



**Auf dass „der Herr Zeiten des Aufatmens kommen lässt“ (Apg 3,20) ...**

## **IMPULSE für unser Leben in der Corona-Ausnahmesituation**

**von Domdekan Dr. Christoph Maria Kohl**

### **IMPULS 11**

**zum Dreifaltigkeitssonntag und für die Woche vom 7.-13. Juni 2020**

---

#### **1.**

#### **Was der Dreifaltigkeitssonntag mit den Auswirkungen der Corona-Pandemie zu tun hat**

In welcher Grundstimmung gehen Sie derzeit durchs Leben? In dieser Zeit, wo Covid19 unser Leben noch prägt!? Zuversichtlich? Hoffnungsvoll? Kraftvoll? Oder verunsichert? Verzagt? Ängstlich? Wollen Sie vielleicht gar nicht alles wissen, was derzeit in der Luft liegt - und wie es weiter geht?

Das Corona-Virus ist nach wie vor eine ernsthafte Bedrohung, und es kann für die Zukunft durchaus beängstigende Szenarien mit sich bringen: Alle noch notwendigen Einschränkungen des täglichen Lebens; die Auswirkungen des Lockdown der letzten beiden Monate; die absehbaren mittel- und langfristigen Folgen der Pandemie - für Deutschland, für Europa, für die globalisierte Welt. Unsere Welt im Kleinen und Großen wird lange oder auf Dauer sehr anders sein - damit müssen wir rechnen, darauf müssen wir uns einstellen.

Manches ist in der letzten Zeit schon spürbar: Kurzarbeit, Arbeitslosigkeit, Insolvenzen, Mietzahlungs-Schwierigkeiten, Kredite können nicht mehr bedient werden, Menschen kommen an ihre Grenzen.

Womit wir in Zukunft rechnen müssen: Die wirtschaftliche Erholung wird lange dauern; es wird nicht wieder einfach so werden wie vorher. Die schwindelerregenden Schuldenberge, die von den Kommunen bis auf Europa-Ebene angehäuft werden, werden zu dauerhaften Einschränkungen der möglichen Leistungen der öffentlichen Hand führen. Es kann sein, dass eine ganze Epoche des selbstverständlichen Wohlstandes zu Ende geht. Zudem steht Europa auf dem Prüfstand: Ohne Solidarität kann es zerbrechen. Und die ungleiche Verteilung der Lebenschancen auf dem Globus nimmt noch weiter zu - was zu starken Wanderungsbewegungen führen kann.



Das bedeutet auch: Das bisherige, gewohnte, selbstverständliche Lebenskonzept vieler Menschen geht in Zukunft so nicht mehr.

Die meisten hoffen, dass es wieder so wird wie vorher; viele können und wollen nicht wahrhaben, was anders sein wird - weil sie das zu sehr verunsichern würde.

### **Wie reagieren wir als Christen / als Glaubende?**

Am Dreifaltigkeitssonntag feiern wir, dass Gott dreieinig ist. Das bedeutet, dass Gott DIE LIEBE ist, dass er nicht nur uns seine Liebe schenkt, sondern dass er in sich Liebe und Beziehung ist - als Vater, Sohn und Heiliger Geist. Er zieht uns in seine Liebe hinein - das ist der Weg zu unserem Lebensglück und unserer Vollendung.

Dass Gott DIE LIEBE ist, das heißt ganz grundlegend: Er nimmt jede und jeden bedingungslos so an, wie sie/er ist - mit allen Schwächen, Grenzen, Fehlern und Sünden, als unvollendetes Bruchstück. Glauben heißt: Ich lebe in der Gewissheit, dass ich von Gott bedingungslos geliebt und angenommen bin - so, wie ich bin. Das schenkt nicht nur Geborgenheit und Halt. Das ermöglicht, dass ich mich selbst so annehmen kann, wie ich bin - auch wenn ich alles andere als vollkommen bin. Wer sich selbst immer mehr annehmen kann, wie er ist, der kann die anderen immer mehr so lassen und annehmen, wie sie sind UND der kann die Wirklichkeit immer besser so sehen und nehmen, wie sie ist - ohne sie zu beschönigen, ohne sich etwas vormachen zu müssen, ohne wegzusehen.

Und das ist die Voraussetzung dafür, dass wir als Christen gut mit der Wirklichkeit umgehen und unsere Welt mitgestalten können - das ist ja unsere Aufgabe, unsere Sendung als Christen und als Kirche. Ich bin überzeugt: Wir haben den Menschen - der Gesellschaft - der Welt etwas zu geben, etwas Entscheidendes für das persönliche und gesellschaftliche Leben, für die globale Gesellschaft, gerade jetzt und in der nächsten Zeit. Wir als Glaubende sind höchst „systemrelevant“! Aber diese Relevanz müssen wir auch faktisch erweisen. Gemäß z.B. dem Leitspruch der Caritas: „Not sehen und handeln“. Oder im Sinn der Bistums-Aktion „Gutes Leben für alle“ ([www.bistum-speyer.de/bistum-speyer/weltkirche/gutes-leben-fuer-alle/](http://www.bistum-speyer.de/bistum-speyer/weltkirche/gutes-leben-fuer-alle/)).

Die Grundlage, die Voraussetzung dafür ist, dass wir die Wirklichkeit so sehen können, wie sie ist; dass wir uns nichts vormachen; dass jede/r sich selbst so sehen und annehmen kann, wie sie oder er ist - weil Gott uns schon längst angenommen hat und jeden Tag bedingungslos liebt, weil Gott für uns und in sich DIE BEDINGUNGSLOSE LIEBE ist.

Dieses Glaubensgeheimnis, dieses Gottesbild leuchtet heute am Dreifaltigkeitsfest auf und möchte uns aufrichten und stärken - damit wir in und von der Liebe Gottes leben können und damit wir unsere Sendung als Christen und als Kirche gut verwirklichen können.



2.

Es gibt ein kurzes, dichtes Gebet zum dreifaltigen Gott, mit dem man eine bestimmte Weise zu beten gut einüben und leicht praktizieren kann.

„Liebe  
die in sich ruht  
Liebe  
die sich verströmt  
Liebe  
die sich empfängt  
Liebe  
nur Liebe  
bist du  
Dreifaltiger Gott“

(aus: Anton Rotzetter, Gott, der mich atmen lässt.  
Gebete. Herder-Verlag Freiburg, 1985 u.ö., S. 253)

Ich vertiefe mich gerne meditativ betend in Gott hinein, indem ich „auf den Atem bete“. Indem ich im Rhythmus des Atems, mit dem Einatmen und Ausatmen, ein paar wenige Worte innerlich sage und mich in deren Geist hinein vertiefe. Wenn ich das eine Zeitlang mit den gleichen wenigen Worten tue, dann kann es sein, dass ich „tiefer als der Kopf“, als die Ebene der Gedanken, komme, dass die Worte mit der Zeit wegfallen und dass ich dann einfach im Geist und in der Kraft dessen, was diese Worte bewirken, dasitze. Dann wird das im Gebet anfänglich Gesagte zur inneren Haltung und stärkt ganzheitlich.

Für diese Gebetsweise eignen sich viele kurze Bibelworte. Mit dem Gebet von Anton Rotzetter zum dreifaltigen Gott geht es besonders gut: Auf das Einatmen „Liebe“ bzw. dann „bist du“, auf das Ausatmen die eingerückte folgende Zeile innerlich sprechen - und sich dadurch ganzheitlich-meditativ in diese Liebe bzw. den Gott der Liebe hineinführen lassen.

**Ich wünsche Ihnen zum Dreifaltigkeitssonntag, dass Sie beim Beten und im Alltag diesen Gott der Liebe spüren - und dadurch auch immer mehr selbst Werkzeug seiner Liebe werden!**

**Ihr  
Christoph Maria Kohl**

