

ANSELM GRÜN

---

Jeder Tag  
ein Segen

---



*Vier-Türme-Verlag*



# Jeder Tag ein Segen



---

*Der Herr segne und behüte dich.*

*Der Herr lasse sein Antlitz über dir leuchten  
und sei dir gnädig!*

*Er zeige dir sein Angesicht  
und gebe dir den Frieden.*

In diesem Segenswort, dem sogenannten aaronitischen Segen, wird etwas deutlich, das für jeden Segen gilt. Darin wendet uns Gott sein freundliches Angesicht zu:

Ich bin angesehen. Ich bin wahrgenommen.  
Ich bin geliebt.

Segnen ist immer persönliche Zuwendung.  
Ich schaue den Menschen an. Der Segen soll nicht irgendein frommes Wort sein, losgelöst

von diesem konkreten Menschen, sondern eine persönliche Zusage und Zuwendung, eine Antwort auf die tiefste Sehnsucht und das eigentliche Bedürfnis dieses einen Menschen. Liebe Leserin, lieber Leser, mit diesem Buch möchte ich Ihnen Segen an die Hand geben, die Sie in den unterschiedlichen Situationen Ihres Lebens sprechen können, für sich selbst, aber auch für andere. Manchmal kann es eine Hilfe sein, vorformulierte Worte zu sprechen. Gerade dann, wenn das Herz trocken ist und der Mund verstummt, wollen die folgenden Gebete helfen, Ihr Leben unter den Segen Gottes zu stellen, sich gesegnet zu wissen und darauf zu vertrauen, dass Sie selbst Segen für andere sind.

Ihr Pater Anselm Grün



# Segen in der Traurigkeit



Der gute und barmherzige Gott segne dich in deiner Traurigkeit.

Er gebe dir Halt mitten in deiner Haltlosigkeit, er komme mit seiner Liebe und seiner Zärtlichkeit in deine Einsamkeit, in die dich die Trauer hineingeführt hat. Gott möge dir Menschen schicken, die dich in deiner Trauer begleiten, die deine Tränen aushalten, die zu dir stehen, auch wenn du selbst nicht zu dir und deiner Schwachheit stehen kannst.

Gott möge dich durch Worte berühren, die er dir ganz persönlich zusagt: Fürchte dich nicht, ich bin bei dir. Wenn du durchs Wasser schreitest, bin ich bei dir,



wenn durch Ströme, dann reißen sie dich nicht fort (Jes 43,1f).

Mögen die Menschen, die dich begleiten, Worte finden, die dich trösten und ermutigen, Worte, die dich begleiten, an denen du dich festhalten kannst.

Gott möge dich segnen in deiner Traurigkeit, damit deine Trauer sich in Freude verwandelt, dass du auf dem Grund deiner Traurigkeit inneren Frieden findest.

Auf dem Grund deiner Seele ist ein Raum jenseits aller Traurigkeit.

Möge Gott dich mit Frieden segnen.

Gottes Segen möge dich einhüllen wie ein wärmender und schützender Mantel.



# Segen in der Krankheit

---



Der gütige Gott segne dich in deiner Krankheit. Die Krankheit verunsichert dich. Sie zerbricht deine Vorstellungen vom Leben.

Der Segen Gottes möge dich davor bewahren, dass dich die Krankheit zerbricht. Sie möge dich vielmehr aufbrechen für dein wahres Selbst, für die Möglichkeiten, die Gott dir in deinem Leben zutraut. Und die Krankheit möge dich für die Menschen um dich herum öffnen, dass du anders mit ihnen umgehst, dass du sie verstehst und dass du ihnen Worte sagst, die du als Gesunder nie gesagt hast. Der Segen Gottes möge dich befähigen,



bewusster und achtsamer zu leben, dass du jeden Augenblick bewusst wahrnimmst: die Schönheit der Natur, die Einmaligkeit jedes Menschen, der dir begegnet. Für die kleinen Freuden, die Gott dir im Alltag schenkt: das freundliche Lächeln eines Menschen und der Sonnenstrahl, der durch die Wolken dringt.

Gottes Segen begleite dich in deiner Krankheit und er schütze dich vor der Krankheit. Gottes Segen heile dich in deiner Krankheit, dass du wieder ganz gesund wirst. Und Gottes Segen durchdringe dich, damit alles Kranke in dir von Gottes Liebe verwandelt und geheilt wird. Gott segne dich, dass du selbst zum Segen wirst für die Menschen, die dir begegnen.

