. Herbert Winklehner (Chefredakteur);  
Raymund Fobes; Br. Georg Okon

**Anschrift der Redaktion:**

Rosental 1, D-85072 Eichstätt  
Telefon: (0 84 21) 93 489 31  
Fax: (0 84 21) 93 489 35  
E-Mail: [licht@franz-sales-verlag.de](mailto:licht@franz-sales-verlag.de)  
Internet: [www.zeitschrift-licht.de](http://www.zeitschrift-licht.de)

**Verlag und Vertrieb:**

Franz-Sales-Verlag,  
D-85072 Eichstätt  
Internet: [www.franz-sales-verlag.de](http://www.franz-sales-verlag.de)

**Herstellung:**

Schödl Druck, D-85137 Rapperszell;  
[www.schoedl-druck.de](http://www.schoedl-druck.de)

**Licht** erscheint sechsmal jährlich.

Jahresabonnement: EUR 11.- / SFr 22.-  
(zzgl. EUR 2.-/SFr 4.- Versand) Einzelheft:  
EUR 1,90 / SFr 3,80 (zzgl. Versand).  
Abbestellungen gelten für das Ende des  
Jahrganges. Höhere Gewalt schließt An-

sprüche an den Verlag aus. Artikel, die  
mit dem Namen oder den Initialen des  
Verfassers gezeichnet sind, stellen nicht  
unbedingt die Meinung des Herausgebers,  
der Redaktion oder des Verlages dar.

**Licht** ist Mitglied des Katholischen Me-  
dienverbandes.

**Konten:**

**DEUTSCHLAND/ÖSTERREICH:**

Liga Eichstätt (BLZ 750 903 00)  
Kto.Nr. 760 30 10, BIC: GENODEF1M05,  
IBAN: DE74 7509 0300 0007 6030 10;  
Sparkasse Eichstätt (BLZ 721 513 40)  
Kto. Nr. 2014 BIC: BYLADEM1EIS  
IBAN: DE42 7215 1340 0000 0020 14;  
**SCHWEIZ:** Aargauische Kantonalbank,  
Konto 16 5.002.623.12 Konto-Korrent

**Fotos (Seite):**

Archiv Franz-Sales-Ver-  
lag (18,21,24ob,25un,26,29); Winfried  
Banse (24un); Petra Bock/pixelio.de (8);  
Raymund Fobes (25ob,28); Valdir For-  
mentini (23re); Markus Leiter/pixelio.de  
(5); Missionstöchter von Calvaria (22,23li);  
Plambeck/pixelio.de (10); Daniel Stricker/  
pixelio.de (17); Gerhard Wagner (30); Wi-  
kipedia (6); Wikipedia/Andreas Steinhoff  
(10); Alfons Wittmann (Titel,3,7,13,14)



**„Nimm dir fest vor,  
den Tag gut zu nützen.“**

(Franz von Sales, Philothea II,10; DASal 1,8)

**Licht - Die Salesianische Zeitschrift**



Jörg Zink  
**Das Vaterunser**  
 112 Seiten,  
 gebunden  
 EUR 9,95  
 Katholisches  
 Bibelwerk



Nikolaus Nonn  
**Willkommen!**  
 112 Seiten,  
 Broschur  
 EUR 8,90  
 Vier Türme Verlag



Fridolin Stier  
**Geschichte Gottes  
 mit den Menschen**  
 200 Seiten,  
 gebunden  
 EUR 16,90  
 Katholisches  
 Bibelwerk

Der evangelische Theologe Jörg Zink, Verfasser zahlreicher Bücher zur Bibel und zum christlichen Glauben, denkt über das zentrale Gebet der Christenheit nach. Und er tut es in einer sehr tiefen Weise, sodass dieses Gebet wahrlich zu dem wird, was der Untertitel des Buches verspricht: das Gebet, in dem alles gesagt ist. Zink zitiert auch die heilige Johanna Franziska von Chantal: „Was ist das Gebet? Es ist ein wortloses Atmen in Liebe in der unmittelbaren Gegenwart Gottes.“

Gastfreundschaft gilt seit der Antike als wichtige, teilweise sogar überlebenswichtige Tugend. Das Alte und Neue Testament erkennen in der Begegnung mit dem Gast oder Fremden die Begegnung mit Gott selbst. Der Benediktiner Nikolaus Nonn nimmt sich dieses Themas an und beschreibt sehr ansprechend die Tugend der Gastfreundschaft in allen Facetten, vor allem durch die Regel des heiligen Benedikt, der die Gastfreundschaft als wichtiges Element seiner Mönchsregel betrachtet.

Bereits vor dem 2. Vatikanum schrieb der Tübinger Professor für Altes Testament diese Zusammenfassung der biblischen Geschichte von der Schöpfung bis zur Auferstehung Jesu ... und sie hat bis heute nichts von ihrer Gültigkeit und Kraft verloren. Fridolin Stier macht deutlich, dass in der Bibel von Anfang an die Geschichte Gottes mit den Menschen aufgeschrieben ist. Seine Schlussfrage ist dabei das Entscheidende: Erkennen wir in dieser Geschichte auch die Geschichte Gottes mit uns?



Hermann J.  
 Benning  
**Dag  
 Hammarskjöld**  
 160 Seiten,  
 gebunden  
 EUR 14,90  
 Verlag Neue Stadt



Petrus Ceelen  
**Wachsen wie  
 die Steinpalme**  
 104 Seiten,  
 gebunden  
 EUR 12,90  
 Katholisches  
 Bibelwerk



Jesaja  
 Langenbacher  
**Initiation**  
 112 Seiten,  
 Broschur  
 EUR 8,90  
 Vier Türme Verlag

Dag Hammarskjöld (1905-1961) war nicht nur der zweite Generalsekretär der Vereinten Nationen, der vor 50 Jahren bei einem Flugzeugabsturz ums Leben kam. Vor allem seine Tagebuchaufzeichnungen belegen, dass dieser Mann der Politik auch ein Mann war, der als Mystiker des Alltags um seinen Glauben rang. Benning versteht es wunderbar, das Leben und das Profil des UN-Generalsekretärs als für heute wegweisendes politisches und spirituelles Vermächtnis nachzuzeichnen.

Zum Thema Leid gibt es keine Antwort, höchstens Antwortversuche und weitere Fragen. Diese legt Petrus Ceelen in seinem neuesten Buch sehr eindrucksvoll vor. Er stellt sich unzähligen Schicksalsschlägen und findet ehrliche Worte, tröstende Bilder, ohne zu verharmlosen. Seine Gedanken machen Mut, nicht aufzugeben, können einen aber auch ratlos zurücklassen angesichts der Maßlosigkeit des Leidens. Umso besser ist dieses Buch, weil es genauso der Realität entspricht.

So genannte „Initiationen“ gibt es in allen Religionen. Was ist das? Besondere Riten, die am Beginn eines neuen Lebensabschnittes stehen, also z. B. Taufe, Firmung, Ehe ... bis hin zum Tod. Aber auch jedes Morgengebet und jedes Abendgebet ist eine solche Initiation. Warum Langenbacher diesen eher unverständlichen Titel gewählt hat, weiß niemand, es geht ihm allerdings darum, den Sinn dieser Riten zu erschließen und deutlich zu machen, dass es Tore zum Leben sind, die mit Gott gelebt werden sollten.

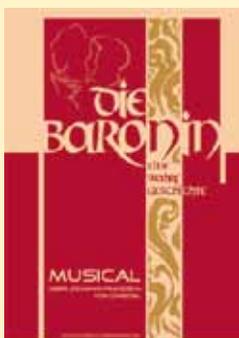
B 4577

FRANZ-SALES-VERLAG  
Rosental 1, 85072 Eichstätt

Neu im

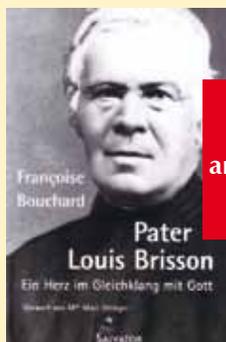


**Franz-Sales-Verlag**  
Rosental 1 • D-85072 Eichstätt  
Tel (08421) 93489-31 • Fax (08421) 93489-35  
e-mail: [info@franz-sales-verlag.de](mailto:info@franz-sales-verlag.de)



**Die Baronin - eine wahre Geschichte. Musical über Johanna Franziska von Chantal von Andreas Kehr, Herbert Winklehner und Nicola Bamberger. DVD, EUR 14,95; SFr 22,50; ISBN 978-3-7721-0305-6**

Im Mai 2011 fand in Eichstätt die Aufführung eines Musicals über die heilige Johanna Franziska von Chantal statt. Nun ist eine DVD dieser Aufführung erhältlich. Mit diesem Musical erstet das Leben einer edlen Frau, die mit starkem Willen und getragen von einem großen Gottvertrauen ihrem Glück und ihren Tiefen begegnet und sich nach nichts mehr sehnt als nach Liebe ... Wunderbare Musik, wunderbare Texte, wunderbare Schauspielerinnen und Schauspieler.



Seligspredung  
am 22. September  
2012

**Pater Louis Brisson. Ein Herz im Gleichklang mit Gott von Françoise Bouchard, 326 Seiten, broschur, Farbfotos, EUR 19,95, SFr 28,90 ISBN 978-2-7067-0861-9 (Salvator Verlag)**

Eine neue Biografie über den Gründer der Oblatinnen und Oblaten des heiligen Franz von Sales, dessen Seligsprechung am 22. September 2012 stattfinden wird. 1817 in Plancy (Aube) geboren, wird er 1840 in Troyes zum Priester geweiht. Ein faszinierender Zeuge des Glaubens und der Nächstenliebe, der durch seine Bildungseinrichtungen für die Ärmsten der Armen viel Not lindern konnte. Seine Grundhaltung hat er beim heiligen Franz von Sales gelernt: „Alles aus Liebe!“

Zeitschrift LICHT und Franz-Sales-Verlag im Internet:  
[www.zeitschrift-licht.de](http://www.zeitschrift-licht.de) und [www.franz-sales-verlag.de](http://www.franz-sales-verlag.de)