

Jesus sagte: „Friede sei mit euch! Wie mich der Vater gesandt hat, so sende ich jetzt euch! Empfangt den Heiligen Geist! Wem ihr die Sünden vergebt, dem sind sie vergeben. Wem ihr sie nicht vergebt, dem sind sie nicht vergeben.“ (Johannes 20,21–23)

Liebe Frischluftfanatiker*innen, Durchlüfter und Pollenbeeinträchtigte, Freizeit und Erholung haben viel mit unserem Atem zu tun. Besonders tief atme ich dort, wo die Luft klar ist. Die frische Luft durchströmt den Körper und den Geist. Der Begriff Ruach (Heiliger Geist) bedeutet auch Wind oder Sturm. Er kann Kraft und Energie bedeuten und zeigt sich in den Geschichten, in denen der Heilige Geist über die Jünger kommt. Jesus haucht seine Jünger mit dem Geist an, was sanfter klingt als die Feuerzungen in der Pfingstgeschichte.

Was bewirkt der Heilige Geist? Paulus streitet darüber, ob der Geist übermenschliche Kräfte verleiht. Er stellt nicht infrage, dass manche Leute in fremden Sprachen reden oder heilen können, aber er mag nicht, dass diese Gaben als Maßstab für christliche Menschen gelten. Mehr Geist bedeutet nicht mehr Christ. Jesus sagt: „Wem ihr die Sünden vergebt, dem sind sie vergeben. Wem ihr sie nicht vergebt, dem sind sie nicht vergeben.“ Das ist eine Bürde! Vielleicht sollen die Worte eher als Warnung verstanden werden: „Passt gut auf! Denkt gut nach, bevor ihr richtet.“ Jesus fordert nicht dazu auf, viel davon Gebrauch zu machen. Im Gegenteil, er sagt: „Ihr sollt andere nicht verurteilen, damit Gott euch nicht verurteilt.“ (Matthäus 7,1)

Ruach ist etwas Kraftvolles. Wer von Jesus angehaucht wird oder wen der Heilige Geist aus der Wohnung treibt, kann mehr als vorher. Ich wage mal diese Formulierung: Ruach verleiht Superkräfte. Nicht im Sinne von fliegen können, unsichtbar sein oder unverwundbar. Aber im wörtlichen Sinn von „super“: „über“. Über meine eigenen Kräfte hinaus schaffe ich Dinge. Wenn ich nach solchen Superkräften bei mir suche, werde ich tatsächlich fündig. Ich bin zwar nicht unverwundbar, aber ich ertrage doch eine ziemliche Menge. Ich kann auch nicht fliegen, aber ich kann doch spüren, dass ich von mehr als dem Erdboden getragen werde. Ich sage, es kommt vom Heiligen Geist, dass ich so sehr lieben kann. Ich sage, es ist meine Geist-Superkraft, dass ich weinen kann, wenn andere traurig sind. Es ist gut möglich, dass andere Menschen ihre Antriebskraft aus anderen Quellen schöpfen. Ich sage, mich pustet Ruach an, damit ich meinen Hintern hochbekomme, um Dinge zu tun, die nicht nur für mich und meine Lieben gut sind.

Wochenaufgabe: Finde mindestens drei Deiner Superkräfte und schreibe sie auf. Freue Dich darüber und sei stolz.

Zusatzaufgabe für Ehrgeizige: Finde zwei Kräfte, die Du noch haben könntest oder trainieren willst. Schreibe sie ebenfalls auf und überlege, was Du brauchst, damit sie wachsen.

Ich wünsche eine Woche mit viel Ruach. Ihr Frank Muchlinsky

PS: Im neuen Newsletter „Einatmen – Ausatmen“ haben die Kolleg*innen von chrismon gerade mit dem Chefarzt einer psychiatrischen Klinik darüber gesprochen, was Glaube, Spiritualität und Psychotherapie miteinander zu tun haben. Er sagt, Religiosität kann helfen, zügiger aus der Krise zu kommen. Wenn Sie den noch nicht abonniert haben, können Sie das hier immer noch kostenlos tun: <https://chrismon.de/newsletter>