

Vom lebens- spendenden Atem

Atem ist ein kostbares Medium für uns Menschen. Er verhilft nicht nur unserem Körper zur spürbaren Belebung, zur Anregung und Erfrischung. Wir spüren vor allem auch ein seelisches Wohlgefühl, wenn wir Luft bekommen, durchatmen, aufatmen, Freiheit atmen. Dann fühlen wir uns durchströmt und lebendig an Leib und Seele. Sind wir bedrückt, besorgt oder niedergeschlagen, spüren wir es als körperliche Enge, manchmal empfinden wir es so, als ob uns ein schweres Gewicht auf Brust und Schultern lastet, wir bekommen kaum noch Luft. So wird deutlich, wie unser Körper seelisches Empfinden spiegelt, wie wir an Leib und Seele lebendig sind.

In der Schöpfungsgeschichte wird beschrieben, wie Gott den Menschen aus Materie (Erde vom Ackerboden) formte und in seine Nase den Lebensatem einblies.

Somit wurde der Mensch lebendig. Gott hauchte Leben in die noch stumpfe Materie, diese wurde von Gott beseelt und erwachte zum Leben. Das meint eine Lebendigkeit an Leib und Seele. Zum Leben erwacht sind wir spür- und empfindungsfähig, wir sind berührt vom Wunder der Schöpfung, vom Wunder allen Lebens, wir sind fähig zum



Oder wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des Heiligen Geistes ist, der in euch ist und den ihr von Gott habt, und dass ihr nicht euch selbst gehört? (1. Korinther 6,19)

Mitgefühl, können z.B. Freude und Schmerz, Glück oder Trauer empfinden und mitempfinden.

In vielen biblischen Geschichten ist die Rede vom Lebendigwerden als einem Vorgang oder Zustand des Erwachens aus der Stumpfheit. Jesus heilt Menschen und befreit aus Taubheit, aus Blindheit, aus Lähmung, errettet sie sogar vom Tod.

Die biblischen Erzählungen trennen nicht so zwischen Körper, Seele und Geist wie es in unserer Zeit üblich ist. Paulus spricht vom Leib als „Tempel des Heiligen Geistes“. Und Leib meint den beseelten Körper. Der „beseelte“ Körper wird „begeistet“, d.h. mit dem Geist Gottes erfüllt. In der biblischen Sprache ist Geist also nicht gleichzusetzen mit „Verstand“. Geist wird vor allem mit dem „Herz“ in Verbindung gebracht. So wird es in der Jahreslosung des vergangenen Jahres ausgedrückt: „Ich will einen neuen Geist und ein neues Herz in euch legen“.

Die Sehnsucht nach Leben ist eine tief menschliche Sehnsucht. Sie lässt uns nicht los, sie treibt uns dazu an, auf die Suche nach dem von Gott eingehauchten Leben zu gehen. Augustinus sagt es so: „Unruhig ist mein Herz in mir, bis es Ruhe findet in DIR.“

Ich bin überzeugt davon, dass uns die Sehnsucht nach Lebendigkeit an Leib und Seele zu einem tiefer liegenden Sinn unseres Lebens führt, zu mehr Zufriedenheit, Glück, Mitmenschlichkeit und Einfachheit.

Mit allen Sinnen glauben

Kann es denn sinnvoll sein, die Gabe unserer Sinne noch zu verfeinern und mit allen Sinnen zu einer Lebendigkeit zu finden, die Gott uns schenkt? Ist es nicht auch so, dass wir mit unserer Sehnsucht nach Lebendigkeit oft stecken bleiben, in die Irre laufen in Richtung Arbeitssucht, Sucht nach Anerkennung, Mediensucht, Sucht nach Konsum von Rauschmitteln, was auf Dauer doch nur ein tiefes Gefühl von Sinnlosigkeit, Schalheit und Ausgebranntheit hinterlässt?

Die Bibel spricht hier wieder eine sehr leiborientierte und sinnenorientierte Sprache: „Wer Ohren hat zu hören, der höre. Wer Augen hat zu sehen, der sehe!“

Jesus sagt: „Ich bin das Licht der Welt, wer mir folgt, tappt nicht mehr im Dunkeln. Er wird das Licht des Lebens haben.“ (Joh. 8,12)

Jesus ist ein ausgesprochener „Sinnemensch“ im vollen und guten Sinn des Wortes. Sinne und Geist stehen bei ihm nicht unverbunden nebeneinander. Man hat den Eindruck, dass er in und mit seinen Sinnen und seiner Sinneswahrnehmungen lebt,



Er aber nahm sie bei der Hand und rief: „Kind, steh auf!“ Und ihr Geist kam wieder und sie stand sogleich auf, und er befahl, man sollte ihr zu essen geben. (Lukas 8, 54-55)

erkennt, denkt und handelt. Die Bilder und Beispiele seiner Gleichnisse stecken voller Sinneseindrücke. Jesus tastet sich äußerst sensibel zu den Menschen vor, nimmt sie tastend und berührend wahr. Jesus berührt Taubstumme, Blinde und Gelähmte. Was auch immer sie stumpf, taub und in die Lähmung geführt haben mag, Jesus führt sie zurück zum Ausdruck ihrer Lebendigkeit. Sie können wieder laufen, hören, sehen, sprechen, schmecken, fühlen. Das Leben, was aus ihnen gewichen ist, gibt er ihnen wieder zurück.



Oft haben wir unseren Glauben von der Welt unserer Sinne getrennt. Aber wir können konkret die Erfahrung machen, dass uns die äußeren Sinne dazu verhelfen können, auch unsere inneren Sinne, unsere Herzenssinne, die Sinne unseres Geistes wieder zu öffnen. Sie sind ein Geschenk Gottes und sie helfen uns, spürfähig für seine Gegenwart zu werden. Und so hilft uns der lebensspendende Atem auch zu einer vertieften Fähigkeit, das Leben, was Gott uns schenkt, tiefer zu empfinden, seine Liebe zu spüren und dankbar anzunehmen.

Ich blicke aus dem Fenster, die Bäume und Stäucher sind noch kahl, aber das neue Leben wartet darauf, sich nach der Ruhepause des Winters wieder neu zu entfalten. Der kleine Zaunkönig, der eben vorbeihüpft, erfreut mich mit seinem durchdringenden Gesang. Vielleicht bedankt er sich für die Fütterung durch den Winter. Ich freue mich, dass es ihn noch gibt, denn ich kenne ihn aus dem letzten Jahr. Erste zarte Keime kommen aus der Erde, sie strecken sich dem Licht der Sonne entgegen. Ich labe mich am Wunder der Schöpfung. Durch die äußere Wahrnehmung meiner Sinne erwacht ein feiner Spürsinn für die Liebe Gottes, mit der er alles so fein gemacht und gestaltet hat. Ich fühle mich tief verbunden und atme auf. [jd]

*Du sendest aus deinen Odem,
so werden sie geschaffen, und
du machst neu das Antlitz der
Erde. (Psalm 104,30)*