

## **STERNENBRISE-VORLESEGESCHICHTE FÜR SENIOREN**

---

**Liebe Vorlesende,**

*schön, dass du dir Zeit nimmst, einem älteren Menschen eine Geschichte zu schenken. Diese Geschichte darfst du frei vorlesen, ausdrucken und weitergeben – sie ist unser Geschenk an dich.*

*Wenn dich unsere Geschichten berührt haben, freuen wir uns, wenn du Sternenbrise weiterträgst.*

**Von Herzen, dein Sternenbrise-Team**

---

# **Der Ruf der Nachtigall**

### **Kurzzusammenfassung:**

*Milde, weiche Abendluft, der süße Duft von blühendem Holunder, ein Himmel in zartem Rosa und Violett – und plötzlich der klare, unermüdliche Gesang einer Nachtigall aus dem Gebüsch. Ein stiller Maiabend auf dem Feldweg, der Erinnerungen an besondere Augenblicke in der Natur weckt.*

Friedrich zog die Jacke über und trat hinaus in den Abend. Es war Ende Mai. Die Luft war mild und weich.

Er ging langsam die Dorfstraße entlang, an den Häusern vorbei. In den Fenstern brannte schon Licht. Dann bog er ab auf den Feldweg, der hinaus zu den Wiesen führte.

**(Langsam und bedächtig)**

Die Sonne war untergegangen. Der Himmel leuchtete noch in zartem Rosa und Violett. Über den Feldern lag eine große Stille. Irgendwo bellte ein Hund. Eine Tür fiel ins Schloss. Aus einem Garten hörte er Kinder lachen, die noch draußen spielten.

Friedrich atmete tief ein. Es roch nach frisch gemähtem Gras, das von den Wiesen herüberwehte. Dazwischen das süße Aroma von Holunder, der am Wegrand blühte. Er blieb einen Moment stehen und ließ den Duft auf sich wirken.

### **(Tief einatmen, als würde man selbst den Holunder riechen)**

Er ging weiter, die Hände in den Taschen. Vor ihm breiteten sich die Felder aus, dunkel im letzten Licht. Die Gerste stand schon hoch. Der Wind strich darüber und ließ die Ähren sich wiegen, in sanften Wellen. Es raschelte leise, ein trockenes, beruhigendes Flüstern.

Friedrich mochte diese Stunde. Den Tag schon zur Ruhe, die Nacht noch nicht begonnen. Die Zeit dazwischen.

### **(Zeit zum Nachdenken lassen)**

Dann hörte er es. Einen Ton, klar und rein, aus dem Gebüsch am Wegrand. Friedrich blieb stehen und lauschte. Der Ton kam wieder. Er wurde zu einer Melodie, die sich entfaltete, in unzähligen Wendungen, mal hoch und hell, mal tief und weich.

Eine Nachtigall.

Er konnte nicht sagen, wann er zuletzt eine gehört hatte. Es musste lange her sein. In der Stadt, wo er viele Jahre gelebt hatte, gab es keine Nachtigallen. Jetzt war sie da, unsichtbar im dichten Holunder, und sang, als gäbe es nichts anderes auf der Welt.

Vorsichtig ging er näher, um sie nicht zu erschrecken. Am Wegrand lag ein großer Stein. Friedrich setzte sich. Der Stein war noch warm

vom Tag und ein wenig rau unter den Händen. Vom Boden stieg die Kühle der Erde herauf, und es roch feucht und grün.

### **(Lächelnd vorlesen)**

Der Gesang füllte die Stille. Er legte sich über alle anderen Geräusche. Friedrich schloss die Augen und hörte zu. Es war, als bliebe die Zeit stehen. Als gäbe es nur diesen Vogel und seine Stimme.

Um ihn herum wurde es dunkler. Die Farben am Himmel verblassten. Die ersten Sterne traten hervor, einer nach dem anderen. Es wurde kühler, und Friedrich schlug den Kragen hoch. Die Nachtigall sang weiter, unermüdlich. Friedrich spürte, wie die Anspannung des Tages langsam von ihm abfiel, Atemzug um Atemzug.

### **(Kurze Pause)**

Lange saß er so und lauschte. Dann stand er auf, leise, um keinen Lärm zu machen, und ging weiter den Weg entlang. Der Gesang begleitete ihn noch eine Weile. Er wurde leiser, je weiter Friedrich ging, und verstummte schließlich.

Er drehte sich um und schaute zurück zu dem dunklen Gebüsch. Morgen Abend würde er wiederkommen. Vielleicht sang sie dann noch einmal.

### **(Zeit zum Nachdenken lassen)**

Zu Hause öffnete Friedrich das Fenster, bevor er sich setzte. Die kühle Nachtluft strömte herein, und mit ihr wieder der süße Duft des Holunders. Draußen lag das Dorf still und dunkel.

### **(Lächelnd vorlesen)**

Und ganz fern, kaum zu hören, kam aus den Feldern noch einmal ein süßes Zwitschern herüber

## Gesprächs Anregungen

---

- Der Nachtigallengesang lässt Friedrich für einen Moment die Zeit vergessen. Welcher Klang oder welche Melodie kann Sie auf ähnliche Weise ganz aus dem Alltag heben?
  - Bei Ihnen oder in Ihrer Familie gab es sicher Abende, an denen man einfach noch einmal nach draußen ging. Was hat Ihnen diese stillen Abendstunden bedeutet?
  - Welcher Ort in der Natur war für Sie oder Ihre Familie ein Platz, an dem man wirklich zur Ruhe kam – und was machte ihn so besonders?
  - Friedrich spürt, wie eine Unruhe von ihm abfällt, die er gar nicht bemerkt hatte. Was hilft Ihnen, innerlich zur Ruhe zu kommen, wenn etwas Sie beschäftigt?
  - Die Nachtigall singt im Verborgenen, für die Nacht allein, ohne dass jemand zuhören muss. Was im Leben hat für Sie einen Wert – ganz gleich, ob jemand es sieht oder bemerkt?
- 

### Liebe Vorlesende/r

Wir hoffen, dir hat unsere Geschichte gefallen.

Wenn dich unsere Geschichten berührt haben, freuen wir uns, wenn du Sternenbrise weiterträgst.

Unser E-Book »[365 Tage voller Erinnerungen](#)« hält für jeden Tag des Jahres eine Geschichte bereit, und der dazugehörige Gesprächsleitfaden »[Das stille Geschenk](#)« zeigt, wie Zuhören Herzen öffnet.

Mit dem Erwerb eines Exemplars hilfst du, dass wir Sternenbrise weiterführen und neue Geschichten veröffentlichen können – und damit neue Erinnerungen zum Leben erwecken dürfen.

Scanne den QR-Code mit dem Handy:



**Von Herzen, dein Sternenbrise-Team**