

## ÜBER DAS SEGNETEN (von Ellen Paetsch)

Ja, wir dürfen segnen und nicht nur um Segen bitten. In der Bibel heißt es: „Segnet, die euch fluchen; tut wohl denen, die euch hassen!“ (Mt 5,44). Dies hat eine wunderbare Wirkung. Zum einen werden wir selber den Ärger schneller los, und zum anderen erreichen wir damit die Seele des anderen.

Ich habe mir vorgenommen, alle, über die ich mich ärgere, zu segnen. Manchmal passierte es mir schon, wenn einer im Straßenverkehr so rücksichtslos verkehrt fuhr, dass ich voll Ärger ausrief: „Du Kaffer!“ (Idiot, Dummkopf). Da hörte ich die Stimme meines Engels: „Aber Ellen!“ – Ich sagte dann: „Ich segne dich, - du Kaffer!“ Aber damit war er nicht zufrieden, bis ich in Gedanken sagen konnte: „Ich segne dich – ohne Kaffer.“ Und damit war mein ganzer Ärger verflogen.

So leicht ist es nicht immer, oh nein: Wenn uns ein Mensch tief verletzt hat, von dem wir annehmen, dass er unser Freund ist, oder den man liebt und von dem man sich geliebt glaubte, dann fällt es besonders schwer. Als wir nach einer Meditationswoche auf dem Bahnhof auf den Zug warteten, der uns heimbringen sollte, hörte ich nehme mir ein Gespräch: „Es war eine so schöne Woche, und nun muss ich wieder ins Büro, wo ein Vorgesetzter ist, der mich nicht leiden kann. Ich bekomme jetzt schon Herzklopfen, wenn ich nur daran denke! Ich drehte mich zu dem jungen Mädchen um und sagte: „Da gibt es ein ganz einfaches Rezept: Immer, wenn Sie diesen Menschen sehen oder an ihn denken, segnen Sie ihn in Gedanken mit den Worten: Ich segne dich, du liebes Menschenkind, im Namen Jesu Christi.“ – Sie sah mich etwas ungläubig an und meinte: „Ich will es versuchen.“ Im Jahr darauf kam dieses Mädchen auf mich zu, um sich für den Rat zu bedanken. Es sei nicht zu fassen, aber es habe wunderbar geholfen. Sie habe keinerlei Schwierigkeiten mehr.

Einer Freundin riet ich es, deren Schwiegertochter sich öfter vor sie stellte und sie beschimpfte. Sie meinte: „Das hilft doch bei d e r nicht!“ Aber ich blieb dabei: „Versuch es doch!“ – Als es wieder einmal so weit gewesen war, rief sie mich an und erzählte, sie habe die junge Frau nur lieb angeschaut und in Gedanken gesagt: „Ich segne dich, du liebes Menschenkind, im Namen Jesu Christi.“ Da habe sie plötzlich mitten im Satz aufgehört, sei ihr weinend um den Hals gefallen und habe sie um Verzeihung gebeten.“ Was war geschehen? Meine Freundin hatte ihr aus ihrem Herzen ein tiefes Mitgefühl, eine Liebesstrahlung, zugesandt, welches das Herz der Schimpfenden erreicht hat.

Wenn es auch nicht gleich hilft, es wird eine Wandlung eintreten. Geduld tut oft not. Haben wir die nicht alle nötig? Das ist es, was die Bibel meint mit: „Haltet an im Gebet!“ Gebt nicht auf, auch nicht, wenn es so aussieht, als sei es vergeblich!

Wie oft erlebe ich bei meinen Patienten, dass die Ursache ihrer Krankheit eine schwere seelische Verletzung ist, die sie nicht vergeben können. Manchmal ist es ihnen nicht einmal bewusst. Auch Hass, den jemand in sich trägt, vergiftet die Körperzellen und kann Krebs auslösen.

Einer Kranken, die ihren Mann hasste, riet ich, ihn zu segnen, worauf sie empört aufsprang und schrie: „Was, den soll ich auch noch segnen, der mir das alles angetan hat?! Ich bat sie liebevoll, es doch zu versuchen, es einfach erst einmal so daher zu plappern: „Ich segne Dich, Du liebes Menschenkind, im Namen Jesu Christi!“ Immer wieder, immer wieder ... - Nach ein paar Wochen rief sie mich an und erzählte: „Ich habe Ihnen zuliebe diesen Segen erst mal nur so dahergeplappert, weil Sie sich doch so viele

Mühe mit mir gegeben haben, und ich Sie nicht enttäuschen wollte. Und dann habe ich gemerkt, dass es immer leichter ging und immer ein bisschen mehr Herz mit hineinkam. Und nun kann ich es aus tiefstem Herzen sagen. – Mein Mann hat sich sehr gewandelt; es ist alles leichter geworden.“

Früher hatte das Wort an sich eine magische Kraft, die leider verloren gegangen ist. An zwei Sätzen können wir diese auch heute noch erkennen, an dem: „Ich verfluche Dich!“ und „Ich segne Dich!“ Ein Fluch wird auch einen Ungläubigen heute noch hart treffen. Und ein „Ich segne Dich!“ kann einen Menschen beglücken, ihn einhüllen in einen Mantel aus Liebe. Wie schön war es doch früher, wenn junge Menschen ins Leben entlassen wurden mit dem Segen ihrer Eltern.

Über dem allem werden wir nicht vergessen, unseren lieben Vater im Himmel zu bitten, uns die Kraft zu geben für diese schwere Aufgabe, Vergebung und Frieden zu stiften. Er wird uns dabei bestimmt helfen und seinen Segen hinzutun, ohne den unser Vorhaben nicht gelingen kann. Aber wir müssen auch selbst etwas dazu tun, etwas aus uns herausgeben, das einem Opfer gleichkommt. Es wäre ja leichter zu sagen: „Herr, segne Du diesen, unseren Feind, -- Du wirst es schon machen, dass er sich ändert.“ Wenn unsere Liebe nicht dahintersteht und unser Vergebenwollen, dann wird auch Gott seinen Segen nicht dazugeben.

Was mich am Leben immer wieder so fasziniert, ist, dass wir an jedem Morgen die Gelegenheit bekommen, neu zu beginnen, dass wir jeden Tag einen Blankoscheck bekommen, den wir selbst ausfüllen dürfen, dass wir die Fehler, die wir gemacht haben, nicht wieder zu machen brauchen, dass wir die Verheißung haben: „Das Alte ist vergangen; siehe, ich mache alles neu.“ So wollen wir in die Stille gehen und all den Menschen vergeben, die uns verletzt haben, und sie aus der Tiefe unseres Herzens segnen mit den Worten: „Ich segne Dich, Du liebes Menschenkind, im Namen Jesu Christi.“

„Lieber Vater, Du bist der größte Vergeber. Wir sollten es von dir gelernt haben. Du hast noch denen vergeben, die Deinen Sohn am Kreuz gemartert haben. Du hast Dich zu uns herabgeneigt, um uns Vergebung zu schenken für all unsere Lieblosigkeit, die wir begehen. Hilf uns, alle unsere guten Vorsätze zu erfüllen und mehr zu lieben. Wir bitten Dich um Frieden in der Welt, um Frieden in den Herzen aller Menschen, um Frieden für dieses Haus, für alle, die darin wohnen und ein- und ausgehen. Wir bitten Dich für alle Kranken, Verzweifelten und Sterbenden, sende Du ihnen Deine Engel des Trostes, der Hoffnung und des Lichtes. Lass Dein Segenszelt auch weiterhin über uns als Schutz ausgebreitet sein. Amen.