

05.04.2026 um 07:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Dr. Barbara Brüning,

Katholische Journalistin, Autorin und Systemische Familienberaterin, Frankfurt

Sonnenaufgang

Es ist schon länger her, da war ich mit einer Gruppe Studenten für eine Woche in den Alpen. Irgendwann kam der Wunsch auf, einen Sonnenaufgang auf einem Berg zu erleben. Und so sind wir eines Nachts um 2 Uhr aufgestanden. Mit Taschenlampen ausgerüstet haben wir uns auf den Weg gemacht. Und dann haben wir, in Decken eingemummelt, in der kalten, totenstillen Nacht gegessen und schweigend gewartet.

Nach langem Warten tauchte plötzlich ein einziger Lichtstrahl auf

Ich hatte das Gefühl, dieser Tag ließ sich wirklich feiern. Es wurde nur langsam hell. Diffus und erst auf einer Seite des Berges. Von der Sonne war noch nichts zu sehen. Wir haben weiter gewartet. Und dann – ganz plötzlich ist ein einziger Lichtstrahl aufgetaucht! Hat vorsichtig über die Linie des Horizonts geblinzelt. Wie aus dem Nichts.

Diesen Moment habe ich bis heute nicht vergessen

Dieser Moment war so großartig, dass ich ihn bis heute nicht vergessen habe.

Es war so ein „Da bin ich. Ein neuer Tag“. Der Lichtstrahl war ein Vorbote. Es wurden mehr und mehr. Der Rand der Sonne zeichnete sich ab. Langsam und sehr gemächlich ist sie größer und größer geworden.

War das ein Feiertag oder beginnt jeder Tag so?

Die Mützen fielen. Die Jacken. Die ersten aus unserer Gruppe haben sich gestreckt. Haben wieder Gespräche angefangen. Es war, als hätte die Sonne uns wieder Leben eingehaucht. Ich hatte das Gefühl es müsste ein Feiertag sein. Ein ganz besonderer Tag. Mit ehrfürchtigem Staunen bin ich zurück ins Hotel gegangen.

„Ist das jeden Tag so?“, habe ich mich gefragt. Ist jeder Tag so ein ganz neuer Aufbruch, so ganz individuell?

Mit dem Aufgehen der Sonne denke ich an die Auferstehung

Heute ist Ostersonntag. Mit dem Aufgehen der Sonne gedenke ich ganz besonders an diesem Tag, Gottes Größe – und der Auferstehung seines Sohnes Jesus Christus vom Tod. Er, der so groß und erhaben ist, ist Herr über Leben und Tod. Und über jeden neuen Tag.