

Thomas Schwartz

Segen  
voller Leben

Gute Worte für alle Tage

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN

*Den Menschen meiner Pfarrgemeinde.  
Sie sind ein Segen für mein Leben!*



© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2017  
Alle Rechte vorbehalten  
[www.herder.de](http://www.herder.de)

Umschlaggestaltung: wunderlichundweigand, Stefan Weigand  
Umschlagmotiv: © shutterstock 214282447

Satz: post scriptum, Vogtsburg-Burkheim/Hüfingen  
Herstellung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN Print 978-3-451-37663-4  
ISBN E-Book 978-3-451-81157-9

# Inhalt

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| Vorwort .....                | 7   |
| Für den Tageslauf .....      | 9   |
| Für alle Gelegenheiten ..... | 23  |
| Für das Miteinander .....    | 63  |
| Für Freudentage .....        | 89  |
| Für schwere Stunden .....    | 115 |
| Schlussegen .....            | 141 |
| Register .....               | 142 |

## Der Autor

Prof. Dr. Thomas Schwartz, geb. 1964, ist studierter Theologe und Philosoph und lehrt Wirtschafts- und Unternehmensethik an der Universität Augsburg. Als Pfarrer in Mering liegt ihm die persönliche Begleitung seiner Gemeindemitglieder besonders am Herzen.



© Albert Niedermeyer

# Vorwort

Das Vorwort für ein Segensbuch zu schreiben sollte eigentlich nicht Sache des Autors, sondern der Leser sein. Denn es geht bei jedem Segen um ihr Leben. Es geht um das Leben mit allen seinen Hoffnungen, Sehnsüchten und Wünschen, aber auch mit seinen Ängsten, Sorgen und Zweifeln. Segen und Leben sind nicht voneinander zu trennen. Sie gehören zusammen!

Gottes Segen beschränkt sich dabei nicht auf den Segen in der Kirche. Zu segnen ist auch nicht alleine Aufgabe des Priesters oder eines anderen kirchlichen Amtsträgers. Jeder Mensch ist eingeladen, Segen zu wünschen und Segensworte zu sprechen. Segen bezeichnet im Grunde nichts anderes als die Zusage guter Worte – in der Hoffnung und mit dem festen Glauben, dass nicht wir Menschen allein hinter diesen Worten stehen, sondern Gott selbst sie uns zuspricht.

Gottes Zusage, unser Leben zu begleiten, kennt keine Grenzen. Sein Segen begleitet uns Menschen vom Anfang bis zum Ende. Segensworte machen aus unserem Leben Geschichten der Vollendung. Sie sind in gewisser Weise Wegmarken der Liebe Gottes, Richtungspfeile, die jeder Biografie das Ziel anzeigen, zu dem sie unterwegs ist: zu Gott.

Dass dieser Gott selbst der Weg, die Wahrheit und das Leben ist (Joh 14,6) – daran sollen uns die guten Worte

dieses Buches erinnern. Unser Leben ist so gesehen in der Tat das „Vorwort“ eines jeden Segens.

Wir alle sind dazu eingeladen an diesem Vorwort mitzuschreiben.

Mering, im Mai 2017

*Thomas Schwartz*

# Für den Tageslauf

Sonnenaufgang deiner Liebe

Wenn die Sonne aufgeht,  
kann deine Liebe in meinem Herzen aufstrahlen.

Eine Liebe, die Müdigkeit vertreibt.  
Eine Liebe, die Schwierigkeiten überwindet.

Eine Liebe, die Beziehung aufbaut.  
Eine Liebe, die Sorgfalt einfordert.

Eine Liebe, die das Beste freisetzt.  
Eine Liebe, die Vertrauen entwickelt.

Eine Liebe, die Lob aussprechen kann.  
Eine Liebe, die klug ist in der Kritik.

Herr, lass mich heute  
im Licht dieser Liebe leben.

## Das Versprechen der Morgenröte

Am Anfang dieses neuen Tages  
trägt die Morgenröte dein ewiges Versprechen zu uns,  
denn mit der Sonne steigt auch die Hoffnung,  
dass Licht die Dunkelheit allüberall vertreiben wird.

Mit dem Licht der ersten Sonnenstrahlen  
fließen frohe Lieder vom Himmel  
und im Morgennebel  
ahnen wir deine Gunst für uns Menschen.

Wir hören Laute des Trostes,  
die uns wach werden lassen  
und aufmerksam  
für die Schönheit deiner Schöpfung.

In jeder Morgendämmerung  
erquickt uns ein Geschmack des Himmels,  
der uns deinen Segen  
und deine Nähe zu verkosten einlädt.



## Beim Erwachen

Möge der neue Tag,  
dessen Licht dich nun benetzt,  
dich erholt und erquickt,  
aus den Träumen der Nacht  
ins Leben emporziehen.

Mögen dich Kraft und neue Energie  
bis zum Abend begleiten.

Hab Freude an dem Tagewerk,  
das er heute für dich bereithält.

Zufrieden und sinnerfüllt  
sollst du dich auch in schwierigen Aufgaben  
getragen fühlen.

Gute Worte sollen Säulen sein  
für das Haus, das du heute baust.

Ein Lächeln sei das Fenster,  
aus dem deine Seele den Menschen zuwinkt.

Gebe Gott, dass du am Abend dieses Tages  
Sagen kannst:  
Es war gut!

## Vom Sonnenaufgang zum Sonnenuntergang

Sei dankbar für jede Nacht,  
die mit dem Sonnenaufgang zu Ende geht.

Sei glücklich über jeden Traum,  
der heute für dich Wirklichkeit wird.

Erfreue dich an jedem Freund,  
der dir des Tags zum Seelenverwandten erwächst.

Nimm an jeden Schmerz,  
über dem die Sonne untergeht.

Lebe jeden Augenblick ganz und gar,  
den dir das Leben bereithält.

## Der erste Blick auf den Tag

Der erste Blick, den du auf diesen neuen Tag wirfst,  
möge dich erröten lassen  
vor dem Wunder der Schönheit,  
das Gott mit der Schöpfung verknüpft hat.

Er lasse dich jauchzen  
über das Geschenk des Lebens,  
das dir teilhaftig geworden ist.

Er lasse dich erfüllt sein  
mit Kraft und Stärke,  
damit du das,  
was der Tag dir bringt  
bewältigen kannst.

Er lasse dir die Hoffnung,  
dass das, was heute nicht erreicht wird,  
morgen erledigt werden kann.

Er lasse dich erkennen,  
dass auf das, was unnötige Mühe  
und unerfüllbares Streben ist,  
mit Gelassenheit verzichtet werden kann.

## Nicht selbstverständlich

Gott segne  
dein Frühstück,  
dein Mittagessen,  
dein Abendbrot  
und die kleinen Happen zwischendrin.

Keine dieser Mahlzeiten  
sind selbstverständlich.

Danke für sie  
und bitte Gott,  
dass sie nicht zum Privileg weniger,  
sondern zum Alltag  
vieler Menschen gehören mögen.

## Achtsam essen

Mögest du immer genug zu Essen haben  
um satt zu werden.

Mögest du darauf achten können,  
nur das zu essen, was dich nicht krank  
oder unbeweglich macht.

Mögest du mit Lust, Genuss und Appetit  
stets das essen können, was dir schmeckt.

Mögest du achtsam und dankbar  
mit den Speisen umgehen,  
die man dir bereitet.

Mögest du beim Essen nie vergessen,  
Dank zu sagen, dass du essen kannst  
und darum zu bitten,  
dass alle Menschen  
täglich genug zu essen haben.

## Mahl-Zeit

In jedem gemeinsamen Mahl  
verweist du uns auf das Ziel,  
das du uns in deiner Güte schenkst.

Das Mahl sei mehr  
als reine Nahrungsaufnahme.

Es möge die Zeit sein,  
die wir mit anderen teilen.

Es möge die Zeit sein,  
an jene zu denken, die hungern müssen.

Es möge die Zeit sein,  
uns daran zu erinnern,  
dass du dich selbst uns zur Speise gibst.

Segne diese Mahlzeit, oh Herr.