

# Mit Gottes sanfter Hand – über die heilende Kraft des Segens

Katholische Welt am Ostermontag, 13. April 2020 – Bayern2

Exzerpt aus diesem Vortrag

*„Möge der warme Windsanft um dein Haus blasen  
und mögen alle gesegnet sein, die bei dir zu Gast sind ...  
Mögest du Gottes Stimme im Wind hören,  
mögest du Gottes Kraft in der Erde spüren,  
mögest du Gottes Spuren in deinem Leben finden,  
mögest du Gottes Liebe in deinem Herzen fühlen.“*

Die Worte dieses indianischen Segensspruches erzählen von einem tiefen Wissen um die Kraft des Segens. In allen Religionen und Kulturen gibt es Gesten, Symbole und Rituale, um den Segen Gottes, der Göttinnen und Götter oder der Naturkräfte zu erbitten.

- Die Ur-Segensgebärde ist die Handauflegung

Segen wird durch meine Hände weitergegeben. Ist der tiefe Händedruck – wo man merkt, ich will dich wirklich spüren – auch eine Segnung? Sie drückt aus: *ich nehme dich wahr, du bist mir wichtig.*

Viele Menschen sehnen sich danach, gesegnet zu sein oder sie haben das Bedürfnis, dass das, was sie tun, Segen bringt. – Gesegnet und behütet zu sein, das gehört auch zusammen (Pater Anselm Grün).

Für ihn sieht der Segen im Alltag so aus: Ein Kreuzzeichen, bevor er mit dem Auto losfährt – einen fremden Raum betreten, im Stillen ihn segnen – beim Zeitung lesen, die Menschen segnen.

Menschen können sich selbst segnen, aber auch gegenseitig: Jeder Mensch kann segnen, jeder ist gesegnet, jeder kann den Segen Gottes weitergeben.

- Segen ist in der Schöpfung grundgelegt

Gen. 1,22 *Und Gott segnete sie und sprach: Seid fruchtbar und mehret euch...* Gesegnet sind immer alle, auch die Tiere und die Kreatur. Beim Segnen geht es im Wesentlichen um Versöhnung, Ganzsein und Heilsein.

*Jemanden segnen heißt, jemandem was Gutes zu wünschen. Von der Wortbedeutung sowohl im Lateinischen als auch im Griechischen ist es das „benedicere“, das „eulegein“, also das gut reden, etwas Gutes meinen und von daher ist ein Segen der Versuch, die göttliche Kraft in Anspruch zu nehmen, um jemand anderem etwas Gutes zu schenken. Also Segen ist vor allem dazu da, Beziehungen in Ordnung zu bringen und unter die Kraft eines Gottes zu stellen, der ja selber Beziehung ist und Beziehung will.*

(Klaus v. Stosch, kath. Prof. Paderborn)

- Segen im Alltag – Kreuzzeichen

Segnen gehört in den Alltag und ist nicht das Privileg der Geistlichen.

Im Christentum ist das Kreuzzeichen zentral. *Das Kreuzzeichen ist nicht nur ein Symbol, das auf Leid, Tod und Auferstehung Jesu Christi verweist, sondern es hat auch die Bedeutung einer Verbindung mit Gott, das ist die vertikale Linie. Und die horizontale Ebene, die mich verbindet mit den anderen Menschen, mit meinen Mitgeschöpfen. Insofern ist das Kreuz ein ganzheitliches Symbol des Eingewobenseins in die Welt und des Verbundenseins mit den spirituellen Energien, die in dieser Welt da sind.*

Der Glaube, dass gute Worte und Gesten Glück und Segen bringen können, ist offenbar verwurzelt im Menschen. Das guten Tag oder „Prosit“ wünschen: möge er/es gut für dich sein.

Segen ist keine Technik, sondern eine innere Haltung. Ich segne, dass du in Einklang kommst mit dir selber, dass dir es gut tut und du deinen inneren Frieden findest und dich aussöhnen kannst mit dir selber.

- Biblischer Segen

Der älteste überlieferte Segensspruch der Bibel ist der sogenannte aaronitische Segen, ein priesterlicher Segen, der bis heute im Gottesdienst des Judentums wie des Christentums gesprochen wird. Wobei die

folgenden ersten Worte nur im jüdischen Gottesdienst verwendet werden: „Unser Gott und Gott unserer Väter, segne uns mit dem dreifachen Segen der Tora... dem Segen, der durch den Mund Aarons und seiner Söhne... gesprochen wird.“

„Der Herr segne dich und behüte dich. Der Herr lasse Sein Angesicht über dir leuchten und sei dir gnädig. Der Herr wende Sein Angesicht dir zu und gebe dir Frieden.“ (Lev. 6, 24f.)

- Geheimnis des Segens

„Wenn ich einen Segen ausspreche, ändere ich mich in meiner inneren Haltung. Physikalisch betrachtet ändert sich meine Wellenfunktion und diese Veränderung beeinflusst die Welt, kann also eine Wirkung auf den Gesegneten ausüben.“

*In „Gott und die Quantenphysik“ erklären Michael und Anselm Grün: „Jeder Denkvorgang, jeder Willensakt ist verbunden mit elektrischen Strömen in unserem Gehirn, die ein elektromagnetisches Feld erzeugen. Dieses strahlt ab und kann elektrische Ladungen beeinflussen. Da in jedem menschlichen Körper elektrische Ladungen in unvorstellbarer Anzahl vorhanden sind, ist ein Einfluss dieser Felder auf Menschen sicher, ganz besonders auf die leicht beweglichen Elektronen, die zum Denken und Fühlen beitragen.“*

*Das ist nur eine Hilfe, dass der Glaube nicht umsonst ist, dass es keine Einbildung ist, sondern dass durchaus die guten Gedanken in die Materie hineinwirken können. Aber es ist keine Garantie.*

Für den glaubenden Menschen sei der Segen eine Wirklichkeit, eine Energie, die die Welt verändern könne, meint er. Und Anselm Grün ist überzeugt, dass man alle und alles bedingungslos segnen kann, wenn man es ehrlich meint. Sogar böse Menschen. Segen will das was oft verschüttet ist, einen guten Kern, zum Blühen bringen. – *Die Feindesliebe - eine hohe Kunst. Vielleicht das Schwierigste, was man in Sachen Liebe lernen kann (A. Grün).*

---

Literatur:

[https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=2ahUKEwi\\_sb95JrpAhVxsXEKHRe0CGcQFjAAegQIBBAB&url=https%3A%2F%2Fwww.swr.de%2Fswr2%2Fleben-und-gesellschaft%2Fmit-gottes-sanfter-hand-sw2-glauben-2020-04-10-102.pdf&usg=AOvVaw3KDwEE148yPcujuxIjF2tE](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=2ahUKEwi_sb95JrpAhVxsXEKHRe0CGcQFjAAegQIBBAB&url=https%3A%2F%2Fwww.swr.de%2Fswr2%2Fleben-und-gesellschaft%2Fmit-gottes-sanfter-hand-sw2-glauben-2020-04-10-102.pdf&usg=AOvVaw3KDwEE148yPcujuxIjF2tE) – Manuskript SWR2

---

[http://www.jcrelations.net/Segen\\_und\\_Segnen\\_nach\\_juedischem\\_Glaubensverständnis\\_2871.0.html?L=2&page=9](http://www.jcrelations.net/Segen_und_Segnen_nach_juedischem_Glaubensverständnis_2871.0.html?L=2&page=9)

<https://de.wikipedia.org/wiki/Segen>

[https://books.google.de/books?id=bAoVAAAAIAAJ&pg=PA470&lpg=PA470&dq=Ur-Segensgebärde&source=bl&ots=kXzLByX\\_ww&sig=ACfU3U0PQk3Tm8cjSeB6PsWr\\_qvpRL1eg&hl=de&sa=X&ved=2ahUKEwjCvPG65ZrpAhWYiVwKHfmHAFUQ6AEwBnoECAoQAQ#v=onepage&q=Ur-Segensgebärde&f=false](https://books.google.de/books?id=bAoVAAAAIAAJ&pg=PA470&lpg=PA470&dq=Ur-Segensgebärde&source=bl&ots=kXzLByX_ww&sig=ACfU3U0PQk3Tm8cjSeB6PsWr_qvpRL1eg&hl=de&sa=X&ved=2ahUKEwjCvPG65ZrpAhWYiVwKHfmHAFUQ6AEwBnoECAoQAQ#v=onepage&q=Ur-Segensgebärde&f=false)