

29.12.2022 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Dr. Barbara Brüning,

Katholische Journalistin, Autorin und Systemische Familienberaterin, Frankfurt

Wie schnell kann Heilung gehen?

In der Bibel gibt es ja viele Geschichten, in denen Jesus Menschen heilt, indem er ihnen einfach die Hand auflegt. Oder manchmal sogar nur mit einem Satz: „Steh auf, nimm dein Bett und geh.“ – Das hat genügt, um einen Gelähmten zu heilen. Und manche haben im christlichen Gottesdienst schon mal gehört, dass gesagt wird: „Sprich nur ein Wort, so wird meine Seele gesund.“ Gibt es solche schnellen Heilungen nur in der Bibel? Oder ist das realistisch?

Das Selbstbewusstsein schwindet!

Vielleicht ist das Gegenteil leichter zu verstehen: Ein einziges Wort kann so kränken, dass man sich zum Beispiel in einer bestimmten Gruppe nicht mehr sehen lassen möchte. Es ist vielleicht peinlich oder beschämend. Leicht kann man sich vorstellen, wie das immer weitere Kreise zieht. Das Selbstbewusstsein schwindet. Irgendwann kann das krank machen. Und der Auslöser sind letztlich ein paar Worte gewesen. Vielleicht auch ein abgewandter oder abfälliger Blick.

Ein herzlicher Händedruck kann helfen

Ich bin überzeugt: Wenn das in diese Richtung funktioniert, also nach unten, dann klappt das auch nach oben. Ein anerkennendes Wort zum Beispiel. Vielleicht von einem Menschen, der mir etwas bedeutet. Ein bewundernder

Blick von jemandem, den ich selbst schätze. Das kann Mut machen, sich mehr zuzutrauen, und zu Höhenflügen anstacheln. Das kann Energie geben, die Lust macht, in jeder Hinsicht zu glänzen. Genauso kann eine kurze Begegnung einen Menschen wieder aufrichten – durch einen herzlichen Händedruck zur Begrüßung oder eine tröstende Umarmung bei einem Verlust. Auch das sind heilende Berührungen.

Die Wende braucht nur einen Augenblick

Diese Geschichten zeigen die große Macht von Worten und Gesten: Sie können Leben zerstören oder ein mutloses Leben im Verborgenen in ein zuversichtliches verwandeln. Diese Heilung geschieht zwar nicht von einem Moment auf den anderen. Aber die Wende braucht nur einen Augenblick. Und diese heilende Kraft hat jeder Mensch. Man braucht dazu kein Heiliger, keine Heilige zu sein.