

RelBib

Bibliography of the Study of Religion

<https://relbib.de>

Dear reader,

the article

“*Der Odem des Lebens*” by Karl Erich Grözinger

was originally published in

Meditation: Zeitschrift für christliche Spiritualität und Lebensgestaltung, vol. 32 (4).
Ostfildern-Ruit: Matthias-Grünewald-Verlag der Schwabenverlag AG (2006), 8-10.

This article is used by permission of [Grünewald/Patmos Verlagsgruppe](#).

Thank you for supporting Green Open Access.

Your RelBib team

Karl E. Grözinger

Der Odem des Lebens

Wer atmet, der lebt. Dies ist die grundlegende Auffassung vom Leben des Menschen in der Hebräischen Bibel, dem Alten Testament der Christen. Der Mensch, Adam, lebte, als Gott ihm den Hauch seines Atems in die Nase geblasen hatte. Es ist der Atem, der den Menschen belebt und am Leben erhält. Der

Atem ist das Leben schlechthin, ohne ihn ist der Körper tot. Der Mensch besteht aus Leib und Atem, nicht mehr – eine zusätzliche Seele hat er nicht. Darum ist der Atemstillstand das endgültige Ende allen menschlichen Lebens, ein Atmen und damit Leben nach dem Tode gibt es nicht. Darum ist die Fülle des Lebens diese Welt, in welcher der Mensch atmet, und solange er dies tut, ist seine Aufgabe, Gott zu loben: »Alles was Odem hat, jauchze Jah, Hallelu-Jah!« (Ps 150, 6). Dieses atmende Jauchzen zu Gott in dieser Welt ist unwiederbringlich, einmalig und das höchste Gut des Menschen.

In der nachbiblischen Zeit, ab etwa dem dritten Jahrhundert vor unserer Zeitrechnung hatte diese zugleich beglückende und zugleich tragische Sicht der Dinge nicht mehr gereicht, um den Glückshoffnungen der Menschen zu genügen. Die Hoffnung auf Erfüllung des menschlichen Lebens hatte sich ins Jenseits verlagert, in ein Leben ohne die Pein und Begrenzungen des Körperlichen, in ein Leben der Seele oder des menschlichen Geistes unter den Geistern der göttlichen Gefilde, im himmlischen Paradies. Dieses Leben ohne Körper brauchte nicht den leibgebundenen Atem. Das Wesentliche am Menschen wurde dadurch die Seele oder der Geist des Menschen, sie waren es nun, die dem Menschen ein glückseliges Leben nach der Körperlichkeit und Irdischkeit auch ohne das Atmen verbürgten. Mit dieser Wende im jüdischen Menschenbild – neben dem es noch andere hier nicht zu nennende Konzeptionen gab – ist das Atmen aus dem Blick der Spiritualität geraten. Alles Interesse hat sich auf die Seele und den Geist gerichtet. Leben vor Gott war nun nicht mehr der Lobgesang der atmenden Leiber, sondern das Leuchten im himmlischen Glanz in der Gegenwart Gottes, auch die Verschmelzung von menschlichem und göttlichem Geist, wie dies die mittelalterlichen Philosophen sagen. Damit ist das Atmen als Lebensprinzip aus dem Blick geraten, es war nurmehr eine körperliche Funktion, die für das irdische Leben vonnöten war, aber nicht mehr das Wesen und Lebensprinzip des Menschen. Die neue Jenseitshoffnung prägte fortan auch den Umgang mit dem Phänomen des Atmens. In der religiösen Literatur spielte es keine größere Rolle mehr, viel eher in der medizinischen und in der Rechtsdebatte. Die Zeit des irdischen Atmens ist die Zeit des beschwerlichen Erdendaseins, nach dem man einen Zustand der Freiheit im reinen Geist erhoffte, das Glück der Seelen im Reigen der Engel und im zeitlosen Widerschein des Göttlichen.

So ist es geblieben, bis die Kabbalisten ein neues Gottes- und Menschenbild kreierten. Die Gottebenbildlichkeit des Menschen sollte fortan nicht mehr in der Intellektualität und in der körperlosen Geistigkeit gipfeln, sondern in der Sprache. Der Mensch ist Mensch, so sagen diese mittelalterlichen Mystiker, weil er sprechen kann, weil in seinem Mund die Sprache, die Sprache Gottes, voran das Hebräische, eingepflanzt

ist. Gott hat, so lehrt es das erste Buch der Bibel, mit seinem Wort, dem hebräischen Wort, die Welt erschaffen, und wenn der Mensch wie Gott die Heilige Sprache spricht, kann er wie Gott mit dieser Sprache Geschöpfe hervorbringen, selbst einen Golem, ein von ihm erschaffenes Menschlein. Sprechen aber tut der Mensch mit seinem Mund, und dazu gehören nicht nur die dort angesiedelten Sprechwerkzeuge, sondern vor allem der Atem. Er ist es, der die Buchstaben des hebräischen Alphabets mittels der belebenden Vokale zum Klingen bringt. Jetzt gewinnt der Atem wieder eine zentrale Bedeutung, denn im Sprechen und noch mehr beim Singen der hebräischen Laute ist der Atem essentiell. Er gewinnt nun wieder spirituelle Bedeutung.

Das Gesagte trifft um so mehr zu, als nach der Auffassung der Kabbalisten die Sprache Gottes, das Hebräische, nicht einfach ein Werkzeug Gottes für die Schöpfung ist. Die Sprache ist viel mehr. In ihr ist die schöpferische Macht Gottes konzentriert, in jedem einzelnen Buchstaben, in jedem Klang. Und da wo Gottes Macht ist, ist Gott selbst. Gott selbst ist Sprache. Und wenn der Mensch diese Sprache gebraucht, taucht er mit ihr in das Göttliche Fluidum ein.

In der Beschreibung dieses Eingehens in die göttliche Sprachwelt sind die jüdischen Mystiker äußerst zurückhaltend. Es war vor allen einer, Abraham Abulafia (1240–1291), der konkrete Anweisungen gab, wie man mit Hilfe dieser Sprache, ihren Konsonanten, Vokalen und der richtigen Atemtechnik bei ihrer Aussprache, den göttlichen Zustand der Prophetie erlangen kann.

Dazu muss man zurückgezogen und in Reinheit Buchstaben an Buchstaben fügen, zuerst geschrieben auf einer kleinen Tafel, dann mit dem Mund und laut gesungen. Und dabei ist es grundlegend wichtig, richtig zu atmen, den Atem einzuziehen, anzuhalten, als lange Einheit wieder ausströmen zu lassen, einzuhalten, Atemzüge der Ruhe einzulegen. Jedes Stakkato, jedes Zerreißen des im Gesang ausströmenden Atems wäre schädlich, denn die lange Einheit des Atems ist Symbol für die Einheit Gottes. Die Sprache Gottes hat ihren ebenmäßigen Rhythmus, der vom Atem geleitet wird. Wer sich in diesen Sprachrhythmus einfügt, durch Atmen, Klang und Stimme, der betritt die göttliche Sprachwelt und wird mit ihr eins.

Zu jedem Vokal gehört ein je gleich langer Atemzug. Hinzu kommt die Bewegung des Herzens und des Kopfes, wobei nur letztere sichtbar ist. Auch die Kopfbewegung muss den Vokalen entsprechen. So muss zu Beginn der Aussprache des Vokals »o«, der über den Konsonanten geschrieben wird, der Kopf zunächst geradeaus gerichtet sein, weder nach rechts oder links noch nach oben oder unten geneigt. Dann aber bei der hingezogenen Aussprache des »o« muss man den Kopf nach oben zum Himmel hin bewegen solange der Atem reicht, und dies mit geschlossenen Augen und geöffnetem Mund. Nach jedem Buchstaben darf man mit drei Atemzügen eine kleine »Atempause« einlegen. Bei der Aussprache des »a«, muss man den Kopf von links nach rechts bewegen. Umgekehrt muss man beim »e« den Kopf von rechts nach links bewegen. Beim »i« schließlich wird der Kopf nach unten bewegt. Mit dem »u« wird der Hals gerade gestellt, ohne eine Bewegung nach den Seiten durchzuführen. Der Sinn dieser, den fünf Vokalen folgenden Bewegungen ist Abulafia zufolge, dass man mit ihnen Gott in den sechs Dimension der Welt zum König ausruft, »nach oben und unten gemäß dem o und dem i, nach vorne und hinten gemäß der Gestalt des u und rechts und links gemäß der Gestalt von a und e.«

Der Gesang der Gottesnamen mit den fünf verschiedenen Vokalen ist von Atem- und Bewegungstechnik begleitet, die zum einen symbolische Bedeutung haben und zum anderen den Mystiker in eine mystisch-technische Disziplin zwingen. All dies zusammen bringt den Menschen Gott, das heißt dem göttlichen Namen nahe, denn:

»das Geheimnis des wahrhaften Namens wird nicht ohne Buchstaben-Kombinatorik offenbart, die lehrt, dass jede Buchstaben-Kombination durch Gottes Existenz notwendig ist. Außerdem wird der Name auch nicht ohne die ihm gebührende Vokalisation bekannt, denn durch die Vokalisation erkennt der Mensch das Geheimnis der Bewegungen [in der Schöpfung], und dass ER die Ursache aller Kreis- oder linearen Bewegungen ist. Und darum musst du an ihm [am Gottesnamen] notwendigerweise Kreisbewegungen finden, um zu lehren, dass alle Kreisbewegung notwendig von Ihm verursacht ist. Außerdem musst du in ihm [dem Gottesnamen] auch lineare Bewegungen finden, gleichfalls um zu lehren, dass sie notwendig von Ihm herrühren. Und siehe, die Aussprache des Namens würde ohne die ihm zugehörigen Melodien der Atemzüge nicht vollkommen sein, die über seine Kräfte belehren und darüber, dass alle allgemeinen oder individuellen Kräfte des Existierenden notwendig von Ihm kommen. Dieses Erkenntnis ist es, die im Sinne der göttlichen intellektuellen Kabbala die wahre Erkenntnis des Namens ist.«

Die Erkenntnis Gottes und seines Namens, mit dem ER ja identisch ist, kann nicht durch rationale Spekulation, sondern alleine durch das Ensemble mystischer Techniken erworben werden, deren Kern der Umgang mit der Sprache in Schrift, Rezitation, Atmen und Gesang bildet. Sprache ist hierbei allerdings nicht eine durch Inhalte definierbare Sprache, sondern sie ist eine den skizzierten Regeln folgende inspirierte Kombination der »Atome« der Sprache, das heißt ihrer einzelnen Konsonanten, verbunden mit den aus dem Atem entströmenden Vokalen, welche die Bewegung der Sprache bewirken. Die dabei möglichen Kombinationen sind unendlich und entsprechen der Unendlichkeit der göttlichen Möglichkeiten, die kein Mensch je erschöpfen kann.

Literatur

Karl E. Grözinger, Jüdisches Denken. Theologie – Philosophie – Mystik.

Band 1: Vom Gott Abrahams zum Gott des Aristoteles

Band 2: Von der mittelalterlichen Kabbala zum Hasidismus

Campus Verlag, Frankfurt/New York 2004. 2005.

Gershom Scholem, Die jüdische Mystik in ihren Hauptströmungen, Suhrkamp, Frankfurt am Main 1967.

Moshe Idel, The Mystical Experience in Abraham Abulafia, State University of New York Press, Albany 1988.

Karl E. Grözinger Studium der ev. Theologie und der Judaistik und Semiotik; Lehrtätigkeit in Frankfurt und Lund; seit 1994 Professor für Religionswissenschaft und Jüdische Studien an der Universität Potsdam; Publikationen zur jüdischen Religionsgeschichte von der Antike bis zur Gegenwart, u. a. Qumran, Midrasch, Kabbala, Hasidismus.