

Segensreise

Ines Fetzer

Körperübung

Lasst uns etwas ausprobieren. Wer dazu aufzustehen mag, kann dies tun. Wer sitzen bleiben möchte, kann auch nur die Arme bewegen. Ich mache eine Bewegung vor, danach machen wir sie gemeinsam. Jede Bewegung weist auf etwas hin. Worauf, verrate ich jeweils nach der Bewegung.

Hände nach oben aufspannen. Weit geöffnet zur Seite herunternehmen.
Ein Zelt wird aufgespannt.

Hände vor die Brust nehmen. Gespreizt nach vorne oben ausstrecken.
Ein helles Licht leuchtet.

Die Hand des Nachbarn ergreifen.
Die Hand des Freundes hält mich.

Hände aneinandergelegt von schwungvoll von links nach rechts und zurück bewegen.
Der Wind weht sanft.

Hände in den Nacken nehmen und nach vorne überkreuzen, dann überkreuzt die Arme reiben.
Der Mantel wärmt.

Hände überkreuzt an die Ellenbogen legen. Eine Wiegebewegung machen.
Das Nest ist weich.

Segensgedanken (zu 1. Mose 12,1-3)

Zelt, Licht, Hand, Wind, Mantel, Nest. Mit diesen Begriffen, (die wir eben mit unseren Körpern geformt haben,) vergleicht der Lieddichter Reinhard Bäcker den Segen Gottes. Jedem Vergleich ist eine Strophe gewidmet. Und als Refrain dichtet er: „Lass mich unter deinem Segen, leben und ihn weitergeben. Bleibe bei uns alle Zeit. Segne uns, segne uns, denn der Weg ist weit.“ Der Segen ist offenbar wichtig. Am Ende jedes Gottesdienstes wird er gesprochen, Menschen in besonderen Situationen lassen sich segnen oder segnen einander. Lebensweg und Segen gehören zusammen.

Das war schon immer so. Ziemlich am Anfang der Bibel steht die Geschichte von Abraham und Sara. Ihre Geschichte – jedenfalls das, was davon aufgeschrieben wurde – beginnt, als die beiden schon sehr alt sind. Gott gibt Abraham den Auftrag, sein Zuhause zu verlassen. Es war nicht das erste Mal, dass sich die beiden auf den Weg machten. Schon lange waren sie mit den Herden aus ihrer ursprünglichen Heimat fortgezogen. Das war für Nomaden nichts Besonderes. Ungewöhnlich war, dass Abraham und Sara ihre Sippe verlassen sollten. Noch dazu in hohem Alter. Und das alles nur im Vertrauen auf Gott, der Abraham seinen Segen verheißen hatte. In einer großen Nachkommenschaft und einem großen Namen sollte der Segen bestehen. „Ich will dich segnen und du sollst ein Segen sein.“

Wenn ich auf meinen eigenen Lebensweg schaue, dann habe ich weit weniger Umzüge vorzuweisen und bin vermutlich auch nicht so weit gereist wie Abraham und Sara. Trotzdem gibt es auch in meinem Leben immer wieder Windungen und Gabelungen. Kein Lebensweg geht gradlinig. Bisweilen fühlt man sich von Gott und der Welt verlassen. Im Rückblick werden Segen und Bewahrung manchmal deutlicher. Wenn ich mich an schwierige Zeiten erinnere, entdecke ich Situationen, in denen etwas reifen musste. Und an Momente, in denen Herausforderungen riesig erschienen und die Zweifel größer als das Vertrauen. Wie mag das bei Abraham und Sara gewesen sein? Ihr Verhalten wird so erzählt, als wäre es vollkommen selbstverständlich. Sie ziehen dorthin, wo Gott sie hinschickt. Und darauf liegt Gottes Segen. Vielleicht liegt darin das Geheimnis: Gesegnet sein heißt, den Lebensweg mit Gott gehen - durch alle Höhen und Tiefen, um alle Kurven und über alle Stolpersteine und dabei auf das Leben vertrauen. „Ich will dich segnen und du sollst ein Segen sein.“

Phantasiereise

Trotzdem möchte ich wissen: wie fühlt sich denn Gottes Segen an? Wie kann ich mir das vorstellen? Da kommen die Vergleiche von Reinhard Bäcker wieder ins Spiel. Er vergleicht den Segen Gottes mit verschiedenen Sachen, die wir kennen. Er erklärt den Segen nicht, aber macht ihn begreifbar. Bilder stellen sich ein, Gefühle, Eindrücke. Eine Reise in die Welt unserer Gedanken mag dies verdeutlichen. Für diese Reise braucht man wenig. Man setzt sich einfach bequem hin und beobachtet eine Weile den eigenen Atem. Es hilft, dabei die Augen zu schließen. In unseren Gedanken begeben wir uns nun in ein großes Zelt. Das Zelt bietet Schutz vor dem Wind und dem Regen. Und auch vor der Sonne. Es ist groß genug zum Herumtollen oder zum Tanzen. Schau dich in Ruhe um. Es fühlt sich fast wie im Freien an, aber es ist doch geschützt. Das Zeltdach ist straff gespannt, der

Wind kann ihm nichts anhaben. Das Licht ist ein wenig schummrig, die Luft ist frisch. Und alles, was draußen ist, kann man auch drinnen hören, wenn auch ein wenig gedämpft.

Vielleicht denkst du, das ist ein guter Ort, um zu verweilen. Aber vielleicht magst du auch weiter reisen. Stell dir vor, es ist inzwischen dunkel geworden. Nur an einer Stelle leuchtet ein helles Licht. Das ist gut, denn durch das Licht kannst du sehen, was um dich herum ist. Das Licht macht die Welt hell. Wenn du dich vom Licht abwendest, ist es trübe und dunkel. Kalt wie die Nacht. Doch wenn du zum Licht schaust, wird es warm um dich herum, und die Farben der Welt leuchten. Stell dir vor, du gehst deinen Weg nicht alleine. Da ist ein Freund oder eine Freundin neben dir. Sie begleitet dich. Ihr kannst du erzählen, was du siehst und was dich beschäftigt. Es kann etwas Schönes sein, aber auch, wenn du dich vor etwas fürchtest. Sie reicht dir die Hand, wenn der Weg steinig oder steil wird. Du spürst die Wärme, den Halt. Es tut gut, sich einfach einmal führen zu lassen.

Da kommt ein Wind auf. Es ist ein leichtes Lüftchen, mehr ein Windhauch, in dem sich die Blätter bewegen. Du breitest die Arme aus. Ob du auf diesem Wind schweben kannst? Der Luftzug hebt dich an, leicht lösen sich deine Füße vom Boden. Sanft schwebst du über die Erde. Was für ein Gefühl, was für eine ungewohnte Aussicht auf die Welt. Lass deinen Blick ein wenig schweifen und genieße es, vom Wind durch die Luft getragen zu werden.

Der Wind wird stärker, also kehrst du zurück. Du spürst den Boden wieder unter deinen Füßen. Das gibt Halt. Aber der kräftige Wind lässt dich frösteln. Spürst du wie deine Haut kalt wird und du eine Gänsehaut bekommst? Ein warmer Umhang wird dir um die Schultern gelegt, ein Mantel, der dich einhüllt und wärmt. Kuschelig fühlt sich das an. Du ziehst den Stoff fest um dich herum. Er ist weich und Wärme durchströmt dich.

Das ist fast so gemütlich wie ein Vogelnest. Stell dir vor, du könntest ein solches Nest beziehen, einen schützenden Ort aus Stöcken und Hölzern kunstvoll gebildet, ausgepolstert mit Moos und Federn, die den Boden weich und warm machen. In ein solches Nest kannst du dich fallen lassen und dich wohlig ausstrecken. Das weiche Nest bietet dir Schutz. Solange, bis du wieder gut gerüstet bist, um das Nest zu verlassen und weiter zu gehen.

Aus der Welt der Gedanken, der Welt der Phantasie kehre nun zurück, hierher an diesen Ort. Nimm mit dir, was dir Gutes begegnet ist. Öffne die Augen, schau dich um, komm wieder an. Und wenn du magst, stimme im Stillen ein in die Wor-

te des Dankes: „Guter Gott, ich danke dir. Deinen Segen schenkst du mir und ich kann in deinem Segen leben und ihn weitergeben. Du bleibst bei uns allezeit, segnest uns, segnest uns, denn der Weg ist weit.“

Ines Fetzer