

# Im Einklang mit der Natur

**Höher, schneller, größer – dieser Anspruch scheint unser Leben in vielen Bereichen zu bestimmen. Wie kann ein nachhaltiges und naturverbundenes Leben in der heutigen Zeit gelingen?**

Die Sehnsucht nach Entschleunigung, Achtsamkeit und Nachhaltigkeit steckt schon immer tief in uns: schon vor über 800 Jahren setzte sich der heilige Franz von Assisi dafür ein. Er führte ein Leben in Armut, Schlichtheit und Bescheidenheit. Die Wunderwerke der Natur versetzten ihn in Staunen. Er preist die Schönheit der Schöpfung in seinem Sonnengesang, in dem er Gott für »Bruder Sonne« und »Schwester Mond« dankt. Dieser Hymnus gilt als ältestes Zeugnis italienischer Literatur und seine Botschaft ist heute noch aktuell: Franziskus lädt uns ein, inne zu halten, die Verbindung zur Natur zu spüren, Stille zu suchen und der Schöpfung mit Dankbarkeit und Demut zu begegnen.

## Wie gelingt ein sinnvolles Leben heute?

stressigen Alltag zu finden. Wenn wir uns ein wenig Zeit nehmen, können wir viele kleine Wunder entdecken.

Der Franziskanerpater *Lorenz Staud* nimmt sich dafür die Schlichtheit und Naturverbundenheit des Franz von Assisi zum Vorbild: »Achte alle Lebewesen, achte die Natur und die Kraft der Elemente«. Nur dann kann es gelingen, nachhaltig unsere Existenz zu wahren. *Staud* sieht die Möglichkeit, dies im Kleinen zu verwirklichen: zum Beispiel in unseren Gärten, einem Rest vom Paradies. Im eigenen Anbau können wir die Früchte unserer Arbeit hautnah erleben, genießen und weitergeben. Wenn wir naturverbunden leben und uns im Kreislauf des Nehmens und Gebens bewegen, können wir auf die Spuren des Schöpfers gelangen und im Staunen Gott danken. »Das Glück vom einfachen Leben« ist eine praktisch orientierte Anleitung, die uns helfen soll, den Einklang mit der Natur wiederzufinden – mit spirituellem Tiefgang und viel Herz!

»Dafür habe ich keine Zeit!« – wer hat das nicht schon oft gedacht? Dabei schenkt uns gerade die Natur Möglichkeiten, einen Ausgleich zu unserem

*Cornelia Absmanner*

Hat man die Liebe zum Garten einmal entdeckt, wird man die Beständigkeit in der Pflege und eine gewisse Leidenschaft nicht mehr missen lassen. Und wenn man noch wie Franziskus einen zärtlichen Umgang mit allem pflegt, dann kann man tausend Wunder erleben und wird täglich neu beschenkt.



Pater **Lorenz Staud** wurde 1947 in Steinach in Tirol geboren. Er war lange Jahre als Religionslehrer und Jugendseelsorger tätig. Er ist Priester der Franziskanerprovinz Austria in Österreich und Südtirol.



**PATER LORENZ STAUD**  
**Das Glück vom einfachen Leben**  
 Nach der spirituellen Philosophie des heiligen Franz von Assisi

Athesia-Tappeiner Verlag  
 216 Seiten, Hardcover  
 15,00 €  
 ISBN 978-88-6839-391-5  
 150 Lesepunkte



Foto: © Toni Jaitner