

# Die Morgenandacht

---

Montag bis Samstag, 5.55 Uhr (NDR Info) und 7.50 Uhr (NDR Kultur)

**27. Januar bis 1. Februar 2025: "Lichterfüllte Tage in der Epiphaniaseit"**

**Von Silvia Mustert, Pastorin in Hannover**

Erst Anfang Februar geht mit der Epiphaniaseit auch die Weihnachtszeit zu Ende. Silvia Musterts Andachten lassen darum noch einmal Sterne aufleuchten und bringen Licht in die Dunkelheit.



**Silvia Mustert**

Redaktion  
Radiopastor Heiko von Kiedrowski

Evangelische Kirche im NDR  
Redaktion Kiel  
Gartenstraße 20, 24103 Kiel  
Tel. (0431) 55 77 96 10  
[www.ndr.de/kirche](http://www.ndr.de/kirche)

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf nur für private Zwecke des Empfängers benutzt werden. Jede andere Verwendung (z.B. Mitteilung, Vortrag oder Aufführung in der Öffentlichkeit, Vervielfältigung, Bearbeitung, Übersetzung) ist nur mit Zustimmung der Ev. Kirche im NDR zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

### **Montag, 27. Januar 2025**

"Sie haben ihre Weihnachtsbeleuchtung ja auch immer lange hängen" spricht mich eine Spaziergängerin an. Sie geht regelmäßig mit ihrem Hund an unserem Haus vorbei. Recht hat sie. Für viele Menschen ist Weihnachten am Abend des 26. Dezember vorbei, wenn im Radio die Christmas-Popsongs schlagartig aufhören und die Vorbereitung auf Silvester beginnt. Bei uns leuchten bis zum 2. Februar die Herrnhuter Sterne in den Fenstern. Vor der Tür steht eine Laterne, deren Kerze seit Weihnachten fast jeden Abend brennt. Auf der Terrasse steht noch unser Weihnachtsbaum, mit Lichtern und Meisenknödeln geschmückt. Wir teilen ihn mit den Vögeln in unserem Garten. Alles leuchtet bis zum kommenden Sonntag. Denn erst dann ist die Epiphaniastzeit zu Ende. Epiphaniast kommt aus dem Griechischen und bedeutet: Sich sehen lassen, erscheinen. In der Epiphaniastzeit erinnern wir daran, dass sich etwas hat sehen lassen, dass etwas erschienen ist. Das, was wir an Weihnachten feiern, strahlt weit ins neue Jahr hinein. Das Kirchenjahr räumt dem Weihnachtswunder mehr Zeit ein als nur den Heiligen Abend und die zwei Feiertage. Die Weihnachtszeit endet am 6. Januar, wenn wir uns daran erinnern, dass die Weisen oder Könige das Kind erblicken. Sie folgten dem Licht eines Sterns. Aber mit dem Dreikönigstag, dem Epiphaniastag, beginnt die Epiphaniastzeit, die Nachweihnachtszeit, die bis zum 2. Februar geht. 40 Tage sind dann seit Weihnachten vergangen. In vielen Kirchen wird es am Sonntag noch einmal festlich, wenn zum letzten Mal die Lichter an den Weihnachtsbäumen brennen und die Krippe noch einmal im Blick ist. Warum das alles nach 40 Tagen? 40 Tage nach Jesu Geburt brachten seine Eltern ihn nach Jerusalem in den Tempel, um nach altem Brauch ein Opfer zu bringen. 40 Tage oder Jahre spielen in der Bibel öfter eine Rolle. 40 Tage und Nächte regnete es, als die Sintflut das Land bedeckte. 40 Jahre wanderte das Volk Israel aus Ägypten durch die Wüste. 40 Tage fastete Jesus in der Wüste. 40 Tage liegen zwischen Ostern und Himmelfahrt. Und 40 Tage dauert eben auch die Epiphaniastzeit, die lichtvolle Zeit, durch dessen letzte Woche ich mit Ihnen gehe.

### **Dienstag, 28. Januar 2025**

In kaum einer anderen Zeit gerate ich so an meine Grenzen wie Ende Januar. Ja, das Jahr ist noch jung. Wir haben uns gerade erst daran gewöhnt, 2025 zu schreiben. Alles fängt neu an, alles scheint möglich. Die guten Vorsätze werden noch erinnert. Aber Ende Januar sind sie schon ein bisschen verbraucht, wenn nicht schon gebrochen. Es gibt viele wichtige Ziele, die zu erreichen wären - und zwar das ganze Jahr über. Ich bin mittlerweile 60 Jahre alt, da gilt es, gut auf sich zu achten. Regelmäßig Sport zu treiben scheint da noch fast am einfachsten. Aber es stand ja noch viel mehr auf der Liste. Auf Ihrer auch? Und, was ist daraus geworden? Ich bin schon ein bisschen desillusioniert und manchmal auch deprimiert. Je mehr ich mich damit beschäftige, desto mehr merke ich, wie lächerlich meine Vorstellungen doch sind. Jedes Jahr Ende Januar ist das so. Seit Jahren nehme ich mir deshalb vor, mir nichts vorzunehmen. Und mache es dann doch. So erlebe ich jedes Jahr Ende Januar, wie wenig ich wirklich durchhalte. Ich bin sonst diszipliniert. Gerade deshalb ärgert mich das so. Wie eine Krähe vom kahlen Ast kreischt mein schlechtes Gewissen mich an und macht mich trübsinnig. Gute Vorsätze sind die erste Enttäuschung im neuen Jahr. Seit letztem Jahr mache ich es anders. Fast jeden Morgen mache ich mir eine kurze Notiz. Was war gestern gut? Was ist gestern gelungen? Wofür war ich gestern dankbar? Statt guter Vorsätze gute Nachsätze, den ganzen Januar lang. Gute Nachsätze durchkreuzen die trüben Gedanken. Jeden Tag kommt etwas Gutes hinzu. So, wie es jeden Tag ein bisschen heller wird. Mehr Licht. Mehr gute Gedanken. Jetzt ist die Zeit für Mehr. Für das Helle, Freundliche in meinem Leben. Für das Gute und das Gelungene, das Sanfte und das Freundliche. Für all das, was ich selbst nicht schaffe, sondern was mir geschenkt wird. So werden Januartage zu lichterfüllten Tagen. Sie schenken mir Helligkeit und Wärme. Jeden Tag ein bisschen mehr.

### **Mittwoch, 29. Januar 2025**

"Erinnerungen sind kleine Sterne, die tröstend in unsere Trauer leuchten." Jedes Jahr postet die junge Frau diesen Satz im Januar auf Facebook. Dazu zwei kleine Fußabdrücke, in Gips verewigt. Es ist die Erinnerung an ihr Sternenkind, das nur eine Schwangerschaft lang und wenige Stunden auf dieser Erde war. Drei muntere Kinder hat sie, in ihrem Haushalt ist viel Trubel. Doch die Erinnerung an ihr Sternenkind bleibt. Wenige Wochen nach dem Fest des Kindes, über dessen Krippe ein Stern leuchtete, ist ihr Kind nur wenige Stunden alt geworden. Der frühe Tod eines Kindes trifft Eltern unvorstellbar. Stirbt ein Kind, so geht ein Stück von deinem Herzen, hat sie mir einmal gesagt. Als Eltern haben sie mit ihrem ungeborenen Kind schon gelebt, haben einen Namen gesucht. Sie haben eine gemeinsame Geschichte, und sei sie noch so kurz. Mit dem Kind starb ein Stück dieser Geschichte. Ein Kind zu verlieren, ist ein Schmerz, der über alle Grenzen geht. Nur wenige hundert Gramm wog ihr Baby. Und war doch schon eine ganze Welt für seine Eltern. Früher verschwieg man, wenn ein Kind tot geboren wurde oder nur wenige Stunden lebte. Wie gut, dass das heute anders ist. Wie gut, dass nicht mehr das Gewicht des Kindes darüber entscheidet, ob es überhaupt beerdigt werden kann. Ein Ort zum Trauern, Kerzen, Fotos, Hand- und Fußabdrücke, das Nennen der Namen sind heute Zeichen unserer Erinnerung. Sie helfen, den schmerzlichen Verlust zu verarbeiten. Sternen Kinder bleiben unser ganzes Leben ein Teil von uns. Ihre Zahl ist groß, aber Gott hat sie gezählt, jedes einzelne von ihnen. Wie in diesem bekannten Lied: Weißt du, wie viel Sternlein stehen an dem blauen Himmelszelt? Weißt du, wie viele Wolken gehen weit hin über alle Welt? Gott der Herr hat sie gezählet, dass ihm auch nicht eines fehlet an der ganzen großen Zahl, an der ganzen großen Zahl.

### **Donnerstag, 30. Januar 2025**

"Du hast jeden Raum mit Sonne geflutet", hat Herbert Grönemeyer vor 22 Jahren über seine verstorbene Frau gesungen. "Hast jeden Verdruss ins Gegenteil verkehrt. Nordisch nobel, deine sanftmütige Güte, dein unbändiger Stolz, das Leben ist nicht fair." Es ist immer noch eines der Lieder, die mich am meisten berühren. Einzigartig, wie Grönemeyer hier seine Frau beschreibt. Solche Texte schreibt man nicht mit ChatGPT, hat er einmal gesagt. Die Einzigartigkeit eines Menschen will mit wachen Augen wahrgenommen werden. Denn es gibt sie, die Menschen, die diese besondere Gabe haben. Sie betreten einen Raum und erfüllen ihn - einfach nur, weil sie da sind. Oft sind sie eher bescheiden und zurückhaltend. Aber es bereichert, was sie ausstrahlen. Andere dagegen, die auf ihre Wirkung besonders stolz sind, erreichen oft eher das Gegenteil. Wer sich selbst für das Licht der Welt hält, hat in unserer Geschichte schon oft dunkle Zeiten herbeigeführt. "Lasst euer Licht leuchten vor den Menschen" sagt Jesus in den Seligpreisungen. Leuchtet! Verbergt euch nicht. Aber umgebt euch auch nicht mit falschem Schein. Was für eine schöne Aufforderung! Denn es setzt voraus, dass jeder Mensch leuchten kann. Jeder verkörpert etwas. Jede stellt etwas dar. Jedem und jeder ist etwas mitgegeben, was hell und freundlich strahlen kann. Ich höre heraus, wie gut es ist, wenn Menschen durch das, was sie einfach sind, Licht geben. Wir können es, weil es in uns gelegt ist. Wir kommen her von der Liebe unseres Schöpfers. Sein Licht könnte durchscheinen, wenn wir es nicht selbst verdunkeln und verstellen. "Dein sicherer Gang, deine wahren Gedichte. Deine heitere Würde, dein unerschütterliches Geschick." Wir sind mit Einzigartigkeit in dieser Welt. Ohne uns damit zu überhöhen und ohne uns zu verstecken. Als Menschenlichter, die nichts anderes tun als das, was sie sind. Authentisch, wahrhaft, ehrlich, mit einer besonderen, unverwechselbaren Gegenwart. "Lasst euer Licht leuchten vor den Menschen!" Die Welt könnte dadurch heller werden.

### **Freitag, 31. Januar 2025**

Die Bremsen vom Fahrrad quietschen. Erschrocken springe ich zur Seite. "Fast hätte ich Sie nicht gesehen! Wie können Sie so rumlaufen?", ruft der Radfahrer, der in letzter Minute sein Fahrrad stoppen kann. Es ist noch dunkler Morgen. Der Hund musste raus. Für einen kurzen Gang nur habe ich die dunkle Winterjacke übergeworfen und unseren schwarzen Vierbeiner angeleint. Etwas unsicher sind wir durch die Dunkelheit geschlichen. Und prompt hätte uns der Radfahrer fast erwischt. Jedes Kind weiß, wie dumm das ist, im Dunkeln so loszulaufen. Seitdem trägt unser Hund einen Leuchtreifen um den Hals und ich einen Blinker am Arm. Wir werden gesehen und erkennen selbst den Weg. Wenn es doch immer so logisch und einfach wäre. Leuchtreifen um, Blinker an den Arm, sicher unterwegs. Das wäre schön. Aber die Dunkelheiten unserer Zeit lassen sich nicht so einfach überwinden. Wir tasten uns voran, manchmal ohne zu wissen, ob wir noch auf dem Weg sind und wohin er führt. Nicht immer können wir sicher sein, dass wir gesehen werden. Oder das wir selbst gut sehen, wo es lang geht. "Dein Licht ist meines Fußes Leuchte". Der alte Psalmvers bekommt eine neue Bedeutung. Wir können der Verzagttheit ihre Nahrung entziehen. Denn sie lebt vom Starren ins Dunkel. Von der Energie, die sie aus der Angst zieht. Wenn ein Schatten sich über den anderen legt, wenn schlechte Nachrichten immer näher rücken, dann verlieren wir den Blick für den nächsten Schritt. Große Scheinwerfer können wir wohl nicht erwarten. Aber Leuchtreifen. Blinklichter. Hinweise, die sagen: Da sind noch andere unterwegs. Gott lässt uns nicht allein laufen. Wir sehen und werden gesehen. Lachend läuft mir ein Kind entgegen. Liebevoll werde ich beim Heimkommen erwartet. Fröhlich tänzelnd läuft mein Hund mit mir durch die Nacht. Lichtblicke sind das, gerade genug für den nächsten Schritt. Hoffentlich haben wir solche Lichtblicke. Hoffentlich werden wir zu solchen Menschen für andere. Gehen wir unseren Weg ohne Verzagttheit - mit Leuchten!

### **Samstag, 1. Februar 2025**

"Nähme ich Flügel der Morgenröte": So steht es an unserer Wohnzimmertür. Sie ist aus Glas. In den ersten Monaten bin ich oft gedankenlos dagegen gelaufen. Statt irgendwelcher Aufkleber habe ich diesen Vers aus meinem Lieblingspsalm darauf geklebt. "Nähme ich Flügel der Morgenröte und bliebe am äußersten Meer, so würde auch dort deine Hand mich führen und deine Rechte mich halten, Herr." Morgenröte. Kleine Moleküle und Schwebeteilchen in der Luft streuen das kurzweilige blaue Licht stärker als das langwellige Licht. Das ist die physikalische Erklärung für das Phänomen des Morgenrots. Es beschreibt nicht im Ansatz die Schönheit von Morgenrot. Wie es langsam heraufzieht, sich ausstreckt über den ganzen Horizont und seine Flügel ausbreitet. Rot, gelb, leuchtend. Viele erleben das besonders intensiv, wenn sie das Dunkel der Nacht durchlebt haben. Die, die schlecht schlafen, wissen, was das heißt. Stunde um Stunde, endlos dehnt sich die Nacht, Heere von Sorgen fallen über mich her, schutzlos bin ich der Flut meiner Gedanken ausgesetzt in der Finsternis. Wie erlösend ist es, wenn es dann hell wird. Aus der Tiefe der Nacht wird das Licht des neuen Morgens geboren. Licht und Finsternis. Tag um Tag wechseln sie einander ab. Jahr um Jahr, immer aufs Neue, nie war es anders, nirgends. Wo ist Gott in diesem steten Wechsel? Nur im Licht? Oder auch in der Finsternis? "Finsternis ist wie das Licht". Auch dieser Vers steht in diesem Psalm. Ein Gedanke, der allem logischen Denken zu widersprechen scheint. Finsternis ist finster, hell und freundlich ist allein das Licht. So denken wir. Der Psalmeter hält sich nicht an dieses Denken. Er spürt Gott überall auf. Im Licht und in der Finsternis. Gott überlässt die Welt nicht sich selbst, nicht am Tag und nicht in der Finsternis der Nacht. "Spräche ich: Finsternis möge mich decken und Nacht statt Licht um mich sein -, so wäre auch Finsternis nicht finster bei dir, und die Nacht leuchtete wie der Tag."