

Unverkäufliche Leseprobe des St. Benno-Verlages

benno

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

©St. Benno-Verlag GmbH, Leipzig 2011

Lass
die Seele
baumeln

benno

SIE SIND SO JUNG

RAINER MARIA RILKE

Sie sind so jung, so vor allem Anfang, und ich möchte Sie, so gut ich es kann, bitten, lieber Herr, Geduld zu haben gegen alles Ungelöste in Ihrem Herzen und zu versuchen, die Fragen selbst liebzuhaben wie verschlossene Stuben und wie Bücher, die in einer sehr fremden Sprache geschrieben sind. Forschen Sie jetzt nicht nach Antworten, die Ihnen nicht gegeben werden können, weil Sie sie nicht leben könnten. Und es handelt sich darum, alles zu leben. Leben sie jetzt die Fragen. Vielleicht leben Sie dann allmählich, ohne es zu merken, eines ferneren Tages in die Antwort hinein.

Vielleicht tragen Sie ja in sich die Möglichkeit, zu bilden und zu formen, als eine besonders selige und reine Art des Lebens; erziehen Sie sich dazu – aber nehmen Sie das, was kommt, in großem Vertrauen hin, und wenn es nur aus Ihrem Willen kommt, aus irgendeiner Not Ihres Innern, so nehmen Sie es auf sich und lassen Sie nichts.

DER SEHER

wir sehen gut
wenn wir einsichtig werden
wir sehen gut
wenn wir vorsichtig werden
wir sehen gut
wenn wir rücksichtsvoll werden
wir sehen gut wenn wir vorausschauen

wir sehen gut
wenn wir zuversichtlich sind
wir sehen gut
wenn wir über manches hinwegsehen
wir sehen gut
wenn wir den überblick behalten

wir sehen gut
wenn wir die augen aufmachen
wir sehen gut
wenn wir milieubrillen ablegen
wir sehen gut
wenn wir die parteibrille ablegen
wir sehen gut
wenn wir die familienbrille ablegen

wir sehen gut
wenn wir die die-und-die-und-die-brille ablegen

wir sehen gut
wenn wir ohne Brille
mit vielen vielen vielen augen sehen
die engel
vor gottes thron
sind über und über bedeckt
mit augen
schreibt der SEHER johannes

wir sehen außerordentlich gut
wenn wir
mit den augen jesu sehen
dann sehen wir alles neu
und dann wird auch alles neu
und dann wird die welt
sich unter unseren augen verwandeln
und dann wird auch der mensch
sich unter unseren guten augen
verwandeln

es kommt auf den Standpunkt an
von wo aus man sieht
ich möchte mich

dahin stellen
wo jesus steht

das ist mein Standpunkt
es kommt auf den Standpunkt an

von oben sieht alles anders aus
von oben herab sehen
heißt falsch sehen

ich glaube
wir sind dann richtige seher
wenn uns
jeder
ja
jeder
offen
in die augen sehen kann

WILHELM WILLMS

GELASSENHEIT

WILHELM RAABE

Stets achtete ich die Gelassenheit für eines der höchsten Güter, welche der Mensch auf dieser Erde erringen kann; aber die Gelassenheit unter allen Umständen, die Gelassenheit jedem Wesen und Dinge gegenüber, die Gelassenheit in jeder Lage, sei sie bequem oder unbequem, drohend oder lächelnd, gut oder böse.

DIE ZEHN REGELN DER GELASSENHEIT

JOHANNES XXIII.

1. Heute, nur heute werde ich mich bemühen, den Tag zu leben, ohne die Probleme meines Lebens auf einmal lösen zu wollen.
2. Heute, nur heute werde ich auf ein zurückhaltendes Auftreten achten: Ich werde niemanden kritisieren, ich werde nicht danach streben, die anderen zu korrigieren oder zu verbessern – nur mich selbst.
3. Heute, nur heute werde ich in der Gewissheit glücklich sein, dass ich für das Glück geschaffen bin – nicht nur für die andere, sondern auch für diese Welt.
4. Heute, nur heute werde ich mich an die Umstände anpassen, ohne zu verlangen, dass die Umstände sich meinen Wünschen anpassen.
5. Heute, nur heute werde ich zehn Minuten meiner Zeit einer guten Lektüre widmen; wie die Nahrung für das leibliche Leben notwendig ist,

wo sie zu kurz kommt, wo du auf ihre Kosten Erfolge hast, blüht dir kein Glück Denn »Glück« empfinden kann nur die Seele, nicht der Verstand, nicht Bauch, Kopf oder Geldbeutel.

Indessen, hierüber kann man nicht lange denken und reden, so stellt das Wort sich ein, das alle diese Gedanken längst zu Ende gedacht und gesagt hat. Es ist vor langer Zeit gesprochen und gehört zu den wenigen Menschenworten, die zeitlos und ewig neu sind: »Was hülfte es dir, wenn du die ganze Welt gewännest, und nähmest doch Schaden an der deiner Seele!«



WENN SICH EIN MENSCH ERSCHÖPFT FÜHLT

MAHATMA GANDHI

Wenn sich ein Mensch erschöpft fühlt und nicht fähig ist, seine Arbeit fortzusetzen, dann ist das beste Heilmittel, sich hinzulegen und zu schlafen und, wenn möglich, eine Woche im Bett zu bleiben. Das ist die beste Methode, die verlorene Energie zurückzugewinnen, vor allem die mentale Energie. Denn während des Schlafes bekommt das Gehirn vollkommene Ruhe, und die Gehirnzellen, die während der aktiven Arbeit verzehrt werden, regenerieren sich durch die Blutzufuhr.



MAN MUSS DEM INNEREN ...

JOHANNES VOM KREUZ

Man muss dem Inneren die entspannte Ruhe zugestehen, die Zeit im Nichtstun zu verlieren. Das Einzige, was man in diesem Zustand tun kann, ist dies: Man soll das Innere freilassen von Wahrnehmungen und Gedanken, Meditationen und Erwägungen und sich ausschließlich hingeben an ein liebevolles und friedvolles Innewerden Gottes.



NICHTS GEHT MEHR, ALLES STEHT STILL

Nichts geht mehr. Alles steht still. Pausen der Stille in meinem Leben, ich brauche sie. Sie helfen mir, Kräfte zu sammeln, mich auf das Wesentliche zu besinnen, zu mir selbst zu finden und – Gott zu finden.

ANSELM VON CANTERBURY



WOHLWOLLEN AUSSTRÖMEN

Die Seele ist wie ein Wind,
der über die Kräuter weht,
wie der Tau, der auf die Wiesen träufelt,
wie die Regeluft, die wachsen macht.
Desgleichen ströme der Mensch
ein Wohlwollen aus
auf alle, die da Sehnsucht tragen.
Ein Wind sei er, der den Elenden hilft,
ein Tau, der die Verlassenen tröstet.
Er sei wie die Regeluft,
die die Ermatteten aufrichtet
und sie mit Liebe erfüllt wie Hungernde.

HILDEGARD VON BINGEN



TUT, ALS OB STETS SONNTAG WÄRE

Arbeit lässt sich schlecht vermeiden,
und sie ist der Mühe Preis.
Jeder muss sich mal entscheiden.
Arbeit zeugt noch nicht von Fleiß.

Arbeit muss es quasi geben.
Denn der Mensch besteht aus Bauch.
Arbeit ist das halbe Leben,
und die andre Hälfte auch.

Seht euch vor, bevor ihr schuftet!
Zieht euch keinen Splitter ein.
Wer behauptet, dass Schweiß duftet,
ist (ganz objektiv) ein Schwein.

Zählt die Arbeit zu den Strafen!
Wer nichts braucht, braucht nichts zu tun.
Legt euch mit den Hühnern schlafen.
Wenn es geht: pro Mann ein Huhn.

Manche geben keine Ruhe,
und sie schufteten voller Wut.

Doch ihr Tun ist nur Getue,
und es kleidet sie nicht gut.

Lasst euch auf den Sofas treiben!
Gut geträumt ist halb gelacht.
Hände sind zum Händereiben.
Sprecht schon morgens: »Gute Nacht«.

Lasst die Wecker ruhig rasseln!
Zeigt dem Krach das Hinterteil.
Lasst die Moralisten quasseln.
Bietet euch nicht täglich feil.

Wozu macht ihr Karriere?
Ist die Erde denn kein Stern?
Tut, als ob stets Sonntag wäre,
denn er ist der Tag des Herrn.

Vieles tun, heißt vieles leiden.
Lebt, so gut es geht, von Luft.
Arbeit lässt sich schlecht vermeiden –
Doch wer schuftet, ist ein Schuft!

ERICH KÄSTNER

~ 140 ~

Quellenverzeichnis

Texte

- Detlev Bock, Beim Blättern im Reisealbum. Alle Rechte beim Autor.
- Antoine de Saint-Exupéry, Der vierte Planet. Erschienen in: Antoine de Saint-Exupéry, Der Kleine Prinz © 1950 und 2008 Karl Rauch Verlag, Düsseldorf
- Hermann Hesse, Manchmal. Erschienen in: Hermann Hesse, Sämtliche Werke, Band 10: Die Gedichte. © Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main 2002
- Hermann Hesse, Von der Seele. Erschienen in: Hermann Hesse, Sämtliche Werke, Band 13: Betrachtungen und Berichte 1899-1926 © Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main 2003
- Hermann Hesse, Je mehr wir von uns verlangen ... (Textauszug). aus: Hermann Hesse, Das Glasperlenspiel, in: ders., Sämtliche Werke, Band 5. © Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main 2001
- Erhart Kästner, Warum reist man eigentlich? Erschienen in: Erhart Kästner, Aufstand der Dinge. Byzantinische Aufzeichnungen. © Insel Verlag Frankfurt am Main und Leipzig 1975
- Erich Kästner, Tut, als ob stets Sonntag wäre. Erschienen in: Erich Kästner, Bürger schont eure Anlagen, in: Lärm im Spiegel © Atrium Verlag Zürich 1929 und Thomas Kästner
- Katharina Klöcker, Göttliches Faulenzen. Alle Rechte bei der Autorin.
- Reinhard Körner, Mein Kurerfolg. Erschienen in: Reinhard Körner, Mein Glaubensbekenntnis. Mit Bildern von Sieger Köder © St. Benno-Verlag GmbH, Leipzig 2008
- Bert Noglik, Provokation. Erschienen in: Doktor Murke und Mister Smith, in Die Wochen-Zeitung, Zürich, 20.10.1995. Alle Rechte beim Autor.
- Barbara Puppe, Entdecke das Kind in dir!. Alle Rechte bei der Autorin.
- Werner Reiser, Als der liebe Gott Ferien machen wollte. Alle Rechte beim Autor.

~ 141 ~

Alois Schröder, Erholung finden. Erschienen in: Alois Schröder, Marcus C. Leitschuh, Ein Sonntag für die Seele. © St. Benno-Verlag GmbH, Leipzig 2008

Erwin Strittmatter, Lob auf den Juni ("Frühfrühlingsplätze")
Erschienen in: Erwin Strittmatter, 3/4 hundert Kleingeschichten © Aufbau Verlag GmbH & Co KG, Berlin 2001 (das Werk erschien erstmals 1971 im Aufbau-Verlag; Aufbau ist eine Marke der Aufbau Verlag GmbH & Co. KG)

Jürgen Werth, 4'33 Entnommen aus: Petra Hahn-Lütjen (Hrsg.), WeihnachtsFestGeschichten © 2009 Brunnen Verlag, Gießen

Rudolf Otto Wiemer, Zwanzig Liter Geduld. Erschienen in: Rudolf Otto Wiemer, Die Reise mit dem Großvater, Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh 1989. © Rudolf Wiemer Erben, Hildesheim

Rudolf Otto Wiemer, Der Duft der großen weiten Welt. Erschienen in: Rudolf Otto Wiemer, Lob der kleinen Schritte © Friedrich Reinhardt Verlag, Basel 1981

Wilhelm Willms, der seher (gekürzt). Erschienen in: Wilhelm Willms, aus der luft gegriffen. bausteine zu gottesdiensten mit kindern und familie. © Verlag Butzon & Bercker GmbH, Kevelaer, 4. Auflage 1984, S. 28f., www.bube.de -gekürzt-

Christa Wolf, Wenn wir uns fragen, ... (Textauszug). Erschienen in: Christa Wolf, Sommerstück. © Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main 2008

Lothar Zenetti, Und er sah eine große Menge Volkes. Erschienen in: Lothar Zenetti, Die wunderbare Zeitvermehrung. © Sankt Ulrich Verlag/Wewel Augsburg (www.sankt-ulrich-verlag.de)

S. 65: © Miredi/Fotolia.de

S. 81: © Pepie/Fotolia.de

S. 102: © ivp/Fotolia.de

S. 116: © Andreas F./Fotolia.de

Wir danken den genannten Inhabern von Text- und Bildrechten für die freundliche Erteilung der Abdruckgenehmigung. Der Verlag hat sich bemüht, alle Rechteinhaber in Erfahrung zu bringen. Für zusätzliche Hinweise sind wir dankbar.

Bilder

S. 10: © dkimages/Fotolia.de

S. 33: © Willi/Fotolia.de

S.48: © M. Schuppich/Fotolia.de