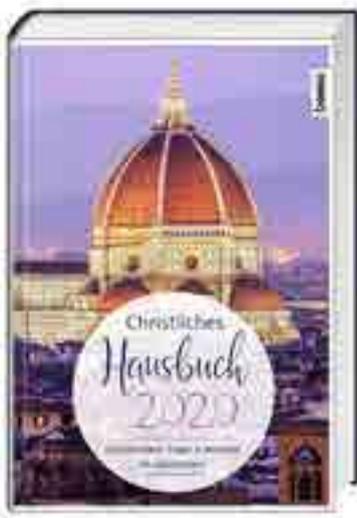


## Leseprobe



### **Christliches Hausbuch 2020**

Geschichten, Tipps und Impulse im Jahreskreis

160 Seiten, 17 x 24,5 cm, gebunden, durchgehend farbig  
**ISBN 9783746253329**

Mehr Informationen finden Sie unter [st-benno.de](http://st-benno.de)

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 2019



Christliches  
*Hausbuch*  
2020

benno



JANUAR 4



FEBRUAR 16



MÄRZ 28



APRIL 42



MAI 56



JUNI 68



JULI 82



AUGUST 94



SEPTEMBER 106



OKTOBER 118



NOVEMBER 130



DEZEMBER 142

# Januar

Mi	1	Neujahr, Gottesmutter Maria	Wilhelm von Dijon, Cajus (Kai), Heinrich (Henry), Hugo
Do	2	CH: Berchtoldstag	Gregor von Nazianz, Basilius der Große, Dietmar von Prag
Fr	3		Adele von Pfalzel, Irmina (Irma) von Öhren, Odilo von Cluny
Sa	4		Angela von Foligno, Marius, Roger (Rüdiger), Christiana von Lucca
So	5	2. So. nach Weihnachten	Eduard der Bekenner, Ämiliana (Emilie), Tatjana (Tanja)
Mo	6	Erscheinung des Herrn	Kaspar, Melchior, Balthasar, Gertrud von Traunkirchen, Pia
Di	7		Raimund von Peñafort, Valentin von Rätien, Lucian von Antiochia
Mi	8		Severin von Noricum, Erhard von Regensburg, Gudrun von Brüssel
Do	9		Julian von Antinoë, Eberhard von Schäftlarn, Alix (Alice) Le Clerc
Fr	10		Gregor X., Paulus v. Theben, Adrian v. Canterbury, Wilhelm v. Donjeon
Sa	11		Paulinus v. Aquileja, Theodosius d. Gr. (Theo), Lucius der Bekenner
So	12	Taufe des Herrn	Tatiana von Rom (Tanja), Hilde von Salzburg, Ernestus (Ernst)
Mo	13		Ivette v. Huy (Jutta), Gottfried v. Kappenberg, Hilmar v. Tournai
Di	14		Felix v. Nola, Berno, Christiana von Georgien, Reiner v. Arnsberg
Mi	15		Arnold Janssen, Anton von Ilbenstadt, Konrad II., Micha
Do	16		Marzellus I., Ulrich von Blücher, Tillo von Solignac (Thilo)
Fr	17		Antonius d. Einsiedler, Beatrix v. Cappenberg, Rosalina (Rosa), Julian
Sa	18		Margarete von Ungarn, Priska (Priscilla), Beatrix II. von Este
So	19	2. So. im Jahreskreis	Marius und Martha, Heinrich v. Uppsala (Henrik), Pia v. Karthago
Mo	20		Fabian, Sebastian, Ursula Haider, Elisabeth von Füssenich
Di	21		Agnes v. Rom, Meinrad v. Einsiedeln, Alban Bartholomäus Roe
Mi	22		Vinzenz von Saragossa, Laura Vicuña, Irene von Rom, Walter
Do	23		Heinrich Seuse (Heiko), Hartmut von St. Gallen, Nikolaus Groß
Fr	24		Franz von Sales, Arno von Salzburg, Vera von Clermont, Eberhard
Sa	25		Bekehrung des Apostels Paulus, Wolfram, Titus Maria Horten
So	26	3. So. im Jahreskreis	Timotheus und Titus (Tim, Timo), Paula von Rom, Albert v. Cîteaux
Mo	27		Angela Merici, Paul Josef Nardini, Julian von Le Mans, Gerhard
Di	28		Thomas von Aquin, Karl der Große, Manfred von Riva
Mi	29		Sabina von Troyes (Sabine), Josef Freinademetz, Valerius von Trier
Do	30		Martina, Diethild, Serena von Spoleto, Maria Ward
Fr	31		Johannes Bosco, Marcella, Hemma (Emma), Eusebius v. Viktorsberg

Unter Gottes Segen



CHIARA LUBICH

„Alle sollen eins sein“

### Das Geistliche Testament von Chiara Lubich

Seid Familie!

Wenn ich heute diese Erde verlassen müsste und um ein letztes Wort gebeten würde, das unser Ideal zusammenfasst, würde ich euch – in der Gewissheit, recht verstanden zu werden – sagen: Seid Familie!

Haben einige unter euch seelische Prüfungen durchzustehen? – Dann habt Verständnis für sie wie eine Mutter, ja mehr noch als eine Mutter. Helft ihnen durch euer Wort, durch euer Beispiel. Tut alles, damit sie die Wärme der Familie nicht nur nicht vermissen, sondern sie noch mehr spüren als sonst.

Sind einige unter euch krank? – Dann gelte ihnen eure besondere Liebe. Leidet mit ihnen. Sucht ihren Schmerz in seinem ganzen Ausmaß zu verstehen! Lasst sie teilhaben an den Früchten eures Apostolats, damit sie spüren, dass sie dazu einen größeren Beitrag als andere geleistet haben.

Liegt jemand von euch im Sterben? – Versetzt euch in seine Lage und tut, was ihr euch bis zum letzten Augenblick eures Lebens wünschen würdet, wenn ihr an seiner Stelle wärt.

Freut sich jemand, weil er einen Menschen für Gott gewonnen hat oder aus irgendeinem anderen Grund? – Freut euch mit ihm, damit seine Freude nicht verebbt und er sich nicht verschließt, sondern alle seine Freude teilen können.

Muss euch jemand verlassen und an einen anderen Ort ziehen? Gebt ihm als tiefstes Geschenk und als Auftrag das Bewusstsein mit auf den Weg, zu einer Familie zu gehören.

### CHIRARA LUBICH UND DIE FOKOLARBEWEGUNG

Die Fokolar-Bewegung hat ihren Ursprung im Charisma der Einheit, einer Gabe Gottes an Chiara Lubich. Ihre Anfänge liegen in Trient in Norditalien. Mitten im Zweiten Weltkrieg weihte sich die 23 Jahre alte Chiara Lubich (1920–2008) am 7. Dezember 1943 Gott. Bald folgten ihr andere Mädchen auf diesem Weg. Gemeinsam bilden sie das erste „Fokolar“. „Focolare“ bedeutet auf Italienisch Herdfeuer, Feuerstätte. Dieses war in den alten Häusern in Trient der zentrale Ort des Hauses, davon leitet sich der Name der Gemeinschaft ab. Vor 100 Jahren – am 22. Januar 1920 – erblickte Chiara Lubich in Trient das Licht der Welt.



Nichts, was ihr tut und unternimmt – keine geistliche Praxis und kein Einsatz für andere –, soll jemals wichtiger sein als der Geist der Familie unter euch. Und dort, wo ihr hingehet, um das Leben Christi weiterzugeben, um das Werk Mariens aufzubauen, könnt ihr nichts Besseres tun, als – mit der gebotenen Zurückhaltung und Klugheit, aber auch mit aller Entschiedenheit – diesen Geist der Familie zu verbreiten. Es ist ein Geist der Demut und des Wohlwollens, dem jede Überheblichkeit fremd ist. Es handelt sich um echte, reife Liebe. Wenn ich also von euch gehen müsste, hätte ich eigentlich nur den Wunsch, dass Jesus in mir euch aufs Neue sagt: „Liebt einander!“ – „Alle sollen eins sein“.

Dies bedeutet Glück,  
das Glück schlechthin:  
zu lieben und zu spüren:  
Ich bin geliebt.

*Chiara Lubich*

Eine Seele, die liebt,  
ist für die Welt  
eine kleine Sonne,  
die Gott ausstrahlt.

*Chiara Lubich*



PATER ECKHARD BIEGER SJ

## Das Kirchenjahr im Januar

Die Weihnachtszeit endet seit der Liturgiereform des Zweiten Vatikanischen Konzils mit dem 6. Januar, es beginnen dann die Sonntage und Wochen des Jahreskreises. Der Sonntag nach Erscheinung, der an die Taufe Jesu erinnert, zählt bereits als 1. Sonntag im Jahreskreis. Die Lesungen der darauffolgenden Woche finden sich bei der „1. Woche im Jahreskreis“. Die evangelischen Kirchen haben die alte Zählweise „Sonntage nach Epiphaniastag“ beibehalten.

Am 2. Februar erinnert das Fest „Darstellung des Herrn“, auch Mariä Lichtmess genannt, an das letzte der weihnachtlichen Geschehnisse, den vom Gesetz vorgeschriebenen Besuch Marias im Tempel.

Im alten Weihnachtsfest der alexandrinischen Kirche war der 6. Januar der Gedenktag der Taufe Jesu. Die Liturgie-

reform der katholischen Kirche hat traditionelle Inhalte des Epiphaniestages auf die folgenden Sonntage gelegt, denn am 6. Januar wurde die Erscheinung Jesu mit drei Ereignissen gefeiert. Jesus wird von den Heiden, nämlich von den Weisen aus dem Morgenland, als Messias erkannt. Bei seinem ersten öffentlichen Auftritt wird er von Johannes dem Täufer als Messias bekannt. Sein erstes Wunder tut er in Kana. Am Sonntag nach Erscheinung wird das Fest der Taufe Jesu gefeiert. Das Gedächtnis an die Hochzeit von Kana, bei der Jesus Wasser in Wein verwandelte, folgt mit dem Evangelium am darauffolgenden Sonntag.

## Neujahr

Auch dieses Jahr, noch unbeschrieben, trägt schwer an der vergangen Last. Doch was für morgen dir geblieben ist mehr, als du verloren hast.

Verloren gingen manche Träume und mancher Tag, der jäh zerrann. Du tastest in die neuen Räume, die sich vor dir schon aufgetan.

Doch wisse: Auch in diesen Wochen bleibt das, was war vor aller Zeit: das Wort aus Gott, dir zugesprochen und auch im Dunkeln dein Geleit.

So geh getrost und ohne Sorgen. An keinem Tag bist du allein. Denn so wie gestern wird auch morgen Er selbst an deiner Seite sein.

*Wilma Klevinghaus*

Tipp von Sr. Justina

### ENDIVIE



Bei der Endivie handelt es sich um einen Salat für den Herbst und Winter. Sie gehört zu den Zichoriengewächsen und ist mit Chicorée und Radicchio verwandt. Es gibt Sorten mit glatten und mit krausen Blättern, die jeweils leichte

Fröste vertragen.

Die Endivie zeichnet sich durch einen zartbitteren, leicht herben Geschmack aus. Ihr Bitterstoff regt den Gallenfluss an, sodass ein Endiviensalat als Beilage von fettreichen Gerichten diese leichter verdaulich macht. Endiviensalat enthält deutlich mehr Mineralstoffe und Vitamine als Kopfsalat.

Die Endivie kann als Rohkost zubereitet werden oder – etwa wie Spinat – gekocht werden.



**150. Geburtstag von Ernst Barlach – zwischen Realismus und Expressionismus**

In Wedel bei Hamburg erblickte am 2. Januar 1870, vor 150 Jahren, Ernst Barlach das Licht der Welt. Das Werk des Bildhauers, Schriftstellers und Zeichners Ernst Barlach ist zwischen Realismus und Expressionismus angelegt. Besondere Bekanntheit erlangten seine Bronze- und Holzplastiken. Viele Kunstwerke des von den Nationalsozialisten als „entartet“ verfemten Barlach widmen sich christlichen Themen, so der „Lesende Christus“ oder „Das Wiedersehen (Christus und Thomas)“. Barlach starb, vereinsamt und mit einem Ausstellungsverbot belegt, 1938 in Rostock. Das Ernst-Barlach-Museum in Ratzeburg zeigt seit 1956 Arbeiten und Dokumente aus dem gesamten Werk Barlachs.



**Aurelius Arkenau – ein mutiger Dominikaner**

Vor 120 Jahren, am 7. Januar 1900, kam Aurelius Arkenau in der kleinen Gemeinde Essen (Oldenburg) zur Welt. Der Dominikanerpater kam im Jahr 1940 nach Leipzig-Wahren und war bis 1946 Superior des kleinen Dominikanerkonvents und Pfarrer der Gemeinde Sankt Albert. Im Zweiten Weltkrieg versteckte und rettete der Regimegegner von den Nazis verfolgte Juden, polnische Zwangsarbeiter, Kommunisten, Desserteure und Arbeiterpriester. Weit über 100 Menschen überlebten so die Zeit des „Dritten Reiches“. Der Staat Israel ehrte Pater Aurelius Arkenau im Jahr 1999 in der Gedenkstätte Yad Vashem mit der Auszeichnung „Gerechter unter den Völkern“.

**75. Geburtstag von Anselm Grün**

Der Benediktinerpater Anselm Grün gehört zu den erfolgreichsten und meistgelesenen spirituellen Autoren im deutschen Sprachraum. Weltweit verkaufte er seine Werke in einer Gesamtauflage von über 14 Millionen Exemplaren. Im Alter von 19 Jahren trat Anselm Grün in die Benediktinerabtei Münsterschwarzach ein. Bis 2013 war er dort als Cellerar für die Leitung von über 20 Betrieben mit 300 Mitarbeitern verantwortlich. In seinen Kursen und Vorträgen versucht Anselm Grün, suchenden Menschen Antworten zu geben. Am 14. Januar feiert Anselm Grün seinen 75. Geburtstag.



Küchentipps



**AUS DER KÜCHE VON**

*Wilma Schamberger*

kocht im Exerzitien- und Bildungshaus in Bad Soden-Salmünster



**Lachslasagne**

für 6 Personen

**ZUTATEN**

- |                               |                                |
|-------------------------------|--------------------------------|
| 12 Lasagneplatten             | Für die Mehlschwitze:          |
| 750 g Blattspinat (aufgetaut) | 80 g klein gewürfelte Zwiebeln |
| 600 g Lachsfilet              | 50 g Butter                    |
| 80 g geriebener Parmesan      | 50 g Mehl                      |
| 300 ml Milch, 100 ml Sahne    | 1 Knoblauchzehe, klein gehackt |
| 100 ml Wasser, 50 ml Weißwein |                                |

**ZUBEREITUNG**

Auflaufform (ca. 20 x 30 cm) einfetten. Mehlschwitze: Zwiebeln und Knoblauch in Butter glasig dünsten, Mehl einrühren, kurz anschwitzen. Topf vom Herd nehmen, die vorher vermischte Flüssigkeit (Milch, Sahne, Wasser, Weißwein) zügig einrühren, aufkochen, 8 min köcheln lassen. Spinat, untermischen, aufkochen. Mit Pfeffer, Salz, geriebenem Muskat, Gemüsebrühe abschmecken. Lachsfilet in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Schichtweise die Form füllen: Spinatsauce, Lasagneplatten, Sauce (ca. 1/4 der Masse), 1/3 des Lachsfilets, Schichtung zweimal wiederholen, zuletzt nochmals Lasagneplatten, mit dem Rest der Sauce abdecken. Bei 180 °C ca. 20 min backen, mit Käse bestreuen, weitere 20 min backen.

**LACHS**

Wenn der gegarte Lachs zu trocken ist, beträufeln Sie ihn mit zerlassener Butter oder etwas gutem Olivenöl. Den Fisch können Sie auch mit einer Vinaigrette retten, natürlich kommt es dabei auf die Beilagen an.

**FRISCHER LACHS**

Wenn Sie den frisch gekauften Lachs in ein feuchtes Papier einschlagen, dann hält sich der Fisch im Kühlschrank bis zu 24 Stunden frisch.

**GESUNDER LACHS**

Fischfett setzt im menschlichen Körper kein Fett an. Lachs enthält sehr viele gesunde, ungesättigte Fettsäuren, viele Omega-3-Fettsäuren, aber auch zahlreiche Vitamine (A, B1, B6, B12 und D) und Mineralstoffe.





## TAUFE

Die Taufe ist das erste und wichtigste der sieben Sakramente. Jesus hat der Kirche dazu den Auftrag gegeben: „Geht und macht alle Völker zu meinen Jüngern; tauft sie auf den Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes“ (Mt 28,19). Mit der Taufe wird ein Mensch in die christliche Gemeinschaft aufgenommen. Für Kinder bezeugen Eltern und Paten den Glauben an den dreifaltigen Gott und verpflichten sich, das Kind auf seinem Glaubensweg zu begleiten.

Reinhard Abeln



MARGOT KÄSSMANN

## Unter dem Segen Gottes

Einen Säugling zu taufen, der noch nichts leisten kann, ganz und gar auf andere angewiesen ist, das ist für mich ein wunderbares Zeichen für die Liebe Gottes. So liebt uns Gott, jeden Menschen, ganz ohne dass wir irgendetwas Großartiges vorzuweisen hätten. Gottes Zuspruch ist größer als alles, was wir je leisten können. Oder wie es ein bekannter Theologe ausdrückt: Die Säuglingstaufe bringt „auf eine unüberbietbare Weise die Bedingungslosigkeit der göttlichen Heilzusage zum Ausdruck“.

Ein Säugling hat noch nichts geleistet. Und trotzdem sagt Gott Ja zu ihm, unwiderlich. Oder, drücken wir es ökonomisch aus, sein Lebenskonto ist schon in den schwarzen Zahlen, von Anfang an. Und was er auch tut im Leben, egal, wie sehr er scheitert – vor Gott wird das Leben niemals in die roten Zahlen kommen, es hat seinen eigenen Wert. Das ist eine ungeheure Bestätigung für unser Leben! Und diese Segenszusage kann Eltern ungeheuer entlasten. Auch sie können ja scheitern, in der Erziehung des Kindes, an vielen Punkten. Da zu wissen: Es liegt nicht allein an mir, sondern alles liegt an Gottes Segen, das ermutigt, denke ich. Dabei geht es nicht um eine Art magischen Schutz gegen die Gefährdungen des Lebens. So erinnere ich mich, dass meine Schwiegermutter schockiert war, als ich meine erste Tochter vor ihrer Taufe spazieren fuhr, „ungeschützt“ sozusagen. Und ich erinnere mich an Taufgespräche, in denen Eltern sagten, ihnen sei der Glaube eigentlich nicht so wichtig, aber wenn es das Kind schütze, sei es ja gut. Nein, die Taufe kann nicht vor Unglück und Leid bewahren. Aber sie zeigt eine Einbindung dieses Kindes, der Segen Gottes wird es begleiten in guten und in schweren Zeiten.

MARIA RADZIWON

## Taufgedanken

„Warum habt ihr mich getauft?“ Was antworten auf diese Frage? Weil es so üblich ist? Weil wir um Schutz Gottes für dich gebeten haben? Weil wir für dich beten und dir einen Namen geben wollten?

Nun, alle Antworten sind richtig. Aber keine von ihnen trifft das, was uns eigentlich bewegte. Natürlich war da die Tradition, das schöne Fest, die wunderbaren Texte und Segensworte. Es ist schön, einen lieben Menschen als Begleiter (Paten) für das Kind zu wissen. Und doch geht es eigentlich um etwas anderes: Das Kind wird aufgenommen in die Gemeinschaft der Kirche. Es ist von Anfang an ein Kind Gottes, aber mit der Taufe bekommt es auch einen Auftrag: die Botschaft Jesu im Herzen aufzunehmen, das Leben im Glauben, in der Liebe und in der Hoffnung zu gestalten. Auf diesem Weg und im Erfahren des Glaubens, seiner Traditionen und Feste braucht es Begleitung – die der Eltern, der Familie und der Paten. Es braucht eine Gemeinde, die das Kind aufnimmt mit all seinen Besonderheiten, und es braucht das Gebet für- und miteinander.

„Wir wollten dich ganz bewusst der Liebe Gottes anvertrauen, damit du gestärkt durchs Leben gehen kannst und weißt, an wen du dich immer wenden kannst.“



ARMIN KAUPP

## Bruder Sonne

Ein Priester war zu Besuch bei einem alten Mann. Der Alte saß verdrießlich, ohne Lebensfreude und Zuversicht in der Stube seines kleinen etwas heruntergekommenen Hauses und schilderte dem Besucher ohne Unterlass all seine Leiden, Sorgen und Gebrechen.

Unvermittelt fragte der Besucher nach einiger Zeit den Alten nach der Anzahl der Fenster seines Hauses. Der Alte überlegte einen Augenblick und gab verwundert „etwa 15 Stück“ zur Antwort.

„Nun“, erkundigte sich der Geistliche weiter, „sage mir, wie steht es um dein Augenlicht?“

Der Alte legte verständnislos die Stirn in Falten. „Ich kann noch lesen wenn es groß genug geschrieben steht.“

„Gelobt seist du, mein Herr, mit allen deinen Geschöpfen, zumal dem Herrn Bruder Sonne“, begann der Besucher

auf eine alte Melodie leise zu singen, und weiter „er ist der Tag, und du spendest uns das Licht durch ihn. Und schön ist er und strahlend in großem Glanz, dein Sinnbild. o Höchster.“

„Es sind Worte aus dem Sonnengesang des ...“

„Ja, ja“, unterbrach der Alte, „des Franz von ...“ Er wurde angesichts seiner eigenen Verständnislosigkeit der Worte des Besuchers unwillig.

„Nun ich wollte dir nur sagen, dass Franziskus zu jener Zeit in einer Höhle lebte. Es wird kein Fenster darin gewesen sein. Und als er auf seinem Sterbebett zum letzten Mal dieses Lied sang, war er völlig blind. Das wollte ich dir zum Abschied sagen: Die Sonne scheint, dein Haus hat 15 Fenster, und deine Augen können das Wunder des Sonnenlichtes noch fassen.“

## Der Gesang von Bruder Sonne

Höchster, allmächtiger, guter Herr, dein ist das Lob, die Herrlichkeit und Ehre und jeglicher Segen.

Dir allein, Höchster, gebühren sie und kein Mensch ist würdig, dich zu nennen.

Gelobt seist du, mein Herr, mit allen deinen Geschöpfen, besonders dem Herrn Bruder Sonne, der uns den Tag schenkt und durch den du uns leuchtest. Und schön ist er und strahlend in großem Glanz: von dir, Höchster, ein Sinnbild.

Gelobt seist du, mein Herr, für Schwester Mond und die Sterne. Am Himmel hast du sie geformt, klar und kostbar und schön.

Lobt und preist meinen Herrn und dankt und dient ihm mit großer Demut.

*Franz von Assisi*

## PORTIUNCULA-KAPELLE IN ASSISI

In einer Ebene unterhalb von Assisi steht die gewaltige Barockkirche Santa Maria degli Angeli. Ihre Mauern schützen ein wichtiges Heiligtum des Franziskanerordens: die Portiuncula-Kapelle. Die schlichte, halb zerfallene Kapelle aus dem 4. Jahrhundert überließen die Benediktiner dem hl. Franziskus. Hier gründete er im Jahr 1209 seine Bruderschaft. Drei Jahre später nahm er hier die hl. Klara in seine Armutsbewegung auf. Noch heute beeindruckt die Kapelle durch ihre Dürftigkeit und Bescheidenheit, lediglich die Rückwand zieren eine Verkündigung und Szenen aus dem Leben des hl. Franziskus.

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



# Februar

Sa	1		Brigitta v. Kildare (Britta), Sigisbert III. (Sigbert), Severus v. Ravenna
So	2	Darstellung des Herrn	Dietrich von Minden, Bodo, Alfred Delp, Burkhard von Würzburg
Mo	3		Blasius, Simeon u. Hanna, Ansgar v. Hamburg-Bremen, Alojs Andritzki
Di	4		Rabanus Maurus, Veronika, Gilbert v. Sempringham, Christian
Mi	5		Agatha v. Catania, Adelheid v. Vilich (Elke), Elisabeth v. Wertheim
Do	6		Paul Miki, Dorothea von Kappadokien, Hildegund von Meer
Fr	7		Richard von England, Juliana von Bologna, Petrus Werhun, Ava
Sa	8		Hieronymus Ämiliani, Josefine Bakhita, Milada
So	9	5. So. im Jahreskreis	Anna Katharina Emmerick (Antje), Julian v. Speyer, Lambert v. Neuwerk
Mo	10		Wilhelm v. Malavalle, Bruno v. Minden, Scholastika, Hugo v. Fosses
Di	11		Unsere Liebe Frau in Lourdes, Anselm v. Rot, Theodora II., Theodor
Mi	12		Benedikt von Aniane, Gregor II., Antonius
Do	13		Christina von Spoleto, Gisela von Veltheim, Adolf von Osnabrück
Fr	14	Valentinstag	Cyrrill und Method, Valentin von Terni, Johannes Garcia
Sa	15		Siegfried v. Schweden, Georgia v. Clermont, Drutmar v. Corvey, Jovita
So	16	6. So. im Jahreskreis	Juliana von Nikomedien, Simeon von Metz, Philippa Mareri, Elias
Mo	17		Alexis Falconieri (Alex), Finan v. Lindisfarne (Finn), Bonosus v. Trier
Di	18		Simon von Jerusalem, Constantia (Konstanze), Alexander
Mi	19		Bonifatius v. Lausanne, Hedwig v. Cappenberg, Irmgard v. Aspel
Do	20		Falko von Tongern, Leo von Catania, Jordan Mai
Fr	21		Petrus Damiani, Eleonore von England, Irene von Rom, German
Sa	22		Kathedra Petri, Isabella (Elisabeth) v. Frankreich, Margareta v. Cortona
So	23	7. So. im Jahreskreis	Otto von Cappenberg, Romana von Todi, Willigis von Mainz (Willi)
Mo	24	Rosenmontag	Apostel Matthias, Ida von Hohenfels, Irmgard von Baden, Edelbert
Di	25	Fastnacht	Walburga von Heidenheim, Robert von Arbrissel, Cäsarius
Mi	26	Aschermittwoch	Mechthild v. Sponheim, Ulrich v. Obermarchtal, Alexander v. Alexandria
Do	27		Leander von Sevilla, Markward von Prüm, Anne Heigham Line
Fr	28		Silvana, Roman von Condat, Elisabeth von Pommern
Sa	29		Oswald von Worcester, Antonia von Florenz



Wahrhaftig leben

# September

Di	1		Ruth, Josua, Gideon, Verena, Ägidius, Aloys Scholze
Mi	2		Ingrid Elovsdotter, Franz Urban Salins de Niart, Justus von Lyon
Do	3		Gregor der Große, Sophie von Minden, Phoebe, Marinus von Rimini
Fr	4		Irmgard von Süchteln, Ida von Herzfeld, Iris, Rosa von Viterbo
Sa	5		Mutter Teresa, Roswitha von Gandersheim, Maria Theresia
So	6	23. So. im Jahreskreis	Magnus v. St. Gallen, Gundolf v. Metz, Stephan v. Die (Étienne)
Mo	7		Otto von Freising, Judith, Regina von Burgund, Dietrich I. von Metz
Di	8	Mariä Geburt	Hadrian (Adrian), Sergius I., Alan de la Roche
Mi	9		Petrus Claver, Friedrich (Frederic) Ozanam, Euthymia Üffing (Emma)
Do	10		Nikolaus v. Tolentino, Diethard v. Tongern, Dagobert II. v. Austrasien
Fr	11		Ludwig IV. von Thüringen, Maternus von Köln, Felix und Regula
Sa	12		Mariä Namen (Marion), Guido v. Anderlecht, Gerfried v. Münster
So	13	24. So. im Jahreskreis	Johannes Chrysostomus, Tobias u. Tobit, Notburga von Rattenberg
Mo	14	Kreuzerhöhung	Conan O'Rourke (Kornelius), Albert von Jerusalem
Di	15	Schmerzen Mariens	Dolores, Roland von Medici, Melitta von Preslav (Melissa)
Mi	16		Kornelius von Rom, Edith von Wilton, Julia von Oeren
Do	17		Hildegard von Bingen, Robert Bellarmin, Ariadne (Ariane)
Fr	18		Lambert v. Maastricht, Lambert v. Freising, Richardis v. Andlau (Ricarda)
Sa	19		Theodor von Canterbury, Igor von Kiew, Januarius von Neapel
So	20	25. So. im Jahreskreis	Andreas Kim Taegon, Paul Chong Hasang, Eustachius, Warin
Mo	21		Apostel und Evang. Matthäus, Jona (Jones), Debora, Maura
Di	22	Herbstanfang	Mauritius (Moritz), Emmeram von Regensburg
Mi	23		Zacharias u. Elisabeth, Thekla v. Ikonium, Linus, Pio da Pietrelcina
Do	24		Rupert u. Virgil v. Salzburg, Gerhard Sagredo, Hermann der Lahme
Fr	25		Niklaus von Flüe (Bruder Klaus), Gottfried Thelen, Firmin von Amiens
Sa	26		Kosmas u. Damian, Kaspar Stanggassinger, Eugenia v. Odilienberg
So	27	26. So. im Jahreskreis	Vinzenz von Paul, Hiltrud von Lissies, Dietrich I. von Naumburg
Mo	28		Lioba v. Tauberbischofsheim, Wenzeslaus (Wenzel), Laurentius Ruiz
Di	29	Michaelstag	Erzengel Michael, Gabriel und Rafael, Johannes von Dukla (Jan)
Mi	30		Hieronymus, Sophia von Mailand, Urs und Viktor von Solothurn



Gott neu entdecken



## GUY GILBERT

Geboren 1935 im westfranzösischen Rochefort-sur-Mer, widmet er sein Leben den Randgruppen der Gesellschaft. Der legendäre, äußerst unkonventionelle französische Geistliche plädiert ganz im Sinne von Papst Franziskus dafür, den Blick zu schärfen für die Armen, Schwachen und Ausgestoßenen und „bis an die Ränder“ zu gehen. Zusammen mit Sozialarbeitern und Pädagogen betreut er ein Bauernhofprojekt in der Provence, um straffälligen Jugendlichen wieder in ein „normales“ Leben zu verhelfen. Am 12. September feiert Guy Gilbert seinen 85. Geburtstag.



## GUY GILBERT

### Gott und mein „Mobiltelefon“

Vor vielen Jahren nahm ich zum ersten Mal Mobiltelefone wahr.

„Keine Sorge, mein Schatz, das Flugzeug hat wegen des Nebels Verspätung“, sprach mein Sitznachbar in sein „mobiles“ Mobiltelefon zu seiner verängstigten oder misstrauischen Liebsten. Der Flughafen, in Nebel gehüllt, summte nur so von privaten und geschäftlichen Gesprächen. Ich sagte mir, dass ich solch ein teuflisches Instrument niemals besitzen würde, da es schon eine wachsende Zahl Telekommunikationssüchtiger wie ein Schatten verfolgt.

... Und dann habe ich eins gekauft! Plötzlich wurde mir klar, dass meine Mitarbeiter mich nun überall aufstöbern konnten. Sie raufte sich schon seit geraumer Zeit die Haare, wenn sie versuchten, mich zu erreichen. Ein gesunder, das heißt kurzer Umgang mit Kommunikationsmitteln erlaubt mir im Notfall, in-

formiert zu werden und zu telefonieren, nämlich, wie alle Welt, in einer Telefonzelle, wo es dreimal weniger kostet.

Dieses Handy ist ein unverzichtbares Instrument geworden, dessen bewährter Nützlichkeit ich ein angemessenes Maß zugewiesen habe.

Verrückt, aber das verdammte Telefon bringt mich dazu, oft über das Geheimnis der Kommunikation mit Gott nachzudenken. Gott verfolgt uns nicht wie ein Schatten, sondern Er ist mitten in uns. Er ist uns sogar voraus. Er drückt uns niemals weg. Er ist niemals einfach nicht erreichbar. Er ist da. Er hört zu. Er geht voran. Er folgt. Er unterbricht das Gespräch nicht. Manchmal scheint es am anderen Ende der Leitung still zu bleiben. Manchmal überwältigt uns Seine Gegenwart. Das ist selten. Aber so ist es besser. Sonst wären wir nicht mehr frei. Wir können uns jederzeit mit Ihm verbind-

den. Er ist immer da. Er ist der ewige Wächter, Er wartet. Er freut sich über unsere Lobgesänge. Vielleicht wünscht Er sich manchmal, dass wir ein bisschen weniger erbitten ... aber das weiß Er ja schon vorher. Die Konversationen können kurz sein. Ihm jederzeit „Ich liebe dich“ zu sagen, gefällt Ihm sicher unheimlich gut. Das ist supereinfach und wird nicht langweilig.

Er will, dass wir ein Handy der Liebe besitzen. Es kostet nichts. Wir müssen keine Tasten drücken. Wir sind sofort verbunden. Das ist super. Und auch noch kostenlos. Er antwortet durch eine sichtbare Gnade, eine erfüllte Bitte, einen Ausbruch von Freude, einen Moment unbeschreiblichen Friedens. Das sind die „mobilen“ Lacher Gottes!

Das grüne Blinken meines Miniaturtelefons erinnert mich daran, dass Gott in mir und in uns immer anwesend ist.

Wenn die Technik auf dem Bildschirm „Kein Netz“ anzeigt und das Blinken aufhört, weiß ich, dass dieser Raum Gott gehört. Dann steigt in mir ein Gebet auf. Ein mobiles Telefon bietet die Gelegenheit, die verbalen Belanglosigkeiten unserer Tage zu überprüfen. Es bietet die Gelegenheit, von Liebe zu sprechen, von Hoffnung und Vergebung. Es bedeutet, dem anderen mit Leidenschaft zuzuhören und dauerhaft zu Gott zu kommen. Es gibt uns Gelegenheit, über diesen einmaligen Satz aus dem Evangelium nachzudenken: „Eines Tages wirst du nach der Liebe beurteilt. Nur nach der Liebe.“



MANFRED BECKER-HUBERTI

## Michael, Gabriel und Rafael – Erzengel

Das lateinische Wort *angelus* entspricht dem deutschen Wort *Engel*. Es bezeichnet einen Boten Gottes. In der Bibel werden Männer, die sich als Boten Gottes beweisen (Gen 18), als leuchtende Erscheinung (Lk 2,9) beschrieben. Die Erzengel Gabriel, Michael und Rafael werden als einzige Engel mit Namen benannt. Der vierte Engel ist ein „gefallener Engel“, dessen Name einmal Lucifer (= Lichtträger) lautete. Markant tragen alle Erzengel die Silbe *El* in ihrem Namen, die Gott bedeutet, und damit Gott als ihren Auftraggeber ausweist.

Vor allem in den letzten Jahrzehnten scheinen Engel wieder populär geworden zu sein, betrachtet man die große Zahl der unter Verwendung dieses Begriffs erschienenen Bücher oder sogar demoskopische Befragungen. Nach einer For-

sa-Umfrage von 1995 glaubt jeder zweite Deutsche an einen persönlichen Schutzengel. 55 Prozent aller Deutschen halten Engel für ein religiöses Symbol, 35 Prozent glauben an ihre reale Existenz. In der Kunst sind die Engel schon lange zu pausbäckigen Flügelköpfchen degeneriert.

In der christlichen Kunst werden Engel seit dem 4. Jahrhundert fast immer mit Flügeln dargestellt. So sollen sie von Menschen unterschieden und als Geisteswesen erkennbar sein. Sie leben auf Gott hin ausgerichtet in der Transzendenz, sie dienen ihm und beten ihn ohne Unterlass an. Sie können Hilfs- und Schutzfunktion (Schutzengel) für die Menschen haben. In der Literatur, aber vor allem in der Kunst, kann die Präsenz von Engeln das hinter ihnen stehende Wort Gottes anschaulich machen, d. h. die menschlichen Augen sichtbaren Engel symbolisieren das Unsichtbare.

Der Erzengel Michael wurde in Deutschland früher so verehrt, dass man die Deutschen als (deutscher) Michel etikettierte.

MICHAELA TRIEB

## Herbstzeitgelüste

Tanzende Bäume

Umkreisende Blätter

Düfte von Pilzen umsäumen

Im gehauchten Atem

Errötende Äpfel

Drachen ihren Höhenflug starten

Spinnweben schweben

Durch nasskühle Lüfte

Herbstzeitgelüste durchlebend

Tipp von Sr. Justina

TOMATE



Die Tomate kam – wie die Kartoffel – durch die Seefahrer aus Mittel- und Südamerika nach Europa. Ursprünglich hatte sie eine gelbe Farbe, weswegen sie im Italienischen „pomodoro“, also „Goldapfel“, heißt. In Deutschland wurde die Tomate erst um 1900 bekannt. Mittlerweile gibt es schätzungsweise 2500 verschiedene Sorten mit einem großen Spektrum an Farben und Formen.

Tomaten haben viele gesundheitsfördernde Inhaltsstoffe. Am Strauch ausgereift schmecken sie besonders aromatisch. In unseren Breitengraden empfiehlt es sich, spätestens nach dem achten Blütenstand den Kopf auszubrechen, damit die Pflanze nicht weiter in die Höhe wächst, sondern ihre Kraft in die vorhandenen Früchte schickt und diese noch reifen können.

Man kann Tomaten nach der Ernte nachreifen lassen; dazu deckt man sie am besten mit Zeitungspapier ab.



**Franz Werfel – „Das Lied von Bernadette“**

Franz Werfel (1890–1945) kam vor 130 Jahren, am 10. September 1890, in einer deutsch-jüdischen Familie in Böhmen zur Welt. Der barocke Katholizismus seiner Heimatstadt Prag und die Frömmigkeit seines tschechischen Kindermädchens prägten den jungen Werfel, der in seinen Werken immer wieder religiöse Themen verarbeitete. Sein Roman „Höret die Stimme“ widmet sich dem Leben des Propheten Jeremia. Einem Gelübde folgend verarbeitete er nach seiner gegliückten Flucht in die USA 1941 in „Das Lied von Bernadette“ das Leben der hl. Bernadette Soubirous. Sein wohl wichtigstes Werk „Die vierzig Tage des Musa Dagh“ thematisiert den Völkermord an den Armeniern.



**1870 – Ende des Kirchenstaates**

Mit der Pippinischen Schenkung im Jahr 754 wurde der Kirchenstaat gegründet. Der Papst war nun nicht nur geistliches Oberhaupt aller Katholiken, sondern ebenso Fürst des Kirchenstaates in Mittelitalien. Der Wiener Kongress stellte 1815 den von Napoleon aufgehobenen Kirchenstaat wieder her. Bis zuletzt widersetzte sich Papst Pius IX. der italienischen Einigungsbewegung. Nach dem Abzug der französischen Schutztruppen eroberten italienische Soldaten vor 150 Jahren, am 20. September 1870, Rom. Eine Volksabstimmung am 2. Oktober besiegelte die Angliederung des Kirchenstaates an Italien.

**Kirchenvater Hieronymus – Schöpfer der „Vulgata“**

Hieronymus (um 345–420) zählt zu den vier lateinischen Kirchenvätern. Er kam aus Dalmatien nach Rom, wirkte als Sekretär des Papstes Damasus und sammelte einen Kreis frommer Römerinnen um sich. Nach dem Tod des Papstes im Jahr 384 ging Hieronymus nach Betlehem und leitete ein Männer- und drei Frauenklöster. Er verfasste Kommentare zu biblischen Büchern und übersetzte theologische Texte. Sein Hauptwerk ist jedoch die Erarbeitung der Vulgata, einer neuen lateinischen Bibelübersetzung, die über viele Jahrhunderte den verbindlichen Text der Hl. Schrift darstellte. Hieronymus starb vor 1600 Jahren, am 30. September 420, in Betlehem.



Küchentipps



**AUS DER KÜCHE VON**

*Maurice Klein und Thorsten Görg*  
backen im Kloster Arenberg

**Heidesandplätzchen**

**ZUTATEN**

für 6 Personen

- 275 g zerlassene Butter
- 250 g Zucker
- 1 Päckchen Vanillinzucker
- 2 EL Milch
- 375 g Weizenmehl
- 3 g Backpulver

**ZUBEREITUNG**

Zerlassene Butter mit dem Zucker, Vanillinzucker und der Milch rühren, bis die Masse weißschaumig geworden ist. Das Mehl mit dem Backpulver mischen und nach und nach mit in die Masse rühren. Nun mit den Händen den Rest Mehl zu einem glatten Teig verarbeiten. Etwa 3 cm dicke Rollen daraus formen und kalt stellen, bis sie hart geworden sind. Dann von den Rollen etwa 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und auf ein eingefettetes Backblech legen. Die Plätzchen in den auf 170 °C vorgeheizten Ofen schieben und etwa 10 bis 15 min backen, bis sie goldgelb sind.

**Regelmäßig kontrollieren**

Prüfen Sie regelmäßig Lebensmittel wie Mehl, Grieß, Reis oder Müsli auf Gespinste der Speisemotten. Bei Befall hilft nur, die ganze Packung zu vernichten.

**Backpapier**

Werfen Sie Backpapier nicht nach einmaligem Gebrauch weg. Es kann benutzt werden, bis es brüchig wird.

**Zerlassene Butter**

Butter wird in der Pfanne nicht so schnell braun, wenn man ihr etwas Öl zufügt.



FRANZ WERFEL

## Die Dame

Bernadette wendet den Blick zur nächsten Pappel, um zu erkennen, ob in der Höhe vielleicht doch irgendein Wind beschäftigt sei, der sich im Dornstrauch von Massabielle verfangen hat. Atemlos starr verhält sich das sonst so zitterige Pappellaub. Sie dreht ihr Gesicht wieder der Grotte zu, die nicht weiter als zehn Schritt von ihrem Sitz entfernt liegt. Nun klammert sich auch die wilde Rose wieder regungslos an den Felsen. Wahrscheinlich war's eine Täuschung vorhin. Dies aber ist keine Täuschung. Denn Bernadette reibt die Augen, schließt sie, öffnet sie, schließt sie, öffnet sie, wohl zehnmal, und es bleibt trotzdem. Das Tageslicht ist bleiern nach wie vor. Nur in der spitzbogenförmigen Nische des Grottenfelsens verweilt ein tiefer Glanz, als sei die altgoldene Neige stärkster Sonnenstrahlung dort zurückgeblieben. In dieser Neige eines wogenden Lichtes steht jemand, der wie aus der Tiefe der Welt gerade hier an den Tag getreten ist, nach einem langen, aber mühelosen und bequemen Weg. Dieser Jemand ist durchaus kein ungenaues Gespenst, kein durchsichtiges Luftgebild, keine veränderliche Traumvision, sondern eine sehr junge Dame, fein und zierlich, sichtbar aus Fleisch und Blut, eher klein als groß, denn sie steht gelassen

und ohne anzustoßen in dem engen Oval der Nische. Die sehr junge Dame ist nicht gewöhnlich, aber keineswegs unmodern gekleidet. Zwar ist sie nicht eng geschnürt und trägt keine Pariser Krinoline, aber der feine Schnitt des schneeweißen Kleides deutet doch die zarte Taille an. Bernadette hat jüngst die Hochzeit der jüngeren Tochter Lafite in der Kirche mitangesehen. Am besten ließe sich die Gewandung der Dame noch mit der einer vornehmen Braut vergleichen. Da ist vor allem der lose, köstliche Schleiermantel, der vom Kopf bis zu den Knöcheln reicht. Reizenderweise aber scheint die bräutliche Dame keine mit Brennschere und Schildpattkämmen aufgetürmte Frisur zu tragen, wie es in ihren Kreisen Brauch ist, da ein paar freiheitssüchtige Locken des hellbraunen Haares unter dem Schleier hervordringen. Ein ziemlich breites blaues Gürtelband, locker unter der Brust geknotet, hängt bis über die Knie hinab. Welch ein Blau aber, beinahe schmerzhaft angenehm! Nicht einmal Mademoiselle Peyret, die Schneiderin der reichen Herrschaften von Lourdes, würde entscheiden können, von welcher Art der weiße Stoff des Kleids sei. Manchmal leuchtet er wie Atlas oder Satin, manchmal ist er stumpf, wie ein unbekannter, ganz zar-

Am besten ließe sich die Gewandung der Dame noch mit der einer vornehmen Braut vergleichen.

Dame keine mit Brennschere und Schildpattkämmen aufgetürmte Frisur zu tragen, wie es in ihren Kreisen Brauch

ter, überaus schneeiger Samt, dann wieder wie ein hauchdünner Batist, der jede Regung der Glieder in sein Faltenspiel überträgt.

Das Auffälligste aber bemerkt Bernadette zuletzt. Die junge Dame geht bloßfüßig. Die schmalen kleinen Füße wirken elfenbeinern, ja fast alabastern. Nicht das geringste Rot oder Rosa ist ihrer Blässe beige-mischt. Es sind völlig

ungebrauchte Füße. Sie bilden einen merkwürdigen Gegensatz zu der sonst so lebendigen Körperlichkeit des zierlichen Mädchens. Das Verwunderlichste aber sind die goldenen Rosen, die über den Wurzeln der langen Zehen an beiden Füßen angebracht sind, man sieht nicht, wie. Man erkennt auch nicht, von welcher Art diese beiden Rosen sind, ob feinste Bijouterie oder stark aufgetragene Malerei.

Zuerst empfindet Bernadette einen kurzen zuckenden Schreck und dann eine lange Furcht. Es ist dies aber keine Furcht, die ihr bekannt ist, keine Furcht, die einen zwingt aufzuspringen und davonzurennen. Es ist eine weiche Umklammerung der Stirn und der Brust, von der man wünscht, sie möge dauern und dauern. Später löst sich diese Furcht in etwas auf, wofür dieses Kind Bernadette keinen Begriff hat. Am ehes-

ten könnt es Trost heißen oder Tröstung. Bernadette hat bis zu diesem Augenblick nicht gewusst, dass sie trostbedürftig sei. Sie weiß ja gar nicht, wie schwer ihr Leben ist, dass sie Hunger leidet, dass sie im finstern Loch des Cachots mit fünf Menschen zusammen

Jetzt aber ist sie mehr und mehr eingehüllt von diesem Trost, der keinen Namen hat, der eine heiße Flut von Erbarmen ist.

haust, dass sie nächstlang um Atem ringen muss. Das war seit je so und wird wahrscheinlich immer so sein. Es ist die nackte

Selbstverständlichkeit. Jetzt aber ist sie mehr und mehr eingehüllt von diesem Trost, der keinen Namen hat, der eine heiße Flut von Erbarmen ist. Hat sie Erbarmen mit sich selbst? Ja! Aber das Selbst dieses Kindes ist jetzt so aufgesprengt, so weltenweit, dass die Süßigkeit des Erbarmens seinen erschauern den Körper durchdringt bis in die Spitzen der jungen Brüste.

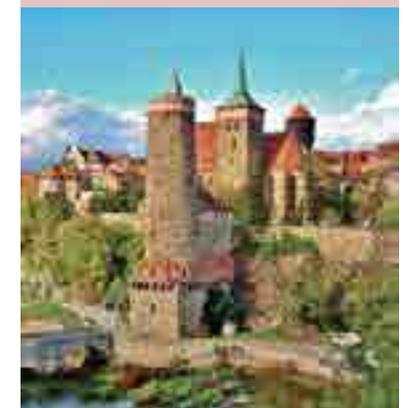
Während aber die Wellen dieser lieberschütterten Getrostheit Bernadettens Herz überspülen, bleiben ihre Augen unablässig, frei und fest auf das Antlitz der jungen Dame gerichtet. Diese ist ihrerseits damit beschäftigt, ihr Antlitz dem Mädchen darzubieten, darzubringen. Obwohl es ruhig dort in der Nische verweilt, scheint es ihm hier näher zu kommen, je mehr Bernadettens Blick sich daran festsaugt. Sie könnte die Schläge der Wimpern zählen, die

**ST. MICHAELIS ZU  
BAUTZEN**

Der dichterische Glanz einer mittelalterlichen Legende liegt über der Entstehung der Kirche St. Michaelis in Bautzen, der Hauptstadt der Oberlausitz: Als die Hussiten 1429 Bautzen belagerten, soll der Erzengel Michael der eingeschlossenen Stadt zu Hilfe geeilt sein. Zum Dank errichteten die Bautzener eine ihm geweihte Kapelle, die an der Wende zum 16. Jahrhundert zur dreischiffigen Hallenkirche erweitert wurde.

Nach der Reformation stand die Kirche fast 100 Jahre leer. Seit 1619 finden in der Michaeliskirche die Gottesdienste der evangelischen Sorben aus den umliegenden Dörfern statt. Zur wertvollen Ausstattung gehören eine 1557 ursprünglich für den Dom geschaffene Sandsteintaufe, der Spätrenaissance-Altar und die barocke Kanzel.

[www.st-michael-bautzen.de](http://www.st-michael-bautzen.de)



dann und wann, sehr selten, das herrliche Weiß und Blau der Augen verdecken. Der Teint ist trotz seiner Makellosigkeit so lebendig, dass man an den leicht geröteten Wangen die Frische des Wintertags ablesen kann. Die Lippen sind nicht etwa feierlich zusammengepresst, sondern stehn ein wenig offen, wie unbewusst, und lassen den jugendlichen Schmelz der Zähne durchschimmern. Bernadette aber bemerkt gar nicht die einzelnen Elemente dieser Lieblichkeit, sondern schaut und schaut das Ganze.

Es kommt ihr gar nicht der Gedanke, sie habe es hier mit etwas Himmlischem zu tun. Bernadette kniet nicht im Dämmer einer Kirche. Sie sitzt auf einem Steinblock, nah an der Mündung des Savy-Bachs in den Gave, in dieser kahlen, klaren Februarwelt und hält ihren Strumpf in der schlaffen Hand. Nichts anderes ist ihr bewusst als die nie erträumbare Schönheit dieses Frauenbilds, von der sie trunken ist, unersättlich. Die Schönheit der Dame ist die erste und letzte Macht, die das Kind der Soubirous nicht freigibt.

**Allmächtiger Gott,**

in den Erzengeln Michael, Gabriel und Rafael  
stellst du uns Boten deiner Weisheit  
und Liebe vor Augen,  
die uns anleiten auf dem Weg der  
Nachfolge.

Nähre in uns das Verlangen, dir ganz zu  
dienen,

so wie die Engel dir dienen.

Hilf uns,

dir unsere Begabungen zur Verfügung  
zu stellen

zum Aufbau deines Reiches der  
Gerechtigkeit und des Friedens.

Darum bitten wir durch unseren Herrn und  
Bruder Jesus Christus,

der in der Einheit des Hl. Geistes mit  
dir lebt und liebt in alle Ewigkeit.

Amen.

*Tagesgebet am Fest der Erzengel Michael,  
Gabriel und Rafael*

# INHALTSVERZEICHNIS

JANUAR	4	Schmachtlappen und Hungertuch als Zeitansage,	Die jüdischen Wurzeln des Pfingstfestes,	Kalenderblatt	88
Alle sollen eins sein, Chiara Lubich	6	Manfred Becker-Huberti	Eckhard Bieger SJ	Aus der Küche von Waltraud Harlander:	
Chiara Lubich und die Fokolarbewegung	7	Tauwetter, Irmgard Tabea Laps	Blütengrund, Jörn Heller	Spiegeleier-Kuchen	89
Das Kirchenjahr im Januar,		Bärlauch	Holunder	Gabriele Lins, Ein Hund mit Charakter	90
Pater Eckhard Bieger SJ	8	Kalenderblatt	Kalenderblatt	Gabriele Lins, Fantasie ist manchmal wichtiger als	
Neujahr, Wilma Klevinghaus	9	Fastenrezept von Bruder Schwester M. Laetitia:	Aus der Küche vom Küchenteam im Kloster	Realität	91
Endivie, Schwester Justina	9	Kässpatzen	Engelthal: Flammkuchen mit Kräutern	Gebet, Birgitta von Schweden	93
Kalenderblatt	10	Fastenzeit als Geschenk, Maria Radziwon	Wie ich in üblen Geruch geriet, Adalbert Seipolt	Reisetipp: Paul Gerhardt-Kirche in Lübben	93
Aus der Küche von Wilma Schamberger:		Den Blick öffnen, Maria Radziwon	Mutter des Herrn, Papst Franziskus		
Lachslasagne	11	Der hellgraue Frühjahrsmantel, Wolfgang	Reisetipp: Pfingstwallfahrt nach Altötting	AUGUST	94
Unter dem Segen Gottes, Margot Käßmann	12	Hildesheimer		Ein Leben in schlichter Einfachheit, Frère Roger	96
Taufe, Reinhard Abeln	13	Hoffnung, Gertrud von Helfta	JUNI	Die Erde bewohnbar machen, Frère Roger	96
Taufgedanken, Maria Radziwon	13	Reisetipp: Fastentuch im Freiburger Münster	Der Tag unserer Freiheit, Notker Wolf	Frère Roger	97
Bruder Sonne, Armin Kaupp	14		Notker Wolf	Ganz erlöst – mit allen Konsequenzen,	
Der Gesang von Bruder Sonne, Franz von Assisi	15	APRIL	Das Herz als Symbol – Herz-Jesu-Fest, Manfred	Gunda Brüske	98
Reisetipp: Portiuncula-Kapelle in Assisi 15	17	Das Geheimnis der Auferstehung,	Becker-Huberti	Schön ist die Welt, Astrid Meyer	99
		Dietrich Bonhoeffer	Juniabende, Eva Strittmatter	Mangold	99
FEBRUAR	16	Dietrich Bonhoeffer	Zucchini	Kalenderblatt	100
Sei aufrecht, ohne hochmütig zu sein,		Osterwasser und Taufe, Eckhard Bieger SJ	Kalenderblatt	Aus der Küche von Axel Kurzweg: Gemüsefrikadellen	
Peter Dyckhoff	18	Unfassbar, Ute Arnold	Aus der Küche von Schwester Zäzilia:	mit Tzatziki und Kräuternudeln	101
Nachfolge Christi	19	Rharbarber	Holunderblütensirup	Meine Packtaschen, Sr. M. Ancilla Ernstberger	102
Vom Sinn des Unsinn – Karneval, Manfred		Kalenderblatt	Herz-Jesu-Fest, Anselm Grün/Monika Gunkel	Reisesegen, Maria Radziwon	103
Becker-Huberti	20	Festtagsrezept von Waltraud Harlander:	Herzlichkeit, Albert Schweitzer	Die enge Tür, Judith Wenk	103
Hoffnung auf Licht, Silvia Droste-Lehmann	21	Osterpinze	Die beiden Gärtner, Antoine de Saint-Exupéry	Ein Löffel Honig, Phil Bosmans	104
Pastinaken	21	Wer wälzt uns den Stein weg,	Anschauen und Einatmen,	Unterwegs mit Gott, Irischer Segenswunsch	105
Kalenderblatt	22	Sr. Birgitte Herrmann osf	Antoine de Saint-Exupéry	Reisetipp: Maria Saal – Wallfahrtskirche Mariä	
Fastenrezept von Angelika Müllen:		Hoffnung, Karl Barth	Der Schrebergarten, Christa Spilling-Nöker	Himmelfahrt	105
Apfel-Grieß-Auflauf	23	Auferstehung, Regina Franziska Fischer	Segen, Teresa von Ávila		
Bernemann wirft einen Schneeball, Peter Biqué	24	Die Sache mit dem Osterhasen, Rolf Krenzer	Reisetipp: Kirche Maria Regina Martyrum	SEPTEMBER	106
Ullapool im Regen, Peter Biqué	25	Ich wünsche uns Osteraugen, Bischof Klaus	in Berlin	Gott und mein „Mobiltelefon“, Guy Gilbert	108
Gebet, Alfred Delp	27	Hemmerle		Guy Gilbert	109
Reisetipp: St. Stephanus in		Reisetipp: Osterei-Museum in Sonnenbühl	JULI	Michael, Gabriel und Rafael – Erzengel, Manfred	
Aalen-Wasseralfingen	27		Geh aus, mein Herz, und suche Freud, Christa	Becker-Huberti	110
		MAI	Spilling-Nöker	Herbstzeitgelüste, Michaela Trieb	111
MÄRZ	28	Ein schwieriger Job,	Geh aus, mein Herz, und suche Freud, Paul	Tomate	111
Die Kirche bittet Gott um Vergebung,		Bernhard Müller-Hülsebusch	Gerhardt,	Kalenderblatt	112
Papst Johannes Paul II.	30	100. Geburtstag von Papst Johannes Paul II.	Birgitta von Schweden	Aus der Küche von Maurice Klein und Thorsten	
Ein Papst bittet um Vergebung	31	Gebet zum Heiligen Geist,	Sommerabend, Rainer Maria Rilke	Görg: Heidesandplätzchen	113
Gebet, Papst Johanne Paul II.	31	Papst Johannes Paul II.	Gurken	Die Dame, Franz Werfel	114

Allmächtiger Gott, Tagesgebet am Fest der Erzenge	117	Lucia, Eckhard Bieger SJ	146
Reisetipp: St. Michaelis in Bautzen	117	Einmal im Jahr, Friederike Weichselbaumer	147
		Hafer	147
		Kalenderblatt	148
OKTOBER	118	Aus der Küche von Pfarrvikar Bernd Winter:	
Clemens August Kardinal von Galen	120	Christstollen	149
Kirchweihfest und Kirmes,		Ein uralter Brauch mit neuem Inhalt gefüllt,	
Pater Eckhard Bieger SJ	122	Friedrich Haarhaus	150
Schöpfergott des Lebens, Beate Thiessen	123	O Tannenbaum	151
Kürbis	123	Von der Erfindung der Weihnachtsfreude,	
Kalenderblatt	124	Dietrich Mendt	152
Aus der Küche von Gertraud Simeth: Karibische Hähnchenkeulen	125	Dezember-Psaln, Hanns Dieter Hüsch	155
Seien Sie dankbar, Hermann-Josef Zoche	126	Reisetipp: Lucien-Häuschen-Schwimmen	155
Dankbar sein, Judith Wenk	127		
Die beiden Brüder, Jüdische Legende	128		
Gebet, Schwester M. Euthymia	129		
Reisetipp: Kreuzigungsgruppe auf dem Domplatz in Münster	129		
NOVEMBER	130		
Wir sind zur Ewigkeit berufen,			
Papst Benedikt XVI.	132		
Papst Benedikt XVI.	133		
Das wahre Ziel, Papst Benedikt XVI.	133		
Christkönigsfest – das Ende des Kirchenjahres,			
Manfred Becker-Huberti	134		
allerheiligen, Petra Ng'uni	135		
Porree	135		
Kalenderblatt	136		
Aus der Küche von Andreas Eberl: Hasenöhr mit Sauerkraut	137		
„Bist schon in Ordnung, lieber Gott“, Hermann Multhaupt	138		
Tagesgebet am Christkönigsfest	141		
Reisetipp: Bürgersaalkirche München	141		
DEZEMBER	142		
Das Geheimnis der Freude, Papst Franziskus	144		
Gaudete	145		

## QUELLENVERZEICHNIS

### TEXTNACHWEIS

- S. 6f. © Alle Rechte an der deutschen Übersetzung bei: Verlag Neue Stadt GmbH, München.
- S. 8, 46, 60, 122, 146 Eckhard Bieger SJ, Feste & Brauchtum im Kirchenjahr. Entstehung, Bedeutung und Traditionen, St. Benno Verlag GmbH, Leipzig, © Alle Rechte beim Autor.
- S. 9 Wilma Klevinghaus, Neujahr, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 9, 21, 33, 47, 61, 73, 87, 99, 111, 123, 135, 147 Sr. Justina Metzdorf OSB, Der Kloster-Küchenkalender 2020. Tipps & Rezepte aus dem Klostergarten, St. Benno Verlag GmbH, Leipzig, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 11, 23, 35, 49, 63, 75, 89, 101, 113, 125, 137, 149: aus: Himmlische Rezepte im Kirchenjahr, St. Benno Verlag GmbH, Leipzig, © Alle Rechte bei den Autoren.
- S. 12 Margot Käßmann, Unter dem Segen Gottes, © Alle Rechte bei der Autorin
- S. 13 Reinhard Abeln, Taufe, © Alle Rechte beim Autor.
- S. 13 Maria Radziwon, Taufgedanken, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 14 Armin Kaupp, Bruder Sonne, © Alle Rechte beim Autor.
- S. 18f. Peter Dyckhoff, Nachfolge Christi. Geistlich leben nach Thomas von Kempen, St. Benno Verlag GmbH, Leipzig, © Alle Rechte beim Autor.
- S. 20, 32, 72, 110, 134 Manfred Becker-Huberti, Das Brauchtum im Kirchenjahr. Entstehung, Bedeutung, Tradition, St. Benno Verlag GmbH, Leipzig, © Alle Rechte beim Autor.
- S. 21 Silvia Droste-Lehmann, Hoffnung auf Licht, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 24f. Peter Biqué, Bernemann wirft einen Schneeball, © Alle Rechte beim Autor.
- S. 25f. Peter Biqué, Ullapool im Regen, © Alle Rechte beim Autor.
- S. 27, 81 Dirk Klingner, Reise in die Moderne. Der Reiseführer. Kirchen, Fenster & Altäre des 20./21. Jahrhunderts, © St. Benno Verlag GmbH, Leipzig.
- S. 30f., 59, 67, 132f., 144f. © Libreria Editrice Vaticana, Città del Vaticano.
- S. 33 Irmgard Tabea Laps, Tauwetter, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 36 Maria Radziwon, Fastenzeit als Geschenk, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 37 Maria Radziwon, Den Blick öffnen, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 38ff. "Der hellgraue Frühjahrmantel", aus: Wolfgang Hildesheimer, Lieblose Legenden. © Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main 1962. Alle Rechte bei und vorbehalten durch Suhrkamp Verlag Berlin.
- S. 47 Ute Arnold, Unfassbar, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 50f. Sr. Birgitte Herrmann osf, Wer wälzt uns den Stein Weg? (Mk 16,3), © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 51 Regina Franziska Fischer, Auferstehung, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 52ff. Rolf Krenzer, Die Sache mit dem Osterhasen, © Rolf Krenzer Erben, Dillenburg.
- S. 55 Bischof Klaus Hemmerle, Ich wünsche uns Osteraugen, © Alle Rechte beim Bistum Aachen.
- S. 58f. Bernhard Müller-Hülsebusch, Ein schwieriger Job, © Alle Rechte beim Autor.
- S. 61 Jörn Heller, Blütengrund, aus: Jörn Heller, Gute Gedichte und solche, die es gerne wären, JHV, Siegen 2016.
- S. 64ff. Adalbert Seipolt, Wie ich in üblen Geruch geriet, aus: Adalbert Seipolt, Das große Adalbert Seipolt Lesebuch, Echter Verlag Würzburg 1999.
- S. 70f. Notker Wolf, Wurzeln für ein erfülltes Leben. Die zehn Gebote, St. Benno Verlag GmbH, Leipzig, © Alle Rechte beim Autor.
- S. 73 Eva Strittmatter, Juniabende, aus: Eva Strittmatter: Sämtliche Gedichte © Aufbau Verlag GmbH & Co. KG, Berlin 2006 (dieses Gedicht erschienen erstmals 1977 in E. Strittmatter: Die eine Rose überwältigt alles im Aufbau Verlag). Aufbau eine Marke der Aufbau Verlag GmbH & Co. KG.
- S. 76f. Anselm Grün/Monika Gunkel, Herz-Jesu-Fest, aus: Wenn Blumen

- von Gott sprechen – Schöpfungsrituale im Kirchenjahr, © Vier-Türme GmbH, Verlag, Münsterschwarzach.
- S. 78f. Antoine de Saint-Exupéry, Die beiden Gärtner, © 1956 und 2009 Karl Rauch Verlag, Düsseldorf (Die Stadt in der Wüste).
- S. 79 Antoine de Saint-Exupéry, Anschauen und einatmen, © 1950 und 2014 Karl Rauch Verlag, Düsseldorf (Der Kleine Prinz).
- S. 80f. Christa Spilling-Nöker, Der Schrebergarten, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 84f. Christa Spilling-Nöker, Geh aus, mein Herz, und suche Freud, St. Benno Verlag GmbH, Leipzig, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 90f. Gabriele Lins, Ein Hund mit Charakter, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 91f. Gabriele Lins, Fantasie ist manchmal wichtiger als die Realität, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 93, 141 Dirk Klingner, 555 x entdecken. Kirchen, Klöster, Kathedralen, © St. Benno Verlag GmbH, Leipzig.
- S. 96f. Frère Roger, Taizé © Ateliers et Presses de Taizé, 71250 Taizé, Frankreich.
- S. 98 Gunda Brüske, Ganz erlöst © Alle Rechte bei der Autorin, www.liturgie.ch.
- S. 99 Astrid Meyer, Schön ist die Welt, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 102f. Sr. M. Ancilla Ernstberger, Meine Packtaschen, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 103 Maria Radziwon, Reisesegen, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 103 Judith Wenk, Die enge Tür, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 104 Phil Bosmans, Ein Löffel Honig. In: Ders., Leben jeden Tag. Ein Jahresbegleiter. Übertragen u. hrsg. von Ulrich Schütz. © 1999 Verlag Herder GmbH, Freiburg i. Br., S. 152 (17. Mai).
- S. 105 Dirk Klingner, Maria. Der Reiseführer. Wallfahrtskirchen, Pilgerwege, Museen, © St. Benno Verlag GmbH, Leipzig.
- S. 108f. Guy Gilbert, Im Ernst: Gott hat Humor. Der legendäre Rocker-Priester erzählt. Übersetzung aus dem Französischen, © St. Benno Verlag GmbH, Leipzig.
- S. 111 Michaela Trieb, Herbstzeitgelüste, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 117 Dirk Klingner: Orte der Stille, Orte des Glaubens. Die schönsten Kirchen, Klöster, Kathedralen. 365 Porträts für jeden Tag. © St. Benno Verlag GmbH, Leipzig.
- S. 120f., 129 Dirk Klingner, Den Heiligen auf der Spur. Der Reiseführer. Wallfahrtskirchen, Wirkungsstätten, Reliquien, © St. Benno Verlag GmbH, Leipzig.
- S. 123 Beate Thiessen, Schöpfergott des Lebens, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 126 Hermann-Josef Zoche, Seien Sie dankbar, aus: Hermann-Josef Zoche, Das Pilgerbuch zum Glück. 40 Impulse für ein erfülltes Leben, St. Benno Verlag GmbH, Leipzig, © Alle Rechte beim Autor.
- S. 127 Judith Wenk, Dankbar sein, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 135 Petra Ng'uni, allerheiligen, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 138f. Hermann Multhaupt, „Bist schon in Ordnung, lieber Gott“, © Alle Rechte beim Autor.
- S. 147 Friederike Weichselbaumer. Einmal im Jahr, © Alle Rechte bei der Autorin.
- S. 150f.: Friedrich Haarhaus, Ein uralter Brauch mit neuem Inhalt gefüllt, aus: Ders., Das große Buch der christlichen Volkslieder, St. Benno Verlag GmbH, Leipzig, © Alle Rechte beim Autor.
- S. 152f. Dietrich Mendt, Von der Erfindung der Weihnachtsfreude. Aus: Dietrich Mendt; „Von der Erfindung der Weihnachtsfreude“, 2. Auflage 2012, Evangelische Verlagsanstalt, Leipzig 1999.
- S. 155 Hanns Dieter Hüsch, Dezember-Psaln. Aus: Hanns Dieter Hüsch/Marc Chagall, Das kleine Weihnachtsbuch. S. 6, 2018/20 © tvd-Verlag Düsseldorf, 1997.

Wir danken allen Inhabern von Textrechten für die Abdruckerlaubnis. Der Verlag hat sich bemüht, alle Inhaber von Rechten in Erfahrung zu bringen. Für zusätzliche Hinweise sind wir dankbar.

## BILDNACHWEIS

Cover © mauritius images/imageBROKER; S. 2f. © Leonid Tit/fotolia; S. 4f. © ekim/fotolia; S. 6f. © Smileus/fotolia; S. 7 © Verlag Neue Stadt GmbH, München; S. 8f., 51 © Renáta Sedmáková/fotolia; S. 9 © privat; S. 10, 12f. www.pixabay.com; S. 10f., 62f., 100f., 124f. © Simpline/fotolia; S. 11, 23, 35, 49, 63, 75, 89, 101, 113, 125, 137, 149 (Fotos der Köche) © privat; S. 11 © alain wacquier/fotolia; S. 13 © Klaus Eppel/fotolia; S. 14f. © whitecityrecords/fotolia; S. 15 © Sonia Alves-Polidori/shutterstock; S. 16f. © Kerstin/fotolia; S. 18f. © Lukas Goida/fotolia; S. 19 © JoJan/CC BY-SA 3.0; S. 20f. © Tim E Klein/shutterstock; S. 21 © Barbara Pheby/fotolia; S. 22, 58f., 85, 109, 146f. © picture-alliance/dpa; S. 22f., 34f. © brichuas/fotolia; S. 23 © lilechka75/fotolia; S. 26f. © grafkart/fotolia; S. 27, 81 © Kunstverlag Josef Fink, Lindenberg/Allgäu; S. 28f. © Maya Kruchancova/fotolia; S. 30f. © Michael/fotolia; S. 31 © picture-alliance/dpa-Fotoreport; S. 32f. © H. Helmlechner/CC BY-SA 4.0; S. 33 © silencefoto/fotolia; S. 34 © picture alliance/ZUMA Press; S. 35 © kab-vision/fotolia; S. 36f. © Carmen 56/fotolia; S. 37 © Natalia Merzlyakova/fotolia; S. 40f. © Thaut Images/fotolia; S. 41 © Thomas Maier/CC BY-SA 3.0; S. 42f. © S.H.exclusiv/fotolia; S. 44f. © Valentin Valkov/shutterstock; S. 45 © Wolfgang Marzahn; S. 46f. © picture-alliance/ZB; S. 47 © Diana Taliun/shutterstock; S. 48, 60f., 88, 100, 145 Wikimedia Commons; S. 48f. © Wild Orchid/fotolia; S. 49 © Simone/fotolia; S. 50f. © Linda J Photography/fotolia; S. 54f. © byrdyan/fotolia; S. 55 © Heino Richter/fotolia; S. 56f., 84f. © John Smith/fotolia; S. 59 © Gerald Mayer/fotolia; S. 61 © womue/fotolia; S. 62 © National Portrait Gallery (via Wikimedia Commons); S. 63 © Heiko Löffler/fotolia; S. 66f. © Frank/fotolia; S. 67 © schaeuffy/fotolia; S. 68f. © magdalena/fotolia; S. 70f. © Jan-Dirk/fotolia; S. 72 © jorisvo/shutterstock; S. 73 © Viktor Malyshchyt/fotolia; S. 74 © picture alliance/akg-images/Walter Limot; S. 74f. © Hez/fotolia; S. 75 © fotoknips/fotolia; S. 76f. © Gina Sanders/fotolia; S. 77 © neirfy/fotolia; S. 80f. © Rosalie P./fotolia; S. 82f. © ii-graphics/fotolia; S. 86f. © Magnus/fotolia; S. 87 © Natika/fotolia; S. 88f. © Natalia/fotolia; S. 92f. © parsadanov/fotolia; S. 93 © ArTo/fotolia; S. 94f., 142f. © JFL Photography/fotolia; S. 96f. © Casimir Jover Reig/fotolia; S. 97 © picture-alliance/dpa-Bildarchiv; S. 98f. © jchizhe/fotolia; S. 99 © ExQuisine/fotolia; S. 101 © Liliya Kandashevich/fotolia; S. 102f. © Jen Watson/shutterstock; S. 103 © aneduard/fotolia; S. 104f. © Prostock-studio/fotolia; S. 105 © carinthian/fotolia; S. 106f. © Rostislav Sedlacek/fotolia; S. 108f. © vectorfusionart/fotolia; S. 110f. © Natalia Bratslavsky/shutterstock; S. 111 © Mara Zemgaliete/fotolia; S. 112 © picture alliance/akg-images; S. 112f. © Yoko Design/shutterstock; S. 113 © Maurice Klein/Thorsten Görg; S. 116f. © Foto To.Ni./fotolia; S. 117 © Franz Gerhard/fotolia; S. 118f. © Gunar/fotolia; S. 120f. © Steffen Flor/CC BY-SA 4.0; S. 121 © Bildersammlung des Bistumsarchivs Münster, Urheber Gustav Albers; S. 122f. © picture-alliance/Rainer Hackenberg; S. 123 © Jenifoto/fotolia; S. 124 © picture alliance/HIP; S. 125 © tunedin/fotolia; S. 126f. © fizkes/shutterstock; S. 127 © Irina Fischer/fotolia; S. 128f. © Subbotina Anna/shutterstock; S. 129 © laguna35/fotolia; S. 130f. © Smileus/shutterstock; S. 132f. © Mark/fotolia; S. 133 © Alesia Pierdomenico/shutterstock; S. 134f. © Tsuguliev/shutterstock; S. 135 © mates/fotolia; S. 136 © picture-alliance/imageBROKER; S. 136f. © Artenauta/fotolia; S. 137 © babsi\_w/fotolia; S. 140f. © Romrodphoto/shutterstock; S. 141 © Richard Huber/CC BY-SA 3.0; S. 144f. © Roza Sharipova/shutterstock; S. 147 © kolesnikovserg/fotolia; S. 148 © Ralph Hammann/CC BY-SA 4.0; S. 148f. © casaltamoiola/fotolia; S. 149 © Pronina Maria Shutterstock; S. 150f. © pwmotion/fotolia; S. 151 © by-studio/fotolia; S. 154f. © ChiccoDodiFC/fotolia; S. 155 © Richard Huber/CC BY-SA 3.0

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

**Besuchen Sie uns im Internet:**  
[www.st-benno.de](http://www.st-benno.de)

Gern informieren wir Sie unverbindlich und aktuell auch in unserem Newsletter zum Verlagsprogramm, zu Neuerscheinungen und Aktionen. Einfach anmelden unter [www.st-benno.de](http://www.st-benno.de)

ISBN 978-3-7462-5332-9

© St. Benno Verlag GmbH, Leipzig  
Redaktion: Dirk Klingner, Leipzig  
Umschlag: Ulrike Vetter, Leipzig  
Gesamtherstellung: Kontext, Dresden (A)