

## Peter Godzik, Der Atem des Lebens<sup>1</sup>

Wir atmen ein, wir atmen aus – so leben wir jeden Tag, jede Stunde, jeden Augenblick unseres Lebens im Rhythmus des Atems. [Goethe](#) macht uns aufmerksam auf die Gnade dieses Geschenks. Solange wir atmen, einatmen und ausatmen, leben wir:

*Im Atemholen sind zweierlei Gnaden:  
Die Luft einziehen, sich ihrer entladen;  
jenes bedrängt, dieses erfrischt;  
so wunderbar ist das Leben gemischt.  
Du danke Gott, wenn er dich presst,  
und dank ihm, wenn er dich wieder entlässt!*<sup>2</sup>

Manchmal stockt uns der Atem, wir halten die Luft an, wir ahnen: Es ist nicht selbstverständlich, dass es lebendig atmend mit uns weitergeht. Der Beter des 104. Psalms spricht davon, dass der Atem eine wunderbare Schöpfungsgabe Gottes ist: Gott atmet uns aus und atmet uns wieder ein – das macht die Menschen zu lebendigen Wesen.

*Verbirgst du dein Angesicht, so erschrecken sie;  
nimmst du weg ihren Odem, so vergehen sie  
und werden wieder Staub.  
Du sendest aus deinen Odem, so werden sie geschaffen,  
und du machst neu die Gestalt der Erde. (Psalm 104,29-30)*

„Erste Hilfe“ bei der Geburt ist der (heute meist so nicht mehr geübte) „Klaps auf den Hintern“, damit die Atmung des Neugeborenen angeregt wird. „Erste Hilfe“ bei Atemstillständen ist die Mund-zu-Mund-Beatmung, damit die Atmung wieder einsetzt.

„Letzte Hilfe“ beim Sterben ist das behutsame Entfernen verklebten Schleims und das Befeuchten der Mundhöhle, damit der flacher werdende Atem ruhig ventilieren kann. „Letzte Hilfe“ ist das Zulassen des letzten Atemzuges und das Aushauchen des Lebens (vitam efflare) ohne weitere Eingriffe.<sup>3</sup>

Jüdische Frömmigkeit betet jeden Tag das jüdische Glaubensbekenntnis „[Höre, Israel](#)“ und verbindet damit einen seelsorgerlichen Rat: Die Frommen mögen ihr Leben am Ende aushauchen auf das Wort „ächad“ – einzig, eins.

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל יְהוָה אֱלֹהֵינוּ יְהוָה אֶחָד  
(wird gelesen: sch<sup>e</sup>ma jisrael adonai elohenu adonai ächad)  
Höre, Israel, der HERR ist unser Gott, der HERR allein (5. Mose 6,4).

Diese seelsorgerliche Empfehlung spiegelt das am Ende auch körperlich messbare Geschehen wider: Die Amplitude zwischen zwei Polen signalisiert das noch weiterbestehende Leben, der Eintritt der Nulllinie (eigentlich: eins) das Aufhören irdischen Lebens. Gott hat uns eingeatmet zu sich – so endet unser menschliches Leben.

Christliche Frömmigkeit beschreibt den Vorgang ganz ähnlich. So dichtet [Werner Fritsch](#):

*UND DER TOD – ein Muttergotteskuss ist es.  
Wo wegnimmt den Atem von einem.  
Wie Wind in Linden.  
Und grabens einen auch ein.  
Und ist doch wie Leben.  
In Engerlingen und solchen Dingen.  
Und eines Tages bin auch ich.  
Irgendmal unter Cherubim.*<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Peter Godzik, Der Atem des Lebens, in: [Letzte Hilfe](#). Das Jahreshft *Praxis Palliative Care* 7/2015, S. 11; jetzt in: ders., Von Worten, Sternen und anderen Kostbarkeiten. Ein geistliches Jahrbuch, Rosengarten b. Hamburg: Steinmann 2016, S. 160 f.

<sup>2</sup> Johann Wolfgang von Goethe, West-östlicher Divan, Buch des Sängers, [Talismane](#).

<sup>3</sup> Siehe auch: [Georg Bollig/Andreas Heller/Manuela Völkel, Letzte Hilfe](#). Umsorgen von schwer erkrankten und sterbenden Menschen am Lebensende, Esslingen: hospizverlag <sup>2</sup>2018.

<sup>4</sup> Werner Fritsch, Cherubim, Frankfurt am Main: Suhrkamp 1994, S. 254.