



Sei gesegnet!

Ermutigende Momente
in der Familie

Was Segen bedeuten kann

Segensrituale bestehen aus zwei Teilen: **einem Zuspruch und einer Geste.**

Zuspruch

Wenn ich jemandem etwas Gutes zuspreche, dann kann das segensreich wirken (vgl. die lateinische Bezeichnung von segnen: bene dicere = etwas Gutes sagen)

- » Mach's gut!
- » Viel Glück!
- » Alles Gute!
- » Sei behütet!
- » Pfad di! (Behüte dich Gott)
- » Gott segne dich!
- » ...

Geste

Den Zuspruch kann ich durch eine liebevolle Geste unterstützen (vgl. auch die lateinische Wurzel von segnen: signare = etwas bezeichnen)

- » die Daumen drücken
- » umarmen
- » über den Kopf streichen
- » aufmunternd auf die Schulter klopfen
- » ein Kreuz auf die Stirn zeichnen
- » einen Kuss geben
- » eine Hand auf die Schulter legen

Wie »funktioniert« Segen?

Gott hat alles »gut« erschaffen, sein Segen ist allgegenwärtig. So beschreibt es uns die Schöpfungsgeschichte in der Bibel (Genesis Kapitel 1, Vers 1, bis Kapitel 2, Vers 4). Damit ist jeder Mensch gesegnet und kann anderen zum Segen werden. Das können wir deutlich spürbar machen:

- » **Immer und überall:** beim Abschied / vor einem schweren Schritt / wenn etwas gelingt / vor dem Essen / beim Schlafengehen / ...
- » **Jeder Mensch** kann segnen: Erwachsene und Kinder, Christen oder Andersgläubige, ...
- » Segen kann **berühren, heilen** und **Kontakt schaffen** zu Mensch und Gott.
- » Segen kann uns **stärker** und **gelassener** werden lassen.

Was ist »Segen« für mich?

- » ein guter Wunsch?
- » ein Zeichen, das mir Hoffnung gibt?
- » ein Ritual, das nur der Pfarrer macht?
- » ein Zuspruch Gottes?
- » eine Absicherung gegen Unglück?
- » eine geheimnisvolle, magische Handlung?
- » ein glückliches Schicksal?
- » ...



Segenszeichen – altbewährt und neu erfunden

Mit ganz schlichten Zeichen können wir uns gegenseitig deutlich machen, dass wir im Leben gesegnet sind und dass wir füreinander segensreich sein wollen.

Wir können ...

- » **den Brotsegen vor dem Essen machen**
mit dem Messer ein Kreuz auf den Brotrücken zeichnen.
- » **eine Weihwasserschale am Hauseingang aufhängen**
selbst gebastelt oder im Klosterladen gekauft.
- » **ein Bild von einem Engel / Schutzengel aufhängen**
selbst gemalt, ausgeschnitten, aufgeklebt, gerahmt, ...
- » **einen Leuchstern im Kinderzimmer an die Tür kleben**
aus fluoreszierendem Material.
- » **einen Stein mit einem Motiv verzieren und verschenken**
selber gemalt mit einem Herz, Fisch, Kreuz, Engel, ...
- » **ein Cremedöschen für den Nachttisch vorbereiten**
selbst gefüllt und verziert.
- » **... und viele weitere Segenszeichen für uns finden.**

Wo der Segen »zu Hause« ist

In der Kirche spüren wir das Weihwasser auf der Haut. Wir sehen und riechen den Weihrauch, wir hören die feierlichen Segensgebete dazu. Diese Eindrücke können wieder auftauchen, wenn wir auch zuhause segnen.

- » In der Segensfeier am ersten Tag im Kindergarten oder zum Schulbeginn höre ich die Zusage, dass Gott mein Kind und mich auf allen neuen Wegen begleitet.
- » Ich sehe, wie Gegenstände gesegnet werden (z. B. Kreuze, Bibeln, Bilder zur Erstkommunion) und entdecke, dass ich durch sie mit Gott näher vertraut werden kann.
- » Bei der Speisensegnung (z. B. an Ostern) wird mir klar, dass es ein Geschenk ist, wenn wir in unserer Familie ausreichend zu essen haben.
- » Das staubige Kreuz auf meiner Stirn am Aschermittwoch betrifft mich und sagt mir, dass auch ich wie alle Menschen einmal sterben werde.
- » Wenn ich mir mit Weihwasser am Kirchengang ein Kreuz auf die Stirn zeichne, kann ich spüren, dass ich auch unterwegs und zuhause gesegnet sein werde.





Segensreicher Familienalltag

Unser Kind verlässt am Morgen das Haus und ich streiche ihm noch einmal zärtlich durch das Haar. Oder wir drücken uns kurz und herzlich: **»Bleib behütet!«**

Auch der/die Partner/in bekommt einen Abschiedskuss oder ein **»Mach's gut!«** mit auf den Weg.

Und wenn das Kind wieder nach Hause kommt oder jemand von einer Reise heimkehrt, dann schließen wir uns erleichtert in die Arme: **»Gott sei Dank; schön, dass du da bist!«**

Immer wieder sprechen wir uns in der Familie gute, ermutigende Worte zu. Wir drücken jemandem **»die Daumen«** oder versprechen, an ihn / an sie zu denken. Besonders spürbar wird das z. B. auch am Geburtstag – wenn wir singen: **»Viel Glück und viel Segen auf all deinen Wegen«.**



Besondere Momente im Leben der Familie

Es ist bewegend, wenn das Kind in den Kindergarten kommt und zum ersten Mal die Kindertagesstätte betritt: begleitet von Mama oder Papa und vielen guten Wünschen.

Oder wenn mit der 1. Klasse die Schulzeit beginnt: Mit Schultüte und Ranzen bepackt, vielleicht auch bestärkt in einer kleinen Segensfeier, dürfen die großen Kleinen nun ihren Platz in der Schule einnehmen.

Später dann, wenn eine Prüfung oder ein neuer Lebensabschnitt bevorsteht, wünschen wir: **»Alles, alles Gute!«**

Sei gesegnet!

Sowohl im Familienalltag als auch an den markanten Schwellen des Familienlebens machen wir uns unsere Gedanken, wenn die Kinder größer werden: **»Wie wird es ihnen ergehen? Werden sie auch allein klar kommen?«** Stolz und Freude, aber auch Sorge und Hoffnung bewegen uns Eltern.

Wir wünschen uns, dass unsere Kinder und alle Familienmitglieder beschützt durch ihr Leben gehen: begleitet von vielen lieben Menschen, gestärkt durch ihre eigenen Fähigkeiten und behütet von Gottes Segen.

www.ehe-und-familie.info



Kontakt

Erzbischöfliches Ordinariat München
Ehe- und Familienpastoral

Rochusstraße 5
80333 München

Tel. 089/2137-1244

Fax 089/2137-1783

eheundfamilie@eomuc.de
www.ehe-und-familie.info



ERZBISCHÖFliches
ORDINARIAT MÜNCHEN



FACHBEREICH PARTNERSCHAFT -
EHE - FAMILIE - ALLEINERZIEHENDE

Reihe **Hot Spots des Lebens**: 8 Faltblätter »Ermutigende Momente in der Familie« und 8 Hefte »Botschaften kirchlicher Feste«, © 2013 AKF e.V., Bonn

Herausgeber

Elternbriefe du + wir e.V. · www.elternbriefe.de

 **AKF** Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung e.V. · www.akf-bonn.de

Redaktion: Robert Benkert (München), Ute Eberl (Berlin), Efi Goebel (Köln), Hubert Heeg (Bonn), Rudolf Mazzola (Freiburg), Agnes Passauer (München)



**Herr lass deinen reichen Segen
über uns und alles fegen!**

Kindermund

**Von guten Mächten wunderbar geborgen
erwarten wir getrost, was kommen mag.
Gott ist mit uns am Abend und am Morgen
und ganz gewiss an jedem neuen Tag.**

Dietrich Bonhoeffer

**Möge die Straße dir entgegenen,
möge der Wind immer in deinem Rücken sein.
Möge die Sonne warm auf dein Gesicht scheinen
und der Regen sanft auf deine Felder fallen.
Und bis wir uns wiedersehen,
halte Gott dich fest in seiner Hand.**

Irischer Segen

**Der Herr segne und behüte dich,
er lasse sein Angesicht über dich leuchten
und sei dir gnädig,
er wende sein Angesicht dir zu
und schenke dir Heil.**

Segen Aarons aus der Bibel: Buch Numeri 6,24-26

**Mit strahlenden Augen
und mutigem Schritt;
mit Sonne im Herzen –
sei gesegnet damit!**