

## Leseprobe



### **Sonnenstrahl zur Genesung**

Ermunternde Geschichten

20 Seiten, 14 x 17 cm, mit zahlreichen  
Farbabbildungen, Broschur

**ISBN 9783746240961**

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 2014

Ein einziger Sonnenstrahl genügt,  
um ein Zimmer zu erleuchten.

Léon-Joseph Kardinal Suenens

Heitere und ermutigende Weisheitsgeschichten namhafter Autoren wie Anthony de Mello, Hermann Hesse oder Lew N. Tolstoi möchten Kraft schenken und Mut zusprechen. Die stimmungsvollen Bilder und hoffnungsvollen Zitate bestärken darin, auch in schweren Zeiten die hellen Seiten des Lebens wahrzunehmen.

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

ISBN 978-3-7462-4096-1



## Sonnenstrahlen zur Genesung Ermunternde Geschichten



Gott nimmt nicht die Last,  
sondern stärkt die Schultern.

Franz Grillparzer



# Sonnenstrahlen zur Genesung

Ermunternde Geschichten

**benno**



**Es ist unglaublich, wie viel Kraft die Seele dem Körper zu verleihen mag.**

Wilhelm von Humboldt

## LASTEN LOSLASSEN

Im letzten Sommer lernte ich Frank, einen jungen Hubschrauberpiloten, kennen. Er lud mich ein zu einem kurzen Flug, und wir kamen schnell ins Gespräch. Sein Beruf schloss viele Gefahren in sich. Bei jedem Wetter musste er zum Einsatz fliegen, oft waren es Notfälle, zu denen er gerufen wurde. Schon beim Erzählen wurde es mir ganz ungemütlich. Nach einem anstrengenden Arbeitstag brachte ich Frank dann einmal mit meinem Auto nach Hause. Schweigend und erschöpft saß er neben mir. Als wir ankamen, lud er mich ein, seine Familie zu begrüßen. Auf dem schmalen Kiesweg durch den Vorgarten wandte er sich kurz einem kleinen, schön gewachsenen Magnolienbaum zu, berührte mit den Händen leicht die Zweige und führte mich dann zur Haustür. Wir betraten

das Haus, und die ganze Gestalt meines Begleiters machte eine erstaunliche Umwandlung durch: Er lächelte, begrüßte seine Frau, hob das jüngste seiner drei kleinen Kinder auf den Arm, während seine Hand über die Blondschöpfe fuhr. Später, als er mich zurück zu meinem Auto begleitete, konnte ich meine Neugierde nicht länger zurückhalten: »Der kleine Baum?« Er antwortete lächelnd: »Ich nenne ihn gern meinen Lastbaum. Sie wissen, Lasten und Ängste gehören zu meiner Arbeit. Damit ich aber am Abend ganz für meine Familie da sein kann, lasse ich meine Lasten jeden Abend, wenn ich heimkomme, auf diesem Baum zurück. Und es ist eigenartig, wenn ich morgens wiederkomme, um alles abzuholen, dann finde ich viel weniger, als ich am Abend dort zurückließ.«

Überliefert



**Auch aus Steinen, die einem in den Weg gelegt werden,  
kann man etwas Schönes bauen.**

Johann Wolfgang von Goethe

## CHINESISCHE PARABEL

Ein alter Mann mit Namen Chunglang, das heißt »Meister Felsen«, besaß ein kleines Gut in den Bergen. Eines Tages begab es sich, dass er eins von seinen Pferden verlor. Da kamen die Nachbarn, um ihm zu diesem Unglück ihr Beileid zu bezeigen. Der Alte aber fragte: »Woher wollt ihr wissen, dass das ein Unglück ist?« Und siehe da: Einige Tage darauf kam das Pferd wieder und brachte ein ganzes Rudel Wildpferde mit. Wiederum erschienen die Nachbarn und wollten ihm zu diesem Glücksfall ihre Glückwünsche bringen. Der Alte vom Berge aber versetzte: »Woher wollt ihr wissen, dass es ein Glücksfall ist?«

Seit nun so viel Pferde zur Verfügung standen, begann der Sohn des Alten eine Neigung zum Reiten zu fassen, und eines Tages brach er das Bein. Da kamen sie wieder, die Nachbarn, um ihr Beileid zum Ausdruck zu bringen. Und abermals sprach der Alte zu ihnen: »Woher wollt ihr wissen, dass dies ein Unglücksfall ist?« Im Jahr darauf erschien die Kommission der »Langen Latten« in den Bergen, um kräftige Männer für den Stiefeldienst des Kaisers und als Sänfenträger zu holen. Den Sohn des Alten, der noch immer seinen Beinschaden hatte, nahmen sie nicht. Chunglang musste lächeln.

Hermann Hesse

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.

#### Textnachweis

S. 6/7: Hermann Hesse: »Chinesische Parabel«, aus: Ders.: , Sämtliche Werke in  
20 Bänden. Herausgegeben von Volker Michels. Band 9: Märchen und Legenden  
© Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main 2002. Alle Rechte bei und vorbehalten  
durch Suhrkamp Verlag Berlin.

S. 10/11: Anthony de Mello: »Bis ich oben bin«, aus: Ders.: Eine Minute Unsinn.  
Weisheitsgeschichten. Übersetzt von Robert Johna © Verlag Herder GmbH,  
Freiburg i. Br. 2012, S. 63.

#### Bildnachweis

Ul: © magdal3na/Fotolia, Vor- und Nachsatz: © Brian A Jackson/Shutterstock,  
S. 2/3: © Galyna Andrushko/Fotolia, S. 4/5: © Honourableandbold/Dreamstime,  
S. 6/7: © Henrik Larsson/Fotolia, S. 8/9: © lily/Fotolia, S. 10/11: © aiaikawa/Shutter-  
stock, S. 12/13: © Mykola Velychko/Fotolia, S. 14/15: © Monia/Fotolia

#### 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 978-3-7462-4096-1

© St. Benno-Verlag GmbH, Leipzig  
Covergestaltung: Ulrike Vetter, Leipzig  
Gesamtherstellung: Arnold & Domnick, Leipzig (A)

