

12 Tipps zu Gebet und Segen

3.2.2. Zwölf praktische Hinweise zu Gebet und Segnung

1. Sorge für einen geschützten Raum

So hilfreich Gebet und Segen für Patienten sein können, so wichtig ist es, den Geeigneten Zeitpunkt dafür wahrzunehmen und einen diskreten, geschützten Raum dafür zu schaffen. Geregelte und geistlich verantwortlich von Pastoren geleitete Veranstaltungen wie Kranken- und Segnungsgottesdienste bieten sich zum Beispiel dafür an. Aber auch im Vierbettzimmer oder in der Praxis kann ein geschützter Raum entstehen.

2. Entspanne dich, sei still und höre

Auch wir selbst brauchen für Gebet und Segnung den geschützten Raum jenseits von Hektik und Getriebensein. Ganz mit dem Herzen bei der Sache und beim anderen sein können wir nur, wenn wir uns Zeit nehmen und zur Ruhe kommen. Beten und Segnen ist weniger ein Reden und Tun als ein Hören und Empfangen. Wir geben weiter, was uns in der Situation geschenkt wird.

3. Nimm eine empathische und solidarische Haltung ein

Was bewegt den anderen? Was ist seine Not? Wie erlebt er sie? Darin nehmen wir ihn unbedingt ernst. Unabhängig davon, ob er uns mehr oder weniger sympathisch erscheint, stellen wir uns zu dem anderen und nehmen seine Perspektive ein. Mit ihm zusammen kommen wir vor Gott. Auch wenn wir ihn segnen, stehen wir nicht über ihm. Wir akzeptieren ihn, wie er ist und achten auf das, was er braucht. Wir erspüren seine eigenen Ressourcen und überfordern ihn nicht, indem wir ihm unser eigenes Urteil und unseren Frömmigkeitsstil überstülpen.

4. Bemühe dich um eine liebevolle Atmosphäre

Eine liebevolle Atmosphäre kann man nicht machen, aber man kann sie von Herzen wollen. Und man kann aus dem Weg räumen, was sie blockiert, besonders auch dann, wenn Gebet und Segnung im Team geschehen. Wir können darauf achten, dass nichts zwischen uns steht. Die größte Kraft des Betens und Segnens liegt im authentischen liebevollen Klima der christlichen Gemeinschaft.

5. Sei offen für innere Eindrücke

Je nach Setting und Erwartung kann mehr oder weniger Raum für die Mitteilung von inneren Eindrücken sein. Ob und wie wir sie mitteilen, hängt vor allem vom Gegenüber ab. So oder so sind wir aber hörend bereit dafür, dass Gott uns Gedanken oder Bilder zu Trost und Hilfe des anderen schenkt. Und in jedem Fall gehen wir behutsam damit um und verzichten auf Pathos, Moralismus und direktive Festlegungen.

6. Übe keinen Druck aus

Gottes Geist befreit, wohin er kommt. Gesunde Heilung kann nur in einer Atmosphäre des Aufatmens und Entlastens geschehen. Es gibt krankhafte Heilungserwartungen und -versuche. Ihr gemeinsames Merkmal ist der Druck. Wir widerstehen allen auch noch so subtilen Versuchungen, irgendetwas zu erzwingen.

Wir geben keine Heilungsversprechen, auch nicht in der Verkleidung eines „ganz festen Glaubens, dass Gott ein Wunder tun wird“. Wir sind vorsichtig mit Berührungen und legen dem Patienten nur die Hand auf, wenn wir sicher sind, dass er es gern hat.

7. Sei kommunikativ, echt und ehrlich

Wir hören sorgsam zu und fragen nach, wenn der Patient seine Anliegen nennt. Wir wollen das mit ihm und für ihn vor Gott bringen, was ihm selbst wichtig ist. Wir dürfen aber auch während des Betens und Segnens miteinander und mit dem Patienten reden und ihn zum Beispiel nach seinem Befinden fragen. Wir dürfen sagen, was wir denken, wenn es nicht überfordert und verletzt. Es ist wichtig, dass wir auch auf unsere eigenen Bedürfnisse achten. Wir brauchen auch auf uns selbst keinen Druck auszuüben. Beten und Segnen ist kein Muss, sondern eine Möglichkeit. Uns muss nicht zu allem etwas einfallen und wir müssen nichts sagen oder tun, was nicht von Herzen kommt. Was wir sagen und beten, ist transparent. Wir verfolgen keinen heimlichen, manipulativen Zweck damit.

8. Sei zurückhaltend, taktvoll und bescheiden

Wir haben keinen besseren Draht zu Gott als unser Gegenüber. Wir verhalten uns darum nicht so, als wären wir mit besonderer Vollmacht ausgestattet. Wir stehen genau wie er selbst hilflos vor der Rätselhaftigkeit und Übermacht des Leidens. Wir übernehmen dankbar einen bescheidenen Dienst, mehr nicht. Wir gehen respektvoll mit dem anderen um. Er darf sein, wie er ist, auch mit Eigenarten und Ansichten, die uns seltsam oder wenig förderlich erscheinen. Wir bearbeiten ihn nicht, sondern wir dienen ihm. Und wir achten auf die Grenzen seiner Bereitschaft, seines Fassungsvermögens und seiner Kraft.

9. Sei normal

Manche Christen reden im Gebet deutlich anders als sonst. Oft wirken sie angestrengt dabei, als müssten sie etwas produzieren, das ihnen gar nicht entspricht.

Häufig sind phrasenhafte Wiederholungen und Füllwörter. Es empfiehlt sich, die eigenen Gebetsgewohnheiten (vielleicht auch die gewohnte Gebetshaltung) einmal zu reflektieren. Sie mögen stark vom Stil der Gemeinde geprägt sein, in der man zuhause ist. Aber der Patient kommt nicht aus unserer Gemeinde. Aus Rücksicht machen wir im Gebet darum eher wenig Worte und wir sprechen so,

dass es ihn nicht befremdet. Hilfreich kann es sein, dazu auf liturgische Gebete zurückzugreifen. Wir vermeiden die „Sprache Kanaans“, wenn unser Gegenüber sie nicht gewöhnt ist. Die meisten frommen Worte kann man auch anders sagen, ohne ihre Bedeutung zu verwischen.

10. Trage weiter Sorge für den anderen

Wir wollen nicht den Eindruck erwecken, als würden wir das Gebet an die Stelle notwendigen helfenden Handelns und echter empathischer Anteilnahme setzen. Darum achten wir darauf, welche konkreten Hilfestellungen der Patient gerade benötigt. Wenn wir können, leiten wir diese Maßnahmen auch ein oder verhelfen dazu. Außerdem beten wir weiter für ihn oder geben seine Anliegen anonym an ein Hintergrund-Gebetsteam weiter. Wenn möglich, fragen wir den Patienten später, wie es weitergegangen ist. Bei all dem achten wir aber auch sorgsam auf unsere eigenen Kapazitätsgrenzen.

11. Sei vorsichtig bei Auffälligkeiten

Gern sprechen wir Vergebung, Trost und Befreiung zu, aber wir achten darauf, dass wir nicht gestörte und kranke Phantasien, Ideen und Erwartungen bestätigen. Diese können zum Beispiel in depressiv überhöhten Selbstvorwürfen, paranoiden Schlussfolgerungen oder psychotischen Wahrnehmungen und Erwartungen bestehen.

12. Achte sorgfältig auf Diskretion

Nicht nur im Gebet zu zweit, sondern auch im größeren Rahmen bewahren wir Diskretion. Gebet eignet sich in der Regel nicht zu öffentlicher Demonstration. Insbesondere achten wir sorgsam auf die Schweigepflicht. Wir geben auch die Anliegen des Betroffenen nur mit seiner ausdrücklichen Erlaubnis oder anonymisiert an Hintergrund-Beter weiter, die selbst verlässlich schweigen. So bleibt es auch im freien Ermessen des Patienten, beeindruckende Heilungserfahrungen mitzuteilen oder nicht.