

reformierte  
kirche männedorf



## Predigt von Pfr. Achim Kuhn



**14. April 2024**

**Reformierte Kirche Männedorf**

**Thema: Luft – Atmung und Mensch, Geist und Jahwe**

**Text: 1.Mose 2, 4b-7**

Liebe Gemeinde

Zu Beginn der Bibel heisst es: «Im Anfang schuf Gott Himmel und Erde» ...und dann heisst es im Vers 2: «über der Urflut schwebte der Geist Gottes.» Der Geist Gottes – d.h.: «Ruach elohim».

Im AT kommt das Wort «ruach» 136 mal vor, wenn es sich auf Gott bezieht. (Und dazu nochmals weitere etwa 230x.) Das Wort «ruach» steht in der Bibel für Verschiedenes: u.a. für Geist, oder für Hauch und Wind und Sturm. Letzteres ist die älteste Bedeutung des Wortes.

Bleiben wir kurz bei dieser ältesten Bedeutung. Wenn Sie «ruach» für sich sprechen, dann hören Sie, dass das Wort lautmalerisch ist. ruach – man hört den Hauch und den Wind. Bis hin zum brausenden Sturm. (Gemeinsam) Das Wort «ruach» bildet den Wind lautmalerisch ab. Solche lautmalerischen Wörter kennen wir im Deutschen ja auch: zB das bayrische Obatzl, oder die Vögel «zirpen», «zwitschern» und «tirillieren» oder das Wort «Jodeln» - das Wort nimmt ja den Anfang eines Jodelgesangs auf. Also: «ruach» – das ist lautmalerisch.

Und: Luft und Wind – das sind die ältesten Bedeutungen dieses hebräischen Wortes «ruach». Das Wort hat eine Bedeutungsgeschichte, die aber noch viel weitergeht:

Später wurde das Wort «ruach» mit Gott verbunden – Elia (in 1.Kg 19) zB hört Gott in der Luft. Er hört ihn aber nicht im Sturm oder im deutlichen Wind, sondern im leisen Hauch. Noch später wurde «ruach» mit dem Geist Gottes verbunden – so wie in der Schöpfungsgeschichte. (Die Bibel ist ja nicht chronologisch nach der Entstehungszeit der Texte geordnet.) Und daraus wurde viel später im Neuen Testament unser Hlg Geist- oder besser gesagt: die Hlg. Geistkraft.

Warum «die Hlg Geistkraft»? Das macht deshalb Sinn, weil «ruach» weiblich ist und weil mit «Kraft» das Energiereiche besser zum Ausdruck kommt; das Energiereiche, das der Wind hat und das dieser Geistkraft eigen ist. Darum rede ich lieber von «die Hlg Geistkraft» als von «dem Hlg Geist». Es trifft den Sinn des Wortes besser.

Die Hlg Geistkraft, die ruach elohim, der spiritus sanctus, die pneûma hágion hat enorme Auswirkungen auf unser Leben. Und diese Auswirkungen haben mit «Luft» zu tun. Mit Atem. Mit unserem Leben. Und unserer Seele. Mit dem Glauben auch.

***Kurze Musik***

Stellen Sie sich vor: Sie machen einen Test mit der Frage: Was ist das Notwendigste im Leben? Welche Antworten kämen? Ganz Verschiedene. Antworten wie: die Liebe ist das Notwendigste im Leben, oder: Essen und Trinken, Gemeinschaft und ein Dach über dem Kopf, Frieden und Gerechtigkeit, Sinn, usw. Und das stimmt ja: Das sind alles sehr sehr wichtige Begriffe für das Leben. Aber der Mensch kann ohne all das für Tage, zT (je nach Begriff) auch Monate oder Jahre zurechtkommen. Aber das Notwendigste im Leben, um schlicht die nächsten Minuten zu leben, zu er- und zu überleben, ist nicht in der Aufzählung drin, weil es so selbstverständlich ist; und das ist: Luft. Atmung.

Unsere Atmung. Sie ist lebenswichtig → Einladung, sich gerade hinzusetzen; auf Atmung zu achten; Augen schliessen; ausatmen – einatmen; ...

Wie erleben Sie jetzt gerade Ihre Atmung? Flach, tief, stossweise, zu schnell, kraftlos, ... Korrigiert? Atem spüren, wie er in den Körper hinein- und hinausgeht. Versuchen Sie, dorthin zu atmen, wo Sie Schmerzen haben.

Bei tiefer Atmung erfasst der Atem den ganzen Körper erfasst. Und entspannt ihn. (Augen auf)

Flach, stossweise atmen wir, wenn wir unsicher sind, uns bedrängt fühlen, panisch zu werden drohen, grosse Angst haben. Das Wort „Angst“ kommt vom Wort „Enge“; bei Angst wird es eng in meiner Lunge – die Atmung schwächelt; es wird eng in meinem Herzen – ich verliere an Selbstwertgefühl; und schliesslich wird es eng in mir, meinem Leben – ich bin gefangen in meiner Angst. Die Atmung spiegelt das wieder und sie verursacht diese Enge auch mit. Umgekehrt gilt aber auch: Die Atmung kann umgekehrt heraushelfen aus dieser Angst und Engegefühl, wenn wir bewusst langsam und tief atmen, dann geht die Angst und Enge zurück. Übrigens zeigt genau dies das Wort «ruach» (Atmen/Luft); es ist eng verwandt mit dem hebräischen Wort «revach». Revach heisst «Weite, Raum». Und das meint: «ruach» führt immer in die Weite. Nie in die Enge. Wir lesen und hören öfters, das tiefe Einatmen sei besonders wichtig. Aber das stimmt nicht. Das Geheimnis des Atems ist das Ausatmen. Das tiefe Ausatmen hilft auch zB gegen Angst und Panik. Es beruhigt. Das Ausatmen schafft Platz für Neues. Für neue Atemluft. Und für mehr.

Ausatmen meint loslassen. Leider wird bei uns aber oft das Einatmen betont. Provozierende Frage: Wird bei uns das Einatmen besonders betont, weil wir «haben» wollen? Weil wir Menschen raffgierig sind?

Zeigt die Betonung des Einatmens, dass wir nicht loslassen, sondern alles haben und behalten wollen?

Liebe Gemeinde,

Die Atmung ist lebensnotwendig. Sie verlängert unser Leben bis zum nächsten Atemzug. Jeder Atemzug schenkt uns Leben. Mit jedem Atemzug schenkt Gott uns einen weiteren Lebensmoment. Den Israeliten war das klar – und sie zogen vom Atem eine direkte Verbindung zu Gott. Das meint eine Forschungsmeinung ganz konkret: Der Begriff «Jahwe» meine nicht nur als Wort etwas («Ich bin der ich bin», «ich werde sein, der ich sein werde», ...ganz genau weiss man die Bedeutung nicht), sondern der Begriff «Jahwe» bedeutet noch etwas: «Jahwe» sei auch lautmalerisch zu verstehen. D.h.: Er bildet die Atmung ab: Zwei Silben. Ein- und Ausatmen. Jah – we. Probieren Sie es. (N.b.: Umgekehrt geht das kaum.) Kurz: wir spüren im bewussten Atem nicht nur, dass wir leben. Sondern jeder Jah-We-Atemzug macht uns eigentlich bewusst, dass Gott uns Leben schenkt. Mit jedem Atemzug neu. Es ist gleichsam eine kontinuierliche allminütliche Schöpfung. Eine beständige sich wiederholende Neu-Schöpfung, die wir da erleben. Im Fachbegriff heisst das: creatio continua.

Ruach und Jahwe, Atem/Atmung/Luft – es bleibt nicht bei den bisher genannten Aspekten; es geht noch weiter und tiefer.

Wir hören einige Verse aus 1.Mose 2 – aus dem sog. zweiten Schöpfungsbericht. Unser heutiger Lektor, Thomas Jetzer, liest ihn uns.

### **Lesung: 1.Mose 2,4b-7**

Diese paar Verse wollen kein naturwissenschaftlicher Bericht sein, sondern es geht darum, wie etwas Totes (wie ein Haufen Lehm) zu etwas Lebendigem und ganz anderem werden kann. Zu einem Menschen. (Die Frage des Übergangs von Material zu Leben hat die NW bisher überhaupt nicht lösen können.) Ging es vorhin beim Atem um die ständige Schöpfung, um die creatio continua (s.o.), so geht es hier um die totale erstmalige Schöpfung. Die erstmalige Schöpfung – im Fachbegriff creatio originalis.

Auch hier spielt der Atem eine ganz entscheidende Rolle. Aber mit einem anderen hebräischen Wort: Ein zweites hebräisches Wort, das Atem (und selten auch Luft) bedeutet: náfäsch. Dieses Wort wird in dem Abschnitt genannt, den wir gerade gehört haben.

Näfäsch – das ist eigentlich die Kehle. Und das Wort bezeichnet all das, was durch die Kehle hindurchgeht: Essen und Trinken, Luft, Sprache und Töne. Die Kehle macht deutlich: wir Menschen sind bedürftige Wesen. Wir brauchen so viel, um zu leben. Und am bedürftigsten sind wir zum Zeitpunkt unseres Lebensbeginns. Da haucht uns Gott seinen Lebensatem ein – so wie in 1.Mose 2 dargestellt. Gott haucht damit seine Lebenskraft in uns hinein – und wir selbst werden zu lebendigen Näfäsch. Zu Lebewesen. Wir erhalten da unser Leben, unsere Seele. Dieses Einhauchen des Lebensodem, damit wir leben, zeigt: wir Menschen sind nicht nur bedürftig, sondern wir sind auf Beziehung angelegt. Vom allerersten Moment an. Alleine können wir nicht existieren. Gottes «ruach», sein Atem, sein Geist, schenkt dem Menschen «Näfäsch». Lebensatem, Leben, eine Seele. Eigentlich ein wunderbares Bild in 1.Mose 2: Wie Gott den Menschen formt und Lebensodem einhaucht. Ihn auf den Lebensweg schickt.

Näfäsch bedeutet also so viel: Atem, Lebensgeschenk, Lebenserhaltung, lebendiges Wesen, Gemüt und Herz, Seele. (Und auch – selten – Luft.)

Der Ort der Seele wird im Hebräischen hier verortet: die Kehle.

Und hier, an der Kehle, erhält der Mensch wieder neues Leben – bei der Auferstehung. Genau das schildert der Ezechiel-Text, den wir ganz vorhin als Schriftlesung gehört haben. Der Fachbegriff dazu heisst creatio nova. Eine Neuschöpfung des Menschen und der Welt; im letzten Buch der Bibel, der Offenbarung, wird das genauer bildhaft geschildert. Oder zumindest angedeutet.

Liebe Gemeinde

Bringen wir alles zusammen: Die Bibel schildert Gottes Lebensodem, der uns ganz am Anfang unseres Lebens eingehaucht wird; dann der Atem des Menschen zu jeder Minute im Alltag; und schliesslich Gottes Lebensodem ganz am Ende der Welt bei der Auferstehung. Alles drei gehört zusammen. Gott ist die Klammer, die alles drei verbindet. Gott – und die Atemluft. Das ganze Leben ist vom Atem bestimmt, von der Luft, von Gottes Geistkraft. Gottes Geisteskraft schenkt uns Nähe, Liebe und Energie. Er schenkt uns Energie/Lebenskraft zu Beginn unseres Lebens, im Alltag und ganz am Ende über unser Leben hinaus. Eine allumfassende Zuwendung. Sie ermöglicht Leben. das gilt aber nicht nur für den Menschen, sondern für alle Lebewesen (Psalm 104, 27ff).

Der Lebensatem Gottes gilt allen Lebewesen, aber nur wir Menschen können darüber nachdenken und es deuten. Vielleicht so:

Der Atem ist die Bewegung des Lebens. Zum Atmen haben wir eigentlich jederzeit Vertrauen. Jeder Atemzug ist eine Vertrauensübung. Vertrauen darin, dass die Luft gut ist und uns einen weiteren Lebensmoment ermöglicht. Vertrauen! Gleichzeitig bildet der Atem eine Brücke zu Gott. Das lädt dazu ein, auch tiefes Vertrauen zu Gott zu haben; oder es ab jetzt noch stärker aufzubauen. Unserem Leben zuliebe.

Amen