

Hofkirche Köpenick, Winfried Glatz, 23. Mai, Pfingsten 2010

»Atem Gottes« Johannes 20,22 (19-23)

— Abschluss Stille —

Natürlich hat Jesus geatmet. Jeden Tag, jede Minute, ziemlich oft. Aber nur einmal wird uns das erzählt – wir hören die Pfingstgeschichte nach Johannes – 20,19-23

19 Am Abend aber dieses ersten Tages der Woche, als die Jünger versammelt und die Türen verschlossen waren aus Furcht vor den Juden, kam Jesus und trat in die Mitte und spricht zu ihnen: Friede euch!

20 Und als er das gesagt hatte, zeigte er ihnen die Hände und seine Seite. Da wurden die Jünger froh, dass sie den Herrn sahen.

21 Da sprach Jesus abermals zu ihnen: Friede euch! Wie mich der Vater gesandt hat, so sende ich euch.

22 *Und als er das gesagt hatte, hauchte er sie an und spricht zu ihnen: Empfangt Heiligen Geist!*

23 Welchen ihr die Sünden erlasst, denen sind sie erlassen; und welchen ihr sie behaltet, denen sind sie behalten.

Doppeldecker im Bild

Moment mal – das ist doch eine Ostergeschichte!

Stimmt, ist es. Und es ist auch eine Himmelfahrtgeschichte, die Sendung der Jünger, der Auftrag zur Mission gehört zu Himmelfahrt. Bei Lukas dauert das 50 Tage, was Johannes

hier in einen Tag, in eine Begegnung packt. Johannes macht das öfter, dass Dinge, die nacheinander geschehen, die zu verschiedenen Zeiten gehören, als gleichzeitig darstellt, wie Folien die er übereinanderlegt.

Wir kennen das von Bildern, von gemalten Bildern – die erzählen oft auch eine ganze Geschichte. Mehrere Szenen, die nacheinander geschehen, die eigentlich in mehreren Bildern dargestellt werden müssten: Künstler schaffen das, alles in ein Bild zu bringen, so dass man die Geschichte sozusagen auf einen Blick sieht – die Bilder in alten illustrierten Bibeln sind oft von dieser Art.

Johannes hat hier so ein zentrales Bild gemalt, in das hat er Ostern eingezeichnet und die Sendung der Jünger und Pfingsten –alles in fünf Versen.

Da wir heute Pfingsten feiern, möchte ich vor allem den Teil des Bildes mit euch anschauen und aufnehmen, in dem die Geschichte von Pfingsten auf den Punkt gebracht ist, die Inspiration durch den Heiligen Geist.

Hintergrund: Tor-Schluss-Angst

Bevor wir die Lupe über das Detail halten, ein Blick auf den Hintergrund.

Das ist *wichtig* für die, denen es gerade überhaupt nicht feierlich zumute ist (oder nicht sehr). Nach dem, was ich euch vorhin sagen musste, wäre das kein Wunder – und bei anderen sind es vielleicht eigene Schwierigkeiten, die das Empfinden und Ergehen im Moment färben.

Wenn unsere großen Feste, Ostern, Pfingsten – wenn die nur für die etwas wären, bei denen grade alles ganz gut geht, das wäre auch schon etwas; für die ist Gott da, und er ist gern dabei in unserer Freude und in unseren starken Zeiten. Es ist also nicht nötig, dass die warten, bis sie in eine Notlage kommen, bevor sie für Gott interessant werden.

Aber was ist mit den anderen? Bei denen der Grundton im Moment eher dunkel ist, oder undurchsichtig, vielleicht verwirrend? — Nun, die werden sich in dem Bild, das Johannes uns hier zeigt, *erst recht* wiederfinden; das hat genau so einen Hintergrund:

19 Am Abend aber dieses ersten Tages der Woche, als die Jünger versammelt und die Türen verschlossen waren aus Furcht ...

Das ist der Hintergrund. Eingeschlossen. Sich selber eingeschlossen. Aus Angst. Glasfenster gab's noch nicht, also war es dunkel da drin. Abgeschlossen, dunkel und Angst, Angst, die Tür zu öffnen und Licht und Sauerstoff reinzulassen, keine Kapazitäten für einen Blick oder gar einen Gang nach außen. Und Trauer, weil einer gestorben war, der sehr wichtig für sie geworden war. Das ist der Hintergrund, das ist die Lage.

Und Jesus sagt nicht: Oh – das sieht ja gar nicht gut aus, das passt ja nicht so richtig, ich komm noch mal wieder, später, wenn ihr euch etwas gefangen habt, wenn ihr gelüftet habt, wenn ihr euch nicht mehr so abschließt.

Er kommt *jetzt*, rein auch in die dunkle, muffige, abgeschlossene Stube – und dadurch wird das Bild schon gleich deutlich heller:

19 Am Abend aber dieses ersten Tages der Woche, als die Jünger versammelt und die Türen verschlossen waren aus Furcht vor den Juden, *kam Jesus und trat in die Mitte und spricht zu ihnen: Friede euch!*

20 Und als er das gesagt hatte, zeigte er ihnen die Hände und seine Seite. *Da wurden die Jünger froh, dass sie den Herrn sahen.*

21 Da sprach Jesus abermals zu ihnen: Friede euch! Wie mich der Vater gesandt hat, so sende ich euch.

Bewegte Luft: der Atem der Schöpfung

Und dann kommt die Szene des Bildes, in dem Johannes Pfingsten auf den Punkt bringt:

22 Und als er das gesagt hatte, *hauchte er sie an und spricht zu ihnen: Empfängt Heiligen Geist!*

Oder *heiligen Atem*, das gleich Wort (pneuma). Jesus atmet, pustet, bläst – er atmet sie an, davon wird nur hier berichtet – »hauchte sie an« - das Wort gibt es nur dieses eine Mal im ganzen Neuen Testament. Im Alten Testament (LXX) kommt es vor, ganz am Anfang, auf der zweiten Seite (1Mose 2,7) – da klingt es ganz ähnlich:

da bildete Gott, der HERR, den Menschen, «aus» Staub vom Erdboden und *hauchte in seine Nase Atem des Lebens*; so wurde der Mensch eine lebende Seele.

Adam, der Mensch, aus Lehm getöpfert – und dann Gottes Atem: etwas Totes erwacht zum Leben, weil Gott atmet, weil Gott ihn beatmet, wird der Mensch eine lebendiges Wesen.

Noch eine Schicht, eine Zeit, eine Folie, die Johannes in sein Bild eingezeichnet hat. Mit der er uns sagt: Pfingsten ist eine Schöpfungsgeschichte. Und Gottes Geist kommt nicht erst zu Pfingsten zum Zug, sondern viel früher:

Im Anfang schuf Gott die Himmel und die Erde.

Und die Erde war wüst und leer, und Finsternis war über der Tiefe; *und der Geist Gottes schwebte über den Wassern.*

– die ersten Sätze der Bibel (1Mose 1,1-2). Und dann wird erzählt, wie Gott Schritt aus diesem Chaos für Schritt einen geordneten Kosmos schafft. Und das war nicht eine einmalige Aktion am Anfang, nach der das Leben dann für sich weiterlebt, nach biblischem Verständnis ist das anders– alles was lebt, lebt ständig, aktuell von Gottes Atem – oder von Gottes Geist, das ist das gleiche:

Ps 104,29 Du verbirgst dein Angesicht: Sie erschrecken. Du nimmst ihren Lebensatem weg: Sie vergehen und werden wieder zu Staub.

30 *Du sendest deinen Lebenshauch aus: Sie werden geschaffen; du erneuerst die Flächen des Ackers.*

So in Psalm 104. So gesehen lebt jeder Mensch von Gott, ob er davon weiß oder nicht, ob er daran denkt oder nicht.

Heute früh, als du aufgestanden bist, hast du Lebensatem Gottes eingeatmet – sonst wärst du nicht hier. In der Nacht vorher auch. Jetzt auch und heute Nachmittag.

Und dieses Leben, an dem wir teilhaben, ist größer, als wir –

es hat seinen Ursprung in Gott, jeden Atemzug. Solange wir leben, gibt Gott uns immer neu seinen Atem, seinen »Geist«.

Der Atem Jesu

Und *jetzt* also Jesus – *jetzt* atmet Jesus und sagt seinen verschüchterten Freunden:

22 ... Empfangt Heiligen Atem! (oder: Heiligen *Geist*)

Er haucht sie an, atmet sie an. Was passiert da genau: ich glaube nicht, dass Jesus mal kurz gepustet hat und fertig; ich stell mir das persönlicher vor, *er geht hin zu jedem einzelnen, stellt sich vor ihn hin* und verittelt diesen lebendigen Hauch.

Er hauchte sie an – was passiert da, erst mal ganz körperlich, materiell: Da geht etwas aus von Jesus, etwas aus seinem Inneren, ein Hauch von ihm selbst, *von dem, was ihn erfüllt* – und der, vor dem er gerade steht, *nimmt das auf in sich, atmet es ein, bis in die Tiefe seines Körpers; schöpft Leben daraus* – und atmet es wieder aus – da geschieht ein lebendiger Austausch von aufnehmen und weitergeben.

Einatmen und für sich behalten geht nicht, da würden wir ersticken. Wir müssen den wieder hergeben, nach draußen geben. Macht nichts, das nächste Einatmen kommt, bei dem wir *wieder* empfangen. Wir haben es nie – aber wir bekommen es immer wieder.

Beim Atmen unseres Körpers geht das von selbst – da brauchen wir nicht dran denken. Kein gelber Klebezettel am Kühlschrankschrank: »heute Atmen nicht vergessen«. Auch nachts im Schlaf, das geht von selbst – selbst wenn uns manchmal der Atem stockt.

Empfangt Heiligen Geist

Hier in dieser Geschichte ist es nicht ganz so automatisch.

Empfangt Heiligen Geist, sagt Jesus. Nehmt ihn. Da steckt drin: hier ist er, er liegt in der Luft, Jesus gibt ihn, die Möglichkeit ist gegeben, ihn zu empfangen, ihn einzuatmen, sich von ihm füllen zu lassen. Die Gabe: hier habt ihr.

Und nun aber wir: empfangt. Jetzt nicht die Luft anhalten, sondern *Einatmen*, den Hauch von Gott, den Jesus vor uns freigelassen hat. *Das aufnehmen, Leben daraus schöpfen*. Uns davon aufrichten lassen. Uns von ihm erfüllen lassen.

Uns *überraschen lassen*, was der Atem Gottes in uns Gutes anrichten wird.

Was da passieren kann, davon finden wir im Bild des Johannes einiges, in seinen anderen Partien

Vergebung geschieht – Dinge loslassen, die uns binden, hindern, zusammenkrümmen – das passiert und das passiert durch die, die sich von Jesus beatmen lassen auch bei anderen, wenn dieser Hauch von Gott andere erreicht. Vergebung.

Und Lebenskräfte: Wie der Atem, so dringt der Geist Gottes in die tiefsten Schichten von Leib und Seele ein. Dort weckt er neue Lebenskräfte – auch in schwieriger Lage. »Lebensspender« nennt das Glaubensbekenntnis den Heiligen Geist. Wer sich von Gottes Geist ergreifen lässt, der lebt nicht weniger, die oder der *lebt mehr, stärker, intensiver!*

Menschen spüren plötzlich Fähigkeiten in sich, die sie nie vermutet hätten. Manchmal brechen sie ungestüm durch. Das Neue Testament spricht von den Charismen, den Geistesga-

ben. Aber auch stillere Kräfte werden angeblasen: die Liebe zum Beispiel, weniger heftig, aber genauso mächtig – mindestens.

Und wie richtiges Atmen eine innere Konzentration bewirkt, so *sammelt* Gottes Geist unsere Strebungen zur Mitte. Dann zerstreuen sie sich nicht, geraten nicht in Konflikt. Zerrissenes wächst zusammen – deshalb hat das Empfangen des Geistes auch etwas *heilendes*. Er heilt von der Mitte her. Das zerstreute, zerrissene Ich findet wieder zu sich selbst und spürt, dass es geliebt und bejaht wird. Lebenskräfte werden neu geweckt. Das Vertrauen ins Leben wächst. Eine heilende Kraft.

Wie macht man das?

Empfangt Heiligen Atem, Heiligen Geist, sagt Jesus seinen Leuten.

Wie macht man das?

Nun, »Machen« muss man es nicht, Jesus steht da und atmet und sagt: Empfangt.

Atemgebet

Vielleicht ist das mit dem Atmen ja mehr als nur ein Bild eine Veranschaulichung.

Vielleicht ist es auch ein Weg – eine alte christliche Übung ist das Atemgebet, das, was hier biblisch vorgegeben ist, ganz direkt körperlich nachvollzieht. Ein Wiederholungsgebet mit dem Atem verbindet. Viele haben in den vergangenen Wochen sich damit beschäftigt, *Stille* einzuüben – da war das Atemgebet eine der ersten Anregungen – und ich habe von ei-

nigen gehört, die das als wertvollen geistlichen Weg für sich entdeckt haben.

Ein Gebet aus einem Wort, aus zwei Worte, ein kurzer Satz, der mit dem Atem verbunden wird, so dass er uns in die Tiefe prägt. Vielleicht den über 1000 Jahre alten Gebetsruf: »Komm, Schöpfer Geist« (veni creator spiritus) – oder die Worte: »Du in mir« und das beim Ausatmen nachklingen lassen.

Vielleicht auch mal ohne Worte: beim Einatmen bewusst die Gegenwart Gottes aufnehmen, in meine Mitte nehmen, was mich durchströmen und prägen soll. Beim Ausatmen loslassen, was mich hindert, was mir nicht gut tut, was meinen inneren Platz belegt und besetzt.

Womöglich ein Weg, der helfen kann, zu empfangen.

Sich Gottes Geist überlassen

Im Grunde geht es um eins: Sich dem überlassen, dem Geist Gottes. Klingt einfach.

Wobei: manchmal sind da Bedenken: was passiert, wenn ich mich dem überlasse. Wenn ich mich erfüllen lasse mit diesem vitalen Atem Gottes, was geht dann los in mir, mit mir?

So wie Menschen manchmal Angst haben, sich dem natürlichen Atem zu überlassen, dem Rhythmus des Lebens – und versuchen, das krampfhaft zu steuern und festzuhalten. Davon wird man krank. Die müssen lernen, sich dem Rhythmus des Lebens anzuvertrauen, dass da nichts schlimmes passiert, im Gegenteil, sie gesunden, gewinnen Kraft, es atmet schon richtig, ganz von selbst.

Vielleicht ist es auch das, *Vertrauenssache*, die Sache mit dem Heiligen Geist. Vertrauenssache: ein Vertrauen, das wachsen kann. Erst vorsichtig, ein bisschen – dann mutiger. Und die Erfahrung, dass da nichts schlimmes passiert, im Gegenteil, wir gesunden, gewinnen Kraft, gewinnen Mut, uns dem zu überlassen, dem Geist Gottes – dem Rhythmus des Neuen Lebens, dem Atem des Neuen Lebens – das ist ein Akt des *Glaubens*. Ein Wagnis. Wer aber so sein Leben wagt auf Gott hin, der wird sein Leben gewinnen!

Übung Licht und Luft

Zum Abschluss lade ich euch ein, das zu probieren, unser »Ja« zu sagen, wenn Jesus sagt: »Empfangt heiligen Atem, heiligen Geist« - und das mit einer Übung zu tun, die setzt an diesem Bild des Atems und am biblischen Bild: *Erfüllt werden* mit Heilige Geist (Apg 2,4).

Gehört: schon unser natürliches Leben haben wir dadurch, dass Gott seinen Atem gegeben hat und ständig weiter gibt. Und unser geistliches Leben gewinnen wir, indem wir sozusagen Einatmen, wenn Jesus vor uns steht, uns anhaucht und sagt: »Empfangt heiligen Geist«. Darauf können wir uns berufen, das können wir einfach annehmen.

Deshalb stellen wir uns nicht etwas vor, was nicht ist – wir machen uns *etwas bewusst, was ohnehin für jeden Atemzug gilt*.

Beim Einatmen bewusst die Gegenwart Gottes, den Hauch Gottes in uns aufnehmen und spüren, wie er in uns eintritt, nach und nach unseren Körper erfüllt – wer mag kann sich das vorstellen, als Licht, einen Strom von Licht.

Johannes der Täufer sagt von Jesus:

Joh 1,9 Das war das wahre Licht, das alle Menschen *erleuchtet*, die in diese Welt kommen.

Beim Einatmen also bewusst die Gegenwart Gottes, den Hauch Gottes in uns aufnehmen und spüren, wie er in uns eintritt, und uns von innen erfüllt.

Beim Ausatmen loslassen, was sich verbraucht hat, was unser Leben hindert, was mir nicht gut tut, was unnötig meinen inneren Platz belegt und besetzt, Ängste, negative Gefühle hinausatmen – nicht nachdenken, was das sein kann, es einfach ausatmen und damit Platz schaffen, und wieder einatmen, den Geist Gottes, die Gegenwart Gottes einatmen, bis sie uns nach und nach immer tiefer erfüllt.

Lasst uns das für zwei Minuten tun: *Komm, Schöpfer Geist.*

zwei Minuten

Ich bitte euch mit eurer Aufmerksamkeit wieder hier her zu kommen.

Die Worte der Bibel sind lebendig. Sie werden uns zu Bildern, sie können uns zu körperlichen Erfahrungen werden, die in ihnen gespeichert sind. Das schöne an solchen einfachen Übungen ist, dass wir in allen möglichen Situationen darauf zurückgreifen können. Nachts und Tags, drinnen und draußen.

Du brauchst nicht mehr dazu, als dich selbst. Was *mehr* dazu nötig ist, kommt von Jesus, der vor uns steht, uns anhaucht und sagt: Empfange heiligen Geist.

amen

Segen

Der Gott der Hoffnung aber
erfülle euch
mit aller Freude
und Frieden im Glauben,
dass ihr immer reicher werdet
an Hoffnung
durch die Kraft des Heiligen Geistes.
(Römer 15,13)