

Hermann-Josef Weidinger

Guter Morgentip vom Kräuterpfarrrer



Hermann-Josef Weidinger

*Guter Morgentip
vom Kräuterpfarrer*



NP

VERLAG NIEDERÖSTERREICHISCHES PRESSEHAUS
St. Pölten – Wien

6. Auflage 2002

© 1988 by Verlag Niederösterreichisches Pressehaus
St. Pölten – Wien

Illustrationen:
Adolf Blaim, Messern

Umschlagfoto:
Sebastian Kreit OPraem, Geras

Umschlaggestaltung:
Atelier Rendl, Wien

Layout
Hans Schaumberger, Wien

Satz und Reproduktion:
Niederösterreichisches Pressehaus Druck- und Verlagsgesellschaft mbH
A-3100 St. Pölten, Gutenbergstraße 12

Druck und Bindearbeit:
Mohndruck Graphische Betriebe, Gütersloh

ISBN 3 85326 965 6

Das werdende Jahr

25. Dezember bis 24. Juni

INHALT

Dein Erster Schritt

Wegweiser

Dezember 25. – 31.

Jänner

Februar

März

April

Mai

Juni 1. – 24.

Juni 25. – 30.

Juli

August

September

Oktober

November

Dezember 1. – 24.

Anhang

DEIN ERSTER SCHRITT

Ein Traum wird Wirklichkeit

Wer träumt ihn nicht, seinen Traum?

Hell und hoffnungsvoll.

Ohne Aufschub und unaufhaltsam, vom Lichtstrahl ewigen Werdens beseelt, baust du deine Brücke. In der Sehnsucht nach dem Frieden. In der Sehnsucht nach dem Leben.

Kühn geschwungen sind dieser Brücke Konturen. Gewagt nicht selten ihr Linienzug. Wechselhaft, die Richtung ändernd. Vom Ufer des Erfolges zum Ufer der Enttäuschung.

Und dennoch liegt etwas in ihr, das fasziniert, begeistert. Verbindet Kontinente menschlichen Sehns, menschlicher Hoffnung. Im wiederkehrenden Wechsel von Morgenrot und Abendwind, von Morgensturm und Abendröte.

Der Rauhereif des Ungeists versengt nicht selten dein Erblühen.

Du raffst dich wieder auf, beginnst von vorn.

Aus welkender Hoffnung sprießen zarte Triebe.

Wellenschlag und Windesstille vereinen sich auf dem anscheinend begrenzten Fleckchen irdischen Seins.

So regt sich in jedes Menschen Seelenrund tiefe Sehnsucht. Nach dem Frieden des Herzens. Nach dem Leben in Fülle.

Durch deines Erwartens zweiflügeliger Tür schreiten zwei Gestalten.

Düster, verhüllt in dunkler Vermummung die eine.

Segensgoldfarbig, wie güldene Tropfen der Sonne entfallen die andere.

Verzagtheit und Mut sind ihre Namen.

Sie gehen ein und aus. Die eine reicht der andern die Schnalle.

Unablässig dreht sich dabei in festverankerten Angeln der Zeiten Wende. Steht niemals still. Durchbricht doch immer wieder meines Ichseins

Samenhülle ein neuer Keim. Schlummernd im Dunkel meiner Tiefe Stille.

Dynamisch geballt trägt er des Ganzen Art in sich.

Sucht nach Form und Gestalt.

Eraht ewiger Weisheit festgelegten Plan. In Rhythmus und Harmonie.
Beständig im Wechsel und Werden begriffen. Was die engen Grenzen
menschlichen Träumens wuchtig-gewaltsam überschreitet. In undenkbarer
Vielfalt und Buntheit.

Da bleibt selbst die bizarrste Phantasie auf halber Strecke liegen. Denn nur
wer in des Meisters Werkstatt blickt, erschaut der Wirklichkeit pures Sein.

Ein Werden im Kommen.

Ein Fruchten im Vergehen.

Eben wieder ein neues Werden.

Ich will es versuchen – und bleibe doch nur ein Stümper –, im Reigen der
Tage den Kreislauf des Jahres zu zeichnen. Im werdenden Jahr. Im
fruchtenden Jahr. Anschaulich sichtbar gemacht. In zwei Hälften geteilt, die
einander ergänzen, als Einheit gedacht.

Gemeinsam nur gelten. Als Ganzheit der Zeit. Bedingt durch der Weltenuhr
Pendelschlag. Ausgelöst durch der Planeten geregeltes Zusammenspiel.

Des Jahres geschlossener Kreis.

Schritt für Schritt bloß zu erreichen. Eben Tag für Tag. In diesem Buch. Als
Morgentip, damit dein Tag guten Aufwind hat.

Trink mit aus dieser Schale der Unzerbrechlichkeit.

Hülle dich ein in die Wärme deines Herzens.

Werde selber zum einladenden Tor, durch das die Zeit tritt, zur Ewigkeit
wird. Und du mit ihr.

Laß dich überraschen vom Traum der Wirklichkeit.

Alles wird wahr, wenn du es erhoffst, fest es willst.

Friede und Fülle des Lebens bleiben dann nicht mehr ein leeres Sehnen.
Denn ...

Dein Traum erfüllt sich.

Der Ungeist zerbröckelt.

Du wanderst zwischen Blumen, die wildschön wachsen und leuchten. In des
Herren Eden.

Atmest Vertrauen. Denn ...

Sehnsucht nach Leben ist Sehnsucht nach Frieden.

Frieden findest du nur in den Auen Gottes. Von dort kommt die Morgenluft des aufsteigenden Tages.

Das Jetzt ist keine Träumerei mehr. Ist inneres Feuer, das die Hülle der Gleichgültigkeit verzehrt. Ist festverankerte Wirklichkeit. Die Realität: Daß ...

Mit Christus das Jahr wächst.

Wir mit Christus hineinwachsen in unser ewiges Jahr.

Ein Jahr des Heiles.

Das ist unser Leben.

Die Erde bleibt nicht stehen

Wir leben in einer Wirklichkeit.

Und in einer Wechselhaftigkeit zugleich.

Mit den Füßen auf dem Boden. Im wahrsten Sinne des Wortes.

Unsere Erde ist die meine, ist die deine.

Sie bewegt sich, bleibt nicht stehen.

Dreht sich alle 24 Stunden um die eigene Achse.

Kehrt in diesem Zeitpunkt dorthin wieder zurück, von wo sie ausging.

So wird der Tag. Jeder Tag. Unser Tag.

Die Erde ist nicht allein auf der Welt.

Sie bewegt sich in 365 Tagen, 5 Stunden, 48 Minuten und 46 Sekunden einmal um die Sonne.

So entsteht das Jahr. Jedes Jahr. Unser Jahr. Das alle vier Jahre als Ausgleich zum Schaltjahr wird.

Jahr und Tag sind die Zeit. Unsere Zeit.

Unterteilt und eingeteilt in Monat, Woche, Tag, Stunde, Minute und Sekunde.

Der Augenblick ist das Jetzt, das uns zur Verfügung steht.

Es spiegelt sich in der Weltenuhr wider.

Dort wird die Zeit gemessen. Oben am Himmel. Das ist heute so. Und war vor vielen Tausenden von Jahren nicht anders.

Darum schau hinauf zum Himmel.

Von dort wieder herab zur Erde, auf der du lebst. Und du lebst mit. Im Rhythmus der Zeit.

Lebst deinen Tag. Dein Jahr. Deine Zeit.

21. März: Tag und Nacht sind gleich lang.

Frühlingsanfang.

21. Juni: Der längste Tag und die kürzeste Nacht.

Sommerbeginn.

23. September: Tag und Nacht sind gleich lang.

Herbstanfang.

21. Dezember: Der kürzeste Tag und die längste Nacht.

Winterbeginn.

Das sind die Grenzsteine der vier Jahreszeiten.

Sie markieren dein Jahr.

Das zu deinem Leben wird.

Zum Ziele führt.

Im werdenden Jahr

Etappen des Lebens.

Nicht alle auf einmal, schrittweise nur sind sie zu erreichen.

Genauso wie im Jahreslauf.

Von der Wintersonnengleiche – wenn die Nacht am längsten ist – führt er dich hin, der Schritt, zur Sommersonnengleiche – wenn der Tag die Nacht überflügelt.

Du bist dabei, drehst dich mit im Rad der Zeit.

Und setzt ihn jetzt, den ersten Schritt.

Er wird dich überzeugen, daß unser Leben aus dem Dunkel kommt. Ins Licht geht. Jenen Teil des Meßliedes zur Wirklichkeit macht, wo es heißt: „Da sprach der Herr, es werde Licht. Er sprach's, und es ward Licht. Und Leben regt und reget sich und Ordnung tritt hervor.“

Er möchte aufzeigen, daß der Schritt aus dem Dunkel ganz dem irdisch-menschlichen Sein entspricht.

Daß dieser Weg zum Licht in einer aufsteigenden Geraden verläuft.

Von unten nach oben.

Vom irdisch-menschlich-materiellen Dunkel zum geistig-himmlisch Hellen.

Wobei der Leib nicht zu kurz kommt, nicht zurückbleibt. Sein heiles Sein leuchtet. Fürwahr.

Dieser Wandel stellt die geistig-seelische Lebensqualität dar. Eben unsere Zukunft, welche reines Licht heißt.

Von der Wintersonnengleiche gehst du aus, der tiefsten und dunkelsten Zeit des Jahres. Wo alles ruht.

Und doch nicht triste ist. Denn die Christnacht überstrahlt die Enthoffnung der Düsternis.

Zur Sommersonnengleiche strebst du hin, der hellsten Zeit des Jahres. Wo alles glüht und lebt. Zu Johanni.

Dann spannst du einen Bogen darüber. Von der Krippe zum Sonnwendfeuer.

Dabei bewunderst du die Kraft und den Sinn der Winterruhe.

Eine Kraft des Speicherns, der Reserve. Von der aus die Vielfalt der Frühlingskräuter und Frühlingspflanzen vor deine Augen tritt wie eine mächtige Explosion der Natur.

Im Keimen, Ergrünen und Blühen.

Du gehst ihn jetzt, den ersten Schritt. Vom Ruhen zum Werden.

Eine metaphysische Betrachtung, die jede Erfahrung bei weitem überschreitet.

Eine Metamorphose bewirkt.

Eine Umgestaltung im Ganzen.

Eine Verwandlung von innen.

Eine Entwicklung vom schlummernden Keim zur reifen Frucht.

Eine Umwandlung der Grundform deines Denkens, Fühlens, Redens und Handelns.

So durchwanderst du dein Sein von unten nach oben. Von rechts nach links. Aus der Tiefe zur Höhe. Der ganzen Länge und Breite nach. In allen Dimensionen.

Und dann folgt der Wandel.

Vom Dunkel ins Licht.

Du spürst dabei deutlich, daß du nicht allein bist, sondern gebunden bist an den Schöpfer, der dich an seiner Hand hält.

Und du rufst nach IHM wie viele andere Menschen deiner Zeit, in deren enger und gleichzeitig weitmaschiger Struktur in manchen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens Lücken sich zeigen. Die Fortschritt und Technik

nicht schließen können. Da letzten Endes, verschiedenen Meinungen zum Trotz, der Mensch hingeführt sein will zu Gott.

Nur so erreichst du ein qualitatives Ausmaß. Erlebst du eine Ausdehnung, die zum unermesslichen Schatz an Lebenserfahrung wird. Und in dir vieles bewirkt.

Dich heiter macht, aus der Erfahrung der Güte Gottes heraus.

Dich umgestaltet, voll Liebe zu den Menschen, und dich wegführt vom Ich-Denken.

Ganz verbunden mit den Wundern der Schöpfung, spürst du deine Reife. Im Kommen.

Genauso wie im werdenden Jahr.

An deiner Flanke gesellt sich die tiefe Weisheit eines Menschen hinzu, der mit den Augen Gottes sehen und mit dem Herzen Gottes lieben gelernt hat.

Dann staunst du über dich selber, was da geschehen. Daß du deinen Weg findest, der über den Dienst und Schutz des Ganzen zu Gott und zu den Menschen führt.

So erst kannst du ihnen Dinge sagen, die sie von einem anderen nicht annehmen würden. Wenn du dabei einfach und volksnah bleibst. In Bescheidenheit und Leutseligkeit gewinnst du die Herzen.

Dein Einsatz wird wahr und lohnend. Für das wichtige Thema „Leib–Seele–Geist–Mensch“.

In deiner Seele entspringt ein Quell, der übersprudelt und nicht mehr haltmacht. Zum Fleiß antreibt, mit Enthusiasmus dich erfüllt.

Du findest die heilenden Kräfte der Natur, weil du nach ihnen forschst. Zur Freude und zum Nutzen deiner selbst und vieler anderer.

Wirst zum dankbaren geistigen Konsumenten, der aufnimmt, verdaut, verarbeitet, umgestaltet. Wirst zur explosiven Energie, die nicht in dir allein bleibt, nicht nur die Gesundheit im Auge hat, auch der Geist empfängt dabei reichlich Nahrung.

„Ja, die Verkündigung christlicher Inhalte geht heute vielfache Wege. Nicht zuletzt ist unser – wie der heilige Franz von Assisi sagt – Bruder Esel auch so etwas wie ein Evangelium. Sind nicht ärztliche Befunde Droh- oder Frohbotschaft? Möge es Dir gelingen, diese frohmachende Entschlüsselung der Schöpfung und ihrer Inhalte noch lange unseren Zeitgenossen über alle Medien zu senden“, schreibt mir ein Pfarrer aus Wien.

„Nicht ethische Überlegungen allein, verbunden mit einer Moral, die sich das Gleichgewicht hält, erwartet sich die Welt von einem Verkünder des Evangeliums. Von einem Priester.

Handfester Glaube muß es sein. Vereint mit Lebenserfahrung. Getragen von der Liebe zum Menschen. Inspiriert durch die Achtung der Umwelt. Ein Glaube, der uns Tag für Tag begleitet. Als Morgengabe geschenkt wird. Damit unseres Lebens Pulsschläge, in höhere Sphären erhoben, in der rein menschlichen Alltäglichkeit nicht verklingen.“

Diese Worte eines Freundes gaben den Anstoß zu meinem Buch.

Ein Buch, das dich führen will.

Im werdenden Jahr.

Vom Dunkel ins Licht.

Vom Keimen zum Fruchten.

Jeder Morgen mein Geburtstag

1937 begann der Chinesisch-Japanische Krieg.

Das erste Angriffsziel der japanischen Streitkräfte war die Marco-Polo-Brücke südwestlich von Peking.

Obwohl die nationalchinesische Regierungspartei Kuomintang auf einem Kongreß in Nanking jede Zusammenarbeit mit den Kommunisten abgelehnt hatte, kämpften sie dann doch gemeinsam gegen die Angreifer bis zur Kapitulation der Japaner am 2. September 1945.

Beide Parteien betrachteten sich als Sieger. Jede nahm für sich den Ruhm ungeteilt in Anspruch. Sie konnten sich trotz des Friedensschlusses nicht einigen.

In China brach der Bürgerkrieg aus.

Im Herbst 1949 wurde die nationalistische Regierung nach Taiwan vertrieben. Im selben Jahr, am 1. Oktober, proklamierten die Kommunisten die Volksrepublik China.

Von 1938 bis 1953 befand ich mich als Missionar im Reich der Mitte. Kam im August dort an. Trat in die Gemeinschaft der Salesianer des heiligen Johannes Bosco ein. Erhielt meine Ausbildung.

Der Zweite Weltkrieg stand vor der Tür. Und er wurde grausame Wirklichkeit.

Elend um Elend häufte sich um mich herum.

Studium. Missionarische Tätigkeit. Helfen und Heilen. Wachen und Beten. Hungern und Opferbringen. Dies alles kennzeichnete jeden meiner Tage, prägte mein Leben.

Ich lernte dabei zwei wertvolle Dinge:

Die Freude des Herzens und das Stillesein.

Eine innere Erkenntnis bemächtigte sich meiner.

Im großen Schweigen ward das Werden.

Der Welt-Jugendapostel des 19. Jahrhunderts, San Giovanni Bosco aus Turin, gestorben am 31. Jänner 1888, verfügte zeit seines Lebens über einen außergewöhnlichen, begnadeten Weitblick. Unter anderem erkannte er auch, wie wichtig es ist, jeden Tag bewußt abzuschließen und den neuen Tag gezielt zu beginnen.

Diese Erfahrung behielt er nicht für sich. Er gab sie anderen weiter.

Nach seinen Grundregeln ausgebildet, gestaltete sich so mein künftiges Leben.

Nach 50jähriger Erfahrung kann ich darüber urteilen. Möchte das, was ich tat, auch anderen weiterempfehlen.

Es ist keine Kunst, das Schweigen. Ein wenig Planung, ein bißchen guter Wille gehören dazu.

Jeder Tag erhält sein Gepräge schon am Vorabend.

Deshalb nach jedem Abendessen Aufenthalt im Freien. Mit Bewegung in gesunder Luft. Kurzer Spaziergang oder leichte sportliche Betätigung.

Müde und mit aufgetankter Lunge der Nachtruhe entgegengehen.

In der Hauskapelle oder einem anderen stillen Raum erfährt jeder Tag in den Don-Bosco-Häusern seinen endgültigen Abschluß. Ein besinnliches Lied. Kurzes Abendgebet. Stille Gewissenserforschung. In wenigen Worten einige Gedanken zum Überlegen, vom Leiter des Hauses gesprochen. Bekannt unter dem Titel „Gute-Nacht-Ansprache“.

Der allgemeine und von allen Anwesenden ausgesprochene Gute-Nacht-Gruß leitet das große Schweigen ein.

Ein heiliges Schweigen. „Il santo silenzio“.

Das Schweigen der Nacht, mir eine Enthüllung.

Offenbarung befruchtender Stille.

Mutter wertvoller Gedanken.

Quelle inneren Friedens.

Leuchtturm zahlreicher Erkenntnisse.

Seltsam, daß oft nach des Tages schwerer Mühen in der Stille der Nacht meine Bücher werden.

Ein Werkzeug wurde mir damals in China in die Hand gegeben, mit dem man die eigene Welt der Mittelmäßigkeit aus den Angeln heben kann.

Ich war 20 Jahre alt. Hatte meine Sorgen mit dem Sprachstudium. – Ob ich deswegen so gerne schwieg? Kaum! Der Wert des Schweigens wurde mir zur Erkenntnis. So lernte ich in noch jungen Jahren, was inneres Glück bedeutet.

Glück wird einem nicht in den Schoß gelegt. Man muß nachhelfen.

Indem man den neuen Tag schon tags zuvor beginnt.

Damals war es ein gebotenes Schweigen bis zum Frühgottesdienst. Und erst der Morgengruß galt als Startzeichen fröhlich-geselligen Geplauders.

Ich lernte, nach der Nachtruhe den Morgen als Geschenk entgegenzunehmen.

So wird seit 50 Jahren jeder Tag in meinem Leben zum bewußten Beginnen.

Jeder Morgen mein „Geburtstag“.

Gibt mir stets aufs neue Gelegenheit zur Bewährung.

Wird mir zum Wagnis, dem ich mutig und vertrauensvoll entgegengehe. Zur Herausforderung, die ich annehme.

Jeder Tag ist ein Vertrauensauftrag meines Schöpfers an mich. Das ehrt mich. Gibt mir Kraft, alle Widerwärtigkeiten ohne daseinslähmende Mutlosigkeit durch frohes Handeln auf mich zu nehmen.

War diese meine Einstellung schuld daran, daß mir von berufener Stelle der Vorschlag gemacht wurde, dieses „Kräuter-Kalendarium“ zu schreiben?

Zum Teil nur.

Gottes übervolle helfende Hand, die mir Tag für Tag entgegengestreckt wird, darf ich dabei nicht unbeachtet lassen.

Was um mich herum wächst, blüht und reift, soll meiner Gesundheit dienen. Damit ich mein Leben erhalten kann. In Fülle. Es ist so wunderbar, am Leben zu sein, mit der Zeit des Jahreslaufes im Gleichschritt zu gehen.

Anbauen, sammeln, nützen und schützen – das sind weitere Anliegen, die in mir brennen, zum Leitmotiv der Buchgestaltung wurden.

Jeden Tag etwas.

Dem Geist und der Seele Zeit lassen. Zum Mitgehen. Zum Bestaunen. Zum
Aufnehmen. Zum Verarbeiten. Zur Selbstbereicherung. Zum Edler-Werden.
Zum werdenden Ich im werdenden Jahr.
Zum befruchtenden Ich im fruchtenden Jahr.
Für deine Gesundheit.
Für dein Wohlergehen.

Gespräch deines Herzens

Wie schmeckt der Honig?

Beschreibe ihn.

Versuche es.

Es wird dir nicht gelingen, den Fragenden zu befriedigen.

Einen Löffel voll vom „Immengold“ muß man nehmen. In den Mund stecken. Den Gaumen, die Zunge, alle Zellen der Schleimhäute aktivieren. Der Honig selbst muß schmelzen, zerfließen, eins werden mit dem Speichel. Dann erst weiß man, wie Honig schmeckt.

Genauso ergeht es jemandem, dem du das innere Glück eines beschaulichen, betrachtenden, besinnlichen, meditativen Lebens erklären wolltest.

Durch Belehrung kannst du einem Menschen unmöglich den Wohlgeschmack der inneren „Se(e)l-igkeit“ klarmachen.

Verkosten, erleben bringt dies einzig und allein zustande.

Alle übernatürlichen Wahrheiten haben ihre Grundgesetze.

Diese mußt du eingehend prüfen.

Nur so kann man „aus eigener Erfahrung die Süße des Herrn erfassen“, sagen übereinstimmend die Kirchenväter.

Wie machen es die Goldgräber?

Die irgendwo in der Erde dieses kostbare Metall vermuten?

Sie fangen an zu graben, reißen die Erde auf. Graben immer tiefer, bis sie auf goldhaltiges Gestein stoßen.

Sind sie nach langem Mühen und viel Schweiß einer Ader auf der Spur, so verdoppelt sich ihr Fleiß.

Sie haben dann endlich das edelste der Metalle gefunden.

Und nun beginnt eine neue Art des Suchens.

Nicht mehr in die Tiefe wird gegraben. Nein, das Gold wird von Schlacken und Erdmischungen gereinigt. Goldgräber preisen sich schon glücklich, wenn in vielen Zentnern Gestein nur ein paar Goldkörnchen enthalten sind.

Beim betrachtenden Menschen darf und kann es nicht anders sein:

In die Tiefe gehen.

Eindringen in die göttlichen Wahrheiten und Geheimnisse, auch um den Preis vieler Mühen.

Der kleinste Gewinn ist ein Gewinn fürs ganze Leben, wenn es um goldhaltige Wahrheit geht. Wenn es darum geht, Gott zu schauen. Einfach und schlicht. In Demut und voller Erwartung.

Versuchen wir dabei, im Blick Gottes zu ergründen, was ER von uns denkt, was ER von uns erwartet. Versuchen wir, SEINEN heiligen Willen zu erkennen.

Bemühen wir uns, durch die Intensität des Verlangens IHM unsere Liebe auszudrücken, unsere Sehnsüchte durchdringen zu lassen, unsere Bereitschaft kundzutun.

Nichts ist freier, vielfältiger und unvorhersehbarer als solch ein schweigendes Zwiegespräch der Seele mit ihrem Gott. Es wird umso bereichernder sein, je tiefer es sich in deinem Herzen entwickelt. Als Unterhaltung von Herz zu Herz. Wobei keineswegs die Worte, sondern die Liebe im Herzen zählt.

Dann gleitet dieses Gespräch langsam, aber beständig in den Willen über.

Denn Liebe zeigt sich durch das Verlangen, dem geliebten Wesen Freude zu machen, eins mit ihm zu werden.

Eine große Bedeutung mißt der Herr, unser Gott, unserem Willen bei, wenn es um fruchtbares, betrachtendes Gebet geht.

Wortwörtlich sagte ER zur heiligen Angela von Foligno:

„Wenn jemand Mich in seiner Seele besitzen will, werde Ich Mich ihm nicht versagen.

Wenn jemand Mich sehen will, werde Ich ihm mit Freuden die Schau Meines Antlitzes gewähren.

Wenn einer Mich sprechen will, werden wir miteinander Zwiegespräche halten in unendlicher Seligkeit.“

Was geschieht beim Gespräch des Herzens in deiner Seele?

Ein wertvoller Tausch zwischen dir und IHM vollzieht sich.

Dein Stolz gegen SEINE Demut.
Dein Egoismus gegen SEINE Liebe.
Deine Armseligkeit gegen SEINE Vollkommenheit.
Deine Gebrechlichkeit gegen SEINE Kraft.
Deine Feigheit gegen SEINEN Mut.
Deine Bosheit gegen SEINE Güte.
Deine Begrenztheit gegen SEINE Unendlichkeit.
Deine Beschränktheit gegen SEINE Weisheit.

Am Schluß deiner täglichen Betrachtung mach es wie jemand, der über eine prächtige Bergwiese gewandert ist. Jetzt, auf dem Heimweg, pflückt er Kräuter und Blumen, um sie in seinem Zimmer zur Augenweide in ein Glas zu stellen oder sie für seine Gesundheit zu verwenden.

So solltest du dir aus jeder Morgenbetrachtung eine besondere Wahrheit,- einen besonderen Vorsatz, einen besonderen Impuls mitnehmen. Auf daß er dich tagsüber begleite.

Gottes Segen gehe deine Wege mit

Der Mensch will nicht einsam sein.
Nur ungern geht er allein durchs Leben.
Ureingesessen in seinem Bewußtsein ist die Sehnsucht nach dem Segen Gottes. Der ihn begleitet.
Mit ihm ist.
In allen Lebenslagen.
Vom Anfang bis zum Ende.
Vom Morgen bis zum Abend.
Von Neujahr bis Silvester.

Ein altes Gebet englischer Fischer, wenn sie in ihren kleinen Booten zu harter Arbeit aufs hohe Meer hinausfahren:

„Gott, gib mir DEINEN Segen! Mein Boot ist so klein, DEIN Ozean so groß. DU segne mich!“

In einem angelsächsischen Flursegen wird gebetet:

„Es gönne dir der Allwaltende Äcker, wachsend und sprießend, voll schwellend und kräftig treibend, und der breiten Gerste Früchte und des

weißen Weizens Früchte und alle Erdenfrüchte! Heil sei dir, Erdflur der irdischen Mutter! Sei du grünend in Gottes Umarmung, mit Futter gefüllt, dem Menschen zum Nutzen!“

Ein alter Haussegen lautet:

„Jesus, mein Trost, Helfer und Zier.

Mein Haus und Herz stehn offen DIR.

Ach, kehr mit DEINEM Segen ein, so werd’ ich reich und selig sein!

Gib mit dem Wort das täglich Brot und gesunden Leib an diesem Ort.

Friedfertigkeit, Gottes Seligkeit, so hab’ ich genug in Ewigkeit!“

Ein anderer Haussegen, den man noch in mancher Bauernstube findet:

„Wo Glaube, da Liebe. – Wo Liebe, da Friede. – Wo Friede, da Segen. – Wo Segen, da Gott. – Wo Gott, keine Not.“

Und zum Abschluß ein irischer Segenswunsch, der mir aus dem Herzen kommt: „Möge dein Weg dir freundlich entgegenkommen.

Wind dir den Rücken stärken.

Sonnenschein deinem Gesicht viel Glanz und Wärme geben!

Der Regen möge sanft dir deine Felder tränken!

Und bis wir beide – du und ich – uns wiedersehen, hält Gott dich schützend in SEINER hohlen Hand!“

Harth, zu Johanni 1987

Hermann-Josef Weidinger

WEGWEISER

Datum und Tag

„Daten fordern dich auf zu Taten.“

Jeder Tag hat seine Bedeutung, hinterläßt seine Spur. Wie ein Blatt Papier, auf das du ein Gedicht kritzest. Du zerknüllst es, wirfst es ins Feuer. Die Flamme lodert auf, das Blatt ist weg. Die Asche bleibt zurück, auf den Flügeln des Windes in alle Richtungen zerstreut. Aber Blatt und Gedicht, ob gut oder schlecht, beide waren da.

Im alten China wurde über der Urne eines verstorbenen Mönches eine Pagode, ein Tempelchen, erbaut. Aus der Überlegung heraus, daß jeder „be-Sinn-liche“ Mensch ebenfalls eine Spur hinterläßt.

Datum und Tag.

Abreißkalender haben mich schon als Bub fasziniert.

Ein Imperium der Alleinherrschaft hatte ich mir aufgebaut über den Block an der Wand in unserer Stube. Heute das Kalenderblatt von gestern herunterzureißen, zählte ich zu den mir selbst auferlegten täglichen Pflichten. So wie mein Morgengebet. Den Spruch auf der Rückseite des Blattes übersah ich nie. Und wenn er mir gefiel, lernte ich ihn sogar auswendig.

Von diesem Spiel aus Kindertagen blieb mir für mein Leben etwas Unauslöschliches zurück: die Liebe zu Tag und Datum. Die Erkenntnis, daß jeder Tag ein einmaliges Geschenk ist, das mir gegeben wird. Über das ich mich freuen und das ich dankbar entgegennehmen soll.

So wurde der Grundstein zu diesem Buch unbewußt schon in meiner Kindheit gelegt.

Flügel am Morgen

Ein Spruch im Blickfeld.

Ein kurzer Satz für den neuen Tag. Prägnant, herausfordernd. Er will zum Nachdenken einladen. Will aufrütteln, das Ganze unserer Welt zu erfassen, in der stillen Absicht, das Geschöpf mit seinem Schöpfer zu verbinden.

Eine Lebensweisheit, die zum „Wachsen und Reifen“ führt, die Grenzen des Menschseins erkennen und anerkennen läßt.

Ein Gedanke, der haften bleibt.

Eine Idee, die mitgeht, den Tag hindurch. Ihm sein Gepräge gibt, leicht zu merken ist – und dem Morgen Flügel verleiht.

Einstieg mit Schwung

Was dein Einstieg in das Heute sein will?

Ein Impuls. Ein Richtungsweiser. Eine Meditationsgrundlage. Ein solider Startpunkt.

Ein geistiger Aufriß, den ein jeder nach eigenem innerem Antrieb ausbauen, erweitern kann. Und soll.

Auf das ganze Geist-Seele-Ich-Getriebe springt der entscheidende Funke über, der zur Zündung führt. Alles in Bewegung setzt. Das Rad deiner Tagesgeschehnisse lenkt. Über den toten Punkt leichter hinweghilft und dem neuen Tag Schwung bringt.

„Ein Tag mit offenen Sinnen ist besser als hundert Jahre in Blindheit verbracht.“

„Allen Dingen und Taten geht der Geist voran.“

„Dein Leib zerbricht wie Ton, darum mache dein Denken zur Festung.“

„Gleich wie der Schmied die Pfeile biegt und der Zimmerer das Holz, so ist des Weisen Tun dies, daß er sich erzieht.“

„Einstieg am Morgen“ will ein Heben deines Denkens nach oben sein.

Tips für deine Gesundheit

Schon als Student war ich bemüht, anderen zu helfen.

Die Sorge um den Nächsten ist für mich mehr als Beruf geworden, ist Berufung. Weil ich die Menschen liebe. Die Ärmsten und die Leidenden.

In meiner frühesten Jugend war ich Hüterbub. Episoden von damals haben ihren Stellenwert in meinem Leben von heute.

An den Weideplätzen kamen oft Häusler-Frauen vorbei, die für ihre kleine Wirtschaft die verschiedensten Dinge einbrachten: Laub, Gras, Fallholz, Rüben, Kraut, Kartoffeln, Mohn, Heu oder Stroh. Einen Gurt schräg über die Schultern, die Griffe des Schubkarrens fest in beiden Händen, so schoben sie schwitzend und keuchend die Last vor sich her. Immer wieder mußten sie rasten. Wenn der Weg steil bergan ging, konnten diese armen Frauen kaum mehr weiter. Ich ließ Kühe und Jungvieh einen Augenblick allein, eilte hin, zog mit meinen Buben Händen vorne an. Leichter wurde die Last mit dem Einradfahrzeug über den Berg geschafft.

Ein andermal wieder, und das nicht selten, trugen Frauen, in ein großes Rauhlinnentuch gebunden, ihren Pack auf dem Rücken. Da half ich einfach mit, so gut ich konnte. Ein „Danke!“ aus dem Munde der geplagten Frau war mir Entlohnung genug.

Mein Tip, mein Rat – warum?

Weil Menschen viele Fragen haben. Und ich ihnen helfen möchte, diese zu beantworten.

Seit Jahren arbeite ich im Österreichischen Rundfunk mit.

„Tips vom Kräuterpfarrer Weidinger“ wurde die Ehre zuteil, in einer ORF-Nachlese als Sondernummer mit außergewöhnlich hoher Auflagenzahl zu erscheinen.

Weil ein guter Rat, ein Tip, ein altes Hausmittel, vom Kräuterpfarrer neu entdeckt, fast sprichwörtlich geworden sind.

Menschen jeden Berufsstandes und Bildungsgrades wenden sich vertrauensvoll an mich.

Mein Buch soll ihnen Freund und Ratgeber sein.

Ein Blick, um dich

Die Welt um dich ist deine Welt.

In der du lebst. In der auch andere nach dir noch leben möchten. Leben sollen. Denn der Mensch darf nicht verantwortungslos das Ende des Kosmos herbeiführen. Ob bewußt oder unbewußt.

Die Umwelt schützen lernen!

Blicke um dich!

Du findest viele nette Aufgaben, die dir Freude machen werden. Vor allem aber wirst du aktiv, ein wahrer Freund von Gottes schöner Welt.

Das erreichst du nur dann, wenn du dich nicht isolierst, sondern dich ganz öffnest. Kräuter und Pflanzen siehst, die ihre Saison haben, gesammelt werden sollen. Wenn du deinen Garten, dein Fensterbrett und die Veranda beachtest.

Dabei wirst du gleichzeitig hingewiesen auf die Möglichkeiten zu pflanzen und zu erleben.

Du vergißt die Tiere um dich herum nicht. Die hungrigen Vögel im Winter. Die Kinderstube im Grünen. Die Nahrungsquellen der Raupen, damit Schmetterlinge weiterflattern können.

„Guter Morgentip vom Kräuterpfarrer“ – alles in allem ein Buch, das dir Tag für Tag eine geistige „Vitamintablette“ verabreicht. Doch nur zusammengesetzt und gedreht hat sie der Kräuterpfarrer. Nehmen mußst du sie schon selber.

Dezember 25.–31.

*Des Lichtes
Sieg
gebiert
das Leben*



Mistel

Kontraste.

Die gibt es.

Wird sie auch immer geben in unserem Leben. Und das ist gut so.

Denn sie fordern heraus, erhalten uns in gesunder Spannung. Damit wir nicht erschlaffen, sondern rege werden im Denken und im Handeln.

Da frage ich mich. Eines Tages. Aus innerer Neugier. Vollends berechtigt:

Wer hat es sie gelehrt, die Weinbergschnecke?

Vor Monaten schon. Damals, als die Sommervärme sich langsam verkroch, nach Süden abwanderte. Bei uns in der Tiefe des Bodens eine Zufluchtsstätte fand. Dort, wo es immer warm ist, grub sie sich ein.

Verriegelte ihre Gehäuseöffnung mit einem Kalkdeckel. Nach außen.

Sagte der Welt „ade!“ und verfiel in die Winterstarre.

Welch ein Kontrast!

Vergraben, verschlossen, dem Licht abgewandt erwartet sie den Gegensatz. Den auffallenden Unterschied. Eben eine Entgegensetzung ohne die es nie ein Erwachen gibt. Ein Dem-Lichte-sich-Zuwenden.

Ohne Tod keine Auferstehung.

Ohne Ende kein Anfang.

Ohne Unten kein Oben.

Ohne Gestern kein Morgen.

Ohne Schlaf kein Erwachen.

Ohne Ruhe kein Erstarken.

Ohne die Gefahr der Niederlage keine Hoffnung auf den Sieg.

Kontrast ist eben eine Herausforderung. Ein Trumpf der Lichtseite des Lebens gegen die Kehrseite des Daseins. Eines jeden. Und bei jedem.

Weil des Lichtes Anfang im Dunkel liegt.

Weil in der Erniedrigung die Erhöhung wartet.

Weil in der Demut des Herzens der Aufstieg der Seele beginnt.

Weil im Lernen des Schülers das Können des Meisters schlummert.

Wer würde sie suchen, beachten, schätzen und heimtragen, die Mistel? Wenn sie zur Hohemgit der Baumblüte sich anböte, dem Menschen zu dienen, heimgetragen zu werden. Um den Kreislauf zu fördern, Frauen in ihren Nöten zu helfen, den Blutdruck. zu regeln.

Nein! Zu einer Zeit, in der die Wahl zur Qual wird, weil der Tisch der Natur reichlichst gedeckt ist, da greifst du nicht nach der Mistel, um sie zu ernten. Der Augenblick der Vollkraft und der Reife ist noch nicht gekommen.

Im Streit des Tages mit der Nacht; im Ringkampf des Lichtes mit dem Dunkel; zur Zeit des Friedens der heiligen Weihnacht; wo das Neujahr vor der Tür steht, unerbittlich den Fehdehandschuh wirft, zum Duell herausfordert – da sammle die Mistel und trage sie heim. Den Goldenen Zweig, mit dem Aeneas und die Sibyllen die Tür zur Unterwelt öffneten, die Druiden ihre magischen Kräfte verdoppelten.

Kräfte, die bis heute nicht versiegt, auch wenn anders geartet wir sie erkennen. Die in unserem Innern die Gefäße erweitern, Krämpfe lösen, Blutungen stillen, Tumore zurückdrängen.

So stellt sich die Frage am Ende des Jahres:

Ob's ein Sieg ist des Lichtes, der Leben gebiert?

Ein Kontrast eben.

Wie bei so vielem, was um mich, in mir wird und vergeht.

25. Dezember

IM LEBEN DEM HERRN ENTGEGENGEGEHEN

„Kommt, wir lieben hinauf zum Berg des Herrn ... ER zeige uns SEINE Wege, auf SEINEN Pfaden wollen wir gehen.“ (Jes 2,3 b) – Ob ich das je fassen werde, daß der Gottessohn zur Welt kam? In dieser Nacht Mensch wurde, weil ER mich liebt? Damit ich IHN verstehen kann, liegt ER im Stall. Zwischen Ochs und Esel. In der Krippe. – Und heute hat meine Freude Geburtstag. Weil für mich der Himmel beginnt. Fürwahr, hier auf Erden. Daß es so bliebe!

Rosentee zum Weihnachtsfest: 50 g getrocknete Rote-Rosen-Blütenblätter, 30 g Walderdbeerblätter, 25 g Heidekrautblüten, 25 g Melissenblätter, 15 g Herzgespann und 5 g Eukalyptusblätter. – 2 Teelöffel der Mischung mit $\frac{1}{4}$ l kochendem Wasser überbrühen und zugedeckt 15 Minuten ziehen lassen. Abseihen. Mit Honigzugabe hat dieser Festtagstee nicht nur einen sehr angenehmen Geschmack, sondern auch eine beachtliche Heilkraft zur Herz- und Nervenstärkung, was die weihnachtliche Freude im Kreise der Familie hebt.

Rosenwein: Von der gleichen Teemischung wie oben 75 g in 1 l naturbelassenem Weißwein angesetzt und acht Tage lang im warmen Raum stehen gelassen, abgeseiht, ergibt einen sehr schmackhaften Kräuterwein. Schluckweise getrunken, belebt er den müden, angespannten Körper, lindert Unterleibsschmerzen. Wirkt kreislauffördernd und herzstärkend.

Pflege fatter Gesichtshaut mit *Johanniskraut-Tee*. – Die antiseptischen und zusammenziehenden Eigenschaften des Johanniskrautes reinigen und öffnen die Poren der Gesichtshaut. – 15 g Johanniskrautblüten mit 1 l kochendem Wasser übergießen, 15 Minuten stehen lassen. Abseihen. Nach dem Abkühlen das Gesicht gründlich damit waschen. Hält auch die Bildung von Hautfältchen zurück.

Bei Zahnschmerzen als Mundspülung verwendet, lindert *Rosenwein* dieselben beachtlich.



Weihnachtskrippe

Wie wäre es, wenn du heute am Waldrand einen „Christbaum“ schmücken würdest? Meisenringe, Speckschwarten und anderes Vogelfutter. Für deine Brüder, die Vögel.

26. Dezember

DER BEGEISTERUNG FEUER WACHHALTEN

Die offene Hand ehrt den Mann. – Sein beredter Mund richtet die Niedergebeugten auf. – Einen Mann voll des Glaubens und des Heiligen Geistes ... voll Gnade und Kraft nennt die Apostelgeschichte den heiligen Erqnärtyrer Stephanus. – Fürs praktische Leben: Kranke und Gebrechliche haben wir immer unter uns. Nicht ablehnend, sondern positiv möchte ich dem Leid gegenüberstehen. Auf meine Grundeinstellung kommt es an im Leben. Vor allem aber im Leid, in der Not, in der Krankheit. – Auf das verborgene Feuer in mir!

Obst, wertvolle Heilkost für Leberkranke. – Obst und *Obstsäfte* besitzen viele Vitamine, Mineralsalze, Fermente, ein Minimum an Kochsalzgehalt und einen leicht aufzunehmenden Fruchtzucker. Sie unterstützen die Lebertätigkeit durch ihre appetitanregende Wirkung, erfrischen und treiben Wasser ab. Deshalb Obst auch im Winter reichlich essen.

Holunderblütentee im Aufguß mit reichlichem Honigzusatz und einem Guß *Holunderbeerensaft* gilt als altbewährtes Hausmittel bei Erkältungskrankheiten, wie Heiserkeit, Husten, Schnupfen, Brust- und Luftröhrenkatarrh. Aber auch bei Nervenschmerzen in der Gesichts- und Kopfgegend, bei Ohrenschmerzen, bei stechendem Kopfweg sowie bei Rachen-, Hals- und Mandelentzündung.

Vergiß gerade an Feiertagen nicht, daß das Eiweiß des *Vollkornbrotes* biologisch viel hochwertiger ist als das Eiweiß beim Fein- und Mittelbrot. Welches bei letzteren, leider viel zuwenig bekannt, unvollständig ist, weil es weder das Eiweiß der Keimlinge noch jenes der Kleberschicht enthält.

Zarte und schwächliche Frauen sollen während der Wintermonate wenigstens einmal wöchentlich *Melissentee mit Honig* trinken. Im Aufguß zubereiten. – Beruhigt, löst Verkrampfungen, stärkt die Nerven, kräftigt den Magen, regelt die Periode.

Sauermilch-Produkte entfalten im menschlichen Körper tumorhemmende Wirkung.