

## **Predigtgedanken – Pfingstsonntag – 24. Mai 2026**

*Apg 2,1-11 | Ps 104,1-2. 24-25. 29-31. 34 | 1 Kor 12,3b-7. 12-13 | Joh 20,19-23*

### **Atem des Lebens**

Stellen Sie sich vor, Sie sind in einer Fußgängerzone unterwegs und bemerken plötzlich, wie ein älterer Herr auf einer Bank langsam hinunterzukippen droht. Sie rennen los und auf diesen wenigen Metern spielt sich im Kopf so einiges ab, vielleicht versuchen Sie ihre Erste Hilfe-Kenntnisse wieder wachzurufen: Schocklagerung, stabile Seitenlage, Wiederbelebung.

Sie stellen fest, dass der Mann das Bewusstsein verloren hat, jedoch noch atmet und einen schwachen Puls hat. Der Mann wird in die stabile Seitenlage gebracht, andere Passanten haben die Rettung gerufen, die innerhalb weniger Minuten eintrifft. So kann der Mann, der inzwischen wieder das Bewusstsein erlangt hat, den fachkundigen Händen der Rettungskräfte übergeben werden. Alles ist vorbei und Sie sind der Verantwortung wieder entbunden.

Erleichterung stellt sich ein. Und: Hätten Sie es wirklich gekonnt, hätten Sie sich getraut, einen Menschen wiederzubeleben, ihn zu beatmen? Menschen, die wiederbelebt, die beatmet wurden durch andere Menschen bezeichnen dieses Ereignis oft als ihre zweite Geburt, den Tag als ihren zweiten Geburtstag.

Wir Menschen brauchen den Atem zum Leben. Die Lebensnotwendigkeit dieser unbewussten Körperfunktion wird uns meist immer erst dann bewusst, wenn uns buchstäblich die Luft wegbleibt. Atmen ist etwas Alltägliches, etwas Belebendes, etwas Lebenswichtiges, nichts Einmaliges, nichts Besonders, kein Luxus.

Gerade deshalb tut es vielleicht gut und not, sich dieses alltäglichen Vorgangs einmal bewusst zu werden. Manchmal müssen wir auch erst wieder richtig atmen lernen. Sportlerinnen und Sportler, Sängerinnen und Blasmusiker müssen Atemübungen machen, Atemtechniken erlernen, die es ihnen erleichtern oder überhaupt erst ermöglichen, ihre sportliche Leistung zu bringen, ihre Stimme einzusetzen oder ihr Instrument zu spielen. Doch auch sie brauchen den Atem im Alltag in erster Linie zum Leben.



## **Atem der Kirche**

Wenn unsere Kirche heute Pfingsten feiert, dann stellt sie ganz bewusst dieses Alltägliche des Atems in den Mittelpunkt. Denn das hebräische „Ruach“, das griechische „Pneuma“ und das lateinische „Spiritus“ haben jeweils die beiden Bedeutungen: Atem und Geist. Das spiegelt sich in Fremdwörtern wie Pneumatik oder Inspiration wider, im Deutschen im Ausdruck „Lebensgeister“.

Die Lesung und das Evangelium schildern uns heute eine frühe Kirche in Atemnot, eine Kirche, die wiederbelebt werden muss. Die Jüngerinnen und Jünger haben alles dicht gemacht, die Angst schnürt ihnen die Kehle zu. In diese Situation hinein tritt Jesus und leistet den Jüngerinnen und Jüngern, die wegen der Ereignisse der letzten Tage immer noch unter Schock stehen, Erste Hilfe. In ihre innerliche Unruhe spricht er seinen Friedenswunsch, den er ein zweites Mal sprechen muss, bis sich die Aufgeregtheit legt, ihr Atem ruhiger wird.

Im Gegensatz zur Apostelgeschichte, wo dieses Geschehen von Stürmen und Brausen begleitet wird, beschreibt das Evangelium ganz unspektakulär, dass Jesus die Jüngerinnen und Jünger anhaucht, dass er ihnen die Lebensgeister zurückgibt und sie im wahrsten Sinne des Wortes vom Heiligen Geist „inspiriert“ werden.

## **Erste Hilfe in Kirche und Welt**

Wenn wir heute Pfingsten, den Geburtstag der Kirche feiern, dann ist das auch ein Anlass zu fragen: Wie steht es mit unserem Atem, mit unserer Begeisterung? Ist noch genug Luft zum Atmen da? Dürfen wir vielleicht mal wieder den Mut haben, die Fenster und Türen zu öffnen?

Mehr als 60 Jahre nach dem zweiten Vatikanischen Konzil hat die Kirche unter Papst Franziskus diese Fenster und Türen wieder etwas weiter geöffnet, und Papst Leo hat die Fenster zumindest nicht wieder geschlossen. Man kann nur hoffen, dass es manchem Kurienkardinal nicht zu sehr zieht. Doch es geht nicht nur um die großen Veränderungen, die unsere Begeisterung brauchen.

Wir sind eingeladen, uns dieses alltäglichen, dieses lebendig machenden Atem bewusst zu werden, dieser alltäglichen Kleinigkeit, die das große Geheimnis des Lebens beinhaltet, das uns im Geist, im Lebensatem Gottes, tagtäglich in die Beziehung mit Gott stellt. Dieses Bewusstsein kann auch heißen, dass wir uns um unsere Erste Hilfe-Kenntnisse kümmern. Erste Hilfe, die ganz konkret und, wie das Evangelium zeigt, auch im übertragenen Sinn lebensrettend sein kann.

Pfingsten heißt auch, dass wir den Mut haben dürfen, beherzt in unserer Kirche Erste Hilfe zu leisten und sie wiederzubeleben, ihr Atem einzuverleiben und sie zu begeistern, dass wir aus diesem Geist heraus an Menschen und in der Welt handeln.

Und gerade, wenn wir die Angst spüren, ob wir uns das zutrauen, ob wir das schaffen können, dürfen wir auf diesen lebendig machenden Geist vertrauen: denn atmen heißt Leben und dieses Leben, unser Leben kann die Kirche, ja, die Welt begeistern.

