10.08.2026 um 05:20 Uhr
hr1 ZUSPRUCH

Ein Beitrag von
Johanna Fröhlich,
Evangelische Pfarrerin, Gießen

Die goldene Stunde

In diesem Sommer bin ich auf der Suche nach der goldenen Stunde. Das ist die Zeit kurz nach Sonnenaufgang oder kurz vor Sonnenuntergang. Das Licht ist weich. Die Farben wirken wärmer. Selbst Vertrautes sieht plötzlich schöner aus. Wer gern fotografiert, liebt diesen Moment.

Diesen Moment möchte ich täglich erleben

Ich versuche, jeden Tag ein bisschen davon zu erwischen. Nicht nur für Fotos. Sondern um diesen Moment zu genießen. Dann, wenn der Tag oder die Nacht anbrechen. Wenn das Licht weich wird und alles einen besonderen Glanz bekommt. Ich schaue in den Himmel. Und dann verändert sich auch der Blick auf mein eigenes Leben.

Welche spirituelle Bedeutung hat dieser Augenblick?

Dieser Moment zwischen Licht und Dunkel hat für mich etwas Spirituelles. Für mich ist das eine Zeit, in der Gott spricht. Ganz leise. Ich spüre dann: Da kommt Licht in mein Leben. Ich sehe klarer, was gerade wichtig ist. Was ich vielleicht schon länger vor mir herschiebe.

Entscheidungen im Licht

Diese goldenen Stunden haben mir seitdem bei wichtigen Entscheidungen geholfen: Nach einem Streit mit einem lieben Menschen. Das war wie ein neuer Blick auf meinen Weg. Die hoffnungsvolle Dämmerung war für mich wie eine ermutigende Stimme. Als würde Gott sagen: Du kannst neu anfangen.

© 2026 · Kirche im hr

Ein besonderer Moment im Alltag

Die goldene Stunde hilft mir dabei, neu zu denken. Ich fasse wieder Vertrauen. Und ich schaffe manchen ersten Schritt. Ich freue mich inzwischen richtig auf diesen besonderen Moment. Im Alltag klappt das nicht jeden Tag. Aber wenn ich sie erwische, merke ich sofort: Diese Stunde kann etwas verändern.

© 2026 · Kirche im hr