

Deine Hände über uns

Gebete und Segenswünsche

Britta Grothues · Detlef Kuhn · Jürgen Kuhn

Deine Hände über uns

Gebete und Segenswünsche

Mit Register der Themen, Anlässe und Bibelstellen

Schwabenverlag

VERLAGSGRUPPE PATMOS

PATMOS
ESCHBACH
GRÜNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN
VER SACRUM

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben



Für die Verlagsgruppe Patmos ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Maßstab ihres Handelns. Wir achten daher auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien.

Alle Rechte vorbehalten

© 2021 Schwabenverlag,

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern

www.schwabenverlag-online.de

Idee und Konzeption: Maria Thomauske, Britta Grothues

Bibelverse: Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift, vollständig durchgesehene und überarbeitete Ausgabe © 2016 Katholische Bibelanstalt, Stuttgart

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller

Umschlagabbildung: © Marc Olivier Jodoin / unsplash

Satz: Schwabenverlag AG, Ostfildern

Druck: GGP Media GmbH, Pößneck

Hergestellt in Deutschland

ISBN 978-3-7966-1807-9

Inhaltsverzeichnis

Startworte	11
------------------	----

Im Nachdenken

TEXTE VON BRITTA GROTHUES

1 Um Behutsamkeit und Achtsamkeit	14
2 Um richtige Entscheidungen	15
3 Um gesunden Menschenverstand	16
4 Um gute Ausrüstung	17
5 Um Kraft	18
6 Um inneren Frieden	19
7 Um Versöhnung	20
8 Um Wachsamkeit	21
9 Für Eigen-Arten	22
10 Um einen guten Ton	23
11 Um Großherzigkeit	24
12 Um Übersicht	25
13 Um Entfaltung und Entwicklung	26
14 Um Ruhe und Versöhnung	27
15 Um Liebe	28
16 Um Ent-Spannung	29
17 Um Selbstachtung	30
18 Um Sehkraft	31
19 Um ein gelingendes Leben	32
20 Um Menschlichkeit	33
21 Um gute Gedanken	34
22 Um Geduld und Verständnis	35
23 Um neues Wissen	36

Im Hoffungslicht

TEXTE VON DETLEF KUHN

24	In der Normalität	38
25	Für einen neuen Anfang	39
26	In Bedrängnis	40
27	Niemals allein	41
28	In Sorge und Not	42
29	Einzigartigkeit	43
30	Im Vertrauen	44
31	Im Vergleich	45
32	Im Spiegelbild	46
33	Selbsterkenntnis	47
34	Das Restgeheimnis	48
35	Ein Wunder	49
36	Möglichkeiten	50
37	In Lebenshoffnung	51
38	Miteinander – Füreinander	52
39	Um Freiheit	53
40	Nominiert	54

In Gottbegegnung

TEXTE VON JÜRGEN KUHN

41	In Furcht und Entmutigung	56
42	Ursprung und Ziel	57
43	Für meine Gedanken	58
44	In Niederlagen	59
45	Natursegen	60
46	Sicher und geborgen	61

47	Feinfühlig und rücksichtsvoll	62
48	Gesegnet und geborgen	63
49	Du bist mein Zuhause	64
50	Heil und gesund	65
51	Durch dick und dünn	66
52	Unsicherheit und Selbstzweifel	67
53	Auf Haltsuche	68
54	Für Ohren zum Hören	69
55	Am Mittelpunkt der Welt	70
56	Ein Mut-Segen	71
57	Du bist bei mir	72
58	Weggefährte	73
59	Mehr als eine Ahnung	74
60	In festem Bündnis	75
61	Verstand und Herz	76
62	Dreifaltigkeit	77
63	Nach einem Kirchenaustritt	78

Im Berufsleben

TEXTE VON BRITTA GROTHUES

64	Für Krankenpfleger*innen	82
65	Für Kassierer*innen	83
66	Für Vorgesetzte	84
67	Für Vertreter*innen	85
68	Für Fernfahrer*innen	86
69	Für Finanzfachleute	87
70	In Mobbing und Angst	88
71	Für Rentner*innen	89
72	Für Redner*innen	90

73	Für Statiker*innen	91
74	Für Forscher*innen	92
75	Für Lehrer*innen	93
76	Für IT-Manager	94
77	Für Müllwerker	95

An Lebensorten

TEXTE VON DETLEF KUHN

78	Hochzeit	98
79	Silberhochzeit	99
80	Goldhochzeit	100
81	Umzug	101
82	Hauseinweihung	102
83	Einschulung	103
84	Reisesegen	104
85	Zum Geburtstag	105
86	Ein neuer Job	106
87	Aufbruch	107
88	In meinen Lebensräumen	108
89	Für die eigene Geschichte	109
90	Vom Richten und Verurteilen	110
91	Überfordert	111
92	Über den eigenen Schatten	112

Bei Mitmenschen

TEXTE VON JÜRGEN KUHN

93	In der Meinung anderer	114
94	Für Sinnsucher*innen	115
95	Für Neugeborene	116
96	Für Unentdeckte	117
97	Für Zeitreisende	118
98	Für Weltgestalter*innen	119
99	Für Realist*innen	120
100	Für Schatzsucher*innen	121
101	Für Weltbürger*innen	122
102	Für Wegweiser*innen	123
103	Für Pilger*innen	124
104	Für Entdecker*innen	125
105	Für Ordnungsliebende	126
106	Für Gut-Menschen	127
107	Für Geschöpfe	128
108	Für Sprachschüler*innen	129
109	Für Besitzer*innen	130
110	Für Spurensucher*innen	131

An Zeitpunkten

TEXTE VON BRITTA GROTHUES

111	Worauf es ankommt	134
112	Alltagswege	135
113	Für den neuen Tag	136
114	Ein Tagessegen	137
115	Aufstehen	138

I16	Tagesbeginn	139
I17	Sonntagssegens	140
I18	Montagssegens	141
I19	Dienstagssegens	142
I20	Mittwochssegens	143
I21	Donnerstagssegens	144
I22	Freitagssegens	145
I23	Samstagssegens	146
I24	Tagesordnung	147
I25	Im richtigen Augenblick	148
	Stichwortverzeichnis: Menschen, Themen, Anlässe	149
	Bibelstellenverzeichnis	159
	Zur Person	160

Startworte

Gott ist Mensch geworden, und so ist ihm nichts Menschliches fremd. Vor ihm sind alle Bereiche unseres Lebens gültig und bedeutsam. Er spricht von Anfang an das grundsätzliche Ja zum Leben. Darum erreicht sein Segen jeden Ort und jede Zeit, jeden Menschen und die ganze Schöpfung. Gott ist da, seine Liebe hält und trägt uns. In einem Segen sagen wir das einander zu.

Wenn Menschen im Namen Gottes, in Glaube, Liebe und Hoffnung Segenswünsche für andere formulieren, schließen sie sich der göttlichen Liebe an – ja, sie haben in gewisser Weise teil an einer himmlischen Vollmacht, denn ein Segenswort, einem anderen gesagt, spricht mehr zu, als jedes menschliche Wohlmeinen es könnte. Im Segen hat Gott jeden Menschen gewissermaßen ermächtigt, in seinem Namen anderen Menschen und anderen Geschöpfen etwas zuzusprechen, das alle Dimensionen der Vorstellbarkeit und der Planbarkeit hinter sich lässt. Gott ist da und erfüllt die Menschen, seine Ebenbilder, mit seiner Kraft. Ein Segenswort sagt dies in einer bestimmten Situation ausdrücklich zu, damit es für diesen Menschen hier und jetzt wirklich und wirksam wird. So wird die Menschenfreundlichkeit Gottes vital erfahrbar. Die Segenszusage Gottes an Abraham ist eine Liebeserklärung an die Menschen aller Zeiten.

Ein Segenszuspruch oder eine Segensbitte sind keine magischen Formeln, sondern Ausdruck großen Vertrauens in Gottes Liebe. Der Segen bewirkt nicht, dass Gott sich ändert und tut, was wir uns wünschen. Sondern dass der Mensch sich ändern kann, wenn er die Nähe Gottes bewusst erbittet und annimmt. Dann erscheinen selbst die größten Dinge nicht mehr als unvorstellbar. Gott ist da, immer. Es gibt keine gottlosen Situationen. Niemals kann die Angst größer sein als Gottes Liebe. Das ist es, was ein Segen ausdrückt.

Segen sind im Konjunktiv formuliert: Gott möge, schenke, segne ... Sie sind ein fürbittendes Gebet, das die Betenden vor Gott bringen und dann ihm überlassen, wie es für den Menschen, um den es geht, am besten ist. Jeder darf um Segen für jemanden bitten, auch für sich selbst. Man muss auch kein Priester sein, um Segen zu spenden. Das Leben wird göttlicher und zugleich menschlicher, wenn Eltern ihre Kinder segnen und Kinder ihre Eltern; wenn Liebende einander segnen, wenn Pflegende ihre Kranken segnen und Menschen im Hospiz die Sterbenden. Es gibt eine Hebamme, die die Kinder segnet, denen sie zur Welt hilft – ein Willkommen am Anfang eines Lebens, das das große Ja zum Leben vergegenwärtigt, das Gott am Anfang über die Schöpfung gesprochen hat und das allem gilt, was ist.

Zahlreiche Segensgebete dieses Buches sind in der Ich-Form verfasst; sie bitten in Anliegen des eigenen Lebens oder versetzen sich in die Lage eines anderen Menschen und machen sich dessen Hoffnungen zu eigen. Damit verbunden ist immer die Einladung, diese Worte stellvertretend für jemanden zu beten oder sie im Sinne von Solidarität und Fürbitte gemeinsam mit dem Menschen, der da Ich sagt, zu sprechen – zu zweit, im kleinen Kreis oder auch im Gottesdienst.

IM NACHDENKEN

TEXTE VON BRITTA GROTHUES

1 Um Behutsamkeit und Achtsamkeit

*Ich sage zum HERRN: Du meine Zuflucht und meine Burg,
mein Gott, auf den ich vertraue. (Ps 91,2)*

Herr,
ich möchte sprechen lernen.
Lehre mich die großen, guten Worte deines Friedens.
Führe mich ein in die Herzsprache
der Vergebung, der Entschuldigung.

Schule meinen Geist, damit er immer mehr versteht
und an der Weisheit deiner Wege Freude findet.
Sei mir ein Lehrer und ein Meister
und zeige mir die Wege
in die Kunst des Friedens.

Mach mich so stark, dass ich verzeihen kann,
so selbstbewusst, dass in mir nie die Wut
entbrennen kann, so sicher,
dass mich niemand reizen kann
zu Zorn und unbedachtem Handeln.

Lass mich von ganzem Herzen und mit Leib und Seele
die großen, guten Worte
in mir tragen und sie zur rechten Zeit
aus ganzer Überzeugung
weetersagen und in meinem Leben
immer unbeirrt bezeugen,
dass du da bist.

2 Um richtige Entscheidungen

*Denn deine Liebe reicht, so weit der Himmel ist,
deine Treue, so weit die Wolken ziehn. (Ps 57,11)*

Ewiger Gott,
segne uns mit den Gaben
deines Geistes, damit der menschliche Verstand
zur Einsicht der Zusammenhänge kommt
und in Gedanken dir entgegengeht.

Damit Entscheidungen getroffen werden,
die im Blick auf deine Weisheit
richtig und wahrhaftig sind.
Damit wir uns beraten lassen
und dir folgen.

Damit wir eine Stärke in uns finden,
in der wir alles Wertvolle und Gute
schützen und bewahren
und stark genug sind,
um den Schwachen beizustehen.

Damit wir über uns hinaus erkennen,
wie sehr du gegenwärtig bist
in allem, was geschieht,
in allem, was es gibt.
Herr, segne uns in deinem Geist,
damit wir eine
starke Einheit bilden zwischen
dir und uns.

3 Um gesunden Menschenverstand

*Die Liebe sei ohne Heuchelei. Verabscheut das Böse,
hältet fest am Guten! (Röm 12,9)*

Schöpfergott, in einem Lebenshauch,
in einem Liebe-vollen Atemzug
hast du die Welt, in der ich lebe,
mit Leben erfüllt, mit deinem Leben.
Mich, den Menschen, hast du so gewollt,
dass ich dir nicht nur ähnlich,
sondern ganz und gar dein Abbild bin.
Und immer muss ich mich daran erinnern,
dass du nicht bist wie ich,
sondern dass du mich nach deinem Bild
gesucht, gewollt, erschaffen hast.
Du bist mein Vater, ich dein Kind,
ganz gleich, ob Tochter oder Sohn,
in deiner Liebe sind wir gleich
und tragen alle gleich dein Erb-Gut in uns.

Herr, segne mich,
damit ich daran denke, wer ich bin.
Du hast mir so viel anvertraut
und mir die wunderschöne Kraft verliehen,
deine Liebe weitergebend zu verschenken.
Herr, segne meine Großzügigkeit, die ich von dir erfahre;
schenke mir einen gesunden Körper
und bitte einen gesunden Menschenverstand,
damit ich Mensch bin und Mensch bleibe,
wie du es mit mir gewollt hast.

4 Um gute Ausrüstung

*An jenem Tag werdet ihr erkennen: Ich bin in meinem Vater,
ihr seid in mir und ich bin in euch. (Joh 14,20)*

Mein Herr und mein Gott,
für jedes Wetter und für jede Jahreszeit
bediene ich mich einer Kleidung,
die mir zur Verfügung steht.
Sie schützt mich gegen Kälte, Schnee und Regen,
gegen die Hitze, und umgibt mich
mit der Mode ihrer Zeit.
Du aber bist der Habitus, der mich im Inneren umgibt,
du schützt mich vor der Herzenskälte
und vor dem Feuer aus Gewalt und Zorn.

Dein Segen schenkt mir eine Sicherheit,
die aus den Niederungen
von Vergeltung, Wut und Rache aufsteigt
und frei und aufrecht Friedenswege geht.

Dein Segen
formt die Waffen der Vernichtung zu Hoffnungszeichen um,
du bringst in das Geschrei aus Düsternissen
den Wohlklang der Versöhnung.

Du bist der Habitus, der meine Seele schützt.
Du stehst mir gut.
Mit dir kann ich mich sehen lassen.
In deiner Mode kann ich mir
und allen Menschen in die Augen blicken.

5 Um Kraft

*Der Geist des Herrn erfüllt den Erdkreis, und er,
der alles zusammenhält, kennt jede Stimme. (Weish 1,7)*

Gottes Segen sei mit dir.
Er gebe dir die Kraft,
die du benötigst,
um die Stunden dieses Tages zu bestehen.
Er stärke deinen Geist
und deinen Körper,
damit du immer neu entdeckst,
wie sehr das eine zu dem anderen gehört.

Der Segen Gottes sei mit dir.
Er schenke dir die Freude der Erlösten,
die frei von allen Fesseln sind,
um ohne Wenn und Aber
für das Gute einzustehen und einzutreten,
damit das Vollmaß deiner Zeit uneingeschränkt
im Dienst der Frohen Botschaft steht.

Gott segne dich.
Er sende dir den Beistand seines Geistes.
In ihm kannst du die Welt, in der du lebst,
gestalten und verändern.
In ihm beginnt das Paradies auf Erden.
In ihm sind Wunder möglich,
Zeichen, die zum Argument der Hoffnung werden.

6 Um inneren Frieden

Er erleuchte die Augen eures Herzens, damit ihr versteht, zu welcher Hoffnung ihr durch ihn berufen seid, welchen Reichtum die Herrlichkeit seines Erbes den Heiligen schenkt. (Eph 1,18)

Jesus, du Freund und Bruder aller Menschen,
ich denke durch die Zeiten meines Lebens
und entdecke nicht einen bösen Gedanken,
für den es sich gelohnt hätte und der nicht besser
und viel besser einem guten Platz gelassen hätte.

Lieber Freund, schenke mir den Segen deines Lichtes
und kultiviere mehr und mehr mein Denken.
Im Blick auf alle Jahre meiner Zeit gelange ich nicht an
ein Wort aus Streit und Niedertracht und dunkler Absicht,
an das ich mich erinnere und dem ich den Wert zuspreche,
dass es wert gewesen wäre, ausgesprochen worden zu sein.
Für jedes jener dunklen Worte liegen mir heute
Worte auf der Zunge aus Gelassenheit und Freundlichkeit.

Lieber Bruder, segne mich mit deinem Frieden
und schenke mir zur rechten Zeit das rechte Wort.
Ich wandere durch meine eigene Vergangenheit
und erkenne heute, dass jedes Drohefunkeln meiner Augen,
jede Blitzattacke meiner Blicke, jede Entgleisung meiner
Gesichtszüge verzichtbar war und unnötig.
Ein Lächeln und ein Augenzwinkern, ein Durchatmen,
entspannt und sanft, wären ein wertvoller Ersatz gewesen.
Jesus, halte deine Hände segnend über mich
und schenke mir die Freiheit deiner Liebe.