

November 2025

Seele



KLEINE KIRCHE
Gemeindebrief



Liebe Gemeindemitglieder der Kleinen Kirche!

Wir haben in kleiner Runde zusammengesessen und darüber nachgedacht, mit welchem Thema sich der neue Gemeindebrief beschäftigen könnte. Zwei Eindrücke waren für die Themenbestimmung leitend: zum einen der Tod von Ansgar, die Lücke, die er hinterlässt, aber auch die Hoffnung, die im Weitermachen liegt (Seele von Mensch, Seele eines Chores, Seele einer Gemeinde, ...) und neben ihm die vielen andere Todesfälle, die diesen Sommer begleitet haben – und das andere ist der Erscheinungstermin im November, einem Monat, der mit Allerheiligen und Allerseelen schon auch keine unmittelbare „Konfetti-Stimmung“ in sich trägt. Es war uns auch klar, es soll ganz bewusst kein Advents- oder Weihnachtsbrief werden.

Wir haben als letztendlichen Titel „Seele“ festgelegt, der sich irgendwie

aus den vorherigen Überlegungen zu „Zeit der Stille“, „Pausenzeichen“, „Innehalten“ herausschälte. Vielleicht können Sie über diese Assoziationskette unsere Gedanken etwas mitverfolgen.

Gesprochen haben wir über die Seele einer Gemeinde (s.o.), die vielen unterschiedlichen Bezeichnungen von Seele (Psyche, Anima, soul, ...), beseelt sein von etwas, wie man die Seele ansprechen kann (Texte, Musik, Berührung), Allerseelen als Tradition der Kirche, Leib-Seele-Dualismus, die Brotsorte „Seelchen“, ...

Unser Gedankenvielfalt war groß und wir möchten Sie einladen, in diesem Gemeindebrief zu lesen, zu stöbern und auch Ihren ganz eigenen, vielleicht neuen „Seelen-Moment“ zu entdecken.

Andrea Schnieder

Die Seele der Kleinen Kirche

Ein Nachdenken über Gemeinschaft, Musik und Erinnerung

Von Andrea Schnieder

Was macht die Seele einer Gemeinde aus? Ist es ihre Geschichte, die in Mauern und Fenstern flüstert? Oder sind es die Menschen, die sie mit Leben füllen und mit ihren Stimmen und Herzen prägen? Ist es die Musik, die aus ihr klingt und die Seelen derer berührt, die hier Zuflucht suchen oder Heimat gefunden haben? Für unsere „Kleine Kirche“ in Osnabrück kommt vieles zusammen, was als die „Seele“ dieser besonderen Gemeinschaft beschrieben werden kann. Und manchmal wird diese Seele greifbar in Menschen, die mit ihrem Beitrag eine Botschaft und einen Geist lebendig werden lassen. Einer dieser Menschen war Ansgar Schönecker, ein Mann, dessen musikalische Hingabe und tiefe Spiritualität die „Kleine Kirche“ geprägt haben.



Die Seele einer Gemeinde – ein Ort des Glaubens, der Gemeinschaft und der Musik

Eine Kirche ist mehr als ein Gebäude, und eine Gemeinde ist mehr als eine Ansammlung von Menschen. „Seele“ steht hier für das lebendige, verbindende Element, das die Gemeinde zu dem macht, was sie ist: ein Ort, an dem Glauben gelebt, geteilt und gefeiert wird.

Unsere „Kleine Kirche“ ist so ein einzigartiger Ort – intim, nah und von einer besonderen, poetischen Atmosphäre erfüllt. Sie bietet den Rahmen für die Begegnung mit Gott, für Gemeinschaft und für die Schönheit der Musik. Nicht selten spüren Menschen in solchen besonderen Orten, dass etwas entsteht in denen, die sich dort versammeln, und in der Botschaft, die aus Kunst, Wort und Sakrament fließt.

Ansgar Schönecker – ein Klang, der weiterklingt

Eine Gemeinde lebt durch ihre Menschen. Es sind Menschen wie Ansgar Schönecker, die ihr eine unverwechselbare Seele verleihen. Als langjähriger Scholaleiter war er nicht nur ein musikalischer Leiter, sondern auch ein prägender Geist dieser Gemeinschaft.

Seine Leidenschaft für die Musik, seine Hingabe, Menschen zur Harmonie im Gesang zusammenzuführen, und seine Liebe zu poetischen und geistlichen Texten machten ihn zu einem besonderen Teil der Seele unserer Gemeinde. Die Texte und Lieder, die er immer wieder mit der Schola zum Klingen brachte – insbesondere die bewegenden Texte von Huub Oosterhuis – wurden unter

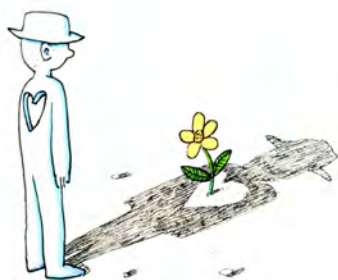
seinen Händen mehr als Musik. Sie wurden Gebet, vergossene Freude und geteiltes Leid; sie wurden eine Sprache, die mehr sagt, als Worte sagen könnten. Der Verlust von Ansgar Schönecker wird in der „Kleinen Kirche“ spürbar bleiben. Aber die Seele einer Gemeinde ist lebendig – sie umfasst all die Menschen,

die hier in Gemeinschaft treten, das gemeinsame Feiern, Singen, Schweigen und Dasein. So lebt auch der Beitrag von Ansgar Schönecker weiter: in den Stimmen derer, die noch singen; in den Tönen, die das Kirchenschiff füllen; in den Herzen derer, die kommen, um zu beten und sich mit Gott zu verbinden.

Die Seele ist ein kostbarer Teil unseres Seins, doch oft kommt sie im Lärm des Alltags, in Hektik und Verpflichtungen zu kurz. Sie verlangt nach Zuwendung, nach Momenten der Ruhe, nach Augenblicken, in denen sie sich entfalten und ausrichten darf. Neben den spirituellen Texten und Bildern, die uns die Tiefe und Unfassbarkeit der Seele vor Augen führen, kann es helfen, konkrete Impulse für den Alltag zu bekommen, die uns dabei unterstützen, ihre Balance zu stärken.

Eine kleine Auswahl von Anregungen ist im Heft verteilt.

Musik hören oder machen
Musik erreicht die Seele oft an Stellen, wo Worte nicht mehr reichen. Hören Sie ein Lied oder spielen Sie ein Instrument, das Sie zum Schwingen bringt. Vielleicht singen Sie auch ein geistliches Lied, das Ihnen Trost oder Freude schenkt. Gerade in unserer singenden Gemeinde praktizieren wir dies ja jeden Samstag.



Viele Sprachen – viele Facetten

Von Frank Riehemann

Deutsch: **Seele** - Das Wort stammt über mittelhochdeutsch sēle und althochdeutsch sē(u)la, gotisch saiwala von einer urgermanischen Form *saiwalō oder *saiwlō ab. Diese ist einer Hypothese zufolge als „die vom See stammende“ von dem ebenfalls urgermanischen *saiwaz (See) abgeleitet, da nach altem Glauben der Germanen die Seelen der Menschen vor der Geburt und nach dem Tod im Wasser leben sollen. Fraglich bleibt jedoch, ob dieser Glaube allgemein verbreitet war. Eine andere Theorie nimmt einen Zusammenhang mit samisch saivo an, einem urnordischen Lehnwort, das ein Totenreich bezeichnet. Letztlich bleibt die Herkunft unbekannt.

Bedeutungen: charakteristisches Merkmal lebender Wesen; religiös: der unsterbliche Teil der (führenden) Lebewesen; Gesamtheit aller Gefühlsregungen und geistigen Vorgänge beim Menschen (In diesem Sinne ist „Seele“ weitgehend gleichbedeutend mit „Psyche“, dem griechischen Wort für Seele.); gutwillige Instanz; Mitglied oder Einwohner einer (Kirchen-) Gemeinde; Botschaft eines Musikstückes; Inneres eines Seiles, Kabels oder Ähnlichem; das Innere oder die Füllung manchen Lötzinns mit Flussmittel; Innenbauteil (der Stimmstock) einer Violine oder anderer Saiteninstrumente; Hohlraum, zum Beispiel eines Gewehrlaufs oder der Achse eines Korkenziehers; süddeutsche Brotspezialität



walō oder *saiwlō stammen auch das niederländische ziel und das englische soul (aengl. sāwol, sāw(e)) ab.

griechisch: ψυχή 'psychē'.

Über die Etymologie von ψυχή 'Seele' ist wenig bekannt.

ψυχή üblicherweise auf das

Verb ψύχω 'blasen' bezogen. Die Vorstellungen von Seele und Lufthauch sind in vielen Kulturkreisen eng miteinander verbunden (siehe lateinisch animus/ anima).

Bedeutungen: selten, wörtlich: Atem, Odem (ausgeatmete Luft); Leben (die Eigenschaft lebendiger Wesen, die den Toten fehlt); dichterisch: Lebensblut; Seele (der unsterbliche Teil eines Menschen); Geist (Seele eines Toten); Ort der Emotionen und Wünsche: Seele, Herz, Gemüt; Verstand; Geist, Mut; selten, übertragen: Schmetterling, Motte

lateinisch: animus: Seit Plautus bezeugtes Erbwort aus dem uritalischen *anamo- ‚Atem, Geist‘, das sich seinerseits auf das indogermanische *h₂enh₁-mo- ‚Atem‘ zurückführen lässt; unverwandte mit griech. ἄνεμος anemos 'Wind, Lufthauch'. Hat je nach Zusammenhang viele verschiedene Bedeutungen: Geist, Seele, Inneres; Bewusstsein, Verstand; Urteil, Meinung; Herz, Gefühl; Charakter, Wesensart, Gesinnung; Mut, Selbstvertrauen, Zuversicht; Absicht, Sinn, Wille; Hochmut, Übermut; Lust, Leidenschaft; Leben

Von der urgermanischen Form *sai-

anima: Herkunft siehe animus. Wird

übersetzt mit Luft als Naturelement bzw. Lufthauch, Luftzug, Wind, Atem, Odem, Hauch. Im übertragenen Sinn: die vernünftige Seele des Menschen, der Geist; das belebte, beseelte Wesen; Seelen der Verstorbenen; Leben, Lebenskraft, Lebenshauch, Lebensgeist, Lebensprinzip; Gemüt; Blut. Die im Wortfeld von anima erkennbare Verbindung von ‚Luft‘ und

‚Geist‘ ist dieselbe wie beim hebräischen Ruach (Luft, Atem, Geist) und beim griechischen Pneuma (Luft, Atem, Geist), oder dem indischen Prana bzw. dem indischen Akasha, vgl. auch Atemseele; im Deutschen entspricht dem etwa das Wort ‚Lebensodem‘ (siehe auch) französisch âme und italienisch anima.

Unser Körper ist in der Seele

Von Pierre Stutz

Schon im Kindergarten konnte ich in meinem Schweizer Ursprungsdorf Hägglingen Verstorbene besuchen, die zu Hause aufgebahrt waren, umgeben von Blumen und Kerzen. Erstmals hörte ich damals als sechsjähriger Junge, dass im Aufbahrungszimmer eine kleine Fensterscheibe geöffnet blieb, damit die Seele zum Himmel fliegen konnte. Von diesem «Seelenfensterchen» hörte ich danach jedes Mal, wenn ich als Messdiener einer verstorbenen Person zu Hause die letzte Ehre erweisen konnte. Die Vorstellung, dass die Seele wegfiegt, löste bei mir – natürlich noch sehr diffus – ein Unbehagen aus.

Als ich mit 38 Jahren in meinem zweijährigen Burn-Out der mystischen Tradition begegnete, löste sich dieses Unbehagen nach und nach auf, weil schon Hildegard von Bingen mit großer Klarheit betont, dass wir eine Leib-Geist-Seele Einheit sind. Dann las ich 1997 das Buch «Anam Cara. Das Buch der keltischen Weisheit» vom irischen Philosophen John O'Donohue, das mich bis heute nachhaltig befreit und prägt. Er schreibt:



„Wir sollten diesen verfehlten Dualismus, der die Seele vom Körper scheidet, vermeiden. Die Seele ist nicht einfach im Körper verborgen in irgendeinem versteckten Winkel. In Wahrheit verhält es sich genau umgekehrt:

Der Körper ist in der Seele und die Seele durchdringt uns vollständig.“

Dieser Bewusstseinswandel fasziniert mich. Er lässt sich auch bei Meister Eckhart entdecken. Auf die Frage, wohin die Seele gehe, wenn ein Mensch stirbt, antwortet der Mystiker aus Erfurt, dass sie an keinen Ort gehen kann, weil die ewige Welt schon immer hier ist. Um diese Überwindung eines dualistischen (=trennenden) Denkens, Fühlens und Betens geht es mir in all meinen Büchern. In meiner Aktualisierung des Psalms 118 schreibe ich:

Ich suche Dich nicht mehr
DU bewohnst mich seit immer
mit Deinem zärtlichen Segen
der mich mit allem verbindet

Diese große Sehnsucht, dass uns auch der Tod nicht von der Liebe zu einem

Menschen trennen kann, entdeckte ich schon als junger Erwachsener in meinem klösterlichen Noviziat in Paris. Der französische Philosoph Gabriel Marcel (1889-1973), einer der führenden Vertreter des christlichen Existenzialismus, verdichtet meine tiefe Hoffnung:

„Einen Menschen lieben,
heißt ihm sagen:
Du wirst nicht sterben.“

Diese Worte habe ich handschriftlich auf ein großes, goldenes Blatt geschrieben und sie über meinem Bett aufgehängt. Sie waren abends und morgens meine Orientierung, auch in meiner Zeit als Bundesjugendseelsorger, in der ich manchmal schmerzhaft konfrontiert wurde mit dem Suizid von (drogensüchtigen) Jugendlichen. Ein Leben lang möchte ich in ein Vertrauen hineinwachsen, dass wir wie Jesus von Nazareth im Leben und im Sterben in eine göttliche Liebe hineingeboren werden.

Es ist ein Vertrauen, in dem wir Lachen und Weinen, Zweifeln und Hoffen nicht mehr voneinander trennen. Es bedeutet auch, ein Leben vor dem Tod (Frieden und Gerechtigkeit für alle) und ein Leben nach dem Tod nicht mehr zu trennen. Deshalb bin ich so dankbar für die Wegbegleitung so vieler lebender und verstorbener Menschen. Auch die Verstorbenen sind weiterhin mit uns, einfach anders. Kürzlich sagte ich zu meinem eigenen Erstaunen an einem Vortrag **„Die Verstorbenen atmen weiterhin mit uns!“**

Wie kann ich solche Worte aussprechen, da doch der Tod mit dem letzten Atemzug eintrifft? Ich kann es, weil ich oft erfahre, wie Verstorbene mich begleiten, auch in meinen Träumen und mich zum Vertrauen ins Leben bestärken. Auch mein Lebensgefährte Harald kann mir unerwartet bei einem Spaziergang im Wald oder in der Küche sagen, dass er unsere verstorbene Freundin Vreni jetzt gerade intensiv spürt. Von so einem beseelten Dasein, schreibt auch John O'Donohue:



„Die Seele der Verstorbenen geht nirgendwohin, weil es keinen anderen Ort gibt, an den sie gehen könnte. Dies deutet darauf hin, dass die Toten hier bei uns sind, in der Luft, durch die wir uns ununter-

brochen bewegen. Der einzige Unterschied zwischen uns und den Toten ist der, dass sie sich jetzt in einer unsichtbaren Form befinden. Wir können sie mit unseren menschlichen Augen nicht sehen; wohl aber können wir die Gegenwart der Toten spüren. Mit den verfeinerten Sinnen unserer Seele können wir sie wahrnehmen, und dann wissen wir auch, dass sie wirklich bei uns sind.“

Es ist diese tiefe Verbundenheit, die uns dankbar werden lässt und die uns mit Schmerz und Trauer erfüllt. Sie bestärkt uns, uns eine lange Trauerzeit zu erlauben, damit wir mit Leib-Geist-Seele unsere Tränen fließen lassen. Tränen sind das Grundwasser unserer Seele.

Die Seele – um die Ecke gedacht

Von Andrea Schnieder

Das Wort „Seele“ ist ein geheimnisvolles und vielleicht sogar existentielles Wort. Es umweht ein Hauch von Heiligkeit, von Innerlichkeit und von Lebendigkeit. Doch es eröffnet uns auch eine faszinierende Vielfalt an Bedeutungen, die über die menschliche Erfahrung hinausgeht. Es ist spannend zu entdecken, wie sich dieselbe Bezeichnung, die wir oft für das Zentrum unseres eigenen Daseins nutzen, auch in einer ganz anderen Welt wiederfindet: in der Welt der Dinge, Formen und Strukturen.

Die Seele eines Seils beispielsweise bezeichnet den innersten Kern des Seils, der oft aus einem anderen Material besteht als die sichtbaren Fasern drumherum. Diese „Seele“ gibt Stabilität und Form, sie hält das Ganze zusammen. Ein Seil mag von außen verschiedenste Farben oder Texturen haben, aber erst die Seele im Inneren verleiht ihm seine wahre Kraft. Es ist ein Bild von äußerer Vielseitigkeit und innerer Beständigkeit – etwas, das uns im Glauben nicht fremd ist. „Der Herr ist meine Stärke und mein Schild“ (Psalm 28,7), so können wir auch sagen: Unsere Seele wird im Innersten von Gott gehalten und gestärkt.

Ein weiteres schönes Bild ist die Seele einer Wendeltreppe. Hier bezeichnet die „Seele“ den Hohlraum, der sich in der Mitte der spiralförmigen Bewegung nach oben oder unten erstreckt. Ohne diesen inneren Raum könnte sich eine Wendeltreppe nicht winden, sich nicht emporheben, sie hätte kein Zentrum. Ist es nicht auch bei uns so? Ein Mensch



ohne Beziehung zur Mitte, ohne ein „oben“ und ein „unten“, würde sich schnell verlieren. Unsere Seele sucht nach Ausrichtung und Verbindung – „Hinauf erhebt sich meine Seele zu dir, mein Gott“ (Psalm 25,1). Seitdem ich diesen Hinweis einmal in

einem Podcast gehört habe, kann ich keine Wendeltreppe mehr ohne diesen schönen Gedanken begehen.

Selbst bei einem Gefäß kann die „Seele“ thematisch aufleuchten. Ein Becher oder eine Vase besitzt als äußere Hülle zwar eine klare Gestalt, doch was ist er ohne den Raum, den er schafft? Diese gefasste Leere innen, der Hohlraum, ist es, der dem Gefäß seine Bestimmung gibt. So öffnet sich auch für uns ein Gedanke: Wir sind als Geschöpfe Gottes Gefäße des Lebens. Erst durch das, was in uns hineingegeben wird – durch seinen Geist, seinen Atem, seine Gnade – erhalten wir unsere Lebensfülle. Der Apostel Paulus spricht davon, dass wir diesen Schatz in „irdenen Gefäßen“ tragen (2. Korinther 4,7) – unser ganzes Dasein als Rätsel und Offenbarung zugleich.

Die Seele als Kern, als Zentrum, als Raum. In jeder dieser Beschreibungen spiegelt sich eine Wahrheit des Glaubens, die uns zur Reflexion anregen kann: Wer bin ich in meinem Inneren? Was hält mich zusammen? Was gibt mir Form, Sinn und Halt für den Weg nach oben, den Weg zu Gott? Vielleicht ist die Seele all das – bei einem Seil, auf einer Treppe, in einem Gefäß – und doch noch viel mehr. Am Ende bleibt sie ein Geheimnis, ein schönes, wie ich finde.

Mit Leib und Seele

gesammelt von Frank Riehemann

eine Last von der Seele wälzen
seine Seele ausblasen
bei meiner Seele
jemandem aus der Seele sprechen
der Seele beraubt
auf die Seele fallen
sich die Seele aus dem Leib weinen
auf der Seele brennen
fromme Seele
die Seele baumeln lassen
etwas auf der Seele haben
jemandem auf der Seele liegen
ZWEI SEELEN WOHNEN, ACH, IN MEINER BRUST

Bewusst atmen

Atmen Sie ganz bewusst ein und aus – vielleicht sogar mit einem Atemgebet: „Herr (beim Einatmen), mein Gott (beim Ausatmen)“. Der Atem verbindet Körper und Seele, gibt dem Inneren Raum und bringt Ruhe. So wie Gott dem Menschen durch seinen Atem Leben eingehaucht hat (1. Mose 2,7), so belebt der bewusste Atem auch heute unsere Seele.

Tod und Leben – Sterben als Lernprozess

Von Martin Möllenkamp

Der November ist ein ungewöhnliches Datum für das Erscheinen eines Gemeindebriefes.

Er ist der Monat, der dem Gedenken von Tod und Sterben gewidmet ist.

Der Tod ist der stärkste Antrieb des Lebens. Alles wird in Frage gestellt durch den Tod: Welt und Schöpfung, jeder einzelne Mensch. Der Tod als großer Vernichter; wir alle wissen, dass wir sterben müssen. Mit dem ersten Atemzug tritt der Tod auf den Plan. Dieses Wissen verändert alles.

Und hier sprudeln die Quellen für Vorstellungen und Sehnsüchte von einem Leben nach dem Tod. Hier versucht besonders das Christentum mit seiner Lehre über die Eschatologie Antworten zu finden und zu geben auf die letzten Dinge: Der vernunftgestützte Glauben an das ewige Leben. Christen bekennen sich dazu.

Warum müssen wir leben, wenn wir sterben müssen? Welchen Stellenwert hat die Liebe im Angesicht des Todes?

Die Mythen vom ewigen Leben durchwirken wie Webmuster unsere Zeit und Gegenwart, geboren aus einer Todesangst, die umschlagen kann in gesteigerte Lebenslust und Angstlust, die Menschen in gefährliche Abenteuer und an äußerste Grenzen treiben kann. Aus dieser Angst heraus resultieren auch jene Versuche, ein Übermaß an Personal und Technik aufzubieten, das biologische Leben um nahezu jeden Preis zu verlängern – nicht selten unter unwürdigen Bedingungen. Glücklicherweise sind mit z.B. der Patientenverfügung



und der Palliativmedizin Möglichkeiten und Verfahren gegeben, dem Faktum des Todes auf Augenhöhe zu begegnen.

Jedes Sterben, jeder Tod ist allerdings höchst individuell und besonders und immer wieder neu absolut tragisch.

Hat die hochkomplexe Apparatemedizin „versagt“, wenn der Tod eintritt? Äußert sich hier vielleicht die Unfähigkeit, an eine Wirklichkeit, gleich welcher Art, über den Tod hinaus zu glauben? Dieses sich quasi-religiöse Festklammern am (biologischen) Leben als dem höchsten aller Güter ist oftmals als pragmatische Hinkehr zum Greifbaren zu verstehen, um sich die Auseinandersetzung mit dem Ungreifbaren und Unsicheren zu ersparen.

Eine andere Möglichkeit des Umgangs mit unserem kontingenten Leben ist geboten und notwendig, um sich mit dem Tod zu versöhnen und den Kampf gegen das vermeintliche Ende von allem aufzugeben. Ist der Eindruck richtig, dass ein wesentliches Defizit unserer post-modernen Zeit darin besteht, dass wir das Sterben verlernt haben? Woher rührt es, dass unsere Sterbe- und Todesrituale so verkrampt sind, vollgestoßt mit Angst und Grauen? Unterstützt und verstärkt durch die Medien.

Selten nur stirbt jemand ohne Betrübnis, geradezu heiter und von Neugier erfüllt auf das, was kommt. Im Sterben und Tod lassen wir unser Leben zurück. Warum sollen wir das nicht schon einüben während des Lebens selbst? Die kleinen Tode, die wir auch im Leben

sterben, sind manchmal schlimmer als der Tod. Wenn zum Beispiel eine Freundschaft bricht, eine Liebe stirbt, ein Kind uns verlässt, kurz: Wenn wir uns von irgendeinem geliebten Menschen trennen müssen.

Angesichts solcher Erfahrungen sollten wir uns bewusst werden, dass wir nur leben können um den Preis des Abschiednehmens. Weder ist Sterben das Gegenteil des Lebens noch lässt es sich begrenzen auf die letzte Phase des Lebens. Das antike Sprichwort „Nasci est mori“ – geboren werden heißt sterben – drückt diesen Zusammenhang treffend aus. Es gilt, das Sterben aus seiner beklemmenden Bindung an den biologischen Sterbeprozess herauszulösen. Prozesshaftes Sterben beinhaltet mehr: Loslassen, zurücklassen, sich nehmen

lassen und sich fallen lassen in die bergende Hand eines liebenden Gottes, verkörpert in der Geschwisterlichkeit unseres Glaubens. Unser Leben vollendet sich sterbend und nicht anders. Die Angst davor können wir nur bewältigen, wenn wir unser erfahrungsbaстиertes Wissen auf den gesamten Lebensweg konzentrieren und Sterben und Tod nicht verdrängen. Dazu hält das Christentum zahlreiche Symbole, Riten und Gebete bereit, die es zu verorten gilt, die in unserem Alltagsleben fest verankert sein sollten. Abschiednehmen gilt es zu lernen, manchmal jammernd, stammelnd und klagend, aber immer zielend auf eine große Nüchternheit und Gelassenheit. Diese Haltung kann nicht früh genug eingeübt werden.

Nefesch

Von Andrea Schnieder

Seit tausenden von Jahren sprechen Juden jeden Morgen und Abend ein bekanntes Gebet. Auf diese Weise drücken sie ihre Hingabe zu Gott aus. Das Gebet heißt: Schma.

„Höre Israel: Der Herr ist unser Gott, der Herr allein. Und du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit deinem ganzen Herzen und deiner ganzen SEELE und mit deiner ganzen Kraft. (Dtn 6, 4-5)

Das Wort „Nefesch“ ist eine der zentralen Begrifflichkeiten der hebräischen Bibel. Es wird meist mit „Seele“ übersetzt, aber diese deutsche Wiedergabe wird dem vielfältigen Bedeutungsgehalt von „Nefesch“ gar nicht gerecht: Der Begriff umfasst weit mehr als unser westliches Verständnis von „Seele“ als einem rein immateriellen oder spiritu-

ellen Teil des Menschen. Diese Idee stammt eher aus der griechischen Philosophie. „Nefesch“ steht vielmehr für die Gesamtheit eines lebendigen Wesens – für seine Lebenskraft, sein innerstes Sein. Es kann sowohl das Leben selbst als auch den Atem, die Kehle, das körperliche Begehren und die emotionale Tiefe des Menschen ausdrücken

Nefesch als Leben selbst (Genesis 2,7):

„Da machte Gott der Herr den Menschen aus Erde von dem Acker und hauchte ihm den Odem des Lebens in seine Nase. Und so ward der Mensch ein lebendiges Wesen (nefesch).“

Dieser zentrale Vers der Schöpfungsgeschichte zeigt eindrücklich den Ursprung des menschlichen Lebens. „Ne-

fesch" bezeichnet hier nicht eine „Seele“ im dualistischen Sinne von Körper und Geist, sondern den Menschen als lebendiges Wesen, geschaffen durch den Atem Gottes. Es ist die Verbindung von Körper und göttlicher Lebenskraft, die den Menschen ausmacht. Nefesch steht für das Leben selbst, das durch den Lebensatem Gottes seinen Anfang nimmt. Dieser Lebenshauch ist ein Geschenk Gottes, das den Menschen lebendig, atmend, denkend und fühlend macht.

Nefesch als Begehren und Hunger (Psalm 42,2-3):

„Wie der Hirsch lechzt nach frischem Wasser, so lechzt meine Seele (nefesch) nach dir, o Gott. Meine Seele dürstet nach Gott, nach dem lebendigen Gott.“

In diesem Psalm wird „Nefesch“ als die innige Sehnsucht der Seele nach Gott beschrieben. Der Begriff wird hier mit einem intensiven, existenziellen Verlangen gleichgesetzt: Es ist das Verlangen des Menschen nach dem, was ihn lebendig macht – nach Gott selbst. Im biblischen Hebräisch geht es dabei keineswegs nur um ein geistliches Streben im modernen Sinne, sondern um eine lebensnotwendige Bewegung: Die „Nefesch“ dürstet nach dem, was sie erhält und nährt, so wie ein Hirsch nach Wasser lechzt. Gott wird für die „Nefesch“ zur Quelle, die ihren Durst stillt und ohne die sie zugrunde geht.



Nefesch als Sitz von Emotionen (1. Samuel 1,10):

„Und sie war im Herzen betrübt und betete zum Herrn und weinte sehr.“

Hier steht im hebräischen Text, dass Hannas „Nefesch“ tief betrübt war. Die Übersetzung „Herz“ trifft nicht ganz den Kern: Vielmehr wird die „Nefesch“ als der Ort empfunden, wo die tiefsten und ehrlichsten Emotionen des Menschen sitzen. Freude, Leid, Liebe oder Angst – all dies entspringt der „Nefesch“. Sie ist das emotionale Zentrum des Menschen, der Ort, wo wir Leid erfahren, empfangen und verarbeiten, aber auch wo Trost und Hoffnung entstehen können. Hannah kehrt sich mit ihrer „Nefesch“ im Gebet zu Gott, sie gibt ihr Leiden hin und lässt Raum für Gottes heilendes Wirken.

Die Vielschichtigkeit von „Nefesch“ im Hebräischen lädt ein, unser eigenes Verständnis von „Seele“

zu erweitern. Im Alten Testament ist „Nefesch“ der Begriff für das ganze Leben des Menschen – seine Vitalität, seine Emotionen, seine Gefühle und Wünsche, den Atem und die Lebendigkeit als Geschenk Gottes. Die Seele ist keine vom Körper getrennte Instanz, sondern umfasst den Menschen als Ganzes – mit Herz, Verstand, Leib und Geist. Der Mensch ist „Ne-

fesch“: ein lebendiges Wesen mit einer untrennbaren Verbindung zwischen Leib und Seele.

Unsterblichkeit – Nicht nur die Seele aufersteht

Von Martin Möllenkamp

Fremd ist uns die bewusste Erkenntnis, einmal nicht mehr zu leben, nicht mehr zu „sein“. Auch die Vorstellung, unter einem solchen Zustand nicht zu leiden, ist wenig tröstlich. Unser existentielles Angewandtheit auf Leben, auf ein Du, weckt von jeher auch Hoffnungserwartungen auf ein Leben nach dem Tod. In der Menschheitsgeschichte sind solche Erwartungen schon früh anzutreffen. Alle Religionen versuchen sich in der Zusage auf Unsterblichkeit und vermitteln in Riten und Gebeten, in vielfältigen biblischen Bildern, freilich projektiv, ein ewiges Leben im Himmel. So bilden wir irdische Verhältnisse ins Jenseits ab, das ist nicht weiter schlimm und kann auch

sinnstiftend sein. Allerdings sind solche Bilder vom Paradiesgarten, vom ewigen Festmahl, vom seligen Beisammensein aller, die man liebt und schätzt, nicht über zu bewerten. Sie dürfen nicht ablenken und „vertröstend“ wirken vom unbedingten Anspruch, im Hier und Jetzt ein erfüllendes und erfülltes Leben immer wieder anzustreben und zu verwirklichen.

Im ersten Buch der Bibel (Gen 25,8 und 35,29) heißt es über das Sterben Abrahams und Isaaks: „Er starb in hohem Alter betagt und lebenssatt.“ Dieses Gefühl und diese Überzeugung, vom Leben gesättigt zu sein, also genügend davon gelebt zu haben, und es endgültig, dank-



bar und in Frieden beschließen zu können, sollte uns Richtschnur und Anspruch für unser eigenes Leben sein.

In der Bibel ist erst kurz vor dem Auftreten Jesu, im Buch der Weisheit die Rede von einem Leben nach dem Tod. Hier werden den Getreuen, den Gerechten Unsterblichkeit in der Liebe Gottes zugesprochen. Das neutestamentliche Verständnis geht über diesen dezisionistischen Ansatz hinaus, indem es ein Weiterleben nach dem Tod für alle Menschen proklamiert.

Interessant für unser heutiges Verständnis: Mit „Seele“ ist im Buch der Weisheit und anderswo der ganze Mensch gemeint. Ein Weiterleben nach dem Tod können wir uns so vorstellen, dass sich nicht nur sterbliche Menschen unser erinnern, auch ihre Erinnerung verblasst und ist endlich. Die christliche Vorstellung verkündet einen liebenden Gott, in dem wir weiterleben, grenzen-

los, zeitlos, ewigkeitlich. Diese wirkmächtige Erinnerung Gottes ist in einmaliger Weise an Jesus Christus wahr geworden. Die Auferweckung Jesu haben unzählige Menschen erfahren. Unsere „Auferweckung“ können wir uns analog vorstellen, im Raum der Beziehung, der Hinwendung, der Anteilnahme, der Liebe. Die Zustandsform solchen Lebens machen vor allem spirituell Gesinnte als mystisches Einssein aus: Eine Form der Kommunikation, die das Alleinsein zu überwinden versucht.

Wie dem auch sei; mir hilft der zwölfte Vers aus 1 Korinter 13 nicht nur in dieser Hinsicht weiter: „Jetzt schauen wir in einen Spiegel und sehen nur rätselhafte Umrisse, dann aber schauen wir von Angesicht zu Angesicht. Jetzt erkenne ich unvollkommen, dann aber werde ich durch und durch erkennen, so wie ich auch durch und durch erkannt worden bin.“

Die Natur genießen

Gehen Sie hinaus ins Freie, seien es die Felder und Wälder, der Park um die Ecke oder auch nur der eigene Garten. Das Lauschen auf Vogelstimmen, die sanfte Berührung des Windes oder die wärmende Sonne auf der Haut sprechen zu unserer Seele. Wie schon Hildegard von Bingen wusste: „Die Seele hat Freude am Grünen“ – dort, wo das Leben sprießt, kann auch unser Innerstes aufleben.

Die Seele in Eichendorffs *Mondnacht*

Poetische Bewegungen und geistliche Tiefen

Von Andrea Schnieder

Joseph von Eichendorffs Gedicht „Mondnacht“ ist ohne Zweifel eines der tiefgründigsten Werke der Romantik. Mit zarter Sprache und bildhafter Intensität öffnet es einen Raum der Stille und Transzendenz, in dem das Irdische und Himmlische einander berühren. Besonders die letzte Strophe, in der die Seele ins Zentrum rückt, birgt eine erstaunliche Bewegung, die im Glauben oder aus ihm heraus eine Deutung finden kann.

Das Gedicht malt zunächst eine Welt in Harmonie aus, in der Himmel und Erde sich begegnen wie in einem liebevollen Kuss. Das „Oben“ küsst das „Unten“ und die Reaktion dort ist nachhaltig. Diese Begegnung, diese zärtliche Berührung zieht ein in die Träume dessen, der es erlebt hat. Man kann in diesem Traum den Kuss sozusagen zurückverfolgen.

Dann folgt die Strophe, in der sich die Welt, die Natur bewegt, bewegen lässt. Hier erlebt der Leser

ein Schwingen und Wogen, ein Hin und Her. Diese horizontalen Linien der Natur wirken fast meditativ, gemächlich wogend, und sie binden uns an das Hier und Jetzt, an die Schönheit der Welt. Gleichzeitig schwingt jedoch die vertikale Dimension mit: der Kuss, den der Himmel der Erde gibt. Es ist, als senke

sich etwas von oben herab, etwas Unfassbares, und führe die horizontale Weite mit einer göttlichen Tiefe zusammen.

Am Ende öffnet die Seele beide Bewegungen. Sie durchbricht die Küsse und Träume, die diese Welt zusammenhalten, und erhebt sich in die Freiheit des Flugs. Bemerkenswert ist, dass diese

Spannung zwischen horizontaler und vertikaler Bewegung an ein Kreuz erinnern kann: Die Horizontale symbolisiert das Irdische und Begrenzte, die Vertikale das Himmlische, das sich herabsenkt und nach oben zieht. In der Mitte dieses unsichtbaren Kreuzes steht die Seele. Sie ist bewegt von beiden Kräften – der Nähe zum Irdischen und der Sehnsucht nach dem Göttlichen – und doch überwindet sie letztlich die Grenzen beider, zumindest für das lyrische Ich, denn der Konjunktiv „flöge“

Mondnacht

*Es war, als hätt' der Himmel
Die Erde still geküßt,
Daß sie im Blütenschimmer
Von ihm nun träumen müßt'.*

*Die Luft ging durch die Felder,
Die Ähren wogten sacht,
Es rauschten leis' die Wälder,
So sternklar war die Nacht.*

*Und meine Seele spannte
Weit ihre Flügel aus,
Flog durch die stillen Lande,
Als flöge sie nach Haus.*

lässt den Wunsch erkennen, dass dies möglich sei – nicht mehr gebunden an die Erdschwere, sondern heimkehrend zu ihrem Ursprung.

Diese Dynamik von Kreuz und Flug lässt sich gut in einen theologischen Kontext stellen. Im christlichen Glauben ist das Kreuz genau dieser Ort, an dem Himmel

und Erde auf einmalige Weise in Beziehung treten. Dort, am Kreuz, werden die Sphären zusammengeführt: Das Menschliche und das Göttliche berühren sich und öffnen den Weg zur Erlösung. Die Bewegung der Seele in Eichendorffs Gedicht scheint eine ähnliche Hingabe

an das Transzendente zu beschreiben. Die Seele verlässt die schützenden Ordnungen der Natur, die hier so friedlich und wohltuend gezeichnet werden – und sie löst auf, wovon sie lebt, um sich in den offenen Raum des „Hauses“ Gottes zu bewegen.

SCHALE DER LIEBE

Wenn du vernünftig bist, erweise dich als Schale, nicht als Kanal,
der fast gleichzeitig empfängt und weitergibt,
während jene wartet, bis sie gefüllt ist.
Auf diese Weise gibt sie das, was bei ihr überfließt,
ohne eigenen Schaden weiter.

Lerne auch du, nur aus der Fülle auszugießen,
und habe nicht den Wunsch, freigebiger als Gott zu sein.
Die Schale ahmt die Quelle nach,
nicht überströmender zu sein als die Quelle...

Du tue das Gleiche!
Zuerst anfüllen und dann ausgießen.
Die gütige und kluge Liebe ist gewohnt überzuströmen,
nicht auszuströmen...

Ich möchte nicht reich werden, wenn du dabei leer wirst.
Wenn du nämlich mit dir selber schlecht umgehst,
wem bist du dann gut?

Wenn du kannst, hilf mir aus deiner Fülle;
wenn nicht, schone dich.

Bernhard von Clairvaux

Der andere Blick

Seelen mit Kümmel

Diese aromatische Brotstangen mit Kümmel kommen aus dem schwäbischen Raum. Der Teig wird bereits am Vortag zubereitet, nur so bekommen die Seelen Ihren typischen Geschmack.

Zubereitung 30 Min.

Backen 20 Min.

Ruhen 8 Std.

Zutaten

550g Dinkelmehl Type 630

2½ TL Salz

½ Würfel frische Hefe (ca.21g)

350ml kaltes Wasser

1TL Honig



einige Kümmelsamen zum Bestreuen
etwas grobes Meersalz zum Bestreuen
etwas Mehl zur Teigverarbeitung

Zubereitung

- I. Das Mehl mit Salz und gebröckelte Hefe in einer Schüssel mischen. 350ml kaltes Wasser und Honig zugeben und mit dem Handrührgerät 2 Min. zu einem weichen Teig kneten. Rührschüssel zugedeckt über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.
- II. Am nächsten Tag den weichen, gärrigen Teig auf eine gut bemehlten Arbeitsfläche geben. Mit etwas Mehl bestreuen und den Teig zu einem Päckchen falten. Zugedeckt 15 Min. ruhen lassen. Backblech mit Backpapier belegen und mit etwas Mehl bestreuen. Nun den Teig mit feuchten Händen in 8 längliche Portionen teilen. Jedes einzelne Teigstück zu einem 20 cm langen Stang ziehen und auf das bemehlte Backpapier legen. Weitere 30 Min. zugedeckt gehen lassen. Ofen auf 230 Grad (Umluft: 210 Grad) vorheizen.
- III. Teigstangen üppig mit Wasser bestreichen und beliebig mit Kümmel und groben Meersalz bestreuen. Ca. 20 Minuten backen. Komplette erkalten lassen und beliebig mit Dips oder in Schinken gewickelt, servieren.

www.kleinekirche.de

