

ANSELM GRÜN

Voluit leven

Dagboek voor de ziel



JANUARI

Een nieuw begin aangaan



1 januari

Het veld afbakenen

Het woord 'beginnen' betekent oorspronkelijk 'ontginnen'. Elk begin is een moeizame ontginning. Hiervoor moet ik eerst een veld afbakenen. Ik kan niet het hele land van mijn leven in een jaar ontginnen. Ik moet beslissen welk stuk van mijn land ik dit jaar zou willen ontginnen.



Met een nieuw hart

Goede God, we zijn een nieuw jaar begonnen. Het is nog onbezoedeld, ongebruikt. Het ligt nieuw voor ons open. In het nieuwe zit altijd de belofte dat alles in ons wordt vernieuwd, dat het beter wordt. Geef mij waakzaamheid, zodat het nieuwe dat U aanbiedt, me een nieuw hart geeft, zodat het nieuwe in mij groeien kan.

2 januari

Zodat het nieuwe groeien kan

Ik zorg ervoor het ingegroeide uit te trekken, zodat mijn bodem vrucht kan dragen, zodat daar iets nieuws kan groeien. God zal nieuw zaad op mijn akker strooien. Mijn taak is om die te ontginnen, zodat het zaad opkomt en het nieuwe, het onvermoede, het onverwachte en het prachtige in mij tot bloei komt.



Zegen dit nieuwe jaar

Goede God, geef ons een nieuwe kans, zodat we nieuwe wegen met elkaar inslaan, dat er iets nieuws kan groeien in ons. Zegen dit nieuwe jaar, zodat het een jaar van verlossing wordt, dat wat gewond is heelt, dat wat verbroken is verbindt en dat wat versterkt is nieuw leven krijgt.

3 januari

Het leven in eigen hand nemen

Een nieuw begin is het leven in eigen handen nemen. Ik neem de verantwoordelijkheid voor mijn leven. Ik geef het vorm. Ik stop met zeuren over het feit dat ik vastgelegd ben door mijn opleiding en mijn karakter. Ik kan altijd opnieuw beginnen. Ik kan wat mij als levensmateriaal is gegeven, ter hand nemen en vormgeven.



Zelfs opstaan en leven

Goede God, geef me de geest van kalmte, zodat ik de voorbijgane zaken kan laten rusten. Maak het me mogelijk oude pijn los te laten en niet steeds als een excuus te gebruiken om niet zelf op te staan en te leven.

4 januari

De bouwstenen van mijn leven

Voor ik echter mijn 'levenstoren' begin te bouwen, moet ik er eerst voor gaan zitten. Ik heb tijd nodig om het materiaal van mijn leven te herzien en te mediteren over de struikelblokken of de gebroken stenen van de laatste tijd om ze in mijn eigen bouwstenen te veranderen, waarmee ik mijn leven weer kan opbouwen.



Bewust worden

Barmhartige en goede God, in uw aanwezigheid kan ik zelf aanwezig zijn. In uw nabijheid kom ik dicht bij mezelf. Ik word rustig bij U en vind vrede midden in de onrust van mijn ziel. Dank U voor uw helende liefde die mij omringt.

5 januari

Niet vergelijken

Ik denk na over de stenen van mijn levensverhaal, om ze samen te voegen, zodat mijn unieke persoon zichtbaar wordt. Mijn 'toren' zal niet op de andere lijken. Ik vergelijk mijn toren niet met de andere. Het gaat er niet om dat hij zo hoog mogelijk wordt. Hij moet overeenkomen met mijn aard.



Opruimen

Barmhartige en goede God, vervul mijn huis met uw licht en uw liefde. Toon mij waar ik uw beeld in mij begraven heb onder mijn zorgen en mijn drukte, onder mijn angsten en verdriet, onder de vele gedachten die over de duizend dingen van alledag opkomen. Ruim in mij weg wat uw beeld in mij verwingt.

Gods wijsheid vinden in je innerlijk

- Dagboek met 12 maandthema's
- Twee korte teksten per dag, voor de ochtend en de avond

Anselm Grün neemt je mee naar de ziel, waar je een stilte-ruimte vindt in de drukke tijd. Het zwaartepunt van je leven ligt niet in uiterlijke zekerheden. En ook niet bij andere mensen. Nee, in je eigen innerlijk vind je de rust, het vertrouwen en de wijsheid. God spreekt daar tot ieder mens een woord dat hem of haar voluit leven doet.

Met onder andere de volgende maandthema's: tot rust komen, vertrouwen bij verandering, schoonheid ervaren, aandacht geven, genieten van het leven, wortelen, kind worden.



uitgeverij

