

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2013)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Bäume sind die besten Prediger  
**Autor:** Marti, Lorenz  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-818873>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 23.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

GEHEIMNIS IM HIER UND JETZT \_ Für Lorenz Marti ist Spiritualität eine Liebeserklärung an das ganz Gewöhnliche. In seinem Büchlein «Mystik an der Leine des Alltäglichen», aus dem der folgende Text stammt, nimmt er die Lesenden und führt sie mit auf siebzig Spaziergänge.

# Bäume sind die besten Prediger

Text//LORENZ MARTI\*

Wenn mir alles zu viel wird, flüchte ich gerne in einen Wald. Wälder schützen und bergen. Sie sind wie Kathedralen. Man tritt ein und schweigt. Es wird dunkel und riecht feucht. Gross und mächtig stehen die Bäume, stille Zeugen der Vergangenheit. Abgeschirmt vom Lärm draussen, im schattigen Halbdunkel, berührt etwas Zeitloses den Waldwanderer.

Für den Kosmologen Brian Swimme ist der Wald ein Heiligtum: «Wenn du einen Wald betrittst, lerne vor der Grossartigkeit zu erschauern, die dich umgibt; und du wirst den Wald nie verlassen. Das Ich, das in den Wald hineinging, wird es nicht länger geben, denn du wirst neu sein; du wirst die Gegenwart des Waldes mit dir tragen ...»

Das klingt verheissungsvoll. Ich bin zwar im Wald mein Ich nie ganz losgeworden, und ob ich ihn jeweils als neuer Mensch verlasse, wage ich zu bezweifeln. Und doch geschieht jedes Mal etwas mit mir. Das Ich tritt angesichts der mächtigen und altherwürdigen Bäume tatsächlich in den Hintergrund. Es ist nicht mehr so wichtig, und vielleicht vergesse ich es für einen Augenblick ganz. Die Stille und die

Dunkelheit bezaubern und schaffen eine Atmosphäre der Geborgenheit. Es ist gut, hier zu sein.

Viele Bäume stehen seit Jahrzehnten am gleichen Ort. Bei Tag und bei Nacht, im Sommer und im Winter. In einer permanent aufgeregten Welt verkörpern sie eine Ruhe, die wohltut.

Trotz ihrer Beständigkeit sind die meisten Bäume keineswegs starr, sonst würden sie von den Stürmen geknickt. Sie bewahren sich vielmehr eine gewisse Biegsamkeit. Auch wandeln sie sich, im Rhythmus der Jahreszeiten ebenso wie im Verlaufe ihres Lebens. Aber dies geschieht still und langsam. Und bei allem Wandel bleiben sie doch sie selber.

Bäume sind Individualisten. Jeder steht für sich, und jeder sieht anders aus. Zugleich steht jeder in einem intensiven Austausch mit seiner Umwelt: Seine Wurzeln versorgen ihn mit Wasser und Nährstoffen aus der Erde, über die Blätter tauscht er Sauerstoff, Kohlendioxid und Wasserdampf aus, und von der Sonne bezieht er die notwendige Energie. Ausgeprägte Eigenständigkeit in Verbindung mit Offenheit für die Umgebung machen einen Baum zum Baum. Davon kann ich Mensch nur lernen.

Die Wurzeln eines Baumes reichen tief in den Boden, geben ihm Halt und Festigkeit. So kann er wachsen, seine Äste dem Himmel entgegenstrecken, Blätter und Früchte tragen. Die Bewegung geht nach oben, ans Licht, zugleich aber auch nach unten, in die dunkle Erde. In allem Wachsen ist immer auch schon der Zerfall und das Sterben enthalten: Jeden Herbst zieht der Baum seine Energie zurück und lässt die Blätter fallen. Und in jedem Sterben kündigt sich das neue Leben an: Im Spätherbst bildet er die Knospen, aus denen im Frühling die Blätter wachsen.

Und wie ein Feldweg erzählen auch Bäume ganze Geschichten. Es sind Geschichten vom Glück des

\* Lorenz Marti war lange Zeit Redaktor Religion beim Schweizer Radio DRS, ist Kolumnist und leidenschaftlicher Spaziergänger.

Publikationen von Lorenz Marti:

- > Mystik an der Leine des Alltäglichen. Herder, 2. Auflage 2011.
- > Wie schnürt ein Mystiker seine Schuhe? Die grossen Fragen und der tägliche Kleinkram. Herder, 7. Auflage 2012.
- > Eine Handvoll Sternenstaub. Was das Universum über das Glück des Daseins erzählt. Kreuz Verlag, 2012.
- > [www.lorenzmarti.ch](http://www.lorenzmarti.ch)





Auf einem Spaziergang im Wald kann die Seele Nahrung finden.

Sommers und von der Kälte des Winters, vom Säuseln der Frühlingswinde und vom Toben der Herbststürme. Geschichten von Verletzungen und Heilungen, von Gefährdungen und Hoffnungen. «Bäume sind für mich immer die eindringlichsten Prediger gewesen», bekennt Hermann Hesse: «Wer mit ihnen zu sprechen, wer ihnen zuzuhören weiss, erfährt die Wahrheit.» Die Wahrheit ist, nach Hesse, dass jeder Baum zu seiner eigenen Gestalt findet, um das in ihm wohnende Gesetz zu erfüllen und «im ausgeprägten Einzelnen das Ewige zu gestalten und zu zeigen».

## «Wälder sind wie Kathedralen. Man tritt ein und schweigt.»

Die Bäume halten Predigten ohne Worte. Still stehen sie da und verweisen auf das, was wirklich wichtig ist.

Verlasse ich den Wald, kann es sein, dass ich nicht mehr ganz der Gleiche bin wie der, der ihn betreten hat. Etwas ist geschehen mit mir, auch wenn ich nicht weiss, was genau und wie ich es benennen könnte. Dieses Geheimnis behält der Wald für sich. ■