

Ich nehme wahr, was Gott mir schenkt (Anselm Grün)

Barmherziger und guter Gott, ich danke dir
Für diesen neuen Tag, für den freien Tag, den du mir schenkst.
Lass mich die Freiheit genießen,
zu der mich Jesus Christus befreit hat.
Befreie mich von allen Sorgen,
die mich in dieser Woche geplagt haben.
Befreie mich von dem Druck,
den ich mir manchmal selber setze.
Befreie mich von allem Grübeln,
mit dem ich mir manchen Tag vergälle.
Und befreie mich von den Schuldgefühlen,
mit denen ich mich manchmal zerfleische.
Du schenkst mir diesen Tag,
an dem ich machen kann, was mir gut tut.
Lass mich wahrnehmen,
was du mir heute schenken möchtest.
Lass mich auch die Menschen bewusst wahrnehmen,
denen ich heute begegne,
mit denen ich heute diesen Tag erlebe.
Nimm von mir alle Härte, alle Verslossenheit,
alles Verkrampfte, damit von mir
eine gute und angenehme Ausstrahlung ausgeht,
dass sich die Menschen um mich herum
wohl fühlen können, weil sie sich beachtet
und angenommen wissen.

*(In: Anselm Grün; heilsame Worte – Gebete für ein ganzes Leben;
Freiburg i. Br. 2016)*