



EUER PERSÖNLICHES EHEGELÜBDE

Ein kostenloser Guide für ein persönliches
Ehegelübde, das nach euch klingt.

Beispiele, Struktur & Tipps für eure freie Trauung

MELANIE MÖHRING

HERZLICH WILLKOMMEN

"Ich weiß nicht, was ich schreiben soll."

Diesen Satz höre ich in Traugesprächen erstaunlich oft.
Und wisst ihr was?

Ich kann ihn gut verstehen. Die wenigsten Menschen schreiben regelmäßig Liebesbriefe. Und bei der Trauung sollen es ausgerechnet die wichtigsten Worte eures Lebens werden.

Falls du gerade auf ein leeres Blatt Papier schaust und nicht weißt, wie du anfangen sollst:
Du bist damit nicht allein.

Dieser Guide begleitet dich Schritt für Schritt. Nicht mit fertigen Texten. Sondern mit Fragen, Erinnerungen und kleinen Übungen, die dir helfen, deine eigenen Worte zu finden. Wichtig: es gibt hier kein Richtig oder Falsch.

Ein gutes Ehegelübde muss nicht perfekt sein. Es muss sich nach euch anfühlen.

Ich wünsche dir ganz viel Freude beim Schreiben – und vor allem den Mut, genau die Worte zu wählen, die sich für euch richtig anfühlen.

ALLES LIEBE
MELANIE

Traurednerin aus Berlin & Brandenburg

BEVOR WIR ANFANGEN

möchte dir noch etwas mitgeben.

Ein gutes Ehegelübde muss nicht ...

- poetisch sein.
- kitschig sein.
- besonders lang sein.
- alle Gäste zum Weinen bringen.
- perfekt formuliert sein.

Es darf ...

- ehrlich sein.
- humorvoll sein.
- kurz sein.
- leise sein.
- genau so klingen wie du.

Ich habe schon viele Ehegelübde gehört. Die schönsten waren nie die perfekt geschriebenen.

Sondern die, bei denen ich dachte:
"Genau so sprechen die beiden auch im Alltag."

Denn genau das macht ein persönliches Ehegelübde aus.



TEIL 1

ERINNERUNGEN SAMMELN

Setz dich nicht direkt vor ein leeres Dokument. Das erzeugt Druck. Fang stattdessen mit Erinnerungen an – die lassen sich viel leichter aufschreiben als Gefühle. Beantworte die folgenden Fragen in Stichpunkten. Du schreibst hier noch keinen Text. Du sammelst nur Material.

Fragen zu eurer Geschichte

- Wann hast du zum ersten Mal gedacht: Das ist mein Mensch?
- Was war einer der schönsten Momente in eurer Beziehung?
- Welcher Moment hat euch besonders zusammengeschweißt?
- Was habt ihr zusammen erlebt, worüber ihr heute noch lacht?
- Wann hast du gemerkt, dass diese Beziehung etwas Besonderes ist?

Fragen zu deinem Partner / deiner Partnerin

- Was liebst du an deinem Partner, das andere vielleicht gar nicht kennen?
- Welche Eigenschaft würdest du niemals ändern wollen?
- Was macht dein Partner in euren schwersten Momenten?
- Wann hast du dich zuletzt wirklich gesehen und verstanden gefühlt?
- Was bringt dir dein Partner in den Alltag, das du früher nicht hattest?

Fragen zu eurer Zukunft

- Was erhoffst du dir für euren gemeinsamen Weg?
- Was möchtest du deinem Partner versprechen – ganz konkret?
- Was soll dein Partner nach der Trauung über dich und eure Liebe wissen?

TEIL 2

SCHREIBÜBUNGEN

Diese Übungen helfen dir, aus deinen Stichpunkten erste echte Sätze zu machen. Kein Ergebnis hier muss perfekt sein. Es geht ums Schreiben, nicht ums Fertigwerden.

Übung 1 – Der konkrete Satz

Nimm einen deiner Stichpunkte und schreib ihn als vollständigen Satz auf – so, als würdest du einem Freund davon erzählen.

Beispiel

Stichpunkte: bringt mir Kaffee ans Bett; Morgenmuffel

Satz: Du bringst mir jeden Morgen Kaffee ans Bett, obwohl du selbst kein Morgenmensch bist.

Schreib 3 solcher Sätze auf.

Lies sie laut vor. Welcher klingt am meisten nach dir?

Übung 2 – Der Brief

Stell dir vor, du schreibst deinem Partner einen Brief – nicht für die Hochzeit, sondern einfach so. Was würdest du schreiben?

Schreib 5–10 Minuten, ohne aufzuhören. Nichts streichen, nichts korrigieren. Einfach schreiben.

In diesem Brief stecken oft die ehrlichsten Sätze für dein Ehegelübde.

Übung 3 – Die eine Zeile

Vervollständige diese Sätze spontan – der erste Gedanke ist oft der ehrlichste:

- Ich weiß, dass du der richtige Mensch für mich bist, weil ...
- Was ich dir versprechen möchte, ist ...
- Wenn ich an unsere Zukunft denke, hoffe ich auf ...

TEIL 3

DIE STRUKTUR DEINES EHEGELÜBDES

Ein persönliches Ehegelübde braucht keine bestimmte Form.
Aber die folgende Struktur hat sich in der Praxis bewährt –
sie gibt Orientierung, ohne einzuengen.

1.Einstieg: Ein Moment, eine Erinnerung oder ein Satz, der zeigt, wer ihr füreinander seid.

2.Hauptteil: 2–3 persönliche Gedanken – was du liebst, was dich berührt, was dich beeindruckt.

3.Versprechen: 1–3 konkrete Dinge, die du deinem Partner versprichst.

4.Abschluss: Ein Satz, der bleibt. Manchmal auch einfach: der Name deines Partners.

Die meisten Ehegelübde sind 1–2 Minuten lang. Das entspricht etwa 150–250 Wörtern. Kürzer darf es sein. Länger auch – wenn es sich richtig anfühlt.

Länge und Vortrag

Lies dein Ehegelübde nach dem Schreiben laut vor. Nicht nur einmal. Lies es nicht mit dem Kopf, sondern mit deinem Partner vor Augen.

Achte darauf:

- Klingt es nach dir – oder nach einem Instagram-Zitat?
- Gibt es Stellen, an denen du stockst? Dann könnte der Satz noch kürzer werden.
- Gibt es Stellen, die dich selbst bewegen? Die gehören rein.

Dein Partner kennt deine Rechtschreibung. Er kennt deine Unsicherheiten. Er kennt deine Macken. Und genau deshalb heiratet er dich. Versuche also nicht, wie jemand anderes zu schreiben. Schreib so, wie dein Partner dich kennt.

TEIL 4 MIT KI-UNTERSTÜTZUNG ZUM FERTIGEN TEXT

Du hast Stichpunkte gesammelt, Sätze geschrieben – und bist trotzdem noch nicht ganz zufrieden? Dann kann dir ein KI-Prompt helfen, aus deinen eigenen Worten einen zusammenhängenden Text zu entwickeln.

Wichtig: Der Prompt ist so formuliert, dass die KI nur mit deinem Material arbeitet. Keine erfundenen Geschichten, kein Kitsch, keine fremden Formulierungen.

PROMPT

Kopiere diesen Prompt in ChatGPT, Claude oder ein anderes KI-Tool deiner Wahl. Füge dann darunter alles ein, was du in diesem Guide aufgeschrieben hast. Überarbeite das Ergebnis danach noch einmal selbst. Streiche, was sich nicht richtig anfühlt. Füge hinzu, was fehlt.

Ich möchte ein persönliches Ehegelübde schreiben. Unten findest du meine Stichpunkte und ersten Sätze. Bitte hilf mir, daraus einen zusammenhängenden Text zu formulieren – in meiner eigenen Sprache, ohne Kitsch, ohne erfundene Details. Erfinde nichts, was nicht in meinen Notizen steht. Das Gelübde soll ca. 150–200 Wörter lang sein und folgende Struktur haben: 1. Ein persönlicher Einstieg, 2. 2–3 Gedanken über meinen Partner und unsere Beziehung, 3. 1–3 konkrete Versprechen, 4. Ein Schlusssatz.

Hier sind meine Notizen: [Füge hier deine Stichpunkte und Sätze ein]

CHECKLISTE

- Klingt das nach mir?
- Könnte diesen Satz auch jemand anderes sagen?
- Ist mindestens eine persönliche Erinnerung enthalten?
- Gibt es ein konkretes Versprechen?
- Würde mein Partner sofort merken, dass ich das geschrieben habe?
- Würde ich mich freuen, genau diese Worte von meinem Partner zu hören?



ALLES LIEBE FÜR EUREN GROSSEN TAG

Wenn ihr bis hierher gelesen habt, haltet ihr wahrscheinlich schon die ersten Ideen für euer persönliches Ehegelübde in den Händen.

Vielleicht ist es noch nicht perfekt. Das muss es auch nicht sein. Denn am Ende erinnert sich niemand daran, ob jeder Satz besonders schön formuliert war.

Aber ihr werdet euch daran erinnern, wie es sich angefühlt hat, diese Worte zum ersten Mal auszusprechen.

Ich wünsche euch eine Trauung voller echter Momente, ehrlicher Gefühle und Erinnerungen, die euch ein Leben lang begleiten.



ÜBER MICH

Ich bin Melanie Möhring – freie Traurednerin in Berlin und Brandenburg.

Seit 2023 begleite ich Paare auf dem Weg zu ihrer freien Trauung und erlebe immer wieder, wie aus Unsicherheit persönliche Worte entstehen. Ich habe schon viele Ehegelübde hören dürfen.

Die schönsten waren für mich immer die, bei denen ich das Gefühl hatte, einen kleinen Blick in die Beziehung werfen zu dürfen.

Genau deshalb ist dieser Guide entstanden.

Ich wünsche mir, dass ihr euch traut, genau die Worte zu wählen, die zu euch gehören.

Denn genau das macht eure Trauung einzigartig.

Hat euch der Guide geholfen?

Dann erzählt gern auch anderen Paaren davon oder hinterlasst mir eine Bewertung bei Google.



DANKE

Zum Schluss möchte ich mich noch bei allen bedanken, die dazu beigetragen haben, dass dieser Guide entstanden ist.

Fotografie

Die Fotos in diesem Guide stammen von:

Mira Bry

Instagram: @mira.bry.photography

Website: www.mira-bry.com

Mein Kontakt

Melanie Möhring

Freie Traurednerin in Berlin & Brandenburg

 www.melanie-moehring.de

 info@melanie-moehring.de

 Instagram: @melanie_freie.rednerin

Ich wünsche euch von Herzen eine Trauung, die sich genau so anfühlt, wie ihr seid.

Alles Liebe
Melanie