

Atempause

14.7.2021

In der Pandemie haben viele Menschen alte Dinge entdeckt, die sie schon beinahe verlernt hatten: das Telefon für ein persönliches Gespräch nutzen, zum Beispiel. Einen Brief schreiben. Oder auch Spaziergehen. Dass der Mensch gerne spazieren geht, ist eine ‚Erfindung‘ Mitteleuropas, besonders der Deutschen und Norditaliener im späten Mittelalter. Das italienische Wort spaziare meint ‚sich räumlich ausbreiten, sich ergehen‘. Vorher war es eher eine Marotte des Adels: In Gärten lustwandeln. Richtig in Mode kam der Spaziergang um 1500. Albrecht Dürer hat als einer der ersten Spaziergänger gezeichnet; niederländische Maler folgten in großer Zahl. 100 Jahre später war der Spaziergang schon Allgemeingut. Er unterschied sich durch seine Absichtslosigkeit vom Flanieren an den Promenaden, vom Sehen und Gesehen werden. Im Gehen einfach Atem schöpfen, sich bewegen, Natur erleben.

Meine Schwester hatte in den 90iger Jahren eine Freundin aus Spanien, die das seltsam fand: Den Drang der Deutschen, spazieren zu gehen. Besonders, wenn sie auf dem Weg zum Wald waren, fragte sie: ‚Was wollen wir da?‘ Da half auch kein Goethe: Ich ging im Walde so für mich hin, und nichts zu suchen, das war mein Sinn.

Eine religiöse Kurzfassung des weltlichen Spaziergehens ist der Asteriscus in der Liturgie des christlichen Gottesdienstes, ein Sternchen am Ende einer gesungenen Psalmzeile. Der Asteriscus markiert jene Pause beim Singen, die als Lücke oder Leerstelle fürs Atmen geschaffen wurde. Das Sternchen steht für eine Botschaft, deren Text etwa so lautet: ‚Wenn du singst, dann tue es mit deinem ganzen Körper und atme an dieser Stelle ein - und mit der Luft, die wieder aus dir hinausströmt, singe weiter.‘ Die Kurzfassung dieser Botschaft ist eben der Asteriscus: Atempause! Mich erinnert dieses kleine Zeichen an die Schöpfung, wie sie die Bibel erzählt. Gott erschafft den Menschen aus Erde und Lehm und haucht ihm seinen göttlichen Atem ein.

Die Einladung des Sternchens beim Psalmensingen könnte von daher auch lauten: ‚Atme in jedem Moment am Ende einer Zeile Gott in dich hinein. Mach dir bewusst: Mit deinem Atmen kommt etwas vom Geist Gottes in dich hinein, der Atem der Schöpfung. Und wenn du wieder ausatmest, dann singe weiter dein Lied, als würdest du mit einem Surfbrett auf einem Strom voller Kraft und Energie dahinschweben, leichter als du denkst, und weiter, als du glaubst.‘ In diesem Sinne: Einatmen, ausatmen - und grüß die Welle!

Es gilt das gesprochene Wort.

Redaktion: Pfarrer Reinhold Truß-Trautwein (reinhold.truss-trautwein@gep.de)

Weitere Sendungen, Informationen, Audios und mehr finden Sie unter:
<http://rundfunk.evangelisch.de/kirche-im-radio/dradio/worte-zum-tage>
Facebook: <https://www.facebook.com/deutschlandradio.evangelisch>