

Rezension von Anna Ulrich
Tip Magazin

Segne diesen Moment

Von Pierre Pradervand

Jeder kann segnen. Segnen ist ein Weg, sich selbst und anderen oder einer Situation bedingungslose Liebe, Frieden, Heilung und Güte zu senden und sie in dieser Liebe baden zu lassen. Segnen ist an keine Religion gebunden und es ist kinderleicht.

Pierre Pradervand arbeitete in der Schweiz für eine Gruppe NGOs auf dem Gebiet der öffentlichen Bildung, mit Schwerpunkt auf die Probleme des Nord-Süd-Gefälles und Entwicklungsprogramme in der Dritten Welt. Er liebte seine Arbeit und war so engagiert, dass er sein Lager manchmal sogar im Büro aufschlug, wenn es abends sehr spät wurde. Einen großen Teil seiner Ersparnisse investierte er in die Organisation einer Schulausstellung über Hunger, da das Budget dafür nicht reichte. Die Presse berichtete über die Ausstellung und seine Arbeitgeber lobten seine Initiative über alle Maßen. Doch unter ihnen war einer, der ihn einfach nicht mochte und loswerden wollte. Nach massiven Manipulierungen und versteckten Mobbinghandlungen konnte er seine Kollegen davon überzeugen, dass sie Pierre Pradervand trotz seiner Erfolge loswerden müssten.

In einer Besprechung, die nicht protokolliert wurde, stellte man Pierre vor die Wahl, entweder etwas zu tun, was vollkommen gegen seine Überzeugung war – oder zu kündigen. Ein moralisches Harakiri kam für ihn nicht in Frage. Er kündigte. In den darauffolgenden Wochen wurde er buchstäblich von Groll gegen seine früheren Arbeitgeber aufgefressen. Er war besessen von Ressentiments und konnte an nichts anderes mehr denken. Groll ist ein besonders unangenehmes Gefühl, da es einen innerlich auffrisst. Obwohl er meditierte, spirituelle Texte las, betete, Affirmationen und Mantras wiederholte, half ihm nichts davon aus seiner Misere heraus. Eines Tages las er in der Bergpredigt: »Segnet, die euch verfluchen.« Genau dieser Hinweis öffnete ihm die Augen! Es war so einfach. Er musste sie nur segnen und fing auf der Stelle an, sie für ihre Freude, ihren Frieden, ihr Familienleben, ihren Überfluss und Gesundheit, ihre tiefe Zufriedenheit und Arbeit zu segnen. Den Segen gab er jeden Tag, um seinen Unmut loszuwerden. Doch es wurde fast unmerklich zu seinem Lebensinhalt und schenkte ihm die größte Erfüllung seines Lebens. Es bestätigt, dass die Liebe die größte Kraft im Universum ist. Zehn Jahre später traf er seinen einstigen Widersacher spontan wieder und seine Freude war übergroß, so dass er ihn umarmen wollte. Die beiden gingen zum Essen und Pierres Herz sprudelte noch tagelang vor Freude über. Bis heute ist er ihm gegenüber voller Dankbarkeit, weil er ihm die Chance gab, dieses wunderbare spirituelle Instrument des Segnens, das seitdem so vielen Menschen geholfen hat, zu entdecken und zu erklären.

Eines Tages begann Pierre auf der Straße, im Bus, in der Post und im Supermarkt – einfach überall – Segen auszusenden. Er konnte gar nicht mehr damit aufhören. Pierre fuhr im Zug von einer Endstation zur anderen und wieder zurück, um alle zu segnen und ja niemanden zu übergehen. Und plötzlich geschahen die erstaunlichsten Dinge. Konflikte wurden manchmal sofort, mitunter innerhalb von Tagen gelöst oder umgekehrt.

Der Autor dieser bemerkenswerten Zusammenstellung ungewöhnlicher Segnungen schreibt, er hoffe, dass sie nicht nur denen helfen, die sie aussenden, und nicht nur denen, für die sie bestimmt sind, sondern allen Menschen der Weltgemeinschaft. Was für ein schöner Beitrag!

Mit etwas Übung kann das Segnen zu einem ständigen Bewusstseinszustand werden und zu mehr Sensibilität und Bewusstsein des Leids anderer führen. Pierre kann kein Leid mit ansehen, ohne den Betroffenen, das Geschöpf oder die Situation sofort zu segnen. Segnen hat enormes Heilpotenzial – nicht nur auf der persönlichen Ebene, sondern auch für die ganze Welt. Aus diesem Grund lassen sich im Buch zahlreiche Berichte über gelöste persönliche und zwischenmenschliche Probleme und Situationen finden, die der Webseite über das Segnen (www.gentleartofblessing.org) entnommen wurden.

Da dieses Buch als Instrument der Heilung der Welt dienen soll, spricht es auch zahlreiche soziale und wirtschaftliche, Umwelt- und andere Probleme an, ohne Organisationen, Firmen oder einzelne Personen anzugreifen. Eine Redewendung aus dem Mittelalter besagt:

»Verdamme die Sünde, aber nicht den Sünder«

Zum besseren Verständnis dürfen wir das Thema vertiefen. Albert Einsteins erklärte es einst so: „ Wir können die wichtigen Probleme unserer Zeit nicht mit derselben Art von Bewusstsein lösen, das sie verursacht hat.“ Unsere Welt wird von wichtigen Problemen überschwemmt, und wir scheinen nicht in der Lage zu sein, sie zu lösen. Es ist deshalb nicht möglich, weil wir es mit demselben Bewusstsein versuchen, das sie verursacht hat. Wir brauchen ein neues Bewusstsein, und dafür bedarf es eines Sprungs – des Vertrauens und des Mutigen. Dank einer tiefen und ursprünglich traumatischen Erfahrung präsentiert der Verfasser dieses Buchs ein glänzendes Beispiel für diesen Sprung. Nun können wir, seine Leser, diesen Sprung ohne traumatisches Erlebnis vollbringen, einfach, indem wir sein Buch lesen und seinem Beispiel folgen und so viele Segnungen wie möglich in 365 Tagen aussprechen.

Ein Segen am Tag ist ein Weg, wie wir zu dem Bewusstsein wechseln, das wir brauchen. Es gibt auch noch andere Wege. Für welchen wir uns auch immer entscheiden, das Ergebnis muss eine echte Veränderung in unserer Denkweise und unserem Wesen sein – ein Bewusstseinswandel. Der Autor dieses Buchs hat diesen Wandel vollbracht, und die von ihm angebotenen Segnungen sind eine Folge seines Wandels. Das ist ein wichtiges Angebot, denn es könnte die Art und Weise, wie wir denken und handeln, ändern und auch uns in der kritischen Lage, in der wir uns befinden, hilft nur ein großer, ein radikaler Wandel.

Die Quintessenz der Segnungen, die in diesem Buch niedergeschrieben wurden, ist nicht neu: Sie ist allen Menschen, die richtig denken und es gut meinen, heute und seit jeher bekannt. Statt Rache müssen wir Vergebung üben, statt miteinander zu konkurrieren, unterstützen wir uns gegenseitig und verwirklichen den großen Traum, von einer friedlichen Gemeinschaft.

Pierres Herzensanliegen ist es, Menschen zu unterstützen, ein einfacheres und zugleich reicheres und erfüllteres Leben zu führen. Als wahrer „Weltbürger“ widmet Pierre Pradervand sein Leben seit vielen Jahren der sozialen Gerechtigkeit. Er lebt und arbeitet als Seminarlehrer, Redner und Schriftsteller in Genf. Mit seinem Bestseller *Segnen heilt* hat er zahllose Menschen inspiriert. Dadurch hat er sehr viele Gebetskreise in vielen Ländern der Welt ins Leben gerufen. Jeder von uns kann das Segnen in seinen Alltag aufnehmen und sich

und allen anderen, ja der ganzen Welt ein schöneres und erfüllteres Leben schenken.
Beginnen wir jetzt!

Anna Ulrich