Bischof Christian Stäblein
Wort des Bischofs rbb 88,8
Samstag, den 09.07.2022
Atempause

Guten Morgen liebe Hörerinnen und Hörer,
ab und zu mache ich bewusst eine Atempause, mache mir bewusst, dass der Atem zwischen Aus- und Einatmen eine kurze Pause macht. Wenn man darauf achtet und den Atem kommen lässt, also wartet, bis er sich ganz von selbst wieder in Bewegung setzt und nicht ich, sondern gleichsam „es“ einatmet, wenn ich mir das einen Moment bewusst mache, wird mir das Wunder des Atems und das Wunder des Lebens deutlich. Wir atmen. Und so strömt Leben durch uns, in uns. Was für ein Wunder dieses Leben, dieses beseelt werden, Gottes Atem, Gottes Odem.

Urlaub ist so etwas wie das Achten auf die Atempause. Wir brauchen das. Immer nur mehr und mehr und schneller und schneller, und so ist es ja nicht selten im Alltag zwischen Job, Familie, Freunden und erst recht im Moment zwischen Kriegsschock, Pandemie und Klimawandel, immer nur immer schneller führt atemtechnisch ins Hyperventilieren und Mental ins Ausbrennen. Die Atempause wahrnehmen, das ist wichtig, sonst bleibt uns bald die Luft weg.

Das mit dem Urlaub ist leicht gesagt, mögen Sie denken. In der Tat: der Angriffskrieg Putins, der macht keine Pause. Schon gar nicht für die Menschen, die darunter leiden, die Menschen im Bombenhagel und auf der Flucht.
Und die ökologische Krise macht auch keinen Urlaub, im Gegenteil: gerade in den Urlaubszeiten wird uns durch Waldbrände und Wasserknappheit erst recht bewusst, wie verletzt unser Ökosystem bereits ist. Ein Jahr ist es jetzt her, dass die furchtbaren Überschwemmungen im Ahrtal den Menschen ihre Existenz und vielen auch das Leben genommen haben.

Wenn der Urlaub Atempause ist, dann mag er auch dazu dienen, in diesem Staunen über das Leben dem Respekt vor der Schöpfung wieder Raum zu geben. Wir sollen die Schöpfung bebauen und bewahren – heißt es in der Bibel. Neu schaffen können wir sie nicht. Es wäre gut, wir würden mehr Respekt vor ihr haben, sie ist nicht Instrument für unsere Wünsche, sie ist die Grundlage unseres Lebens. Und wenn der Urlaub Atempause ist, Atempause wahrnehmen und dann den Atem, der neu einströmt in uns, dann können so auch der Respekt und die Ehrfurcht vor dem Leben wieder Raum gewinnen in uns. Dass dies auch an den Kriegsorten geschieht, dafür bete ich in dieser Zeit.

Eine Pause für das Leben, das wünsche ich Ihnen in der Ferienzeit. Neue Luft für die Herausforderungen, die anstehen, die bleiben. Und das Vertrauen: Gott wird uns Atem schenken, sie zu bewältigen. Und Wege weisen, was zu tun ist.