



Foto: unsplash.com

Gutes sagen

„Das machst Du gut!“

„Wir halten zusammen!“

„Ich bin bei Dir!“

Wenn mir jemand etwas Gutes sagt, dann tut das gut. Das macht mich froh. Das stärkt mich. Das gibt mir Kraft.

Wenn mir jemand etwas Gutes sagt, dann wird er zum Segen für mich.

Segen – das ist ein solches gutes Wort. Und genau das will ein Segen sein: etwas Gutes, das mich froh macht, stärkt und mir Kraft gibt.

Genau das will auch Gott für uns.

Nehmt euch mal Zeit, z.B. am Abend, um Euch etwas Gutes zu sagen – vielleicht kann es ja auch ein tägliches Ritual werden, denn es tut einfach gut, etwas Gutes zu hören und zu sagen.

Und dann könnt ihr ja noch um den Segen Gottes bitten. Möglicherweise kennt ihr dazu ein schönes Segensgebet oder Segenslied. Hier ist aber auch ein Vorschlag, wenn ihr wollt auch mit Gesten:

Gott halte Dich,	(eine oder beide Hände nehmen)
Gott sei Dir nah,	(in den Arm nehmen)
was auch kommen mag!	
Gott stärke Dich,	(Hand auf den Rücken oder die Schulter legen)
Gott geb' Dir Mut,	(Hand des Kindes auf sein Herz legen)
jetzt und jeden Tag!	
Gott segne Dich!	(Hand sanft auf den Kopf oder Kreuzzeichen auf die Stirn)

Wir sind da

im Fachbereich Ehe und Familie

<https://kirche-und-gesellschaft.drs.de/paar-familie-alleinerziehende.html>

0711 9791-1040, ehe-familie@bo.drs.de

Markus Vogt