

## Buchbesprechung

### Kopfsalat mit Herz

*Stefan Federbusch ofm*

Dass ein Garten mit seinen Pflanzen spirituelle Bezüge aufweist, wird an den Pflanzennamen deutlich, die für bestimmte christliche Feste im Jahreslauf stehen: angefangen mit der Christrose an Weihnachten, über die Osterglocke zu Ostern und die Pfingstrose zu Pfingsten bis hin zum Johanneskraut zum Gedenktag Johannes des Täufers.

Die Autorin Elisabeth Rathgeb gibt uns Anteil an ihrer Begeisterung für den Garten. Anhand von 22 Pflanzen entfaltet sie eine „spirituelle Entdeckungsreise“, bei der sie vielfältige Anknüpfungspunkte an unser menschliches Leben entdeckt und erschließt. Das Buch wird zunächst einmal Menschen ansprechen, die die Faszination für Natur und Garten teilen. Aber auch eher „Fernstehende“ werden nach der Lektüre genauer hinschauen, was ihnen die einzelnen Pflanzen mitzuteilen haben.

Nicht umsonst wird biblisch gesehen das Paradies als Garten dargestellt. Im Garten entfaltet sich Leben, reifen Früchte, ist Erholung möglich, finden Begegnungen statt. Im Kreislauf der Jahreszeiten spürt die Theologin und Hobby-Gärtnerin dem Rhythmus des Lebens nach: säen, keimen, wachsen, reifen, ernten, sterben, ruhen. „Der Garten gibt mir Boden unter den Füßen, hier fühle ich mich geerdet, verwurzelt und daheim“ (10). Im Garten fühlt die Verfasserin sich im Einklang mit der Natur als Teil eines größeren Ganzen und damit dem Geheimnis des Lebens ganz nah. Ihr Garten ist so etwas wie eine „Sehschule“, ein „Ort des Staunens, der Überraschungen und der Hoffnung“, der sie die kleinen Dinge schätzen lernen lässt, achtsam und aufmerksam. Er wird zum Ort der Dankbarkeit, „der Ort, wo sich Himmel und Erde berühren. Das Geheimnis der Schöpfung und des Lebens – dieses Größere der Schöpfung und unseres Lebens – dieses Größere, das alles trägt, wird hier hautnah erfahrbar: „Laudato sí, gelobt seist du, mein Herr“, singt der heilige Franziskus im Sonnengesang“ (10).

So darf die Sonnenblume nicht fehlen, der die Strophe von „Bruder Sonne“ aus dem Sonnengesang zugeordnet ist (vgl. 79). Neben der Sonnenblume erschließt die Autorin die Botschaft von Schneeglöckchen, Tulpen, Karotten, Zwiebeln und Radieschen, Narzissen, Erdholler/Giersch, Löwenzahn, Rhabarber, Kopfsalat, Tomaten, Holunderblüten, Pfingstrosen, Rosen, Brennnessel, Anemonen, Ribisel, Kugeldistel, Himbeere, Dahlien, Krokusse, Nussbaum und Christrose. Die/der Gartenkundige erkennt unschwer, dass die Reihenfolge dem Blühzeitraum im Jahreslauf entspricht. Jeder Pflanze ist ein Gedanke zur Meditation beigefügt, der das Charakteristische vertieft. Dies kann ein Bibelwort, ein Zitat oder eine Liedstrophe sein.

Die Beschreibungen der einzelnen Pflanzen sind dabei keine objektiv wissenschaftlichen Faktenbeschreibungen, sondern persönliche Erfahrungsgeschichten der Autorinnen. Das macht die

Lektüre zu einem inspirierenden Vergnügen, zumal die Texte sich über maximal drei Seiten erstrecken. Jedes Kapitel beginnt mit einem ganzseitigen hochwertigen Foto der betreffenden Pflanze. Somit nicht nur ein Lesevergnügen, sondern auch ein Augenschmaus.

Auf eine Pflanze sei noch besonders verwiesen, da sie dem Werk den Titel gab: den Kopfsalat. Damit er sein Herz entwickelt, darf er nicht zu tief eingesetzt werden. Biblisch liegt hier König Salomo nahe, der Gott um ein hörendes Herz bittet. Das hörende Herz kann in Kombination mit den Augen in allen Blumen, Kräutern, Früchten und Gemüsepflanzen „Gott in allen Dingen finden“, wie es der heilige Ignatius von Loyola als Herausforderung genannt hat. Das Buch ist eine wunderbare Möglichkeit, meine persönlichen „Geistlichen Übungen“ als Garten-Exerzitien zu gestalten – in meinem eigenen Garten oder einem geeigneten an anderem Ort.

Mit den Worten der Autorin: „Ich wünsche mir und Ihnen ein hörendes Herz“ (42).

### **Autorin**

ELISABETH RATHGEB, geb. 1966, hat in Innsbruck Theologie und Geschichte studiert. Die Religionslehrerin und Pastoralassistentin führte von 1996 bis 2004 das Bildungshaus St. Michael in Matri am Brenner, war anschließend fünfzehn Jahre lang Seelsorgeamtsleiterin der Diözese Innsbruck und ist seit September 2020 stellvertretende Caritas-Direktorin der Diözese Innsbruck. Die Autorin verfasst seit vielen Jahren Kurzbeiträge für die ORF-Morgengedanken und schreibt regelmäßig Kolumnen zum Sonntagsevangelium in der Tiroler Tageszeitung.



### **Bibliografie**

**Elisabeth Rathgeb**  
**Kopfsalat mit Herz**  
**Eine spirituelle Entdeckungsreise**  
**durch den Garten**  
**112 S.**  
**Tyrolia Verlag, Innsbruck 2021**  
**ISBN 978-3-7022-3925-1**  
**Preis: 15,95 Euro**