



# Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR  
Wallrafplatz 7  
50667 Köln  
Tel. 0221 / 91 29 781  
Fax 0221 / 27 84 74 06  
[www.kirche-im-wdr.de](http://www.kirche-im-wdr.de)  
E-Mail: [info@katholisches-rundfunkreferat.de](mailto:info@katholisches-rundfunkreferat.de)

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Sonntagskirche | 26.06.2016 08:55 Uhr | Sabine Lethen

## „Freude am Segnen“

Guten Morgen!

Ich liebe es zu segnen. Schon lange, bevor ich wusste, wie man das nennt, was ich da mache, habe ich viel und gerne gesegnet. Zunächst als Mutter: Die Hände lagen auf meinem schwangeren Bauch und ich dachte: Hey, du kleines Wesen, ich wünsche, dass es dir gut geht, in mir und mit mir! Und: Gott, bitte hilf! Sei bei diesem Kind – jetzt und immer.

Nach den Geburten meiner Kinder, meiner vier Töchter, umschlossen meine Hände ihren kleinen, weichen Rücken. Und ich formulierte – randvoll mit Glück und Dankbarkeit – meine guten Wünsche für sie und meine Bitten an Gott – zunächst still in meinen Gedanken.

Als die vier größer wurden habe ich den Segen immer häufiger ausgesprochen. Zunächst –recht unbeholfen und unsicher. Aber ich erinnerte mich an meine Oma. Die hatte mir als Kind häufig mit dem Daumen ein kleines Kreuz auf die Stirn gezeichnet: "Komm, kriegst noch 'nen Kreuzken" hieß es dann. Eine schöne Geste. Ich verstand als kleines Kind zwar noch nicht, was sie da tat – aber, es fühlte sich gut an. Das war eine ganz nahe, dichte Zuwendung.

Ich habe versucht bei meinen Kindern an meinen eigenen Kindheitserfahrungen anzuknüpfen. Ich wollte sie auch spüren lassen: Ich sehe dich. Ich nehme dich wahr mit dem, was dich ausmacht und was dich jetzt gerade umtreibt. Ich wünsche dir alles Gute. Und: Ich baue darauf, dass Gott an deiner Seite ist – was auch immer geschehen mag.

Oftmals habe ich einfach Omas "Kreuzken" übernommen. Manchmal habe ich den Segen auch mit einer anderen Geste verbunden. Dann habe ich meinen Töchtern die Hand auf die Schulter oder auf den Kopf gelegt – abends am Bett, beim Abschied, vor Reisen, vor Klassenarbeiten oder wenn sie vor einer schwierigen Entscheidung standen. Im Laufe der Jahre bin ich aber mutiger geworden und habe gelernt, meinen Segen auch mal laut auszusprechen.

Ich finde es schade, dass viele Menschen Segen ausschließlich mit einem Priester verbinden. Und den Segen dann auch selten in einem direkten Kontakt erfahren. Häufig wird zum Beispiel mit weit ausladenden Gesten eine ganze Gruppe gesegnet. Das Segnen wirkt für mich damit distanzierter, allgemeiner und scheint gleichzeitig so hoch angesiedelt: Als ob das nur die Geweihten machen dürften. Ich bin davon überzeugt: Segnen darf und kann jeder und jede!

Inzwischen gehört das Segnen für mich zu ganz vielen alltäglichen Situationen und der Kreis der Menschen, die ich segne, ist immer größer geworden.

Etwas ganz besonderes war es für mich, als meine Tochter mich bat, am Tag ihrer Hochzeit sie und ihren Mann zu segnen. Es ist ein wunderbares Gefühl Tochter und Schwiegersohn in die Arme zu schließen und beiden viel Glück zu wünschen. Aber es hatte noch eine viel tiefere Dimension, meinen Glück-Wunsch mit der Bitte um Gottes Beistand und Begleitung zu verbinden. Für mich als Mutter war es sehr gut, laut und deutlich zu sagen, dass Gottes JA die beiden und ihr gemeinsames Vorhaben begleiten möge. Gott zu bitten, mit seiner Kraft und Liebe an ihrer Seite zu sein – in guten und in schwierigen Zeiten – alle Tage ihres Lebens.

Segen erbitten, anderen Gutes zu wünschen, das ist so wichtig. Und ich meine: Wir müssen – wir sollten segnen, was das Zeug hält! Wir sollten uns anderen zuwenden, ganz unmittelbar. Sie spüren lassen, dass wir sie wahrnehmen, es gut mit ihnen meinen und bei all dem auch wissen und zum Ausdruck bringen: Gott mischt mit.

Aus Essen grüßt und segnet sie Sabine Lethen.