

ANSELM GRÜN

**JEDEM NEUEN  
TAG VERTRAUEN**



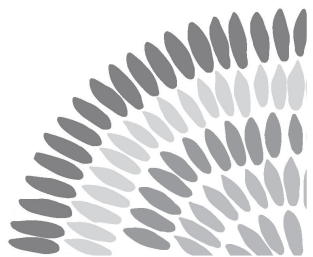




ANSELM GRÜN  
**JEDEM NEUEN  
TAG VERTRAUEN**

JAHRESBEGLEITER

*Vier-Türme-Verlag*



# INHALT

<i>Ein Wort zuvor</i> . . . . .	7
---------------------------------	---

## JANUAR

<i>Neubeginn und Hoffnung</i> . . . . .	9
-----------------------------------------	---

## FEBRUAR

<i>Rollenwechsel</i> . . . . .	37
--------------------------------	----

## MÄRZ

<i>Trainingszeit</i> . . . . .	61
--------------------------------	----

## APRIL

<i>Neu werden</i> . . . . .	85
-----------------------------	----

## MAI

<i>Schönheit heilt</i> . . . . .	109
----------------------------------	-----

## JUNI

<i>Die Fülle des Lebens genießen</i> . . . . .	137
------------------------------------------------	-----

## JULI

<i>Urlaub – sich etwas erlauben</i> . . . . .	159
-----------------------------------------------	-----

## AUGUST

<i>Unterwegs sein</i> . . . . .	185
---------------------------------	-----

## SEPTEMBER

<i>Verwandlung</i> . . . . .	213
------------------------------	-----

**OKTOBER**

*Loslassen* . . . . . 237

**NOVEMBER**

*Dunkle Zeiten* . . . . . 261

**DEZEMBER**

*Sehnsucht* . . . . . 287

*Literaturverzeichnis* . . . . . 315

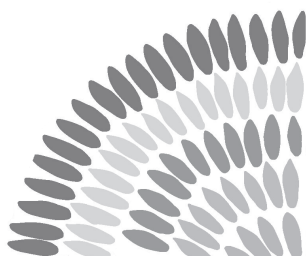
## EIN WORT ZUVOR

In diesem Jahrbuch habe ich jeden Monat unter ein Thema gestellt, das auf der einen Seite dem natürlichen Kreislauf des Jahres entspricht, auf der anderen Seite auch Themen des Kirchenjahres aufgreift. Das Kirchenjahr bezieht sich auf das Schicksal Jesu. Aber die spirituellen Themen des Kirchenjahres wurzeln zugleich in den Themen, die uns die Natur vorgibt. Es verbindet Ostern als Fest der Auferstehung mit dem Frühling, Maria mit dem Monat Mai, November mit dem Gedenken an die Toten. Das Kirchenjahr ist flexibler als das kalendarische Jahr. Denn der Termin von Ostern verschiebt sich jedes Jahr und damit auch der von Christi Himmelfahrt und Pfingsten. Doch es gibt auch feste Termine für die Heiligenfeste im Lauf des Jahres. So habe ich an einigen Tagen etwas über die Heiligen geschrieben, die an diesem Tag Namenstag haben. Die Heiligen sind Hoffnungsbilder für uns. Sie zeigen uns Aspekte unseres eigenen Lebens. In den Legenden rund um ihre Person und in den Bildern, die uns die Maler von ihnen geschaffen haben, sehen wir Bilder unserer eigenen Menschwerdung und der Heilung unserer Wunden.

So wünsche ich Ihnen, lieber Leser, liebe Leserin, dass Sie sich jeden Tag durch einen Impuls anregen lassen, Ihren Alltag mit neuen Augen zu betrachten. Die Texte wollen Sie im Alltag begleiten, damit Sie sich nicht von den äußeren Terminen und Anforderungen bestimmen lassen, sondern das, was Sie tun, in einem anderen Licht sehen. Vielleicht passt nicht jeder Text gerade für die inneren Themen, die Sie gerade bewegen. Aber es ist ein gutes Ritual, trotzdem jeden Tag den jeweils vorgesehenen zu lesen. Er wird in Ihren Alltag hinein wirken und Sie alles, was Sie erleben, auf neue und achtsamere Weise erleben lassen.

In diesem Sinn wünsche ich Ihnen ein gesegnetes Jahr, damit die Worte für Sie Segensworte werden, die Ihren Alltag verwandeln und Ihr Leben immer mehr mit dem Geist Jesu durchdringen.

*Ihr P. Anselm Grün*





# JANUAR

## *Neubeginn und Hoffnung*

### 1. JANUAR

---

Wir beginnen jedes Jahr mit der Hoffnung, dass es ein gutes Jahr werden wird, besser als das vergangene. Obwohl wir immer wieder die Erfahrung machen, dass unsere Erwartungen nicht erfüllt werden, geben wir die Hoffnung nicht auf. Der französische Dichter Charles Peguy hat diese Fähigkeit in seinem Buch »Das Mysterium der Hoffnung« wunderbar zum Thema gemacht. Peguy schreibt: »Aber die Hoffnung, spricht Gott, die erstaunt mich. Selbst mich. Sie ist wirklich erstaunlich. Dass sie sehen, diese armen Kinder, wie alles geschieht, und glauben, morgen werde es besser gehen. Das ist erstaunlich und wahrlich das größte Wunder unserer Gnade« (Peguy 107).

Peguy stellt die Hoffnung in Gestalt eines kleinen Mädchens dar, weil ein Kind sie am besten widerspiegelt – ein Kind, das nach außen hin keine Macht hat, das unschuldig, einfach, klar und lauter ist. Die Hoffnung hat etwas Klares, Zärtliches und Reines an sich. Sie ist unschuldig wie ein Kind. Sie lässt sich nicht vom Chaos der Welt beeinflussen und hofft dennoch, dass alles besser wird, dass Gott alles besser machen wird.

In dieser Hoffnung steckt eine große Kraft. Sie bezieht sie daraus, dass Gott zuerst auf uns gehofft hat: »Gott hat seine Hoffnung, seine arme Hoffnung auf jeden von uns gesetzt, auf den elendsten Sünder« (Peguy 107). Jesus hat uns Mut gemacht zu dieser Hoffnung durch seine Worte und Taten. Er nimmt das kleine Mädchen Hoff-

nung an der Hand, um es zu stärken, damit wir nicht an uns selbstverzweifeln.

## 2. JANUAR

---

Im Jahr 1964 veröffentlichte der evangelische Theologe Jürgen Moltmann seine »Theologie der Hoffnung«, welche binnen kurzer Zeit in mehreren Auflagen erschien. Die Sechzigerjahre des letzten Jahrhunderts waren eine Zeit der Hoffnung, gerade in der katholischen Kirche. Das Zweite Vatikanische Konzil rückte die Hoffnung sogar in den Mittelpunkt, etwa in der Konstitution »*Gaudium et spes*«, die mit den Worten beginnt: »Freude und Hoffnung, Bedrängnis und Trauer der Menschen von heute, besonders der Armen und Notleidenden aller Art, sind zugleich auch Freude und Hoffnung, Trauer und Bedrängnis der Jünger Christi.« Damals verband man die christliche Haltung der Hoffnung mit der Verantwortung für die Welt. Für Jürgen Moltmann ist das Kreuz die Hoffnung der Erde. Es zeigt, dass sie sich der zerstörten Erde und der geschundenen Menschen annehmen muss: »Wer auf Christus hofft, kann sich nicht mehr abfinden mit der gegebenen Wirklichkeit, sondern beginnt an ihr zu leiden, ihr zu widersprechen« (Moltmann 17).

Das löste eine regelrechte Euphorie aus. Katholische wie evangelische Theologen entfalteten die Theologie der Hoffnung im Dialog mit dem großen Werk des atheistischen Philosophen Ernst Bloch: »Das Prinzip Hoffnung«. Bloch beschreibt die Hoffnung als Grundexistenzial des Menschen. Hinter all seinem Tun ist sie das eigentliche Motiv. Die Malerei verweist auf die noch nie gesehene Schönheit, die Architektur ist getrieben von der Hoffnung auf Heimat, im Tanz drücken wir die Hoffnung auf dem ganz Anderen aus, nach einer noch nie erlebten schönen Bewegung. Und am Ende hofft selbst der Atheist Bloch – mit den Worten des christlichen Hymnus »*Te deum laudamus*«: »*Non omnis confundar* – Ich werde nicht ganz zuschanden.« Das Buch faszinierte viele christliche Theologen, die darin eine philosophische Bestätigung der christlichen Hoffnung sahen.

### 3. JANUAR

---

Die Hoffnung ist eine Tugend, eine göttliche Tugend gar, wie es die Theologie ausdrückt. Das bedeutet, dass sie einerseits ein Geschenk Gottes an uns ist, ein Geschenk seiner Gnade; als Tugend gilt es jedoch, sie auch zu üben. Am Jahresbeginn ist es gut, wenn wir die Welt realistisch, doch zugleich durch die Brille der Hoffnung betrachten. Die Hoffnung sagt: Ich vertraue darauf, dass es für mich ein gutes Jahr wird, ganz gleich, welche Ereignisse es mit sich bringen wird.

Das deutsche Wort »Tugend« kommt von »taugen«. Die Hoffnung als Tugend ist die Voraussetzung, dass der Mensch zu seinem Leben taugt, dass sein Leben gelingt. Josef Pieper, der die Philosophie des Thomas von Aquin in unsere Zeit übersetzt hat, nennt die Tugend »das Äußerste dessen, was ein Mensch sein kann; sie ist die Erfüllung menschlichen Seinkönnens. Tugend ist die Vollendung des Menschen zu einem Tun, durch das er seine Glückseligkeit verwirklicht« (Pieper 25).

Die Hoffnung ist die Tugend des Menschen, der noch auf dem Weg ist, der noch nicht alles hat, was er ersehnt. Der Mensch schwankt hin und her zwischen dem schon Gegenwärtigen und dem »Noch-nicht«. In der Hoffnung streckt er sich aus nach dem, was ihn erwartet und was er ersehnt. Sie prägt sein Daseinsgefühl und verjüngt den Menschen. Thomas von Aquin meint: »Jungsein ist die Ursache der Hoffnung. Die Jugend nämlich hat viel Zukunft und wenig Vergangenheit.« Aber dann müssten ältere Menschen weniger hoffen. Das Paradox der göttlichen Tugend Hoffnung ist, dass sie jeden Menschen verjüngt. Sie ist nicht an das natürliche Alter gebunden. Ihre Spannkraft lässt auch ältere Menschen wieder jung erscheinen. Josef Pieper übersetzt Jesaja 40,31 auf dem Hintergrund seines Hoffnungsverständnisses so: »Die auf den Herrn hoffen, werden eine neue Tapferkeit gewinnen. Es werden ihnen Schwingen wachsen gleich den Adlern. Sie werden laufen: unangestrengt. Sie werden wandern: unermüdbar« (Pieper 47).

## 4. JANUAR

---

Das griechische Wort für Hoffnung, *elpis*, bezieht sich auf die Erwartung sowohl positiver als auch negativer Ereignisse in der Zukunft. In der Bibel beschreibt es immer nur die Erwartung einer guten Zukunft. Der Garant dafür ist Gott selbst. Er wird dem Menschen eine gute und heile Zukunft schaffen. Die Zukunft, die Gott für uns bereithält, ist besser als die Vergangenheit und die Gegenwart.

Das deutsche Wort »hoffen« ist mit der Wortgruppe »hüpfen« verwandt. Hoffen hat daher ursprünglich bedeutet: »vor Erwartung zappeln, aufgeregt umherhüpfen«. Darin steckt also die Erfahrung eines freudigen Wartens auf ein Ereignis oder auf das Kommen eines Menschen, den man herbeisehnt. Hoffen ist von Freude geprägt. Und von Erwartung. Es ist ein aktives Tun des Menschen. Er streckt sich aus nach dem, was kommt. Wer hoffnungsvoll lebt, dessen psychische Verfassung ist von Freude und Lebendigkeit geprägt. Hoffnung richtet auf, während Hoffnungslosigkeit niederdrückt. Wer die Hoffnung aufgibt, verliert die innere Spannkraft. Er verliert sein Jungsein. Dante hat in seiner Göttlichen Komödie jenes berühmte Wort geprägt, als er in den Abgrund der Hölle schaute: »Lasst alle Hoffnung fahren!« Ohne Hoffnung zu leben, ist letztlich Hölle. Ohne sie lässt sich das Leben kaum aushalten.

## 5. JANUAR

---

Wenn eine Frau schwanger wird, sagen wir, sie sei guter Hoffnung. Wir bringen Hoffnung in Verbindung mit neuem Leben, das in der Mutter heranwächst. Wenn dann ein Kind geboren wird, keimt in jedem die Hoffnung auf, dass es Licht bringt in diese Welt, dass mit diesem Kind etwas Neues, etwas Besseres beginnt. Christus, der ebenfalls als Kind geboren wird, wird zum Hoffnungsträger schlechthin. Wenn wir an Weihnachten seine Geburt feiern, verbinden wir mit dem Fest die Hoffnung, dass unsere Welt heller und heiler wird.

Später wird im Ritus der Taufe dem neugeborenen Kind beziehungsweise seinen Eltern eine brennende Kerze überreicht. Sie ist ein Symbol dafür, dass das Kind ein Lichtblick sein soll für die Eltern, dass es die Welt heller und wärmer machen soll. Die Kerze wird den Eltern in die Hand gegeben, damit sie daran glauben, dass in diesem Kind etwas vom Licht Gottes aufleuchtet, dass es etwas von Gott in dieser Welt aufstrahlen lässt, das nur in diesem Kind sichtbar werden kann.

## 6. JANUAR

---

Am 6. Januar feiert die Kirche das Fest der Epiphanie, der Erscheinung Gottes. Eigentlich gebrauchte man diesen Begriff, wenn der römische Kaiser eine Stadt besuchte. Denn mit seinem Kommen war die Hoffnung verbunden, dass die Stadt bessere Straßen bekommt oder ein neues Theater. Der Titusbrief im Neuen Testament greift diesen Begriff dann auf, um das Erscheinen Jesu auf Erden zu beschreiben: »Die Gnade Gottes ist erschienen, um alle Menschen zu retten. Sie erzieht uns dazu, uns von der Gottlosigkeit und den irdischen Begierden loszusagen und besonnen, gerecht und fromm in dieser Welt zu leben, während wir auf die selige Erfüllung unserer Hoffnung warten: auf das Erscheinen der Herrlichkeit unseres großen Gottes und Retters Christus Jesus« (Tit 2,11–13). Wenn wir diese Aussage im Hinblick auf die Erwartungen der Epiphanie lesen, können wir sagen: Das Erscheinen Jesu schenkt uns jetzt schon ein Leben der Hoffnung. Wir leben besonnen, gerecht und fromm in dieser Welt. Das entspricht dem Idealbild stoischer Philosophie. Diese drei Tugenden – Besonnenheit, Gerechtigkeit und Frömmigkeit – verwandeln unser Leben in ein hoffnungsvolles Leben. Aber unsere Hoffnung geht über das Hier und Jetzt hinaus. Wir sind erfüllt von einer »seligen«, von einer glücklichen Hoffnung, wie der griechische Text es ausdrückt. Sie zielt auf das Erscheinen der Herrlichkeit des großen Gottes und unseres Retters Jesus Christus.

Der Titusbrief spricht also von einer beseligenden Hoffnung, die uns Christen prägt. Am Fest der Epiphanie sind wir dankbar für

die Hoffnung, die dieses Fest in uns weckt, weil es uns auf das endgültige Erscheinen Jesu in Herrlichkeit verweist. Dann wird unsere Hoffnung für immer erfüllt sein. Und sie kann nicht mehr enttäuscht werden, weil sie über das Sichtbare hinausgeht.

## 7. JANUAR

---

Der französische Existenzphilosoph Gabriel Marcel hat auf dem Hintergrund seines christlichen Glaubens eine Philosophie der Hoffnung entworfen. Er unterscheidet das absolute »ich hoffe« und das »ich hoffe, dass«. Das absolute »ich hoffe« zielt letztlich immer darauf, dass wir Menschen, die wir uns gefangen fühlen, auf Licht und Freiheit hoffen, nicht als äußere Objekte, sondern als Hellwerden unserer Existenz und als Freiwerden in unserem Innersten. Marcel setzt die Hoffnung dem Optimismus entgegen. Der Optimist hat die feste Überzeugung, dass die Dinge »sich einrichten« müssen. Er sieht sie mit einer ganz bestimmten Haltung. Der Hoffende dagegen ist in einen Prozess des Werdens verwickelt. Die wahre Hoffnung gilt nicht einem bestimmten Ereignis, das kommen soll, sondern dem Neuwerden der eigenen Existenz und des Lebens insgesamt. Hoffnung kann es nur dort geben, wo auch die Versuchung zur Verzweiflung besteht.

Wenn der Vater eines Sohnes, der in die Fremde gezogen ist und schon sehr lange nichts mehr von sich hat hören lassen, immer noch hofft, dass der Briefträger ihm eine Nachricht von ihm bringen wird, dann kann diese Hoffnung enttäuscht werden. Solange wir uns zu genau vorstellen, wie unsere Hoffnung erfüllt werden sollte, sind wir in der Gefahr, Hoffnung mit bloßem Wunschdenken zu verwechseln. Gabriel Marcel meint, die Hoffnung übersteige die Einbildungskraft. Wir sollten darauf verzichten, uns genaue Bilder von dem zu machen, was wir erhoffen. Wenn der Kranke hofft, nach einer bestimmten Zeit gesund zu werden, wird er in Verzweiflung geraten, wenn dies nicht der Fall ist. Hoffen heißt nicht, sich an etwas Konkretes, etwa an der Heilung dieser Krankheit, festzuklammern. Es bedeutet vielmehr, die eigenen Vorstellungen zu

übersteigen. Dann wird die Idee der Heilung eine Verwandlung und Reinigung erfahren. Es ist nicht alles verloren, wenn ich nicht gesund werde. In der Hoffnung wächst die Ahnung von einem tiefergehenden Heil, das auch die Krankheit nicht zerstören kann.

Für Gabriel Marcel gibt es keine Hoffnung ohne Gemeinschaft und ohne Liebe. »Ich hoffe« ist im Grunde immer ein »ich hoffe auf dich« und letztlich ein »ich hoffe auf dich für uns«. In der Hoffnung bleibe ich nicht bei mir und meiner Einsamkeit stehen, ich öffne mich vielmehr dem Austausch mit anderen, letztlich dem Austausch mit Gott, dem Grund meines eigenen Seins. Marcel meint, die Haltung des »Habens« verhindere die Hoffnung. Nur der, der sich von den Ketten des Besitzes in jeder Form befreit hat, ist imstande, »die göttliche Leichtigkeit eines Lebens in der Hoffnung zu erfahren« (Marcel 78). Für den Philosophen Gabriel Marcel ist sie eine göttliche Gabe, die gleichzeitig ein Ruf ist. Wir können uns ihr verweigern. Die Hoffnung braucht beides: unseren Willen und das Geschenk göttlicher Gnade.

## 8. JANUAR

---

Der erste Petrusbrief richtet sich an Christen, die von Menschen in ihrer Umwelt bedrängt werden und leiden müssen. Wir werden heute kaum von »Ungläubigen« verfolgt. Aber die Situation der Bedrängnis von innen oder außen kennen wir alle. Liest man den biblischen Text, dann hat man den Eindruck, dass die Christen offensichtlich eine Hoffnung ausstrahlten, die die Menschen ihrer Umgebung neugierig machte. Das wäre auch unsere Aufgabe heute: trotz all der bedrückenden Nachrichten, die wir ständig hören, in unserer Gesellschaft eine Quelle der Hoffnung zu sein. Wenn wir voller Hoffnung sind, wird das auch in unserem Verhalten sichtbar. Wir reagieren nicht depressiv oder pessimistisch auf die Zustände in unserer Welt. Wir lassen uns von ihnen nicht bestimmen, sondern sind trotz allem von Hoffnung erfüllt. Der Autor des 1. Petrusbriefs zeigt den Christen auf, wie sie auf die Frage, warum sie trotz allem voller Hoffnung sind, antworten sollen: »Seid stets bereit, je-

dem Rede und Antwort zu stehen, der nach der Hoffnung fragt, die euch erfüllt« (1 Petr 3,15).

Unsere Situation ist heute anders als die der Empfänger des Petrusbriefes. Nicht das Leiden an einer antichristlichen Umwelt ist unser Hauptproblem, sondern das Leiden an uns selbst, an unserer Resignation, an unserem Selbstmitleid, aber auch das Leiden an einer Welt, die immer bedrängender in ihren Anforderungen und Problemen wird. In uns gibt es die unbewusste Erwartung, dass unser Leben gelingen muss, dass alles glattgeht, dass wir gesund und ohne psychische Probleme durchs Leben kommen. Doch die Realität sieht anders aus. Manche Christen meinen dann, der Glaube hätte keinen Sinn. Er würde uns auch nicht weiterhelfen. Die Hoffnung bewahrt uns nicht vor Krankheit, vor Naturkatastrophen oder gesellschaftlichen Auseinandersetzungen. Aber die Hoffnung verwandelt unsere Haltung zu all den bedrückenden Ereignissen in unserer Welt und in unserem Leben. Wir verschließen die Augen nicht vor der Realität, aber wir fixieren uns nicht auf das Negative. Wir sehen das Negative, aber die Hoffnung sieht weiter. Sie hat einen größeren Horizont. Und aus diesem heraus relativieren sich die Bedrängnisse unseres Lebens. Wir können uns an dieser Hoffnung in allen Turbulenzen unseres Lebens festhalten.

## 9. JANUAR

---

Im Deutschen kennen wir das Sprichwort: »Die Hoffnung stirbt zuletzt.« Das bedeutet aber auch, dass wir dort, wo keine Hoffnung mehr in uns ist, innerlich schon tot sind. Ein Leben ohne Hoffnung erstarrt. Die Hoffnung hält uns lebendig. Ähnlich drückt es ein lateinisches Sprichwort aus: »*Dum spiro spero*«: »Solange ich atme, hoffe ich.« Dahinter steckt wohl die Erfahrung, dass die Hoffnung genauso wichtig ist für den Menschen wie der Atem. Wenn wir aufhören zu atmen, sterben wir. Genauso sterben wir innerlich, wenn wir aufhören zu hoffen. Die Hoffnung ist wie der Atem, der uns ganz und gar durchdringt.