

Kurz und gut, 26.05.2016, von Dr. Martina Höhns

## **Zu Atem kommen**

„Immer schneller, immer höher, immer weiter!“  
Das Motto gilt nicht nur für die olympischen Spiele, die im Sommer in Brasilien beginnen.

Schneller, höher, weiter hat fast alle Lebensbereiche erfasst. Ich bin froh über das schnellere Internet, über schnellere Züge und Flugzeuge, kürzere Lieferzeiten bei Bestellungen und manchmal sogar darüber, dass Radiomoderatoren heute viel schneller sprechen als früher. Beschleunigung wohin ich schaue. Arbeits- und Lebenstempo haben sich spürbar erhöht.

Zeit ist Geld. Und Zeit haben ist für viele Menschen ein wirklich knappes Gut.

Einige Zeitforscher sprechen sogar davon, dass Zeitdruck DAS Lebensgefühl der Moderne ist. „Kollektive Atemlosigkeit“ wird das genannt.

Vielleicht wächst auch deshalb die Sehnsucht nach Entschleunigung, nach Ruhe, nach Langsamkeit:

Einmal wieder richtig zu Atem kommen.  
Gelassen in den Tag starten, ohne Termindruck. Ohne schlechtes Gewissen, weil wieder so viel liegen geblieben ist und ich vermutlich auch heute nicht alles schaffen werde.

Anhalten, Innehalten, zu Atem kommen und unterscheiden können, was wirklich wichtig ist und was nicht.

Dazu lädt auch das Fronleichnamsfest ein, das in der katholischen Kirche heute gefeiert wird. Der zentrale Gottesdienst in Bremen steht in diesem Jahr unter dem Motto „Zu Atem kommen“.

„Zu Atem kommen“, das wollen die gut 2000 Katholiken, die sich heute Vormittag um halb zehn treffen, wenn es nicht regnet traditionellerweise im Bremer Bürgerpark.

Kommunionkinder in weißen Kleidern werden Blumenblüten streuen, Mitglieder verschiedener Verbände tragen ihre farbenfrohen Banner. Es singt ein großer Projektchor. Ministrantinnen und Ministranten aus allen katholischen Pfarreien in Bremen sind dabei. Und aus Osnabrück kommt Weihbischof Johannes Wübbe.

Gute Momente zum Innehalten und zu Atem kommen, das können Gottesdienste sein. Ich kann mich beschenken lassen, einfach da sein, Gemeinschaft erfahren mit Gott und anderen Menschen.

Auch wenn Fronleichnam in Bremen und Niedersachsen kein gesetzlicher Feiertag ist: Eine Einladung, mal wieder zu Atem zu kommen und die kollektive Atemlosigkeit zu unterbrechen ist dieses Fest alle mal.