

14. März 2021

**„Die Seele verbindet sich und lebt fort“
Predigt von Pfarrer Gregor Hohberg
Sonntag Lätare, St. Marienkirche Berlin
Johannesevangelium, Kapitel 12, 20-24**

Die Liebe Jesu, der Friede Gottes und die Gemeinschaft des Heiligen Geistes sei mit unseren Seelen. Amen.

Liebe Gemeinde,

wie finden wir Halt, wie innere Ruhe in dieser Zeit?

Das Gefühl eines tiefen Einschnittes wird durch die Pandemie verstärkt.

Das Gefühl, dass wir so wie bisher nicht weitermachen können.

Zugleich wissen wir noch nicht, was stattdessen gut wäre für uns, für die Kirche, für die Gesellschaft.

Religiöse und religionslose Menschen teilen dieses Gefühl der Unsicherheit.

Es greift nach unserer Seele

und wir beginnen uns existentielle, wesentliche Fragen zu stellen.

Was nährt uns, neben Essen und Trinken?

Was trägt mich?

Wie lernen wir loszulassen?

Was tue ich, wenn das Dunkel mich verschlingen will?

Wo finde ich Vertrauen bei all dem, was mir geschieht oder zugemutet wird?

Obwohl solche Fragen viele Menschen umtreiben, werden Antworten häufig auf ökonomischem und technologischem Wege gesucht. Impfen ist die Lösung für das Weiterso. Der Mensch reduziert auf seinen Körper.

Das hat sich nicht geändert. So viele Stimmen und Ablenkungen, wollen mich beeinflussen, mir sagen, was im Leben wichtig sein soll. Soviel Technik trennt mich von meinen natürlichen Bedürfnissen und Gefühlen.

Doch ich frage mich, wie komme ich in die Verbindung zu mir, zur Natur, zum Nächsten, zu Gott

Was braucht unsere Seele?

Wie gelange ich zu der inneren Erfahrung, dass mein Leben Sinn hat?

Dass jede und jeder selbst Wert und Würde haben?

und dass unser Weg auf Erden ein Ziel hat und Erfüllung findet?

Diese Fragen im Ohr lenken wir unseren Blick auf das Bild vom Weizenkorn, das in die Erde fällt.

Die Seele ist wie ein Samenkorn.

Am Anfang steht für das Korn die Keimruhe.

Die Seele braucht Seelenruhe.

Die Wendung: etwas in aller Seelenruhe tun - speichert uraltes Erfahrungswissen.

Die Seele braucht Zeit.

Im Alltag sind wir ständig im Außen beschäftigt. Sind unterwegs, tun dies und hören das.

Machen, Handeln, verfügen.

Viele Eindrücke prasseln auf uns ein.

All das wird durch technische Hilfsmittel erheblich verstärkt.

Hilfsmittel, die Erleichterung und Glück versprechen – in der Summe aber immer weiter wegführen, von dem was mir guttut.

Mächtige, seelenlose Gegenkräfte sind hier am Werk.

Fliehkräfte wirken, die uns immer noch mehr ins Außen ziehen.

Smartphone, Auto, Flugzeug, PC, Soziale Medien.

Alles bindet Aufmerksamkeit.

Meine Verbindung zur Seele wird geschwächt – meine Verbindung zu meinen Gefühlen, zum Mitmenschen, zu Gott.

Vielleicht kennen sie das. Wenn ich von Berlin nach Kreta fliege, bin ich mit meinem Körper in 3 h dort. Aber meine Seele ist längst nicht soweit.

Erst Tage später spüre ich, dass ich ganz da bin – Körper und Seele.

Oder nach einem übervollen Tag, abends im Bett, drehen sich die Ereignisse einfach weiter in meinem Kopf und es kann dauern bis neben meinem Körper auch meine Seele zur Ruhe kommt.

Die Seele braucht Zeit zum Nachsinnen, Nachspüren, fühlen. Die Seele ist langsam.

Seelenruhe, damit fängt es an.

Auch der Glaube beginnt in der Stille der Seele zu wachsen.

Das Korn muss in die Erde und dort erstmal in Ruhe gelassen werden.

Es ist schwer zu lassen.

Wir haben alles in unsere Hände genommen. Planen, machen, sicherstellen. Nun müssen wir unsere Hände auch ständig bewegen.

Dabei gehört etwas zu lassen doch zum Leben dazu und fordert uns sehr.

Den beruflichen Abschied annehmen, körperliche Einschränkungen akzeptieren, Kinder loslassen, Sterbende gehen lassen

Ja, manchmal ist schwer sich trösten zu lassen oder sich fallen zu lassen,

Einfach *Lilie oder Lerche zu sein.*

Die Pandemie zeigt uns, dass wir nie alles in der Hand haben.

Unsere Hände sind freier, frei für die Seele, frei zum Beten.

Ich kann mich Gott anvertrauen, versuchen anzunehmen, was nicht in meiner Hand liegt.

Lassen tut der Seele gut. Es ist gut das Tag für Tag zu üben.

Neben der Keimruhe braucht das Korn einen guten Boden, um Wachsen zu können.

Der Boden darf nicht zu fest sein, sonst erdrückt er das Korn und verhindert sein Wachsen. Und er darf nicht zu lose sein, sonst bietet er zu wenig halt und die Verbindung zu den Nährstoffen kommt nicht zustande.

Zuviel Druck schadet der Seele.

Ich versuche Druck rauszunehmen. Weniger zu machen, weniger zu kontrollieren, weniger auf technische Hilfsmittel setzen.

Corona hat neue Möglichkeiten eröffnet.

Spaziergehen im Stadtpark statt in der Einkaufsstraße herumlaufen. Nach Brandenburg in den Wald fahren statt in die Ferne zu fliegen. Meditieren oder Lesen statt die immer gleichen Bilder und Grafiken von Kranken –und Todeszahlen zu sehen.

Alles lockerer, fruchtbarer Boden, der die Seele nährt, nicht zu fest, nicht zu druckvoll und doch Kraft gebend.

Zum Mutterboden muss noch etwas hinzukommen, damit das Korn gedeiht.

Wasser und Nährstoffe. Wärme und Licht.

So wächst das Korn erst in sich und dann seine Wurzeln in die Tiefe.

Abstieg von der Oberfläche des Lebens, des Glaubens im Denken und Tun – in die Tiefe – zur Quelle.

Seinen Atem spüren. Damit beginnen Meditationen. Die Konzentration nach innen wenden. Einatmen und Ausatmen.

Ruhig werden. Eindrücke, Gedanken kommen und gehen lassen.

Bei sich sein. Gott einlassen.

Beim Einatmen: Jesus Christus und beim Ausatmen: erbarme Dich denken.

Eine kleine Übung und die Seele wächst, erst in sich und später über sich hinaus.

Es kann sein, dass mit einer solchen kleinen Übung, unser Glaube sich vertieft und so die Verwandlung der Kirche beginnt.

Reformen der Kirche starten nicht an der Oberfläche, sondern mit einer Umkehr zu spiritueller Tiefe.

Erschütterungen, wie das Schließen der Kirchen über Monate, können hier Auslöser sein und zu Sternstunden des Glaubens werden.

All die guten Nährstoffe nimmt das Korn auf, wächst und verwandelt sich in einen Sprössling und bringt viel Frucht.

Die Seele braucht Ruhe, Aufmerksamkeit und Zuwendung.

Dann wächst sie und verbindet sich.

Ich bin bei mir, fühle mich geerdet.

Bin aufmerksam im Gespräch, in Gefühl und Mitgefühl mit meinen Nächsten.

Bleibe nicht allein.

Erlebe mich als Teil der Schöpfung, Teil ihres Werdens und Vergehens, ihres stetigen Wandels.

Spüre Gottes Nähe, seine Liebe, fühle mich gesehen.

Ja, Gott sieht Dich, er liebt Dich.

Er hat seine Fühler ausgestreckt, um mit Dir verbunden zu sein.

Das erleben wir durch unsere Seele.

Es kann sein, dass auf diese Weise auch die Gelassenheit wächst gegenüber dem, was für die meisten Menschen das Höchste und unverzichtbarste ist – das irdische Leben.

Das Leben lassen, wie ungeübt bin ich darin.

Wie undenkbar, wie bedrohlich, kommt mir das in bestimmten Lebensphasen vor.
Das Leben lassen – in Frieden sterben – wie gewinne ich eine solche Haltung?

Das Korn versinkt zunächst im dunklen Boden. Es ahnt nicht, dass aus ihm neue Frucht hervorgeht.

Auch uns umgibt das Dunkel aus unseren Schatten, aus Zweifeln und Ängsten.
Zugleich werden wir von Gott gehalten und werden *einst* neu. Doch auch wir können das nicht sicher wissen. Aber es geschieht.

Jesus erzählt uns von dem Weizenkorn und er geht dessen Weg, damit wir diesem Prozess vertrauen.

Das Korn muss sterben, nur so kann es vielfältig Frucht bringen und weiterleben.
Es stirbt und wird zugleich transformiert in etwas neues, Anderes – es endet nicht.

So auch unsere Seele, sie wird ruhig,
sie begegnet der Nacht und nimmt sie an,
Sie wird genährt und findet neue Kraft,
sie geht in die Verbindung.

Sie wächst und gibt Liebe weiter, Vertrauen und Lebensenergie.

*So wandelt sich unser Leben, wird leichter,
löst sich im Weitergeben, in seiner alten irdischen Form auf und wird zu neuer Frucht.*

Dieses Bild kann mir in der Krise Sinn und inneren Frieden geben.

Es führt über die Pandemie hinaus.

Es ermutigt die Seele zu achten und anders auf das Sterben und somit auch anders auf das Leben zu schauen.

Denn in diesem Bild zeigt sich das Geheimnis des Lebens, das Geheimnis von Ostern.

Etwas muss sterben damit es zur Auferstehung kommen kann.

Die Liebe verwandelt uns durch den Tod in neues Leben.

So bleiben wir Teil der sich fortsetzenden Auferstehung – Teil des lebenspendenden Flusses der Schöpfung.

*All das besitzt eine enorme Kraft. Sowie der Quelldruck des Kornes Beton durchbrechen kann,
so durchbricht die Liebe den Tod.*

Die Seele wächst über sich hinaus in der Liebe.

Sie wird mehr und mehr Liebe.

*Und wer in der Liebe ist, der ist in Gott
und Gott ist in ihm.*

Amen.