

Die Morgenandacht

Montag bis Samstag, 5.55 Uhr (NDR Info) und 7.50 Uhr (NDR Kultur)

22. bis 27. April 2024: "Mit Leib und Seele"

Von Tilmann Präckel, Pastor in Hamburg

Tilmann Präckel spürt in dieser Woche den Organen und ihrer Bedeutung in der Bibel nach. So steht das Herz für den Verstand, während die Gefühle in der Leber, den Nieren und sogar in der Gebärmutter ihren Ort haben. Eine Reise durch unseren Leib und unsere Seele.



Tilmann Präckel

Redaktion
Radiopastor Marco Voigt

Evangelische Kirche im NDR
Redaktion Kiel
Gartenstraße 20, 24103 Kiel
Tel. (0431) 55 77 96 10
www.ndr.de/kirche

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf nur für private Zwecke des Empfängers benutzt werden. Jede andere Verwendung (z.B. Mitteilung, Vortrag oder Aufführung in der Öffentlichkeit, Vervielfältigung, Bearbeitung, Übersetzung) ist nur mit Zustimmung der Ev. Kirche im NDR zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

Montag, 22. April 2024

Hauptsache gesund. Sie kennen diesen Wunsch, besonders zu Geburtstagen. Das ist ja zu verständlich. Das Leben geht doch viel leichter, wenn man nicht mit kleineren oder größeren Einschränkungen zu tun hat. Und so erinnern mich Plakate und Werbespots ständig daran, mich um meinen Körper, meinen Rücken, meine Durchblutung und noch so vieles mehr zu kümmern. Aber ist es wirklich so? Bin ich entweder gesund oder krank? Das ist viel zu einfach gedacht. Wie oft habe ich doch erlebt, dass Phasen von Stress und Anstrengung, in denen ich krank wurde, mich neu aufgestellt haben. Dass mir deutlich wurde, was ich erreichen kann und will. Was geht und was nicht geht. Oder ich erinnere mich daran, dass Kindern häufig nachgesagt wird, sie bräuchten Phasen der Krankheit, damit Herz und Geist nachwachsen können, nicht nur der Körper. Es gibt einen Zusammenhang zwischen meinem körperlichen Empfinden und dem, wie ich mein Leben verstehe und es bewältige. Ich kann und ich möchte ein Gefühl dafür entwickeln, dass ich die Anforderungen und Belastungen des Lebens schaffe. Und dass es Sinn macht, sich anzustrengen. Und das geht nicht nur mit einem vor Gesundheit strotzenden Körper. Sondern in diesem Spannungsbogen zwischen gesund und krank.¹ Dazu kommt, dass wir zu sehr davon geprägt sind, Leib und Seele zu trennen: Der Leib muss funktionieren, damit die Seele und der Geist liefern können. Das steckt tief in unserem Menschenbild. Und genügt doch nicht. Denn wie sehr ist doch das, was wir denken und fühlen, körperlich erfahrbar! Wenn mir etwas an die Nieren geht oder ich mir etwas zu Herzen nehme. Ich möchte mit ihnen diese Woche auf Entdeckungsreise gehen, wie viel mehr das biblische Verständnis vom Menschen das Miteinander von Leib und Seele im Blick hat.² Wie vielseitig unser Körper ist und wirkt. Da steckt in den biblischen Texten eine tiefe Weisheit, gerade in ihrem konkreten Blick auf unsere Körperlichkeit. So singt zum Beispiel ein Mensch in den Psalmen: "Darum freut sich mein Herz, es jauchzt meine Leber, mein Fleisch wird sicher wohnen, meine Kehle überlässt du nicht dem Tode." (Ps 16,7.9f.)

Dienstag, 23. April 2024

Unser menschlicher Körper ist doch viel mehr als ein funktionierender Motor. Er weist über sich hinaus. Seine Teile und das, was sie ausdrücken, sind ein großes und weises Universum. Davon erzählt uns die Bibel. Und da gibt es manches zu entdecken, was uns über die Jahrhunderte verlorengegangen ist. Heute die Kehle. Denn von ihr ist eigentlich die Rede, wenn wir in den Übersetzungen der Bibel das Wort "Seele" lesen. Zum Beispiel in Psalm 103: "Lobe den Herrn, meine Seele", so kennen und so singen wir es. Aber eigentlich steht dort: "Lobe den Herrn, meine Kehle, und all mein Bauch seinen heiligen Namen!" (V.1) Gemeint ist natürlich nicht nur das Körperteil der Kehle, sondern das, was sie kann und tut: Dass sie jubelt oder krächzt, dass sie trinkt, isst und nach Luft schnappt. Alles also, was in uns Menschen durch die Kehle hineingelangt oder aus ihr herauskommt. Die Kehle ist das Symbol dafür, dass wir bedürftig und lebendig sind. Die Kehle steht dafür, dass wir das Leben suchen. Von daher ist verständlich, dass daraus im Abstrakten die Seele wurde. Aber diese Übertragung übersieht doch, wie sehr unsere lebenserhaltenden Bedürfnisse mit den körperlichen verbunden sind.

¹ So in der Theorie der Salutogenese von A. Antonovsky, vgl. dazu T. Faltermaier, Salutogenese. In: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 2023 <https://doi.org/10.17623/BZGA:Q4-i104-3.0>; H. Kohler-Spiegel, Gesund oder krank – eine falsche Alternative, in feinschwarz.net, 22.01.2024, [Gesund oder krank – eine falsche Alternative - feinschwarz.net](https://www.feinschwarz.net/Gesund-oder-krank-eine-falsche-Alternative-feinschwarz.net).

² Vgl. dazu insgesamt S. Schroer / Th. Staubli, Die Körpersymbolik der Bibel, Darmstadt 1998; dies., Menschenbilder der Bibel, Ostfildern 2014.

So lobt beispielsweise ein anderer Psalm: "Alle sollen dem HERRN danken für seine Güte (...), dass er sättigt die durstige Kehle und die hungrige Kehle füllt mit Gutem." (Ps 107,8f.) Hier geht es ganz eindeutig nicht nur um die vergeistigte Seele, sondern um das ganze Lebewesen. Die Kehle ist das Bild für die gesamte Lebenskraft eines Menschen. Und dieses umfassende Bild ist verlorengegangen, als die Bibel aus dem Hebräischen ins Griechische übersetzt und an den meisten Stellen für Kehle das griechische Wort Psyche, zu Deutsch Seele, eingesetzt wurde. So konnte die griechische Vorstellung von der Seele, die vom Leib getrennt ist, einziehen, und wir haben sie vielerorts übernommen. Es lohnt sich, den vielen Bedeutungen der Kehle in der Bibel nachzuspüren. Da ist mehr als Seele. Da ist auch Leib, da ist Leben, mit dem Glück und allem, was uns fehlt und wonach wir uns sehnen.

Mittwoch, 24. April 2024

Ich bin Mensch mit Leib und Seele. Ich wünsche mir, dass ich im Einklang leben kann von Fühlen und Machen, von Körper und Geist. Und doch erlebe ich immer wieder, dass vom Körper nur das Funktionieren erwartet wird, ein möglichst zuverlässiger Bi-automat. Der dann das Denken und die Gefühle ermöglicht. Anders erzählt es die Bibel. Die Körperteile weisen symbolisch über sich hinaus und geben selbst manche Denk- und Gefühlsanregung. So beispielsweise, wenn vom Herzen die Rede ist. Wenn wir heute Herzensbilder mit dem Smartphone verschicken oder Herzen auf Postkarten und in Geschenkeläden sehen, ist die Richtung klar: Es geht um Zuneigung und Liebe. Dafür steht dieses Organ. Aber wenn wir genauer auf unseren Sprachgebrauch schauen, entdecken wir noch einige Bedeutungen darüber hinaus. "Im Herzen der Stadt" etwas zu suchen, hat kaum mit der Liebe zu tun, sondern vom Mittendrin. Und auch "das Herz auf dem rechten Fleck haben" oder "sich etwas zu Herzen nehmen" gilt nicht nur im Blick auf die Liebste. Vermutlich sind da Spuren aus dem biblischen Verständnis des Herzens erhalten geblieben, die insgesamt jedoch recht verschüttet sind. Es kommt oft vor, das Herz in unserer Bibel, über 600 Mal. Aber erstaunlicherweise genau da nicht, wo wir es zuerst vermutet hätten, in den Liebesgedichten und Liebeserklärungen. Sondern es geht um das Innere des Menschen. Und zwar nicht zuerst um die Gefühle, sondern tatsächlich um Vernunft und Verstand. Ein Mensch hat, so heißt es einmal im 5. Buch Mose (29,3), "ein Herz, das versteht, Augen, zu sehen und Ohren, zu hören." Das, was das Herz kann und leistet, ist, all das einzuordnen, was auf uns Menschen eindringt. Das weite Herz ist demnach der Ausdruck für ein großes Wissen, eine große Bildung. Der weise König Salomo bittet Gott in einem Gebet um ein hörendes Herz, ein sehr schönes Bild. Wenn also das Herz in der Bibel der Ort des Verstandes ist, dann bedeutet das jedoch nicht, dass es nun genau nur das übernimmt, was wir heute dem Gehirn zusprechen. Es heißt auch, sich die Worte zu Herzen zu nehmen, sich zu erinnern. "Schaffe in mir, Gott, ein reines Herz" bittet ein Mensch in den Psalmen (51,12). Ich finde, das ist ein wertvoller Blick auf unser Tun und Lassen, dass Vernunft und Klugheit nicht losgelöst sind davon, was uns zu Herzen geht.

Donnerstag, 25. April 2024

Wo stecken unsere Gefühle? Im Kopf, im Herzen? Oder doch in der Bauchgegend? Denn das kennen wir, dass der Bauch verkrampft, wenn wir schlechte Nachrichten erfahren. "Die Worte des Verleumders sind wie Leckerbissen, sie gleiten hinab bis ins Schlafzimmer des Bauches", weiß das Sprüchebuch der Bibel (18,8). Eine alte Weisheit, der wir in dieser Woche auf der Spur sind, dass unser ganzer Körper, dass Leib und Seele unser Menschsein ausmachen. Das geschieht in der Bibel zum Teil sehr differenziert.

Die Leber heißt auf Hebräisch die Gewichtige, sie steht für starke Gefühlsregungen der Freude ebenso wie für Trauer. Und sie ist empfindsam – das kennen wir bis in unseren Sprachgebrauch hinein, wenn uns eine Laus über die Leber gelaufen ist. Die inneren Organe des Fühlens sind die Nieren, und auch das kennen wir bis heute, dass uns etwas an die Nieren geht. In biblischen Texten findet sich häufig das Paar Herz und Nieren und meint das Denken des Herzens und das Fühlen der Nieren. "Prüfe mich, Herr, und erprobe mich, läutere meine Nieren und mein Herz!", so betet König David (Ps 26,2). Das neben dem Herzen in der Bibel am häufigsten genannte innere Organ ist allerdings die Gebärmutter. Sie ist die Lebensspenderin und damit der Teil des Körpers, der Mitgefühl und Mitleid hervorbringt und symbolisiert. "Du hast mich gebildet im Mutterleibe. Ich danke dir dafür, dass ich wunderbar gemacht bin", so sagt es ein sehr dankbarer Mensch in den Psalmen (Ps 139,14). Und genau diese ursprüngliche Bedeutung, die lebensspendende Gebärmutter, diese bildhafte Rede verbirgt sich hinter der Barmherzigkeit Gottes, die uns in der Bibel immer wieder begegnet. Wo in unserem Wort "barmherzig" das Herz drin steckt, da ist es im Hebräischen die Gebärmutter. Das fasziniert mich und ich finde es anregend, das hebräische Wort für die Barmherzigkeit Gottes mit der Mutterschözigkeit Gottes zu übersetzen, das macht es nachempfindbar und konkret und eröffnet eine andere - weiblichere - Sichtweise.³ Und es ermöglicht mir einen neuen Zugang zu Gottes Leidenschaft für uns Menschen: "Gnädig ist der Herr und gerecht, und unser Gott ist barmherzig." (Ps 116,5)

Freitag, 26. April 2024

Vor den Worten war das Essen, die Versorgung mit dem Nötigsten, mit Speis und Trank. In dieser Woche lade ich Sie ein, darüber nachzudenken, wie sehr wir Menschen mit Leib und Seele sind. Dass die wichtigen Gedanken und Entscheidungen nicht nur im Kopf geschehen. Dass wir unseren Leib und unsere körperlichen Bedürfnisse mitnehmen in unser Leben. Und dass auch Gott das im Blick hat. Als Jesus mit seinen Freundinnen und Freunden durch Galiläa zog, zeichnete ihn aus, dass er immer wieder Menschen an Tischen zum gemeinsamen Essen versammelte. Menschen, die sich vielleicht nicht wirklich etwas zu sagen hatten. Oder auch, die sich spinnfeind waren. Aber am Tisch war Gemeinschaft, war auch mancher Neuanfang möglich. Vermutlich, weil man eben nicht reden musste. Sondern weil man das Brot teilte, das bedürfen doch alle. Das also kannten die Jüngerinnen und Jünger von Jesus schon. Aber als sie kurz vor der Kreuzigung zusammensaßen, passierte etwas, was sie nicht kannten und was sie zunächst auch nicht verstanden: Teilt das Brot zu meinem Gedächtnis, sagt Jesus da. Fühlt dem nach, wie ich da bin, wie Gott da ist. Ein Zeichen für die Gemeinschaft, ein Zeichen für die Liebe zwischen Gott und uns Menschen. Ganz spürbar. Zum Schmecken. Sich gemeinsam hinzusetzen und das Brot zu teilen war dann tatsächlich auch das erste und einzige, was die Jüngerinnen und Jünger hinbekommen haben, nachdem sie miterleben mussten, wie Jesus gekreuzigt wurde und einige von ihnen dann sagten, sie hätten Jesus gesehen. Er sei auferstanden. Sie erkannten ihn beim Essen. Vor den Worten war das Essen. So hat die Kirche angefangen. Sie haben sich zusammengesetzt, so unterschiedlich, wie sie waren. Ob sie nun arm oder reich waren, ob sie ein schweres Herz hatten oder leicht gehen konnten. Das Essen verband sie und Gott war dabei. Eigentlich schade, dass in unseren Abendmahlsfeiern das Satt-Werden und das Schmecken oft wenig ausgeprägt sind. Denn das war zuerst da: Dass wir als Menschen mit Leib und Seele ganz sinnlich Gottesdienst feiern.

³ S. Schroer / Th. Staubli, Die Körpersymbolik der Bibel, Darmstadt 1998, 86ff.

Samstag, 27. April 2024

Leben mit Leib und Seele, hörbar! Das kann man nächste Woche besonders gut in Hamburg erleben. Denn am kommenden Wochenende findet hier der Deutsche Evangelische Posaumentag statt. Über 17.000 Mitglieder von Posaunenchorern aus ganz Deutschland kommen und bringen ihre Instrumente mit. Viele kleinere Konzerte, aber auch großes gemeinsames Musizieren.⁴ All diese Bläserinnen und Bläser stehen damit in guter und uralter biblischer Tradition: "Lobet Gott mit Posaunen, lobet ihn mit Psalter und Harfen! Lobet ihn mit Pauken und Reigen. Alles, was Atem hat, lobe den HERRN! Halleluja!" So jubelt der letzte Psalm. Und sie brauchen nicht nur ihren Atem oder Odem, wie Martin Luther übersetzt hat. Musizierende in Posaunenchorern sind wirklich Menschen mit Leib und Seele! Mich hat überzeugt, als eine Posaunistin mir erklärte, die wöchentliche Probe sei ganzheitliche Arbeit. Natürlich bedürfe es des Körpers, des Atems, der Anstrengung, um feine Töne zu erzeugen. Aber genauso wichtig seien eben auch der Verstand und die Konzentration, um die richtige Stimme im Zusammenspiel zu erwischen. Und schließlich ist doch auch die Seele, diese Lebendigkeit, unverzichtbar, um überzeugend zu musizieren. Und noch etwas, was mir bei Posaunenchorern so gut gefällt: Da kommen Menschen aus unterschiedlichsten Altersgruppen zusammen. Das gibt es so sonst nicht, dass Familienmitglieder aus zwei, manchmal sogar aus drei Generationen miteinander in einem Ensemble musizieren. Das hat viel mit der Nachwuchsarbeit zu tun und auch mit der frischen Musik, die in den Chören Einzug gehalten hat. "Mittenmang", also mittendrin, musizieren die vielen Bläserinnen und Bläser am nächsten Wochenende in Hamburg - mit Leib und Seele. In den Kirchen und unter freiem Himmel. Bläsermusik ganz nah, zum Anfassen, zum Zuhören, zum Zuschauen, zum Spüren mit allen Sinnen. Klangräume, akustisch und seelisch. Lobt Gott mit Posaunen. Singt ihm ein neues Lied, denn er tut Wunder. Alles, was Atem hat, lobe den Herrn. Halleluja!

⁴ Siehe dazu www.dept2024.de.