

Die partielle Sonnenfinsternis

von Mittwoch, 12. August 2026

*Ein Leitfaden zur partiellen Sonnenfinsternis über der Schweiz und Mitteleuropa
zur Verfügung gestellt von der Mathematisch-Astronomischen Sektion am Goetheanum*

Was tatsächlich geschieht

Am Abend des Mittwochs, 12. August 2026, schiebt sich der Mond vor die Sonne. Die daraus entstehende Finsternis ist, zumindest teilweise, in nahezu ganz Europa sowie in Teilen Nordafrikas, Nordamerikas und der Arktis sichtbar. Von der Schweiz aus werden je nach Standort etwa 90 bis 93 Prozent der Sonnenscheibe verdeckt.

Ein schmaler Streifen nur erlebt die totale Sonnenfinsternis: Der Kernschatten des Mondes berührt zunächst die Arktis, zieht über Ostgrönland und die Westspitze Islands, überquert den Atlantik und erreicht das Festland im Norden Spaniens; von dort verläuft er weiter bis zur Atlantikküste Portugals, bevor er die Erdoberfläche verlässt. Zuletzt erlebte die Schweiz eine Finsternis vergleichbaren Ausmaßes im August 1999, als in Teilen des Landes über 98 Prozent der Sonne verdeckt waren. Eine Finsternis dieses Ausmaßes wird in der Schweiz erst wieder im Jahr 2075 zu beobachten sein.

Die Sonne ist nahezu 400-mal breiter als der Mond, steht jedoch auch etwa 400-mal weiter von der Erde entfernt. Diese beiden Verhältnisse heben sich auf, sodass Sonne und Mond von der Erdoberfläche aus betrachtet nahezu gleich groß erscheinen. Kein anderer Planet im Sonnensystem besitzt einen Mond, dessen scheinbare Größe derart genau mit jener seines Sterns übereinstimmt — der Grund, weshalb Finsternisse auf der Erde die bekannte Form annehmen.

Drei wichtige Momente zum Beobachten

Erster Kontakt

Dies markiert den Beginn der Finsternis: den Moment, in dem der Mondrand erstmals den Sonnenrand berührt und zunächst als kleiner dunkler Bogen an einer Seite erscheint. Die Veränderung ist in den ersten Minuten gering und kann ohne Augenschutz oder ein Projektionsverfahren leicht übersehen werden.

Maximale Verfinsterung

Dies ist der Höhepunkt des Ereignisses, an dem der Mond so weit über die Sonnenscheibe gewandert ist, wie es vom jeweiligen Standort aus möglich ist. Da es sich in der Schweiz um eine partielle Finsternis handelt, wird die Sonne nie vollständig verdeckt; dennoch verändert sich die Qualität des Tageslichts spürbar — mit einem leichten Temperaturrückgang, gedämpften Farben und einer Lichtstimmung, die

eher einer starken Bewölkung oder der Dämmerung als vollem Tageslicht gleicht. In der Schweiz tritt die maximale Verfinsterung nur wenige Minuten vor Sonnenuntergang ein, wobei die Sonne bereits sehr tief steht — nur wenige Grad über dem westnordwestlichen Horizont, bei einer Kompassrichtung von etwa 288°. Das Ereignis kann daher teils als Finsternis, teils als ungewöhnlich dramatischer Sonnenuntergang wahrgenommen werden.

Eine praktische Methode zur Einschätzung: Mit Blick nach Westnordwesten und ausgestrecktem Arm steht die Sonne bei maximaler Verfinsterung etwa zwei Daumenbreiten über dem Horizont. Jedes Hindernis, das innerhalb der Sichtlinie höher hinausragt, verdeckt die Sicht vollständig. Der wichtigste Bestandteil der Vorbereitung ist daher weniger die Ausrüstung als die Wahl des Standorts — ein Seeufer, eine Anhöhe oder ein freies Gelände mit ungehindertem Blick nach Westnordwesten.

Sonnenfinsternisbrillen oder ein anderes sicheres Beobachtungsverfahren bleiben während der gesamten maximalen Verfinsterung erforderlich, da der verbleibende schmale Sonnenrand noch immer hell genug ist, um die Augen zu schädigen.

Letzter Kontakt

Der letzte Kontakt tritt ein, wenn der nachlaufende Mondrand die Sonnenscheibe schließlich verlässt und diese wieder ihr gewohntes Erscheinungsbild annimmt. In der Schweiz geschieht dies erst, nachdem die Sonne bereits untergegangen ist; in der Praxis geht die Finsternis somit unter, während sie noch andauert, und ihr eigentlicher Schlussmoment ist vom Boden aus — auch vom Standort des Goetheanums aus — nicht zu beobachten.

Augenschutz

Da die Sonne während einer partiellen Finsternis nie vollständig bedeckt ist, ist der direkte Blick mit bloßem Auge zu keinem Zeitpunkt ungefährlich. Da stets ein Teil der Sonnenscheibe sichtbar bleibt, ist auch die intensive ultraviolette und infrarote Strahlung weiterhin vorhanden, die den Blick in die Sonne an einem gewöhnlichen Tag gefährlich macht. Da zudem das Gesamtlicht abnimmt, weiten sich die Pupillen und lassen mehr Licht einfallen, wodurch das Risiko gegenüber einem gewöhnlichen Tag noch steigt. Die daraus entstehende Schädigung der Netzhaut verläuft häufig schmerzlos und kann bleibend sein; die empfohlenen Vorsichtsmaßnahmen sollten daher sorgfältig beachtet werden.

Das Bundesamt für Gesundheit (BAG) hat im Vorfeld des Ereignisses offizielle Empfehlungen veröffentlicht. Diese lauten für die sichere direkte Beobachtung wie folgt:

- Es sollte eine Schutzbrille getragen werden, die nach ISO 12312-2:2015 zertifiziert ist und das CE-Zeichen trägt; beide Kennzeichnungen sollten auf dem Rahmen überprüft werden.
- Brillen, die abgenutzt, zerkratzt, durchlöchert oder anderweitig beschädigt sind, sollten nicht verwendet werden, da die Filterschicht dadurch leicht beeinträchtigt wird.
- Selbstgefertigte Filter aus farbiger Folie, farbigen Gläsern oder anderen improvisierten Materialien sollten nicht verwendet werden, da sie schädliche Wellenlängen nicht zuverlässig blockieren.

- Auf gewöhnliche Sonnenbrillen sollte nicht vertraut werden, auch nicht bei mehreren übereinander getragenen Paaren, da sie zu viel Licht durchlassen.
- Ferngläser, Teleskope oder Kameras sollten niemals ohne einen geeigneten Sonnenfilter vor der Frontlinse verwendet werden, da diese Instrumente die Sonnenstrahlen bündeln und die Gefahr erhöhen.
- Bei Kindern ist besondere Sorgfalt geboten: Die Brillen sollten passend sitzen, gut anliegen und während der Beobachtung nicht verrutschen.

Auch Smartphone-Kameras verdienen Beachtung: Der Sensor ist ebenfalls nicht dafür ausgelegt, direkt auf die Sonne gerichtet zu werden, wodurch ein Schaden entstehen kann, der jenem des ungeschützten Auges entspricht. Ein geeigneter Sonnenfilter vor dem Objektiv ist daher sowohl für die Fotografie als auch für die direkte Beobachtung erforderlich.

Drei einfache Beobachtungsmethoden

Steht keine Schutzbrille rechtzeitig zur Verfügung, bietet die indirekte Projektion eine ebenso sichere Alternative, die lediglich gewöhnliche Haushaltsgegenstände erfordert. Bei jeder Methode wird ein Bild der Sonne auf eine Fläche projiziert, sodass stets die Projektion und nicht die Sonne selbst betrachtet wird.

- Lochkarte: In ein Stück Karton oder Papier wird ein kleines, sauberes Loch gestochen. Wird dieses mit der Sonne im Rücken gehalten, fällt das hindurchtretende Licht auf eine zweite, darunter gehaltene Karte und erzeugt dort ein kleines, scharfes Abbild der sichelförmigen Sonne. Je größer der Abstand zwischen den beiden Karten, desto größer — und schwächer — das entstehende Bild.
- Küchensieb: Ein gewöhnliches Küchensieb, mit der Sonne im Rücken gehalten, wirft ein Lichtmuster auf den Boden oder eine Wand. Jede Öffnung wirkt als eigene kleine Lochkamera, wodurch eine Vielzahl sichelförmiger Abbilder statt eines einzelnen entsteht.
- Schatten unter Bäumen: Lücken zwischen Blättern wirken von Natur aus wie kleine Lochblenden. Während der Finsternis bildet das gesprenkelte Sonnenlicht unter jedem Baum ein Muster kleiner Sicheln anstelle der gewohnten runden Lichtflecken — ganz ohne Hilfsmittel.

Weitere bemerkenswerte Aspekte

- Gepaarte Finsternisse im Zwei-Wochen-Abstand: Sonnen- und Mondfinsternisse treten stets paarweise auf, im Abstand von etwa zwei Wochen. Eine partielle Mondfinsternis mit 90 Prozent Bedeckung — die durch die Brechung des Sonnenlichts in der Erdatmosphäre einen schwachen „Blutmond“-Effekt erzeugt — folgt am 28. August 2026 und ist von der Schweiz aus in den frühen Morgenstunden sichtbar.
- Auch Tiere reagieren: Während der tiefsten Phase ähnlich hoher Verfinsterungen andernorts wurde beobachtet, dass Vögel frühzeitig ihre abendlichen Schlafplätze aufsuchten und verstummten — offenbar als Reaktion auf den plötzlichen Lichtabfall, als sei die Dämmerung vorzeitig eingetreten.

- Da maximale Verfinsterung und Sonnenuntergang nur etwa eine halbe Stunde auseinanderliegen, spielt das Gelände eine ebenso große Rolle wie das Wetter dabei, was tatsächlich zu sehen sein wird. Seeufer und Berge mit Blick nach Westnordwesten dürften aus diesem Grund besonders günstige Beobachtungsorte sein.

Die Mathematisch-Astronomische Sektion am Goetheanum bietet am Mittwoch, 12. August, ab 19:00 Uhr eine gemeinsame Beobachtung bei der Rudolf Steiner Halde an. Für weitere Auskünfte: mas@goetheanum.ch.

Zeitlicher Ablauf für die Schweiz und Europa

Die nachstehenden Zeiten sind für Bern berechnet und weichen andernorts innerhalb der Schweiz um zwei bis drei Minuten ab; die Finsternis verläuft landesweit nahezu zeitgleich — anders als in größeren Ländern, in denen die Uhrzeiten um eine Stunde oder mehr voneinander abweichen können.

Phase	Ortszeit (MESZ)	Was geschieht
Beginn der Finsternis	19:25	Der Mond berührt erstmals den Sonnenrand; die Sonne steht 12° über dem Horizont
Maximale Verfinsterung	20:19	Etwa 91 % der Sonne sind bedeckt; die Sonne steht nur noch 3,7° über dem Horizont
Sonnenuntergang	20:46	Die Sonne geht noch verfinstert unter, mit rund 36 % verbleibender Bedeckung
Ende der Finsternis	21:10	Tritt nach Sonnenuntergang ein — von der Schweiz aus nicht sichtbar

Quelle: eclipse2026.ch, basierend auf den Besselschen Elementen von NASA/GSFC (F. Espenak)

Der Grad der maximalen Bedeckung variiert je nach Standort etwas stärker als der zeitliche Ablauf; er nimmt generell nach Westen und Südwesten hin zu:

Ort	Land	Ungefähre maximale Bedeckung
Madrid	Spanien	99,9 % (knapp außerhalb der Totalität)
Galway	Irland	bis zu 97 %
Truro, Cornwall	Vereinigtes Königreich	~95 %
Lissabon	Portugal	94,5 %
Genf	Schweiz	92,7 %
Lausanne	Schweiz	92,2 %
Paris	Frankreich	92,1 %
Bern	Schweiz	91,4 %
London	Vereinigtes Königreich	~91 %
Basel	Schweiz	90,8 %

Zürich	Schweiz	90,6 %
St. Gallen	Schweiz	90,2 %
Brüssel	Belgien	89,6 %
Edinburgh	Vereinigtes Königreich	~88 %
Berlin	Deutschland	84,8 %
Wien	Österreich	84,8 %
Rom	Italien	69,1 %

Quellen: Royal Observatory Greenwich, eclipse2026.ch sowie Finsternis-Verfolgungsseiten wie timeanddate.com und Unistellar; die Angaben zu einzelnen Städten sind ungefähre Werte.

Zitate von Rudolf Steiner zu Sonnenfinsternissen

GA 213:

"Wenn eine Sonnenfinsternis ist, dann ist die Gelegenheit dazu vorhanden, daß die Schlechtigkeit der Erde in allen Weltenhimmeln sich verbreitet. Da haben wir ein physisches Ereignis, das durchaus einen geistigen Inhalt hat." (GA 213, S. 38)

"Diese Ventile, die in den Welterscheinungen als Sonnen- und Mondenfinsternisse auftreten, sind gerade dazu da, damit dasjenige, was, wenn es sich um eine Sonnenfinsternis handelt, als Schlechtigkeit auf der Erde sich verbreitet, in luziferischer Weise in den Weltenraum hinausgetragen werden kann [...], während die Mondenfinsternisse dazu eingerichtet sind, daß zu denjenigen Menschen, die ganz besonders von bösen Gedanken besessen werden wollen, die bösen Gedanken des Weltenalls kommen können." (GA 213, S. 39f.)

GA 121:

"Für den Okkultisten gibt es etwas, was noch in höherem Grad Aberglaube ist. Das ist, daß eine Sonnenfinsternis dadurch entsteht, daß sich der Mond vor die Sonne stellt. Das ist für die äußere Anschauung ganz richtig, ebenso richtig, wie für die astrale Anschauung die Sache vom Wolf richtig ist. Die astrale Anschauung ist sogar richtiger als die, welche Sie in den gegenwärtigen Büchern finden." (GA 121, S. 160)

GA 148:

"Man fühlt während einer Sonnenfinsternis ein Auferstehen der Gruppenseelen der Pflanzen, der Gruppenseelen der Tiere. Wie ein Mattwerden aller physischen Leiblichkeit der Pflanzen und Tiere fühlt man es und wie ein Hellwerden alles dessen, was Gruppenseelenhaftigkeit darstellt." (GA 148, S. 27)

"Dabei gehen große okkulte Veränderungen bei allen Lebewesen, Menschen, Tieren und Pflanzen vor sich; das ganze Gefüge zum Beispiel zwischen physischem Leib und Ätherleib der Pflanzen verändert sich, die ganze Welt sieht ganz verändert aus und mit ihr die Erdenaura." (GA 148, S. 281)

GA 201:

"Es ist ein periodischer Rhythmus in den Finsternissen, der 18 Jahre umfaßt. 72 durch 4 macht 18. [...] Der Mensch hat, was mit seiner rhythmischen Herztätigkeit zusammenhängt, durchschnittlich nicht nur 72 Lebensjahre, sondern auch durchschnittlich 72 Pulsschläge und 18 Atemzüge. Das ist wiederum das Viertel." (GA 201, S. 215)