

Personsein als LEIB - Der Leib ist der erste Ort der Gotteserfahrung

Dr. Thea Vogt

Der Mensch -ein „beseelter Erdenkloß“. Davon erzählt unser biblischer Ursprung in der Genesis, wie wir geformt sind aus Erde und beseelt mit göttlichem Lebensodem. Gott hat sich in jeden Menschen hineingehaucht und seinen Fingerabdruck unauslöschlich hineingeformt. Da ward „ein lebendig lebendes Wesen“. (Biblich sind Leib und Seele ein einziges SEIN. Die Trennung zwischen Leib und Seele mit all ihren Folgen ist nachbiblisch (Plaut, Bd 1, 86). Adama, Erde wird mit neschem (Atem) behaucht, und daraus wir ein näfäsch, ein lebendes Wesen. Näfäsch, das Wort für Kehle wird später mit Seele wiedergegeben und meint im jüdischen Verständnis eben das gesamte Leibwesen.) Hier liegt der Ausgangspunkt für ein neues Verständnis von Personsein. In den Psalmen wird dies so besungen: „Meine Seele erkennt, dass ich wunderbar gemacht bin. Du hast mich bereitet im Mutterleib“. Wir sind in unserer Geschöpflichkeit aus Fleisch und Blut ein Wunderwerk Gottes.

Was sich hier poetisch äußert, wird für die Glaubensmütter und -väter zum Wesen ihres Glaubens. Sie geben Zeugnis, wie sie Gott in einzelnen Leibräumen und Organen erfahren. Eine eigene Psychosomatik wird entfaltet, „wie“ Gott mit den Füßen, den Sinnen, in den Eingeweiden, in den Händen erfahren wird. Und wie mit dem ganzen Leib gebetet wird, der ganze Mensch sich zu Gott hinausstreckt und sehnt, mit dem Lebendigen spricht, mit ihm ringt (davon ein körperliches Mal zurückbleibt, Genesis 32).¹ Glauben ist in allen Vollzügen ein leibliches Geschehen. In der ganzen Spannweite von „Wunderbar bin ich erschaffen (Ps 139)“, einer tiefen Schönheit und erotischen Kraft (Hohelied), der Verletzlichkeit (Irdenes Gefäß, 2. Kor 6) und Sterblichkeit (Ps 90). In Jesus von Nazareth wird dieses Menschsein aus Fleisch und Blut als göttliche Wohnung bestätigt. In diesem wandelbaren und anfälligen und verletzlichen Leib baut sich Gott eine bleibende Wohnstatt. „Das Wort ward Fleisch“. Der Körper ist DAS Medium des heilenden Entgegenkommens Gottes. Das verdichtet sich in der Hingabe Jesu: „Das ist mein Leib“. Die Feier des heiligen Mahls wird zum zentralen leiblichen Geschehen der Gottesbegegnung in der Gemeinschaft.

¹ Die Alttestamentler Syliva Schroer und Thomas Staubli haben dies detailliert dargestellt in ihrem Buch: Die Körpersymbolik der Bibel

Der menschliche Leib ist erwählt, Tempel des Heiligen Geistes zu sein. „Wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des Heiligen Geistes ist?“ (1. Kor 6,19) Wisst ihr nicht? Was wäre, wenn wir dieses Wissen um die Inkarnation, gerade auch als eine weitergehende ernst nähmen?

Der Leib – Tempel des Heiligen Geistes

„Verherrlicht Gott in eurem Leib“ Im geistbewohnten Leib sind *vita activa* und *vita contemplativa* vereint. Der Leib, der betet, der den Menschen in der Meditation/Kontemplation in der Gegenwart Gottes da sein lässt, wirkt in der Welt in der Nachfolge Jesu. Das geht aus einem SEIN hervor. Wesentlich ist für die Heiligkeit des Leibraumes nicht die Funktionstüchtigkeit, nicht Unversehrtheit oder eine Entsprechung einer ästhetischen Norm, sondern Gottes Erwählung. Der Mensch wird zum Priester, zur Priesterin für den eigenen Leib als heiligen Raum. Spiritualität ist so gesehen immer auch Körperspiritualität, weil sie sich nicht vom Körper trennen lässt.² Spiritualität vom Körper her zu verstehen gibt wegweisende Impulse für das ethische Handeln des Menschen als Geschöpf unter Geschöpfen „Leben das leben will inmitten von Leben“ (A. Schweitzer), für die Seelsorge, für die Liturgie und Verkündigung, für ein gesegnetes und segnendes, ein vollmächtiges und solidarisches SEIN von Kirche in der Welt.

Beten mit dem Leib - Elemente für Gottesdienst und geistliche Übungswege

Das einfachste und immerwährende Gebet ist das bewusste **Atmen**. Der göttliche Atem durchströmt jeden Menschen. „in Gott leben, und bewegen wir uns und sind wir“ (Apg 17,28). Mit dem Atem beten ist eine Form des stillen Verweilens vor Gott. Jeder einzelne Atemzug verweist darauf wie körperhaft wir mit Gott verbunden sind. Der heilige Geist seufzt in uns (Rö8,26). Diese innere Atembewegung trägt auch da, wo ich keine Worte finde und nicht zu beten weiß. Dazu helfen auch **Gebärden**, wenn keine Worte da sind, wie Frere Roger aus Taize bezeugt:

Wieder einmal fragte mich ein junger Mensch, was das Gebet für ihn bedeuten könne. Ich erkläre ihm zunächst: Suchen Sie keine Antwort, die ihr Menschsein überspringt. Ich meinerseits wusste nicht, wie ich beten sollte ohne Einbeziehung des Leibes. ... Es gibt Perioden, in denen ich den Eindruck habe, als bete ich mehr mit dem Leib als

² Theologisch und philosophisch dargelegt in „BioSpiritualität“. Glaube beginnt im Körper von P. Campell und E. McMahan, 1992

mit dem Geist. Ein Gebet auf dem bloßen Boden: niederknien, sich niederwerfen, den Ort betrachten, wo die Eucharistie gefeiert wird, die beruhigende Stille ausnutzen und selbst die Geräusche, die aus dem Dorf heraufdringen. Der Leib ist da, ganz gegenwärtig, um zu lauschen, zu begreifen, zu leben. Wie lächerlich, nicht mit ihm rechnen zu wollen“.

Die Kraft der Gebärden

Die älteste Gebärde ist das Stehen vor Gott. „Hier bin ich“. Der Leib hilft mir in der Gegenwart anzukommen, mit seiner Schwerkraft bin ich leiblich da, wo ich bin. Gedanklich oder gefühlsmäßig ist das oft anders, da weile ich in der Vergangenheit oder in der Zukunft. Bleibe dort oft „hängen“. In der Gegenwart verweilen ist wie das Eintauchen in Gott, der sich als der Gegenwärtige am Dornbusch offenbart, ich bin, der ich bin- da. Achtsamkeitsübungen, Körperwahrnehmungsübungen und Körpergebärden helfen diesem Gegenwärtigsein.³ Hier gibt es einen großen Schatz der alten Kirche, die in neueren Bewegungen aufgenommen werden, aktuell im spirituellem embodiment⁴. Mit dem ganzen Leib sich nach Gott ausstrecken vertiefen und verlebendigen das Gebet des Geistes. Immer wieder im Laufe der Geschichte wurde dieses biblische Weise neu lebendig. Z.B. in der Mystik, in der die Gottesbeziehung als Liebesbeziehung aufgenommen wurde wie im Hohen Lied Salomos. Mit neuer Sprache, die oft von erotischer Kraft durchdrungen ist, mit Gebärden, Tanz, Musik, Gesang, heiligem Spiel wird Gott als berührbares und berührendes DU gesucht und gefeiert. Menschliche und göttliche Sehnsucht begegnen sich. Bernhard v. Clairvaux, Johannes v. Kreuz, die dt. Frauenmystik, Gertraud v. Helfta u.v.m. geben davon Zeugnis. Wir können aus diesem Schatz der Mystik schöpfen für die gegenwärtige Sehnsucht, Gott mit allen Sinnen zu begegnen. Gebetsgebärden lassen etwas von Gott erfahren und führen zugleich auch zu einer neuen Selbsterfahrung. Schon kleine Bewegungen werden zu geistlichen Erfahrungen. „Erhebt eure Häupter und seht auf“ oder „ich erhebe meine Augen zu den Bergen...“, „kommt und seht“. Die körperlichen Bewegungen, sich ausrichten, gehen, stehen, zugreifen, werden zu Geisteshaltungen, einem inneren Geschehensprozess.⁵

³ Dominikus, Vgl Anselm Grün OSB/M. Reepen OSB, Gebetsgebärden, vier Türme Verlag, Münsterschwarzach 1988; K.G. Dürckheim, Übung des Leibes-auf dem inneren Weg, München 1978 und ders., die heilende Wirkung der reinen Gebärde; S Painadath, das Sonengebet, 4. Aufl., 2005

⁴ Vgl. Maja Storch,E.M.Jäger,S.Klöckner, Spirituelles Embodiment, München 2021

⁵ Vgl. dazu Mosche Feldenkrais, Bewusstheit durch Bewegung, der aufrechte Gang, Frankfurt 1978

In der Ausbildung zur Anleitung in christlicher Meditation werden eben diese Schätze der Bibel und der Mystik für geistliche Übungsformen gehoben. Die Teilnehmenden lernen, in vielfältiger Weise, das innere Gebet anzuleiten, Freiräume für Gottesbegegnung in Tanz und meditativem Wandern zu eröffnen. Dabei geht es primär nicht um Methoden, sondern um Begegnung mit mir und Gott und allem Lebendigen. Eine Teilnehmerin schreibt:

„Die Glaubensinhalte, die so müde und tot in mir lagen sind durch die Körpergebete und Meditationen, durch das Tanzen und Singen, durch die Begegnungen mit den Kursteilnehmer:innen wieder auferstanden, haben wieder ihren Weg zum Leben und zu meinem Alltag gefunden“. Jede Haltung, jedes Wort ist für mich ein Brennpunkt meines Glaubenslebens geworden. Ich spreche sie nicht nur im Kopf, sondern ich erfahre, spüre, erlebe, was ich spreche. Nun verbinden sich Körper und Worte für mich in so wunderbarer Weise, dass ich mich ihrer Realität nicht mehr verschliessen kann.“

Eine andere Teilnehmerin beschreibt wie sie in ihrem Beruf als Ärztin eine ganz neue Demut in der Behandlung der Patient:innen gewonnen hat, Ehrfurcht vor dem jeweiligen zu behandelndem Körper als „heiligen Raum“.

Die Kursteilnehmenden bieten konkret vor Ort in ihren Gemeinden, ihrem Arbeitsfeld von Seelsorge in Klinik/Altenheim oder Schule, in EBW, in Jugendarbeit, Meditation an. So kann dies als ein Angebot von Kirche, niederschwellig erlebt werden und muss nicht nur außerhalb von Kirche gesucht werden.

WORT und LEIB - Der Leib vernimmt das Wort Gottes

Hören und Erhören des biblischen Wortes ist zuallererst ein leiblicher Vollzug. Es will mit allen Sinnen aufgenommen werden (Siehe, höre, schmecke, im Herzen bewegen, mit den Händen begreifen) und vielfältig einverleibt werden als ein Widerfahrnis in meine Existenz hinein. Biblisch werden die Weisungen Gottes im Körper verortet: Es ist das Wort ganz nahe bei Dir, in Deinem Mund und in deinem Herzen, dass du es tust (Dtn 30,14). Contemplatio, Sprechen und Tun gehen hier ineinander. Durch die körperlichen Formen des Bibliodramas, des Bibliologs, der ruminatio (das Wort atmen), Stilles Verweilen **im** Wort (vom Wortgeschehen berühren lassen) oder im Gehen „das Wort begehen“ kann ein existentieller Zugang zum biblischen Wort

eröffnet werden.⁶ Die Begegnung mit dem biblischen Wort wird zu einem geistlichen Geschehensprozess („Und das WORT geschah zu mir“)

Seelsorge als körperliches Geschehen

Zuhören- und erhört werden, berührt werden sind leibliche Vorgänge. Dazu kommt der Schatz der Rituale, die heilende Dimension in sich tragen. Salbung, Segnungen, Gebet mit Handauflegung, Füße waschen u.v.m. Die Verbindung von Heiligung und Heilung wird hier deutlich. Heilige Momente, in denen das menschliche Leben mit Gottes liebender Kraft in Berührung kommen kann, sind in sich heilend.

Gottesdienst und Liturgie

Diese therapeutische Dimension kann auch ein Gottesdienst entfalten, besonders wenn Erfahrungen von Stille und Verkörperung (Abendmahl, Segnung) darin möglich sind. Und wenn Liturgie zu einem transparenten Akt wird, der durch seine Ausstrahlung, etwas von dem Licht Gottes aufscheinen lässt. Die Durchlässigkeit der Liturg:innen für die Gegenwart Gottes ist wesentlich, Gottesdienste als bewegende und bewegte Feier der Lebendigkeit und Liebe Gottes im Leben erleben zu können. Dazu gibt es schon viele Anregungen (z.B. Gottesdienstinstitut) , jedoch kommt es auch hier je neu auf die eigene spirituelle Durchdringung dieser Formen an, damit sie nicht nur als Aktionsmodi erscheinen.⁷

Eine gelebte geistliche Praxis der Hauptamtlichen führt zu einer klaren Verkörperung der geistlichen Inhalte: Eigene spirituelle Wege und Weisen in Kontinuität leben, erfrischen, suchen, ist grundlegend für die Weitergabe von Spiritualität, damit sie lebendig und „natürlich“ ankommt.

Der Leib als umfassender Raum von physiologischen und seelischen und geistigen Vollzügen wird zu einer Art Synonym für Person oder Selbst oder das ICH. Die eigene Persönlichkeit ist kein Abstraktum, sondern ein Geschehen, ein fortwährender Prozess des Lebens im leiblichen Raum. DAS Leben weiß wie das Leben geht. Mit und in meinem Leib bin ich in Beziehung, nehme ich wahr, denke ich, fühle ich, rede ich, sterbe ich. Keine Lebensäußerung, kein Gedanke, kein Gefühl, das nicht im Körper

⁶ Vgl. auch die Anregung für die Gemeindegarbeit von A.König/G.Kusch, Die Bibel sportlich nehmen, 2021

⁷ Vgl : Büsing/H.Kiese, Tanz, Gebärden, Haltungen. Schritte zu einem bewegenden Gottesdienst, 1999

stattfindet und darin eine Resonanz findet. Jede Seelenstimmung verkörpert sich, jede Erfahrung geht ins Lebensgewebe, ins Körpergedächtnis ein.

Die Gemeinde als Leib Christi

Gemeinde wird als organisches System mit dem Bild des Leibes beschrieben. Aus einzelnen wird ein Ganzes, das nicht sich selbst gehört/genügt, sondern dem lebendigen Christus eine Gestalt in der Welt gibt. Wie durchdringt diese klare Ausrichtung, Handlungen und Entscheidungen der Gemeinde, der Kirche? Was verkörpern wir? könnte die grundlegende Frage sein für Entwicklungsprozesse in Kirche und Gemeinde.

Gesellschaftliche Bedeutung einer Körperspiritualität

Wenn die heilende Einwohnung Gottes kein theologisches Abstraktum bleibt, sondern in kirchlichen Räumen erlebt werden kann, hat dies auch eine gesellschaftliche Relevanz. Körperspiritualität ist ein Korrektiv zu einem Körperkult, der dem Körper zu einem Objekt der Machbarkeit der Perfektionierung degradiert durch körperliche Selbstoptimierung.⁸ Dies und ein wachsender Gesundheitsmarkt verhindern einen heilenden Umgang mit der Zerbrechlichkeit und Vergänglichkeit des Menschen als Leibwesen. Der Körper ist weder funktionierende Maschine noch ein Marktobjekt, das ästhetische Vorgaben zu erfüllen hätte. Er ist allerdings auch kein „sündhaftes Fleisch“, das es zu bekämpfen gilt, sondern in allem Gottes Wohnung.

⁸ Vgl. Hartmut Rosa, Resonanz, eine Soziologie der Weltbeziehung, S.144 und 180ff, der verwirklichte Körper als gestaltetes Selbst und Theresia Heimerl, der Leib Christi und der Körper des Christen: Geschichte und Aktualität eines Konzeptes, 2. Aufl. 2019