

Vorspiel und Lied: Erde singe

Liebe Gottesdienstgemeinde!

Er haucht ja allein Leben ein, haben wir gesungen.

Gott gibt uns den Lebensatem, die Lebensenergie, die elementaren Antriebe.

Und Jesus gibt uns den Heiligen Geist, den richtigen Umgang damit.

Wie kommt der Heilige Geist zu uns?

Möglicherweise, indem wir mit jemandem reden
und hinterher manche Dinge anders sehen.

Oder, indem wir mit jemandem zusammenarbeiten und hinterher erkennen,
dass manches auch anders geht als gewohnt.

Lesung: Apostelgeschichte 10,34-35.42-48a

Evangelium: Johannes 15,26-16,3.12-15

Liebe Brüder und Schwestern!

Pfingsten gibt Anlass, nachzudenken über Spiritualität. In dem Modewort steckt der Geist drin – lateinisch *spiritus*. Für manche Menschen hat Spiritualität einen besseren Klang als Glaube oder Religion oder Christentum.

Jede Spiritualität beginnt beim Atem. *Spiritus* ist der Atem, die Luft, der Hauch, der Wind, der Geist. Ähnlich wie das griechische *pneuma* oder die hebräische *ruach*.

Der Atem, der mich durchströmt, ist das beste Beispiel für das Unverfügbare.

Ich habe ihn nicht gemacht. Ich habe ihn nicht im Griff. Muss ich auch gar nicht.

Es atmet in mir. Ich kann jetzt anfangen, mir immer wieder bewusst zu werden, dass ich atme. Ich kann in vielen unterschiedlichen Situationen meines Lebens darauf achten, dass der Atem durch mich ein- und ausströmt. *Wie* der Atem durch mich ein- und ausströmt.

Ich kann mich hinsetzen und gezielt die Luft wahrnehmen, die durch meine Nasenlöcher hinein- und hinausgeht. Das ist eine verbreitete Wahrnehmungsübung, ja, eine Meditationsform. Sie spielt eine Rolle im Zen-Buddhismus, aber auch im christlichen kontemplativen Gebet.

Das Evangelium vom gestrigen Pfingstsonntag nach Johannes hat davon berichtet, dass am Abend des Ostertages der auferstandene Jesus seinen Jüngern bei verschlossenen Türen erscheint mit dem Gruß *Der Friede sei mit euch*. Er zeigt ihnen seine Hände und seine Seite, sagt noch einmal *Der Friede sei mit euch!* und *Wie mich der Vater gesandt hat, so sende ich euch!* Dann haucht er sie an mit den Worten: *Empfangt den Heiligen Geist!*

Damit steht das Johannesevangelium in einer gewissen Spannung zur Apostelgeschichte des Lukas, in der der Heilige Geistes erst 50 Tage nach Ostern kommt. Zu Pfingsten eben. Es heißt: *Und es erschienen ihnen Zungen wie von Feuer, die sich verteilten; auf jeden von ihnen ließ sich eine nieder. (Apg 2,3)*

Ein Extra-Event also. Dem entspricht vielleicht in unserem Leben die Erfahrung, dass wir manchmal einen Anstoß von außen brauchen, damit wir das beherzigen, was wir irgendwie schon wissen oder zumindest schon geahnt haben.

Bitten wir um den Heiligen Geist. Das Extra-Event der Glaubensgewissheit wird kommen. Die Glaubensgewissheit ist ein Geschenk.

Manchmal überkommt einen diese Gewissheit mit einem freudigen Das ist es also!

Oder mit Das ist es!

Von so einem Geschenk, das einen freudig überkommt, reden die neutestamentlichen Texte vom Heiligen Geist. Im Kontrast dazu gibt es Lebenssituationen, in denen man sich recht geistlos vorkommt, leer, ausgebrannt, müde. In welchen Abstufungen auch immer. Mir hilft es manchmal, wenn ich am Abend früh ins Bett gehe. Manchmal wache ich am nächsten Morgen in einer sehr veränderten Stimmung auf.

Mitunter ist schon das einfache Pause-Machen in Form eines Mittagsschlafs hilfreich.

Stichwort Pause: Für mich als Amateur-Musiker gehört zu den verblüffendsten Erfahrungen der letzten Jahre, wie wichtig in der Musik die Pausen sind.

Die Pausen.

Das Atmen.

Amen.

Robert Kettl