

02.05.2020 um 07:10 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Dr. Peter Kristen,

Evangelischer Pfarrer und Studienleiter, Religionspädagogisches Institut Darmstadt

Meine Maske, mein Atem, meine Seele

Moderator/in: Mit dem Maskentragen haben wir jetzt eine Woche Erfahrung. In der Bank, im Bus und in Geschäften ist sie Pflicht. Die Menschen in Hessen halten sich weitgehend daran. Einige haben aus der „Alltagmaske“ sogar ein modisches Accessoire gemacht. Pfarrer Peter Kristen aus Limeshain ist das Maske tragen erst schwergefallen. Atmen ist sonst so selbstverständlich. Mit Maske merkt man: Ist gar nicht so. Dazu sein hr1 Zuspruch.

Vorgestern beim Brötchenholen hab' ich natürlich auch eine getragen. Nicht die fancy selbstgenähte, sondern eine weiße Maske mit Nasenbügel, damit sie mir auch gut passt. Trotzdem ist mir bei den paar Schritten in die Bäckerei die Brille so beschlagen, dass ich kurz im Nebel stand.

Masken lassen die Mimik nicht erkennen

In das maskierte Gesicht der Verkäuferin zu schauen, fällt mir auch schwer. Es verunsichert mich, wenn ich nicht sehe: Schaut sie mich freundlich an oder ärgerlich? Da kann ich Hörschädigte gut verstehen. Sie können Maskenträgern nicht von den Lippen lesen und fühlen sich oft außen vor.

Eine Barriere zwischen mir und der Welt

Die Masken waren natürlich auch Thema in unserem Arbeitsteam. Meine Kollegin Kristina sagt: „Zwischen mir und der Welt ist dann eine Barriere, auch wenn sie nur aus Stoff ist. Klar, die Maske ist zum Schutz da. Ich schütze damit die anderen.“ Kristina erzählt: „Wenn ich mit dem Rad zum Laden fahre, dort die Maske aufsetze und noch ein bisschen schneller atme, ist das fast, als bliebe mir die Luft weg, der Atem.“

"Näfäsch" - ein Wort für Atem, Luft und Seele

So sind wir darauf gekommen, was die Bibel von Luft und Atem erzählt. In der Sprache der Bibel sind Luft, Atem und Seele ein und dasselbe Wort. „Näfäsch“ heißt das auf Hebräisch. In diesem Wort steckt wirklich viel Luft: „Nä-fff-äschsch“.

Wie gehören Seele und Atem zusammen?

Das ist der Lufthauch, mit dem Gott dem Menschen das Leben einhaucht. Kristina sagt: „Zunächst ist das merkwürdig, dass Seele und Atem so eng zusammengehören. Aber als mir das Atmen durch die Maske schwerfiel, war mir das ganz deutlich: Die Gefühle, die dabei in mir, in meiner Seele entstanden sind, das hat wirklich etwas mit dem Atem zu tun. Umso mehr sehne ich mich nach barrierefreiem Leben, nach freiem Atem und freier Seele.“

Maske tragen ist momentan notwendig...

Wir werden noch eine Weile Masken tragen müssen.
Ich hab' mir vorgenommen: Das mache ich tapfer und konsequent, wo es notwendig ist. Aber umso mehr genieße ich die Momente ohne Maske:
Maske ab und dann tief einatmen, frei ausatmen, durchatmen.
Das tut der Seele gut und ich spüre das Leben.