

ANSELM GRÜN

*Gib mir  
die richtigen  
Worte*





Vorwort . . . . . 7

*Worte zu Lebenswenden und Lebensfesten*

---

Geburt und Taufe . . . . . 9  
Geburtstag . . . . . 14  
Erstkommunion und Eucharistiefeyer . . . . . 21  
Firmung und Konfirmation . . . . . 26  
Erwachsenwerden . . . . . 32  
Hochzeit . . . . . 36  
Neuanfang . . . . . 49  
Lebensmitte . . . . . 59  
Übergang in den Ruhestand . . . . . 65  
Altern . . . . . 68

*Worte in glücklichen Zeiten*

---

Zeiten der Zufriedenheit . . . . . 79  
Zeiten der Stärke . . . . . 83  
Zeiten der Ruhe . . . . . 87  
Zeiten der Freude . . . . . 94  
Zeiten der Dankbarkeit . . . . . 99  
Zeiten der Liebe . . . . . 107  
Zeiten der Geborgenheit . . . . . 115  
Zeiten der Zuversicht . . . . . 118

## *Worte in schwierigen Zeiten*

---

Zeiten der Suche . . . . .	123
Zeiten der Entscheidung . . . . .	126
Zeiten des Scheiterns . . . . .	128
Zeiten des Streits . . . . .	132
Zeiten der Reue . . . . .	139
Zeiten der Traurigkeit . . . . .	142
Zeiten der Angst . . . . .	144
Zeiten, in denen alles zu viel wird . . . . .	149
Zeiten der Einsamkeit . . . . .	155
Zeiten der Krankheit . . . . .	158
Zeiten, in denen die Kräfte nachlassen . . . . .	165
Zeiten des Zweifels . . . . .	169
Zeiten der Todesnähe . . . . .	173
Zeiten der Trauer . . . . .	178

## *Worte zu den Festzeiten des Jahres*

---

Ostern . . . . .	183
Weihnachten . . . . .	194
Jahreswechsel . . . . .	202
Zum Weiterlesen . . . . .	205

## Vorwort

Jeder Mensch kennt in seinem Leben Augenblicke, in denen es ihm an den richtigen Worten fehlt: Zu einem Fest gratulieren und dabei etwas Inhaltliches sagen, seiner Liebe Ausdruck geben, einem Trauernden Trost spenden: So vielfältig wie das Leben, so vielfältig sind auch die Situationen, in denen es schwerfällt, das, was einen bewegt, wirklich ins Wort zu bringen.

Doch nicht nur im Umgang mit anderen Menschen ringen wir oft um Worte. Auch wenn wir mit uns selbst – oder mit Gott – in Dialog treten wollen, um für die Glückszeiten unseres Lebens zu danken oder uns den Krisen unserer Existenz zu stellen, haben wir oft Schwierigkeiten. Uns fehlen die richtigen Worte, um mit uns selbst ins Gespräch zu kommen. Und häufig fehlen uns auch die richtigen Worte, mit denen wir unsere Hoffnungen und unsere Ängste, unsere Freuden und unsere Trauer, unsere Dankbarkeit und unsere Klage vor Gott bringen können.

In diesem Buch ist eine Fülle kurzer Texte – selten mehr als eine Seite – aus der reichen spirituellen Schatzkiste, aus dem »Wortschatz« Pater Anselm Grüns versammelt. Zu den verschiedenen Lebenssituationen und Fragen, die einen Menschen umtreiben können, finden sich hier Texte ganz unterschiedlicher Natur: Meditativ-nach-

denkliche Texte ebenso wie solche, die eher rational analysieren; Gebete und Segenswünsche stehen hier neben sachlich-informativen Abschnitten.

Eines aber haben all diese Texte gemeinsam: Sie wollen bei der Suche nach den richtigen Worten helfen. Sie regen, zusammen mit der Literaturliste am Ende des Buches, zum Weiterlesen, Weiterdenken an. Oder sie bieten ein Beispiel, nach dessen Vorbild eigene, ganz persönliche Gebete und Segenswünsche entstehen können. Wichtig ist dabei vor allem eines: Worte sind nur dann wertvoll, wenn sie handelnd mit Leben gefüllt werden.

# Worte zu Lebenswenden und Lebensfesten

## Geburt und Taufe

### *Segen für das Neugeborene*

---

Guter Gott, segne dieses Kind. Halte schützend deine Hand über es, dass es seinen Weg unter deinem Segen geht. Schütze es vor allem, was es vom richtigen Weg abbringen möchte.

Segne es, damit es voll Vertrauen seinen Weg geht. Segne es, damit es klar erkennt, was sein Weg zum Leben und in die Wahrheit ist.

Segne es, dass es sich immer und überall von deinem Segen umgeben weiß, als Mensch, der einmalig und wertvoll ist, der selbst zum Segen wird für andere.

### *Das Vertrauen des Kindes*

---

Das Kind, das ihr in euren Armen haltet, sucht bei euch Geborgenheit. Und ihr freut euch, wenn ihr ihm Geborgenheit schenken könnt. Es ist ein Wunder, dass da

ein Mensch sich euch ganz anvertraut, dass er sich in euren Armen einfach fallen lässt, dass er einschläft in euren Armen und sich an euch schmiegt.

### *Selbst wieder Kind werden*

---

Wenn ihr, liebe Eltern, euer Kind betrachtet, werdet ihr euch selbst wie in einem Spiegel erkennen. Ihr seid auch einmal so ein kleines Kind gewesen. Ihr seid auf die Liebe eurer Mutter und eures Vaters angewiesen. Ihr könnt euch vielleicht an diese Zeit nicht mehr erinnern. Aber euer Kind bringt euch in Berührung mit eurem eigenen Ursprung. Ihr seid auch einmal wie dieses Kind ein unbeschriebenes Blatt gewesen.

Lasst euch von eurem Kind dazu einladen, das eigene Leben dankbar zu betrachten. Was ist jetzt aus euch geworden? Und wem verdankt ihr, was und wer ihr geworden seid? Kommt mit eurem eigenen inneren Kind in Berührung. In euch ist auch etwas von der Ursprünglichkeit, die ihr in eurem Kind wahrnehmt. Euer Kind lädt euch ein, wieder selbst zum Kind zu werden und kindlich umzugehen mit eurem inneren Kind.

### *Einmalig und einzigartig*

---

Euer Kind ist nicht festgelegt. Es wird sein eigenes Leben leben. Was wünscht ihr ihm? Wie soll der Lebensweg einmal aussehen? Welche Zukunft traut Gott eurem Kind zu? Traut eurem Kind zu, dass es das einmalige Kind wird, als das Gott es in euch und durch



euch gebildet hat. Es geht nicht darum, dass ihr dem Kind eure Erwartungen überstülpt. Ihr sollt die Einmaligkeit eures Kindes betrachten. Es ist nicht nur euer Kind, sondern auch ein Geschenk von Gott. Es gehört nicht allein euch. Es gehört Gott, und es gehört sich selbst. Es will seinen eigenen Weg gehen und sein eigenes Leben leben.

### *Strahlende Augen*

---

Wir wünschen dem Kind, dass aus seinen Augen immer Güte strahlen möge. Mit den Augen möge es das Schöne in der Welt sehen und sich an der Schönheit freuen. Es möge aber auch das Schöne und das Gute in jedem Menschen sehen. Seine Augen mögen nicht bewerten, sondern die Menschen sein lassen, wie sie sind. Seine Augen mögen immer strahlend sein und den Menschen, die sie anschauen, Lebendigkeit, Güte und Liebe vermitteln. Und seine Augen mögen in allen Menschen letztlich Christus erkennen als ihren wahren Grund und in aller Schöpfung Gott als das Geheimnis allen Seins.

### *Schritte ins Leben*

---

Wir wünschen dem Kind, dass es in seinem Leben gute Wege gehen möge, Wege, die in immer größere Lebendigkeit, Freiheit, Frieden und Liebe hineinführen. Dein Kind möge immer auf gutem Fuß mit anderen stehen. Und es möge kraftvolle Schritte ins Leben tun, es möge auf andere zugehen, wenn sie sich allein fühlen.